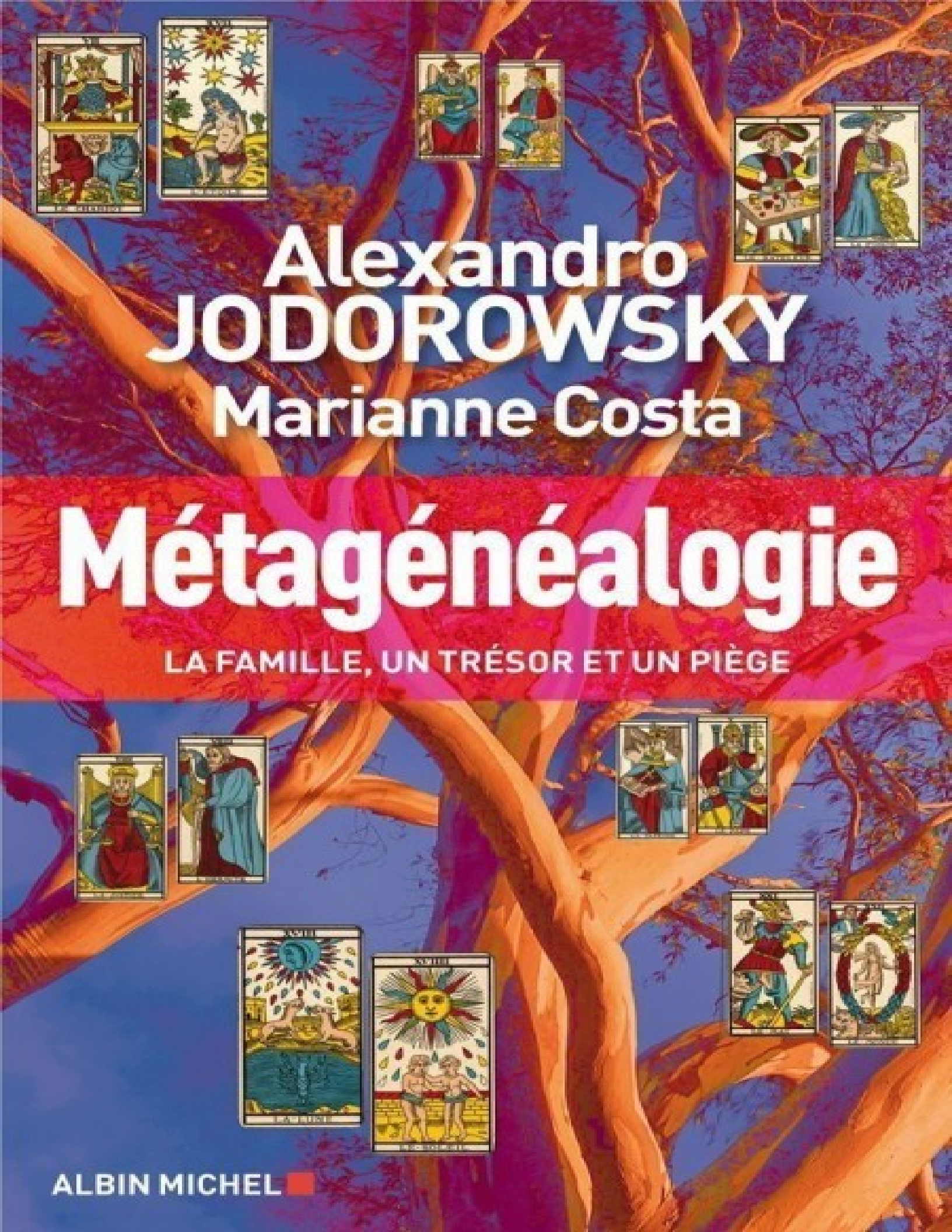
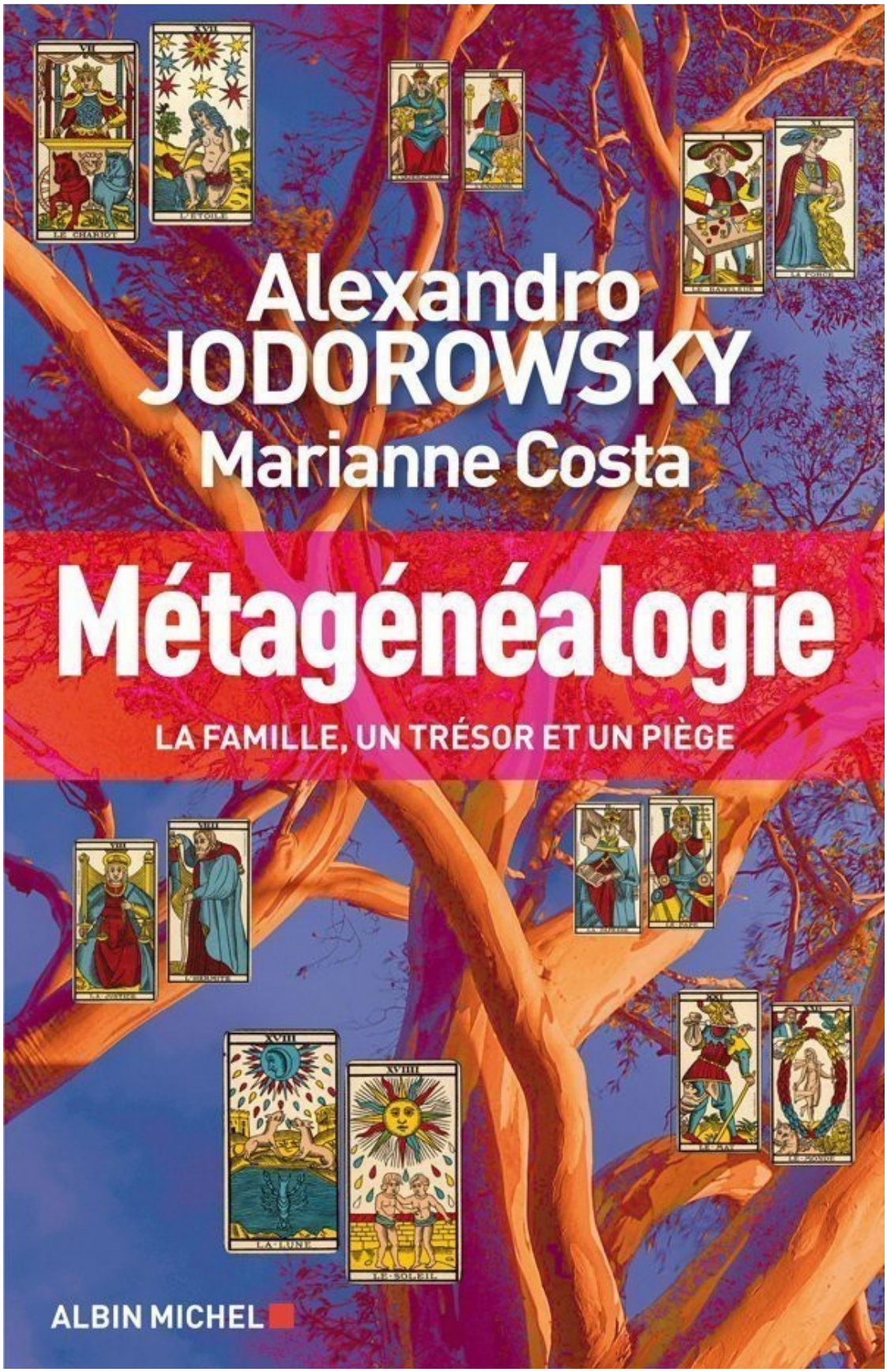

Alexandro
JODOROWSKY
Marianne Costa
Métagénéalogie
LA FAMILLE, UN TRÉSOR ET UN PIÈGE
ALBIN MICHEL


Alexandro
JODOROWSKY
Marianne Costa
Métagénéalogie
LA FAMILLE, UN TRÉSOR ET UN PIÈGE
ALBIN MICHEL

© Éditions Albin Michel, 2011

ISBN : 978-2-226-26142-7

Avant-propos

Qu'est-ce donc que la **métagénéalogie** ? Pourquoi ne pas parler plutôt de **psychogénéalogie**, puisque ce mot est à la mode ?

Le vocable **psychogénéalogie** a été inventé par Alexandro Jodorowsky au début des années 1980. Depuis lors, l'usage s'en est vulgarisé au point de recouvrir des pratiques extraordinairement variées, dont la diversité même finit par nuire au terme qui les désigne. Les unes relèvent de la psychologie « pure et dure » ; les autres de la médiumnité la plus invérifiable. Le point commun de toutes ces approches est qu'elles participent d'une même prise de conscience, émergente depuis quelques décennies : l'influence de la lignée sur l'individu.

L'intérêt des thérapeutes et du public pour l'arbre généalogique n'a cessé de grandir depuis les années 1970, où des psychanalystes abordèrent pour la première fois la question du lien transgénérationnel. L'Occident est en train de redécouvrir ce que bien des cultures – affirment depuis toujours sous des formes religieuses, magiques ou chamaniques : l'Inconscient familial interagit avec l'Inconscient personnel, pour le meilleur et pour le pire.

Mais si vous prenez rendez-vous aujourd'hui pour une séance de « psychogénéalogie », vous pourrez aussi bien vous retrouver en face d'un thérapeute diplômé que d'un médium ou d'un énergéticien. Qu'en retirerez-vous ? Peut-être un schéma qui recense froidement les données vitales de cinq générations d'ancêtres, peut-être des messages intuitifs venus de vos « mémoires énergétiques », ou encore l'assurance que vous descendez de Charlemagne. Dans tous les cas, il est possible que vous soyez émerveillé par la pertinence des informations reçues. Peut-être découvrirez-vous certaines répétitions dont vous étiez inconscient, ou des secrets de famille, ou l'origine d'une obsession ou d'une phobie. Au pire, vous serez frustré

par trop d'intellectualisme, un diagnostic froid et inutile, ou au contraire sceptique devant les débordements irrationnels d'une séance riche en clichés New Age ou en divagations romanesques.

À l'écart de ces deux extrêmes, la métagénéalogie se propose de réconcilier les apparents contraires, en se situant précisément à leur point de jonction : là où le rationnel collabore avec l'irrationnel, où la science danse avec l'art, où « clairvoyance » signifie aussi bien « intuition » que « lucidité ». Dans le langage actuel, où les concepts de la neurologie sont désormais monnaie courante, on pourrait dire qu'il s'agit d'« équilibrer cerveau droit et cerveau gauche ».

Comment rendre compte d'une discipline qui s'enracine aussi solidement dans la psychologie que dans l'art, dans la science que dans les traditions spirituelles et ésotériques ? Cet ouvrage se propose de résumer et de présenter de manière accessible les trente-cinq ans de recherches et de découvertes menées par Alexandro Jodorowsky sur l'arbre généalogique. Un même questionnement nous réunit depuis plus de dix ans : comment transmettre ces théories et ces pratiques que leur inventeur maintient en développement constant ? Solidement ancrée dans les théories psychologiques et scientifiques de son temps, la métagénéalogie reflète le parcours artistique d'une vie entière, et la quête insatiable du sens qui l'anime. Elle suggère que toute maladie peut être comprise comme un manque de beauté et de Conscience, et que guérir consiste à devenir authentiquement soi.

Voilà pourquoi, plutôt qu'un manuel, nous nous sommes proposé d'écrire le roman d'une double initiation : celle, déjà accomplie, de l'inventeur de la métagénéalogie, et celle, en devenir, de qui voudra bien se prêter au jeu et entamer avec nous ce chemin à la reconquête de son identité véritable. Pour chaque partie, une introduction retrace, sur un mode autobiographique, des moments-clés du parcours d'Alexandro Jodorowsky. Nous avons organisé cette narration, comme on le fait d'un conte initiatique, pour qu'elle suive une chronologie pédagogique et exemplaire, serve de fil conducteur au lecteur[1] qui souhaite étudier son arbre et réfléchir sur son propre destin. À la suite de chacune de ces tranches de vie, un chapitre plus théorique, agrémenté de références au Tarot, notre modèle symbolique du travail sur soi, vous permettra d'avancer un peu plus loin dans la compréhension et la guérison de votre arbre généalogique. Vous y trouverez aussi une série d'exercices mettant en œuvre vos ressources

d’attention, de créativité et de fantaisie, qualités qui nous semblent essentielles dans l’entreprise de réappropriation et donc de réinvention des racines à laquelle nous vous convions ici.

Nous espérons de tout cœur que ce double voyage vous servira, comme aux héros antiques, à triompher des obstacles et à rapporter l’élixir capable de transformer durablement votre existence et votre environnement. Cet élixir, dans la théorie jodorowskyenne, porte le nom de Conscience.

Marianne Costa

1- Précisons d’emblée que nous n’adopterons le masculin que pour des raisons de simplicité et que notre propos s’adresse à tout un chacun, femme ou homme.

Première partie
La métagénéalogie

Art, thérapie et quête de Soi

De l’art à la thérapie

C’est au printemps 1979 que commença l’une des plus intenses aventures de ma vie, qui allait me conduire à créer un système thérapeutique et artistique fondé sur l’étude de l’arbre généalogique.

J’avais cinquante ans à cette époque, et il est nécessaire que je revienne brièvement sur ma formation juvénile, qui fut riche et complexe, livresque et autodidacte. Les maîtres et l’intuition s’y succèdent, comme les périodes d’étude et les périodes d’expérimentation. C’est sur cette somme d’expériences que j’ai basé les théories et la pratique qui seront présentées dans ce livre.

En 1947, après avoir passé mon baccalauréat, je décidai de m’inscrire à l’Institut pédagogique de l’université du Chili. La philosophie et la psychologie m’attiraient, et au bout de deux ans j’avais obtenu un diplôme en philosophie des mathématiques et un autre en histoire de la culture. Un jour, après avoir assisté à un cours où un professeur venu des États-Unis nous incitait à étudier le moyen d’adapter l’homme à la conduite des machines, je décidai de quitter l’université pour me consacrer aux marionnettes.

Mes représentations prirent la forme d’un psychodrame : j’avais fabriqué des marionnettes représentant mon père, ma mère, ma sœur et une grande partie de ma famille. Après avoir créé plusieurs pièces, je – commençai à me passionner pour l’expression corporelle. Je pensais que si les sentiments provoquaient des postures, une posture pouvait déclencher des émotions. J’inventai une méthode d’expression corporelle qui commençait dans une position fœtale, apeurée (désir de mourir), et se terminait par l’épanouissement de l’être humain mature, les bras grands ouverts, relié au cosmos (euphorie de vivre).

Au départ mon but était de découvrir un langage gestuel qui me permette de raconter des histoires. Mais à mesure que je me concentrais sur les mécanismes de l'expression corporelle tout en pratiquant la danse, la méditation et le massage, je me rendais compte que d'innombrables mémoires étaient inscrites dans notre corps : souvenirs d'enfance ou de la période prénatale, acceptation, rejet, résidus psychiques de divers membres de la famille.

Dans le *Traité des passions de l'âme* de Descartes, publié en 1649 à Paris, je découvris cette phrase qui me marqua : « Il est aisé de penser que les étranges aversions de quelques-uns, qui les empêchent de souffrir l'odeur des roses ou la présence d'un chat, ou choses semblables, ne viennent que de ce qu'au commencement de leur vie, ils ont été fort offensés par quelques pareils objets, ou bien qu'ils ont compati au sentiment de leur mère qui en a été offensée étant grosse ; car il est certain qu'il y a du rapport entre tous les mouvements de la mère et ceux de l'enfant qui est en son ventre, en sorte que ce qui est contraire à l'un nuit à l'autre. »

De fait, certains mouvements réveillaient en moi la dépression de ma mère, la peine de l'exil héritée de mes grands-parents, l'angoisse d'avoir été menacé de mort pendant la gestation et bien d'autres choses. Bientôt les répétitions de nos mimodrames se transformèrent en thérapies collectives.

Le contraste était intense entre ces séances où l'authenticité de chacun se révélait et le monde extérieur structuré par les préjugés et les apparences qui nous enfermaient dans une sorte de prison mentale. J'avais vingt ans. Je décidai, une fois pour toutes, que l'art serait désormais une activité orientée vers ma libération spirituelle. Malgré le succès que rencontraient mes mimodrames, je résolus de quitter le Chili et je m'embarquai pour Paris, déterminé à travailler avec le mime Marcel Marceau, à participer activement au groupe surréaliste dirigé par André Breton et à assister aux classes du philosophe Gaston Bachelard à la Sorbonne.

La pratique de la pantomime avec Marceau m'amena à étudier le yoga tantrique et les chakras, la médecine chinoise et les méridiens, la kabbale et l'application des sephirot au corps. Toutes ces pratiques sont-elles imaginaires ? En tout cas, elles permettent de guérir qui a foi en elles, et de développer la Conscience. Avec les surréalistes, la pratique de l'écriture automatique me permit de desserrer l'étreinte du rationnel pour entrer en contact avec mon Inconscient, que je ne considérais désormais plus comme

un danger mais comme un allié efficace. Quant aux cours de Bachelard, son analyse des éléments primordiaux (l'eau, le feu, l'air, la terre et l'espace) me conduisit à l'Alchimie. Ce fut aussi l'époque où je lus les œuvres de Freud, Ferenczi, Melanie Klein, Groddeck, Stekel et Wilhelm Reich. L'ouvrage de C. G. Jung, *La Métamorphose de l'âme et ses symboles*, constituait un bon guide. Mon esprit encore juvénile – commençait à comprendre la relation étroite qui existe entre art et thérapie. Je voyais d'une part des artistes claquemurés dans l'exaltation de leur propre individualité se prendre pour une île séparée du reste de l'humanité, cherchant avant tout à être reconnus et admirés, et de l'autre côté la dévotion du thérapeute se mettant au service de la santé mentale ou physique de l'autre.

Une fois mon apprentissage réalisé en Europe, je m'envolai pour le Mexique. En dix ans, je mis en scène à Mexico plus de cent pièces, avec une préférence pour le théâtre de l'absurde. Je fis connaître les œuvres de Beckett, Ionesco, Tardieu, Arrabal, Strindberg, Leonora Carrington, Ghelderode, Lorca, Kafka, Gogol, et les miennes. Puis, fatigué de créer des spectacles où les acteurs récitaient leur texte face à des spectateurs passifs, je décidai d'éliminer les œuvres dramatiques et de les remplacer par des textes philosophiques ou psychologiques. Je commençai par adapter pour la scène le *Zarathoustra* de Nietzsche que je montai en 1970, avec des acteurs que je fis jouer nus. Pour aller encore plus loin dans mes recherches, je réalisai une adaptation de *Games People Play (Des jeux et des hommes)*, le livre fondateur de l'analyse transactionnelle écrit par Éric Berne qui voulait simplifier le jargon psychiatrique pour que patient et médecin aient un langage commun. À ce texte j'ajoutai *Écoute, petit homme* de Wilhelm Reich. Ce fut mon premier essai de théâtre thérapeutique. Cette œuvre qui prévoyait les catastrophes écologiques à venir, et qui mettait en scène les jeux de rôles entre enfants, parents et « adultes » (l'état de l'être guéri, qui a pleinement choisi de vivre au présent), connut un succès immédiat. Depuis sa création, elle n'a pas cessé d'être à l'affiche dans les théâtres de la ville de Mexico, interprétée sans interruption par divers groupes d'étudiants.

Ce désir de découvrir des méthodes de guérison artistique me conduisit ensuite à abandonner le théâtre pour improviser des spectacles dans des lieux inattendus : académies de peinture, cimetières, maisons de retraite, autobus, places publiques, etc. Je ne travaillais plus avec des acteurs désireux de se fondre dans des personnages mais avec des êtres humains qui

se sentaient détournés de leur essence par la famille, la société et la culture, et qui cherchaient à quitter leurs masques pour trouver leur personnalité véritable, leur Être essentiel. Pour ce faire, en d'impressionnantes improvisations, ils dévoilaient aux spectateurs ébahis leurs obsessions mentales, émotionnelles, sexuelles, et leurs terreurs matérielles.

Je créai une vingtaine de ces « *éphémères paniques* », parmi lesquels ceux de l'école de peinture de San Carlos au Mexique (1962) et celui de Paris (1964). Ces expériences donnèrent naissance par la suite à une technique thérapeutique que j'ai appelée **psychomagie**, consistant à mettre en scène dans la vie quotidienne un acte curatif, semblable à un rêve, pour libérer un blocage inconscient.

Avec ces actes, je m'opposais à l'attitude psychanalytique qui consiste à transformer le langage de l'Inconscient (rêves, actes manqués, synchronicités) en langage articulé et en explications rationnelles. À l'inverse, j'optais pour enseigner à l'intellect le langage de l'Inconscient, composé en majeure partie d'images et d'actions qui défient la logique. La parole révèle un problème mais ne le guérit pas. Les seules paroles capables de guérir l'Inconscient, car il les comprend, sont la prière et l'incantation. Pour le transformer en allié protecteur, il est nécessaire de le séduire au moyen d'actes de nature théâtrale ou poétique. De même que l'Inconscient accepte les placebos, il accepte les actes métaphoriques. Les pulsions ne sont pas résolues par la sublimation, mais par un acte qui les réalise symboliquement.

Pour enrichir ma démarche artistique, j'avais décidé non pas d'aller butiner chez d'autres artistes, mais d'entrer en contact avec des sources purement spirituelles. Voilà comment, en 1968, je me rendis auprès du moine Ejo Takata, installé à Mexico depuis quatre ans à l'époque, pour pratiquer avec lui la méditation zen. De nombreux médecins et psychiatres venaient méditer dans son *zendo*. Ils me firent rencontrer le docteur Erich Fromm dans son refuge de Cuernavaca. L'éminent psychanalyste, auteur entre autres de *La Peur de la liberté* et de *Psychanalyse et bouddhisme zen*, vivait dans ce village où la douceur du climat l'aidait à soigner une affection cardiaque.

Après une psychanalyse qui se résuma à de longues conversations sur la Bible et le bouddhisme, Fromm me demanda de donner des cours d'expression corporelle à ses élèves. J'acceptai. Cela me permit d'observer

la séparation profonde qui existait entre le travail mental intense des analystes et le peu de maîtrise qu'ils avaient de leurs possibilités corporelles. Tout leur travail d'exploration inconsciente avait lieu exclusivement par la parole. Je versai cette précieuse expérience, ainsi que le résultat de mon apprentissage avec Ejo Takata, dans un long-métrage, *El Topo*, où je traitais la relation conflictuelle et aimante d'un fils avec son père.

El Topo devint un film culte. John Lennon, via son producteur américain Allen Klein, me confia la somme nécessaire pour tourner mon prochain film. Ce fut *La Montagne sacrée*, dont la préparation et le tournage s'échelonnèrent sur les années 1970 et 1971. Je m'étais de nouveau proposé de faire une œuvre d'art capable d'enrichir la Conscience du spectateur : « Je veux, me disais-je, que le spectateur sorte de la salle où il aura vu mon film transformé pour sa vie entière. »

Ces espérances excessives m'incitèrent à réaliser des recherches psychologiques, ésotériques, symboliques et religieuses. Je m'adressai entre autres à Oscar Ichazo, le créateur de la méthode de développement spirituel Arica, qui me proposa une série d'exercices tournant en particulier autour d'un schéma métaphysico-psychologique d'origine islamique, l'ennéagramme (un système caractérologique composé de neuf aspects distincts du Moi). La réalisation de mon film devint à la fois une expérience artistique, de développement spirituel et d'investigation psychologique.

À cette époque je me passionnai pour René Guénon et son analyse de la symbologie traditionnelle, et je dévorai les travaux du docteur Fritz Perls, l'un des créateurs de la gestalt-thérapie. La suite de ces questionnements s'est déroulée à partir de 1974, époque où j'ai de nouveau changé de continent pour m'établir en Europe, fort de ces années américaines et latino-américaines, et y entamer une nouvelle période de ma vie.

Un producteur français, Michel Seydoux, m'avait engagé pour réaliser le film *Dune* basé sur le roman éponyme de Frank Herbert. C'était un projet grandiose où, comptant sur un budget colossal, je pus faire appel à des acteurs et des artistes que j'admirais. Moebius, H.R. Giger, Dan O'Bannon et Chris Foss comptaient parmi les dessinateurs. Dalí, Orson Welles, Gloria Swanson, Udo Kier et David Carradine devaient figurer au générique. Pour la musique, j'avais choisi les Pink Floyd, Tangerine Dream et Magma. L'écriture du scénario et la préparation durèrent deux ans, mais le film ne

put être réalisé à cause de problèmes de distribution rencontrés en Amérique.

Ce travail, quoique inachevé, me permit d'entrer en contact avec le milieu de l'ésotérisme, alors florissant à Paris. Je fus initié à la kabbale par le sage A.D. Grad, auteur de traités comme *Le Livre des principes kabbalistiques* ; je devins l'ami de Pierre Derlon, divulgateur de la magie des gitans. Je rencontrai aussi le mathématicien Jacques Ravatin, créateur d'une théorie sur les ondes émanant non seulement des formes tridimensionnelles mais aussi des dessins ; Pierre Cartier, alchimiste et prestidigitateur, célèbre parmi les illusionnistes pour ses tours à base de cigarettes et alors centenaire ; le docteur Valnet, pionnier de la phytothérapie et de l'aromathérapie. Pendant deux ans, guidé par ces initiés, tous les matins très tôt, avant d'aller travailler à mon projet cinématographique, j'arrivais à la Bibliothèque nationale dès l'ouverture et je me plongeais dans tous les livres écrits, depuis le début du XVIII^{e} siècle, sur cette monumentale machine métaphysique qu'est le Tarot de Marseille.

Le docteur Valnet me présenta le meilleur de ses collaborateurs, le docteur Jean-Claude Lapraz, éminent phytothérapeute qui, tous les week-ends, m'envoyait quatre de ses patients pour que j'examine, à l'aide du Tarot, les racines psychologiques de leur maladie. Ce fut une période d'apprentissage intense où se réalisa dans mon âme l'union entre art et thérapie.

Pour guérir une maladie on ne peut pas se borner à une approche scientifique. Le regard de l'artiste équilibre celui du médecin, capable de comprendre le dysfonctionnement biologique, mais dépourvu des outils permettant de détecter les valeurs sublimes enfouies dans chaque individu. Pour guérir, il est nécessaire que le patient devienne **ce qu'il est véritablement**, et qu'il se libère de l'identité acquise : **ce que d'autres ont voulu qu'il soit**. Toute maladie provient d'un ordre reçu dans l'enfance qui nous contraint à réaliser quelque chose qui ne nous correspond pas, et d'une interdiction qui nous oblige à ne pas être ce que nous sommes en réalité. Les maux, les dépressions, les phobies et les peurs résultent d'un manque de Conscience, d'un oubli de la beauté, d'une tyrannie familiale, du poids d'un monde accablé de traditions et de religions obsolètes.

Pour guérir un patient, c'est-à-dire l'aider à devenir ce qu'il est réellement, il faut pouvoir le rendre conscient du fait qu'il n'est pas un

individu isolé, mais le fruit d'au moins quatre générations d'ancêtres. Il est impossible de se connaître soi-même si l'on ne connaît pas l'héritage matériel et spirituel de son arbre généalogique. Mais les structures du clan familial ne doivent pas faire l'objet d'interprétations restrictives qui analysent l'être comme s'il s'agissait d'une machine biologique. S'il est vrai que les grandes théories psychologiques du XX^{e} siècle émanent de géniaux médecins psychiatres, tels Sigmund Freud ou Milton Erickson, il est également vrai que, dans leur sillage, s'est développée la croyance fausse et nocive que, pour approcher l'âme humaine, toute démarche doit s'inspirer du processus d'investigation et de validation scientifiques.

Carl Gustav Jung était conscient de cette dérive intellectuelle dès 1929 : « L'intellect est effectivement un ennemi de l'âme lorsqu'il a l'audace de vouloir capter l'héritage de l'esprit, ce dont il n'est capable sous aucun rapport, car l'esprit est quelque chose de supérieur à l'intellect puisqu'il comprend non seulement celui-ci, mais le cœur (*Gemüt*). »

L'être humain conscient ne peut pas être analysé comme une totalité figée, un corps-objet sans réalité spirituelle. L'Inconscient, par essence, s'oppose à toute logique. Si on le réduit à des explications scientifiques ou à un enseignement universitaire, on en fait un cadavre. Jung encore : « C'est pourquoi je sais que les universités ont cessé d'œuvrer comme porteuses de lumière. On est las de la spécialisation scientifique et de l'intellectualisme rationaliste. On veut entendre parler d'une vérité qui ne rétrécit pas mais élargit, qui n'obscurcit pas mais éclaire, qui ne glisse pas sur l'être comme de l'eau mais le saisit et le pénètre jusqu'aux moelles. »

Voilà pourquoi aucun diplôme ne peut garantir la compétence d'un psychothérapeute : permettre à l'autre de guérir suppose non seulement de comprendre de quoi il souffre, mais aussi de mettre à sa disposition les éléments nécessaires pour lui permettre de changer. Le médecin ou le chirurgien posent leur diagnostic, puis recourent à une prescription médicamenteuse ou à une opération. Mais trop souvent, hors du domaine strictement médical, le prétendu thérapeute n'est capable que d'aboutir à un diagnostic. Et après ? Une fois qu'il a révélé au patient l'origine de son traumatisme et que celui-ci demande : « Maintenant que je connais l'origine de mes problèmes, que puis-je faire ? », il est bien en peine de l'aider à trouver la réponse.

Dans les cultures primitives, le chaman (généralement artiste, chanteur ou acrobate, mais aussi expert en plantes hallucinogènes ou médicinales

permettant de « voyager » dans d'autres réalités et d'y exercer une action thérapeutique) est à la fois sage et remède, homme-médecine ou femme-médecine, source d'information vivante qui permet à l'être en souffrance de redécouvrir ses propres ressources.

À partir du moment où l'on cesse de faire allégeance aux diktats universitaires, toutes les approches ont quelque chose à nous offrir. Voilà pourquoi je n'ai jamais hésité à convoquer les philosophies orientales, le message des religions ou l'ésotérisme pour y trouver des clés de compréhension globale de l'être humain. C'est un dit du Bouddha qui a guidé mon approche de l'arbre généalogique : « Le monde est en flammes ! Ta maison brûle ! Ne demande donc pas comment le monde est fait ni quel en est le principe. Pense d'abord à te sauver ! »

Comment servir et être utile ? Comment ne pas se borner à expliquer les maux de l'autre, mais lui fournir de véritables clés pour sa guérison ?

Au cours des années, j'ai constaté que la plus grande partie de mes consultants, affligés de douleurs physiques et de souffrances morales, vivaient comme si l'humanité n'avait aucune valeur qui la différencie des animaux ou des végétaux, et se multipliait sans aucune finalité dans un univers lui-même livré à une expansion hasardeuse. C'est de là que m'est venue l'impulsion de passer de la psychogénéalogie à la métagénéalogie.

Je me suis basé sur une hypothèse de travail essentiellement thérapeutique : la vérité est ce qui est utile à un moment donné, dans un lieu donné et pour une personne donnée. Cela m'a conduit à cette proposition : plutôt que de penser que l'univers existe purement par hasard, il vaut mieux postuler qu'il a pour finalité de créer de la Conscience.

Je tiens à établir ici la différence entre conscience et Conscience. On confond le concept de Conscience avec ce dont nous sommes conscients, c'est-à-dire ce dont nous nous rendons compte à l'état de veille. Cependant, le cerveau fonctionne principalement pendant notre sommeil, de manière libre et constante, sans que nous nous en rendions compte. Chacun de nous est un tout semblable à un iceberg. Le peu que l'on en voit est bien moins important que l'immense part immergée. En réalité, ce qui est conscient, c'est ce que l'on appelle à tort l'« Inconscient ». Nous sommes plus l'Inconscient que la Conscience. Si nous nous libérons du concept d'« être conscient de », le terme **Conscience** finit par désigner ce que nous sommes en réalité : une nature indéfinissable, que nous appelons tantôt « âme » et

tantôt « esprit ». C'est ainsi que l'ont comprise le surréalisme, le bouddhisme et toute la philosophie hindoue.

Qu'en est-il de ce que je nomme *Inconscient* ? Depuis Freud on accepte communément l'existence d'une zone mentale non consciente, c'est-à-dire non perçue par la conscience à l'état de veille, que l'on appelle improprement l'« Inconscient », censément le siège des pulsions primitives, des traumatismes et des souvenirs personnels ou collectifs. En résumé, l'Inconscient serait la présence constante du passé. Mais dans cette définition, faute de considérer que l'univers se développe guidé par une finalité consciente, on ne prend pas en compte les projets du futur nichés dans la matière avant même l'apparition de la vie.

L'esprit humain aspire avant tout à deux choses : la connaissance et l'immortalité. L'Inconscient devrait donc se concevoir comme une entité composée de deux zones. L'une produite par les expériences du passé, y compris nos vestiges animaux, que l'on pourrait continuer d'appeler **Inconscient**. L'autre qui contient en puissance les possibilités de mutation susceptibles de nous faire évoluer comme êtres dotés d'une Conscience cosmique, non pas fondée sur les expériences passées mais sur les possibilités futures, celles-là mêmes que l'on peut capter dans des états prophétiques ou poétiques ; cette deuxième zone, nous pourrions l'appeler le **Supraconscient**.

Notre évolution se déroule sur une planète nourricière qui participe à une danse cosmique où tout surgit et disparaît tour à tour, en état de permanente transformation. Dans ces conditions comment nous définir ? Pour trouver la racine de « soi-même », ce Je ou ce Soi impermanent au cœur de l'impermanence, il faut le situer au-delà de la matière universelle et nous identifier avec son centre créateur, sachant que nous sommes nés pour participer activement à l'évolution du cosmos. Le moi individuel et le Nous cosmique ne peuvent s'unir que dans la Conscience.

C'est l'idéal que s'est proposé l'Alchimie, sous une forme symbolique, lorsqu'elle s'est donné pour but de spiritualiser la matière et, en même temps, de matérialiser l'esprit. Si l'on traduit ce processus en langage psychologique, cela donne : l'ego (le Moi) doit s'intégrer à l'Inconscient en même temps que l'Inconscient doit s'intégrer à l'ego. Notre individualité implantée par la famille, la société et la culture s'apparente à la matière brute, le *nigredo*, pourriture ou plomb que l'Alchimie transforme en or, c'est-à-dire en Être essentiel, en Conscience.

En me demandant comment réaliser un travail qui me conduise à la mutation, il m'a paru nécessaire de modérer les désirs pour arriver à la santé, d'éliminer les choses passagères et de peu de valeur pour devenir conscient de mon immortalité en tant qu'organisme collectif et d'atteindre la liberté, me détachant des amarres mentales pour que rien de subjectif ne me sépare de l'énergie créatrice et arriver à l'union. En agissant comme si j'étais vivant et, en même temps, en me libérant des liens terrestres comme si j'étais mort, je cessais d'« appartenir », de m'« identifier », de me « définir ».

Atteindre un niveau de Conscience élevé demande des efforts tenaces, continus, intenses, implacables. Dans ce processus il s'agit de mourir à soi-même et de renaître, transfiguré, sans plus se définir comme rationnel ou irrationnel, jeune ou vieux, femme ou homme. Aucun nom, aucune nationalité ne vient limiter notre existence désormais impersonnelle, et sous le masque de l'individualité nous jouissons de la paix de l'anonymat. Nous n'établissons plus de barrières entre l'humain et le divin, nous sommes aussi bien ce que nous sommes que ce que nous ne sommes pas.

Me consacrant pleinement à cet effort, je commençais à comprendre que pour me guérir et pour aider les autres à en faire autant, l'hypothèse la plus utile était de considérer chaque être humain comme un être capable de développer une Conscience infinie.

Si nous examinons au microscope un œuf fécondé, nous y découvrons, comme première forme de vie, un minuscule point rouge qui palpite : c'est l'origine d'un cœur. Le rythme est antérieur à la formation de l'organe. C'est le battement qui fait exister le cœur, qui le forme pour lui servir d'instrument. En voyant cela, comment ne pas en déduire que le cerveau n'engendre pas la Conscience, mais qu'il en est l'instrument réceptif ? La genèse de ce que nous sommes commence par cette Conscience impensable, toute-puissante, mystère insondable que nous oserons qualifier de **divin**. Cette Conscience divine ou universelle se transforme ensuite en énergie, et enfin en organes matériels. Voilà pourquoi, lorsqu'on parle des origines de l'arbre généalogique, il convient de lui donner aussi des racines cosmiques.

Notre cerveau est probablement l'un des objets les plus complexes de l'univers. Il contient plus de cent mille millions de neurones, cellules dotées d'un noyau qui fonctionne comme un émetteur-récepteur en miniature. Ces

cellules s'unissent entre elles, formant des connexions qui transmettent l'information sous forme de courant électrique. Quand nous venons au monde, notre potentiel neuronal est celui de l'être humain accompli du futur, mais il a encore peu de connexions. Le réseau se tisse peu à peu, au contact des membres de notre famille et des connaissances qu'ils nous transmettent. Nous sommes héritiers d'expériences. Pourtant, ces expériences sont limitées et se traduisent en langues « nationales » (ou « maternelles »), produisant des états mentaux stagnants, un monde intérieur aux interconnexions pauvres, une prison culturelle dont nous avons du mal à nous échapper.

L'énergie qui circule entre les neurones, et que les scientifiques décrivent comme « électrique », peut aussi bien être pensée comme une manifestation de la Conscience universelle qui tend à créer dans notre cerveau une structure formée par la totalité des réseaux possibles entre ses cellules : l'esprit grandiose de l'humain futur. Il est également permis de penser que cette mystérieuse énergie tend à unir la totalité des consciences qui peuplent notre univers.

La volonté familiale, sociale et culturelle lutte en revanche pour que l'individu obéisse à la formation de ses ancêtres qui dans la plupart des cas, par accumulation d'idées, de sentiments, de désirs et de besoins hérités, contrarie le projet spirituel et le maintient dans des niveaux de Conscience assez bas. L'arbre généalogique agit comme un piège en imposant à ses descendants ses limites, matérielles et psychologiques (un mélange de peurs, de rancœurs, de frustrations et d'illusions), contre la perfection du projet cosmique. Dès le ventre maternel, le fœtus reçoit des impulsions le conduisant à imiter le modèle légué par les ascendants. Car la famille n'accepte pas la création pure et simple, *ex nihilo*, venue de rien, sans modèle extérieur.

En d'autres termes, tout individu est le produit de deux forces : la **force d'imitation**, dirigée par le groupe familial, qui agit depuis le passé, et la **force de création**, maniée par la Conscience universelle depuis le futur. Quand les parents limitent leurs enfants en les obligeant à se soumettre à des plans préétablis ou à des consignes tels que « Tu seras ceci ou cela », « Tu ressembleras à telle personne », « Tu obéiras à nos idées et à nos croyances et tu les propageras », ils s'inscrivent en faux contre le projet d'évolution future et plongent la famille dans toutes sortes de maladies physiques et mentales.

Dès les premiers instants de son individuation en tant que fœtus, la Conscience subit ce conflit entre créer et imiter. Quand l'enfant présente dès sa naissance peu de traits psychologiques calqués sur ses géniteurs, on peut penser que la Conscience a été capable de vaincre les modèles que les générations précédentes prétendaient lui imposer. Si au contraire l'enfant devient la copie conforme de ses parents ou de ses grands-parents, la Conscience a été vaincue. Les âmes créatrices sont rares, les âmes imitatrices sont légion. Les premières doivent apprendre à communiquer et à semer leurs valeurs, les secondes doivent se libérer de leurs moules et apprendre à créer, c'est-à-dire arriver à être elles-mêmes et non ce que la famille, la société et la culture ont voulu qu'elles soient.

Le clan agit comme un organisme. Quand l'un de ses membres change, tout l'ensemble réagit positivement ou négativement. Un arbre de belle allure qui produit des fruits empoisonnés est un arbre mortifère. Un arbre tordu qui produit des fruits sains est un arbre vivant et utile. Lorsqu'un individu développe sa Conscience, il devient un meilleur fruit et offre à son arbre une nouvelle signification. Les souffrances de nos ancêtres (blessures narcissiques, humiliations, hontes ou culpabilités) acquièrent grâce à lui une raison d'être. Lorsque la famille réagit, la société dans laquelle elle s'est développée réagit elle aussi : les arbres font partie d'une forêt.

Chaque arbre généalogique a deux devoirs principaux : accomplir les nécessités biologiques (reproduction, éducation des enfants, etc.) et s'intégrer à un groupe social en respectant ses lois. Si chaque famille refusait le contact avec les autres et cédait à sa tendance séparatiste, la société ne pourrait pas exister. Voilà pourquoi l'arbre généalogique se développe prisonnier d'un réseau d'interdictions et d'obligations sociales et culturelles, parmi lesquelles, par exemple, le tabou de l'inceste qui pousse le clan à se mêler au reste de l'humanité au lieu de se refermer sur lui-même. Cependant ces veto et ces lois peuvent dans certains cas ne pas correspondre à la nature essentielle de l'être. Toute culture impose divers modes de conduite basés sur ses mythes fondateurs et ses croyances religieuses ou idéologiques. D'une société à l'autre, les institutions familiales peuvent être très différentes. Par exemple, la monogamie n'est pas universelle, il existe des sociétés polygames ou polyandres. Dans certaines cultures, le frère d'un homme mort sans laisser d'héritier est contraint d'épouser sa belle-sœur veuve, dans d'autres encore la jeune sœur d'une épouse défunte doit prendre la place de celle-ci dans le lit du veuf.

Nous naissons dans une culture donnée, à une époque donnée, dans un pays en particulier. Nous ne serions pas les mêmes si nous parlions une autre langue, si nous étions nés dans une autre civilisation ou à une autre époque… Ces limitations, dépendantes de la mémoire collective, nous incitent à répéter des schémas et définissent notre être culturel. Mais en même temps, les possibilités du futur qui travaillent pour conduire l'humain à sa mutation transforment la souffrance initiale en énergie consciente, et créent l'**Être essentiel**.

L'**être culturel**, formé par ceux qui nous ont éduqués, doit accepter les projections des membres de sa famille désireux d'être imités. On lui enjoint d'exercer telle ou telle profession, de pratiquer telle ou telle religion, d'adhérer à telles idées politiques. Il doit lutter contre des prédictions négatives : « Si tu fais ceci, tu te détruiras », « Si tu te consacres à telle activité, tu finiras ruiné », « Si tu as des relations sexuelles avant de te marier, tu perdras ton honneur ». Le cerveau a tendance à réaliser ces prédictions. L'Inconscient les transforme en injonctions qui se mettent à agir sur nos vies comme des malédictions auxquelles nous ne pouvons nous soustraire. L'Être essentiel, quant à lui, programmé par le Supraconscient, déploie dans l'esprit des aspirations sublimes, réduites au statut d'illusions par la mémoire du clan ; des utopies, presque toujours vécues avec angoisse ; des désirs de rendre le monde meilleur, presque toujours vécus avec désespoir. L'Être essentiel et l'être culturel s'entremêlent sans cesse, tantôt pour entrer en conflit, tantôt pour s'entraider. Aïeux, grands-parents et parents se fondent en nous pour le meilleur comme pour le pire. Les forces de répétition et les forces de création, dans leur dynamique sans fin, nous tirent vers la répétition incessante du même et, simultanément, nous poussent à devenir ce que nous sommes vraiment. C'est ainsi que toute famille se transforme en une entité double : ombre et lumière. Le trésor et le piège s'unissent dans le descendant.

Nous pouvons avoir une vision à la fois positive et négative de nos arrière-grands-parents, grands-parents et parents. Chacun des ascendants devient alors une entité double : lumineuse et obscure. Deux champs d'énergie qui, bien qu'ils s'opposent, sont complémentaires. Dans le présent, l'esprit qui se matérialise coexiste avec la matière qui se spiritualise, le Supraconscient avec l'Inconscient, l'intention de réaliser le futur avec celle de répéter le passé, l'Être essentiel avec l'être socio-culturel, le désir de créer avec le désir d'imiter. C'est l'étude de l'arbre sous

ce double aspect simultané et complémentaire, trésor et piège, que j'ai appelée **métagénéalogie**.

Dans la mesure où l'étude de l'arbre généalogique peut se résumer à une compréhension de ce que signifie essentiellement le couple humain, il m'a paru fondamental que ce livre soit le fruit d'une collaboration entre un homme et une femme. Nous sommes tous issus d'un couple, comme nous le rappelle le Tarot de Marseille qui fait correspondre au Pape une Papesse, à l'Empereur une Impératrice et au Soleil la Lune. Je veux ici rendre hommage au Tarot, ce formidable outil à penser et à développer l'intuition qui m'a permis d'intégrer toutes les connaissances tirées de la lecture et de l'expérience, qu'elles soient spirituelles, psychologiques, philosophiques ou artistiques. Le Tarot est une structure fascinante, un temple intérieur à l'architecture si bien équilibrée qu'il peut servir de tuteur à une foule de développements théoriques.

Pour écrire *La Voie du Tarot*, j'avais déjà eu la chance de collaborer avec Marianne Costa. Sa compréhension profonde de ma conception de l'arbre généalogique et son expérience de plus de dix ans dans ce domaine faisaient d'elle la collaboratrice idéale pour ce nouvel ouvrage. Sans son concours, ce livre n'aurait jamais pu voir le jour.

Pour s'orienter dans ce travail

Bases de la théorie jodorowskyenne

Avant de nous lancer dans ce voyage initiatique qu'est l'exploration de l'arbre généalogique, il nous paraît utile de redéfinir ce que l'on entend ici par **travail sur soi**, et de proposer quelques bases théoriques, inhabituelles dans le domaine de la psychologie classique et sans doute plus familières aux chercheurs spirituels. Parmi les structures sur lesquelles nous appuyons notre réflexion, l'apport du Tarot de Marseille comme **outil à penser** est essentiel, et c'est pourquoi nous proposerons aussi un aperçu de ses règles d'orientation fondamentales.

Le présent comme seule réalité, l'unité comme vérité ultime de l'être

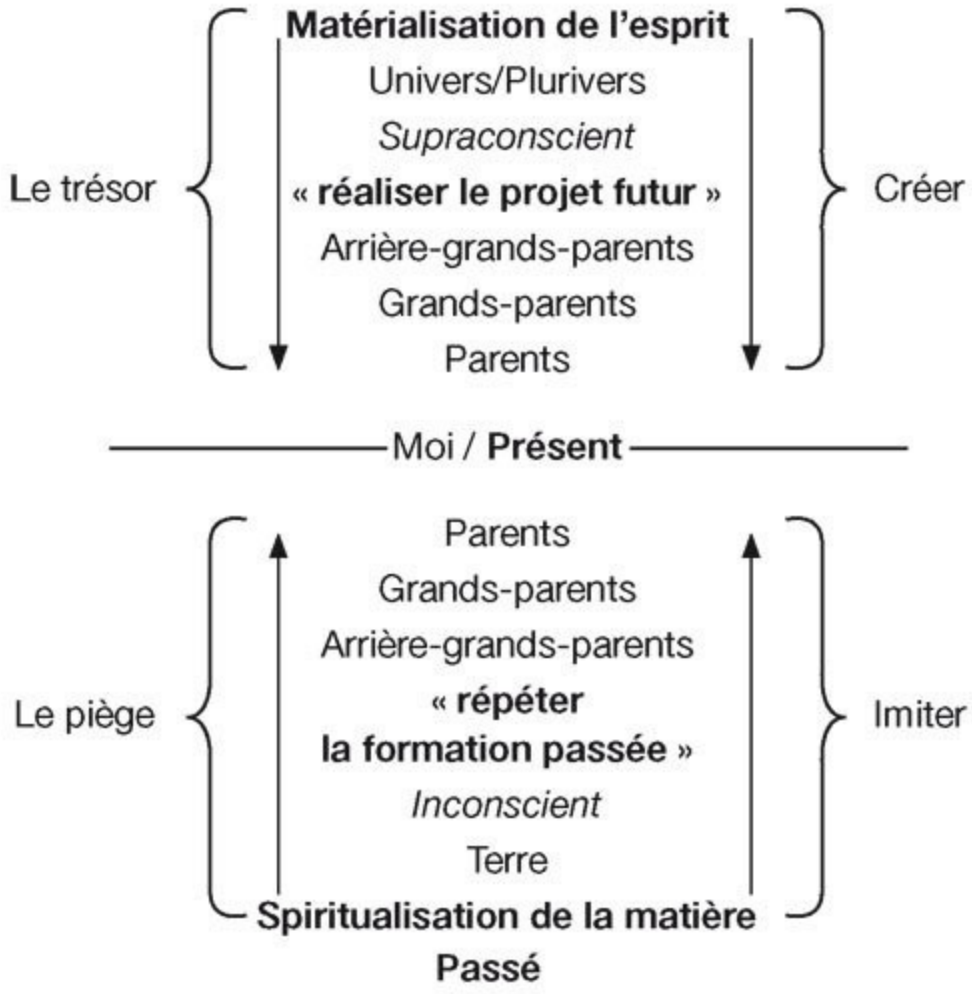
La métagénéalogie n'est pas une thérapie au sens classique du terme : ce n'est pas le traitement d'une maladie, mais bien un travail de prise de conscience qui suppose à la fois la compréhension des éléments du passé qui nous ont formés et l'ouverture vers une impulsion future à laquelle nous donnons forme.

En réalité, pour analyser l'arbre généalogique, il est indispensable de changer notre conception du temps et de nous libérer des concepts de passé (avant), présent (maintenant) et futur (ensuite).

La réalité est comparable au jet d'eau qui jaillit d'une fontaine : elle est là sans être là, ne devient rien, n'est pas la transformation d'une forme passée. Elle jaillit de manière incessante. De même, l'univers n'a ni passé ni futur, il vit dans un éternel présent : il ne cesse de surgir.

Lorsqu'on analyse un arbre, le consultant lui aussi est en train de jaillir, et dans ce jaillissement sont englobés ses aïeux, grands-parents, oncles, tantes et parents aussi bien que ses enfants, petits-enfants et arrière-petits-enfants. Le consultant est en perpétuel surgissement, à la fois fœtus, bébé, enfant, adolescent, jeune adulte, adulte mature et vieillard. Nous ne vivons que dans le présent, et nous sommes fondamentalement une unité. Mais l'humanité s'organisant selon un consensus où le temps est divisé en maintenant, avant et après, nous devons être capables à la fois de nous penser dans ce temps duel et dans l'intemporalité du présent.

Le schéma ci-dessous représente la conception métagénéalogique de l'individu au sein de son arbre :



Ce tableau nous permet à la fois d'appréhender la personne dans son unité et au centre de l'apparente dualité des forces en présence.

Aux deux extrémités, nous retrouvons le principe alchimique d'un double mouvement : celui de l'esprit qui se matérialise, simultanément avec la spiritualisation de la matière. L'**Alchimie** doit être comprise ici comme une référence métaphorique au travail sur soi. Elle renvoie en effet à la transformation des matières viles (névroses, blocages et abus) en matière précieuse : Conscience, présence et liberté d'être. Si nous voulons employer une terminologie plus moderne et plus – accessible pour désigner matérialisation de l'esprit et spiritualisation de la matière, nous pouvons les désigner par ces deux concepts : **intention et attention**.

La pratique de l'attention (par exemple dans les arts martiaux, les thérapies corporelles, la cérémonie japonaise du thé, la gestalt, etc.) consiste en effet à spiritualiser la matière en concentrant sa conscience sur des actions corporelles : mouvement, sensation, vue, ouïe… Le corps cesse d'être un véhicule inerte, un serviteur harassé, et devient le lieu par excellence de notre présence au monde.

Quant à l'intention, on peut tout d'abord en donner une définition neuromotrice : l'intention d'une action physique (une idée) se traduit instantanément par une propagation de l'influx nerveux qui induit le tout début d'une contraction musculaire (un acte). Le processus intentionnel est donc bien celui par lequel l'esprit se matérialise. De là découlent toutes les pratiques de l'intention (pensée positive, prière par répétition du nom divin ou *japa*…) consistant à imaginer activement une réalité future pour lui permettre de se manifester dans notre vie.

Pour continuer notre étude du tableau, si l'on observe les autres couples d'opposés, on se rend compte qu'ils ne sont opposés qu'en apparence. En effet, à tout instant :

- l'Univers et la Terre sont unis ;
- l'Inconscient et le Supraconscient agissent de concert ;
- nous sommes mus à la fois par la tendance à répéter le connu, le vécu des générations passées, et par l'aspiration à réaliser le nouveau, l'inédit, le projet du futur ;
- notre Être essentiel, authentique et unique, coexiste avec notre être culturel, acquis et collectif ;
- la capacité de créer s'articule avec l'habileté de pouvoir imiter ;

- nous nous inscrivons dans une lignée familiale que nous reconnaissons comme un trésor tout en étant la proie plus ou moins consciente de ses pièges.

Dès que nous nous concentrons sur le présent, nous ressentons à la fois la souffrance de notre nature éphémère et l'irrésistible joie d'être vivant. On pourrait dire que la guérison de l'arbre consiste précisément dans l'acceptation de notre propre mort, de la permanente impermanence des choses. C'est à ce prix que nous pouvons découvrir l'immense bonheur de vivre, et l'existence comme unité et union sans faille. Nous sommes alors libérés de l'angoisse de perdre (des biens, un être aimé, un territoire, l'existence, notre individualité, les attributs psychiques ou physiques que nous lions à notre identité : beauté, jeunesse…). Il s'agit d'accepter, comme le jet d'eau l'accepte, la transformation perpétuelle qui est notre nature véritable et celle de l'univers.

Cela revient à accepter la devise du surréalisme : lâcher ce qui est sûr pour ce qui est incertain.

Voilà pourquoi le travail sur l'arbre généalogique est comparable à une pratique artistique, et ne doit pas nécessairement être entrepris sous la houlette d'un thérapeute diplômé. Il convient de choisir son « arborologue » comme on choisirait un professeur de musique ou d'arts martiaux : selon les affinités que l'on ressent avec cette personne, et selon le niveau de réalisation qu'elle manifeste, à nos yeux, dans l'art d'être soi.

L'apport du Tarot

Sans entrer dans tous les détails de cette formidable architecture symbolique qu'est le Tarot de Marseille, il nous paraît essentiel de rappeler un certain nombre de ses lois d'orientation qui nous serviront dans l'étude de l'arbre généalogique. Les structures du Tarot, fondements de la symbolique occidentale, se présentent comme un miroir de la réalité humaine et cosmique, physique et psychique, de l'infiniment petit à l'infiniment grand. Elles nous permettent de proposer une conception de l'être humain utile dans notre travail.

Une numérologie évolutive

Sans désir d'évolution il ne peut pas y avoir de travail sur soi. Une personne qui a terminé sa croissance physique et atteint sa taille adulte se trouve face au choix de continuer ou non à grandir sur le plan psychique et spirituel. Faute de quoi, au moment de solliciter l'aide d'un enseignant, d'un guide ou d'un thérapeute, on tombe dans le piège du « patient » inactif qui veut être traité, pris en charge, caressé et calmé comme un enfant. Évoluer consiste, pourrait-on dire, à aller de mieux en mieux, à être chaque jour moins angoissé que la veille. Dans cette perspective, il est utile de connaître la numérologie dynamique proposée par le Tarot, qui résume en dix degrés des cycles d'évolution successifs.

Pourquoi dix ? Nous avons dix doigts aux deux mains, mais chaque doigt a une existence individuelle. Le 10 représente une totalité, qui se subdivise en plusieurs étapes au fil desquelles on peut retracer tout un processus de croissance, qui va de la potentialité encore irréalisée (le 1) à la totalité déployée (le 10). Chaque niveau émerge du précédent et se réalise dans le suivant.

Dans l'état de santé, nous parcourons cycliquement cette série d'étapes en une dynamique que l'on pourrait comparer à une spirale, où chaque degré de la numérologie nous apprend, au fil de compréhensions successives, quelque chose de nouveau. Mais par peur, à cause d'une blessure, par paresse ou pour mille autres raisons, on peut se trouver bloqué dans un état (stagnant) ou, pire encore, régresser et s'opposer à toute évolution, convaincu que la solution consiste à revenir en arrière (régressif).

Ce modèle dynamique nous permet d'accepter chaque étape comme nécessaire, et de comprendre quel est le prochain pas qui nous attend.

Rappelons brièvement les niveaux de la numérologie tarologique :

1. Potentialité/puissance

Aucune expérience, une immense énergie. Le point d'où jaillit un univers (dans la théorie du Big Bang). La graine d'où émergera l'arbre futur. Tout est en puissance.

Stagnant ou régressif : ne commence jamais rien.

2. Gestation/arrêt

Une étape d'accumulation (de forces, de données…) dans un espace protégé, comme la graine dans la terre ou le fœtus dans l'œuf. Un état stable, voire immobile, qui prépare une éclosion.

Stagnant ou régressif : étouffe dans l'œuf, ne naît pas.

3. Éclatement créatif ou destructeur

Première action sans aucune expérience. Celle du germe qui jaillit, de la puberté qui transforme un corps, mais aussi tout grand nettoyage ou éradication de l'inutile. On agit sans savoir où l'on va.

Stagnant ou régressif : explose incessamment dans tous les sens, improductif, agressif, envahissant.

4. Stabilité/équilibre

Le monde se consolide. Une famille, un gouvernement, une maison, une économie stable… Les conditions de la vie sont là, rassurantes, protectrices, adultes.

Stagnant ou régressif : dictatorial, coercitif, étroit d'esprit, psychorigide.

5. Tentation, nouveau regard

Toutes les explorations commencent à ce niveau, où l'on est tenté de quitter le connu pour découvrir d'autres horizons, comme Christophe Colomb appareillant pour les Indes.

Stagnant ou régressif : trompeur, débouche sur le néant, la mort ou la tromperie (Faust).

6. Beauté et joie comme principe de réalité

À ce niveau nous avons dépassé le cadre strict de la survie et de la – sécurité pour aboutir dans une réalité obéissant à d'autres critères. C'est une nouvelle conception de la vie qui s'ouvre, centrée sur la beauté. Dans la croissance végétale c'est la floraison : la fleur, avec sa beauté, ses couleurs et son parfum, prépare l'éclosion du fruit.

Stagnant ou régressif : narcissique et complaisant, séchera sans fructifier.

7. Action dans le monde

La collecte de toute l'expérience des degrés précédents ouvre à une action forte, non plus seulement individuelle et inexpérimentée, comme l'était le degré 3, mais collective et ancrée dans le monde. L'énergie du 7 est jeune par sa puissance, mais âgée par son expérience. Il agit en sachant où il va.

Stagnant ou régressif : action pour l'action, ego démesuré et destructeur.

8. Perfection

De même qu'à huit mois le fœtus est complètement formé et n'a plus qu'à se préparer à naître, le 8 représente une perfection qui se déploie, horizon de toute action, sans avoir elle-même besoin d'agir. Rien à ajouter, rien à enlever.

Stagnant ou régressif : perfectionnisme, immobilisme.

9. Crise de passage

Comme l'enfant prêt à naître au neuvième mois de la grossesse, ou comme le fruit mûr qui s'apprête à tomber, ce degré évoque l'abandon de la perfection pour entrer dans un nouveau monde encore inconnu. Il est celui de toutes les crises annonçant un nouveau cycle.

Stagnant ou régressif : crise stérile, solitude, agonie.

10. Fin d'un cycle et début du suivant

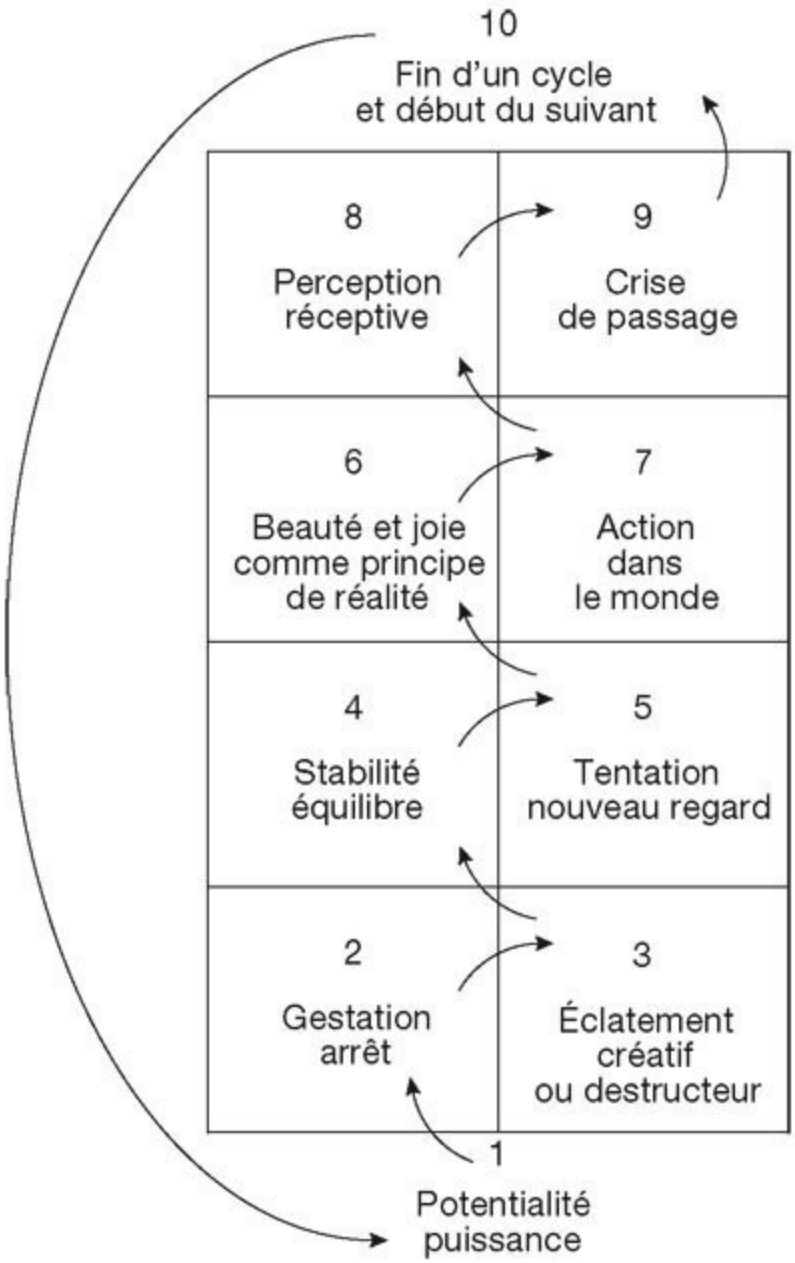
Le 10, totalité réalisée, n'a plus d'énergie, mais une immense expérience. Il symbolise le moment où l'ancien et le nouveau coexistent : la chrysalide déjà déchirée avec le papillon à peine naissant, ou l'enfant encore attaché à la mère par le cordon, qui apprend à respirer. C'est le moment où tout finit et tout commence. Il faut parfois accepter l'aide extérieure pour passer au nouveau cycle.

Stagnant ou régressif : cycle bloqué, incapacité à se situer dans une dynamique d'évolution.

Après le 10 apparaît un nouveau 1 : un commencement inédit dans un monde inconnu. Par exemple, on peut avoir parcouru tout le cycle dans le domaine intellectuel (jusqu'au 10 qui représente alors l'abandon de ses idées fixes et l'ouverture à l'écoute de l'autre), puis recommencer comme

un véritable débutant dans le domaine affectif (avec un nouveau lien ou un renouveau amoureux précisément né de cet apprentissage de l'écoute).

La numérologie évolutive du Tarot



Cette structure évolutive nous permet de considérer l'être humain comme étant en évolution constante. C'est une attitude essentielle dans le

travail de l'arbre généalogique, où la répétition du passé correspond à des énergies stagnantes ou régressives, et la réalisation du futur à la dynamique d'évolution.

Exercice : Où suis-je ?

Tirez au hasard une carte du Tarot ou un numéro entre 1 et 10. Quel que soit le degré de la numérologie auquel ce tirage « au hasard » vous renvoie, demandez-vous : « En quoi puis-je dire que je me trouve en ce moment à cette étape du cycle numérologique ? Suis-je dans une dynamique fluide (évolutive) ou régressive (stagnante) ? »

Les quatre éléments

Les arcanes mineurs du Tarot se divisent en quatre couleurs ou symboles qui nous aident à penser l'être humain non pas comme une entité monolithique, mais comme un être pourvu de quatre énergies, chacune dotée d'un langage distinct :

- **L'intellect** (représenté par l'Épée) : nos pensées rationnelles ou intuitives, nos croyances, nos conceptions, notre capacité à penser le monde. Son langage : les idées. Sa dynamique : concevoir, croire, penser, imaginer, définir verbalement ce qui est.
- **Le centre émotionnel** (représenté par la Coupe) : nos affections et nos sentiments, toute la gamme des émotions qui nous lient et nous séparent des autres, notre apprentissage individuel des relations. Son langage : les sentiments. Sa dynamique : celle de l'amour sous toutes ses formes, et des sentiments négatifs qui s'en écartent.
- **La libido** (représentée par le Bâton) : toute la gamme de l'activité sexuelle et créative qui consiste à engendrer un être ou un projet (enfant, œuvre artistique ou toute autre création). Son langage : les désirs. Sa dynamique : faire, créer, mais aussi pouvoir (le processus créatif et sexuel passe par des phases réfractaires qui renvoient à la puissance et à l'impuissance).

- **La vie matérielle** (représentée par le Denier) : tout ce qui nous maintient en vie, à commencer par notre corps, sa santé et son équilibre, la circulation de l'argent, le ou les territoires où nous agissons et vivons. Son langage : les besoins. Sa dynamique : vivre, survivre, agir parmi nos semblables…

Cette subdivision nous permet d'entreprendre un autre aspect du travail alchimique : **dissoudre et coaguler**, c'est-à-dire isoler les éléments spécifiques qui nous composent pour mieux nous reconstituer comme une unité, et cesser de nous concevoir comme une entité solide et monolithique mue par des forces « mystérieuses ».

Lorsque nos conceptions entrent en conflit avec nos émotions, et qu'au même moment notre réalité matérielle nous dicte un chemin qui va à l'opposé de notre désir, les quatre centres tirent chacun de leur côté, comme quatre chevaux d'un attelage sans but commun. Le premier pas, pour aligner et orienter nos énergies vers un objectif, consiste à identifier ce qui relève de chaque centre. Par exemple, la morale occidentale, effrayée par l'énergie sexuelle, a longtemps assimilé cette énergie à un sentiment (en général pour les femmes) ou à un besoin (en général pour les hommes). En d'autres termes, il arrive fréquemment que pour des raisons culturelles, sociales ou familiales, une énergie soit « – colonisée » par une autre. L'intellect envahi par les émotions ne parvient plus à – raisonner – clairement ; la sexualité surchargée de croyances et d'interdits devient une source d'angoisse (comme au XIX^{e} siècle où le monde médical occidental, unanime, a inventé de toutes pièces une série de dangers supposés mortels contre la pratique pourtant saine et fonctionnelle de la masturbation). Dans certaines familles, l'argent ou la nourriture est un moyen privilégié ou exclusif pour exprimer son affection aux enfants : ceux-ci grandiront prisonniers d'une confusion entre les centres matériel et affectif, qui peut conduire à des dérèglements alimentaires ou à des conduites autodestructrices vis-à-vis de l'argent.

Douze déviations de la personnalité sont possibles : chacun des quatre centres peut être colonisé par les trois autres. Lorsqu'on entreprend un travail sur soi, il est utile de se demander lesquelles de ces déviations sont dominantes. Nous pourrons ensuite étudier comment notre arbre généalogique les a produites.

La liste ci-dessous ne prétend pas à l'exhaustivité, elle servira plutôt de point de départ pour votre réflexion.

Dans quelle mesure l'intellect est-il colonisé par :

- les émotions (l'affection rend la pensée trop subjective, elle devient floue ou inconstante, s'enthousiasme hors de propos ou au contraire se décourage, se dévalorise…) ?
- la libido (intellect compétitif, obsessions sexuelles, créativité débordante qui fait dériver les raisonnements en tous sens…) ?
- le centre matériel (pensée ultramatérialiste, incapacité à l'abstraction, incompréhension de tout ce qui est métaphysique…) ?

Dans quelle mesure le centre émotionnel est-il colonisé par :

- l'intellect (froideur affective, calcul, incapacité à exprimer les émotions, détours par des explications rationnelles…) ?
- la libido (affections passionnées et possessives, jalousie, dépendance affective, délire érotomaniaque…) ?
- le centre matériel (chantage, calculs, manipulations affectives en vue d'obtenir des bénéfices, devenir amoureux d'une personne pour ce qu'elle possède et non pour ce qu'elle est…) ?

Dans quelle mesure le centre sexuel/créatif est-il colonisé par :

- l'intellect (refroidissement, ritualisation extrême de la sexualité, frigidité, impuissance sexuelle ou créative : on sait fabriquer, analyser mais on est incapable de créer…) ?
- le centre émotionnel (la tendresse prend le pas sur la sexualité et rechigne à entrer dans l'énergie du désir, la créativité devient sentimentale, libido et créativité s'infantilisent…) ?
- le centre matériel (prostitution, survalorisation du corps ou de l'argent dans l'attirance sexuelle, créativité tournée vers la rentabilité, ou au contraire insécurité matérielle extrême bloquant l'accès à l'énergie créative et sexuelle…) ?

Dans quelle mesure le centre matériel est-il colonisé par :

- l'intellect (troubles obsessionnels, la personne vit selon des règles rigides sans écouter les besoins de son corps…) ?
- le centre émotionnel (conduites alimentaires, corporelles ou financières exprimant un besoin affectif : sur- ou sous-alimentation, dépenses inconsidérées, attachement excessif à un lieu, une maison,

des meubles, angoisses économiques ou corporelles envahissantes…) ?
- la libido (sexualisation systématique du corps, obsession de la séduction, désordre matériel par excès de créativité…) ?

Une personne est prête à évoluer lorsqu'elle reconnaît dans chaque centre le langage et l'énergie qui lui correspond, c'est-à-dire lorsqu'elle pense avec son intelligence propre, aime avec son cœur, désire et crée avec son centre sexuel et vit selon ses besoins. On pourrait dire que les douze déviations de l'ego sont les douze « apôtres » d'un « Moi christique » qui serait leur maître et enseignant, la version alignée du Moi où les centres – fonctionnent correctement.

Cela revient à dire que la prise de conscience des déviations dans les quatre centres est un chemin d'apprentissage. Dès lors qu'on reconnaît par exemple : « Mon centre émotionnel est colonisé par l'intellect car je ne parviens pas à exprimer mes émotions, je m'encombre d'explications sans fin qui ne font que me couper un peu plus de ceux que j'aime », on peut commencer à restaurer le centre (émotionnel, dans ce cas) en lui apprenant à s'exprimer. C'est-à-dire que l'intellect (la clarté d'expression) devient non plus le colonisateur, mais l'allié de l'émotionnel.

À nouveau, voici un tableau indicatif de la manière dont ce processus peut être entrepris :

L'intellect peut accepter comme alliés :
- les émotions : il apprend alors à écouter, s'ouvre à l'intelligence émotionnelle, prend en compte des aspects plus subtils dans ses raisonnements.
- la libido : il découvre la créativité mentale et le plaisir d'émettre des idées à profusion sans devoir nécessairement conclure.
- le centre matériel : il s'ancre dans le corps et apprend la présence, qui le mène au silence régénérateur.

Le centre émotionnel peut accepter comme alliés :
- l'intellect : il nomme ses affects, comprend ceux des autres, clarifie ses émotions.
- la libido : il découvre le plaisir de jouer avec ses sentiments et de créer en soi, volontairement, des émotions belles ou sublimes.

- le centre matériel : il apprend à aimer non seulement ses semblables mais tout ce qui existe : tout est vivant donc tout est aimable.

Le centre sexuel créatif peut accepter comme alliés :

- l'intellect : il apprend à connaître ses propres processus de désir et de jouissance et ceux de l'autre ; il donne du sens à sa créativité.
- le centre émotionnel : il s'ouvre à l'écoute de l'autre, crée et désire par amour.
- le centre matériel : il apprend à désirer passionnément ce qu'il possède déjà, c'est-à-dire à renouveler son regard sur le connu ; il apprend aussi que l'argent ou la santé ne font pas le bonheur, mais aident à soutenir l'énergie créative…

Le centre matériel peut accepter comme alliés :

- l'intellect : la discipline intellectuelle, morale ou spirituelle lui permet d'organiser son temps, son existence, en tenant compte de sa mortalité et sans perdre sa vie.
- le centre émotionnel : il agit par amour et avec amour, il apprend la valeur de la caresse, la délicatesse vis-à-vis des autres, cette attention affectueuse qui donne une saveur incomparable à la vie quotidienne.
- la libido : il introduit la beauté dans son quotidien, se permet d'être créatif et comprend que le meilleur chemin d'un point à un autre n'est pas forcément le plus court, mais peut être le plus beau.

Exercice : La chasse aux idées folles

Quelles sont, parmi vos idées, les croyances distordues héritées de votre arbre généalogique ? Une idée distordue a pour caractéristique de constituer un empêchement, une souffrance, un motif d'inaction et non de conceptualiser le monde de manière utile. Nous sommes tous plus ou moins colonisés par des croyances, des formules, des idéologies, des obsessions qui ne se révèlent d'aucune utilité dans la vie courante.

Exemples : « La vie est dure » ; « Les hommes sont tous des traîtres », « Les femmes sont idiotes », « L'argent est fondamentalement sale », « Il vaut mieux mourir jeune », etc.

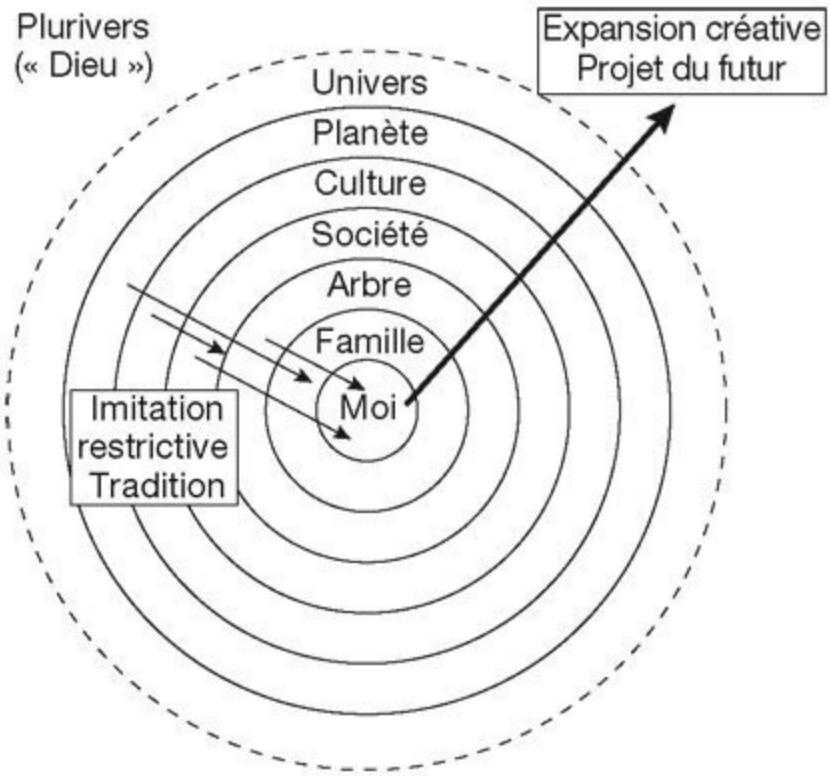
Faites une liste des idées présentes de manière récurrente dans votre esprit avec lesquelles vous ne vous sentez pas profondément en accord. Puis, pour chacune de ces idées, posez-vous la question : « Qui, dans mon arbre généalogique, croit profondément à cette affirmation, et pourquoi ? »

Le rôle des obstacles

Comme nous l'avons vu, chaque individu est le produit de deux forces : la force d'imitation, dirigée par le groupe familial, et la force de création, issue de la Conscience universelle.

On peut présenter cette double influence sous forme d'un schéma où les Inconscients s'emboîtent de manière concentrique. Au centre, l'individu et son Inconscient personnel. Autour de lui, le groupe familial et l'Inconscient collectif de l'arbre généalogique, qui sera l'objet de notre étude dans ce livre. Mais l'arbre s'inscrit à son tour dans une société, laquelle possède aussi un Inconscient collectif plus vaste. Cette société est le produit d'une culture, elle-même produit de l'humanité. Au-delà des limites de la Terre, on peut imaginer qu'il existe un Inconscient cosmique, reflet de la Conscience de l'univers, et un Inconscient « divin » ou total, qui serait la source de toute Conscience.

Jusqu'au niveau planétaire (l'humanité entière telle qu'elle existe actuellement), nous sommes soumis à des forces de répétition : traditions, habitudes, restrictions, croyances, etc. À partir du niveau cosmique ou universel, nous entrons dans la Conscience pure et rien ne s'oppose plus au projet du futur.



Tout individu se trouve enserré dans une série d'influences qui le modèlent de l'extérieur, alors que le projet de la Conscience (symbolisé sur le schéma par la flèche tournée vers l'extérieur) consiste à se réaliser créativement, de manière inédite et en surmontant les contraintes induites par notre formation répétitive.

L'arbre généalogique, lui-même soumis aux pressions de la société et de la culture, nous « sculpte » par le biais des forces d'imitation, de répétition, de conformité, de tradition. Le travail de la Conscience individuelle consiste à dissoudre les limites qui ne correspondent pas à notre personnalité véritable pour pouvoir accomplir un projet inédit.

Comme on le voit, le chemin de la Conscience traverse l'arbre, la société, la culture, pour rejoindre le plan universel. En termes simples, si je cesse de répéter les injonctions de mon arbre, de la société dans laquelle je vis, de la culture qui m'a élevé et si j'innove de manière significative, j'apporte un « plus » à mon arbre, à ma société, à ma culture.

Exemple : Dans une famille marquée par la ruine et l'exil, la réussite individuelle d'un membre de la famille, bien vécue, peut apporter l'information que « c'est possible » (de devenir prospère, d'accéder à l'éducation, etc.). Dans une famille où les liens affectifs sont coupés, un membre qui redécouvre le sens de l'amour et des valeurs humaines peut devenir une lumière qui illumine sa famille.

Socialement, les grandes révolutions artistiques, scientifiques ou culturelles sont d'abord perçues comme une offense à l'ordre établi. Mais bientôt elles enrichissent la société ou la culture qui les accueille.

De même, au niveau planétaire, les idées hier utopistes de développement durable, de respect des ressources naturelles, etc., sont aujourd'hui perçues comme salvatrices.

Mais les cercles de répétition résistent toujours à la nouveauté : la tradition, c'est-à-dire la conservation de l'identité familiale, culturelle ou sociale, exige des membres du clan la reproduction des schémas.

Comme nous le verrons dans la 4e partie à propos du couple dans l'arbre généalogique, la dynamique entre forces de répétition et forces de création peut être interprétée de la façon suivante : chacun de nous est à la fois l'enfant de ses parents et une création unique de l'univers, qui dépasse la volonté individuelle des parents et dont ils ne sont que le vecteur et le truchement. À ce titre, l'étude de l'arbre aura pour objet d'identifier les **formations et déformations** imposées à notre Être essentiel. Dans un deuxième temps, elle permettra de repérer les **obstacles nécessaires et féconds** permettant à notre projet de s'accomplir. Le passé cherche à imposer un sens au futur, mais c'est en réalité le futur qui donne un sens au passé en lui accordant une signification nouvelle. Tel est en résumé le sens de notre travail.

Le rôle d'héritier peut être positif ou négatif : on peut être le fils ou la fille désigné(e) pour continuer la tradition familiale, pour relever le niveau intellectuel ou social, pour réparer une série de morts en élevant une famille nombreuse, ou encore pour stabiliser la réputation familiale en faisant un bon mariage et en conservant une position sociale donnée. Inversement, le « mouton noir » ou la « brebis galeuse », portant tout ce que l'arbre généalogique a besoin d'expulser sur un membre en particulier, est l'héritier négatif de l'arbre : l'enfant devenu alcoolique ou drogué, la fille qualifiée de « prostituée » pour avoir choisi une vie non conforme à l'idéologie du clan, l'éternel joueur qui ruine femme et enfants, le raté qui finit dans la

misère… Toutes ces figures, présentes sous une forme ou sous une autre dans les familles, relèvent de l'héritage.

Dès lors que l'on cherche à introduire dans son arbre une information nouvelle, la résistance va se manifester sous la forme d'obstacles divers. Dans un premier temps, ces obstacles vont nous paraître insurmontables. Comme dans les légendes et les mythes, nous devrons nous y confronter pour les transformer en étapes de notre libération.

Le conte initiatique ci-dessous résume bien cette fonction essentielle de l'obstacle, posé sur notre chemin par la Conscience, Dieu ou la nature pour nous permettre de nous fortifier et assurer notre croissance.

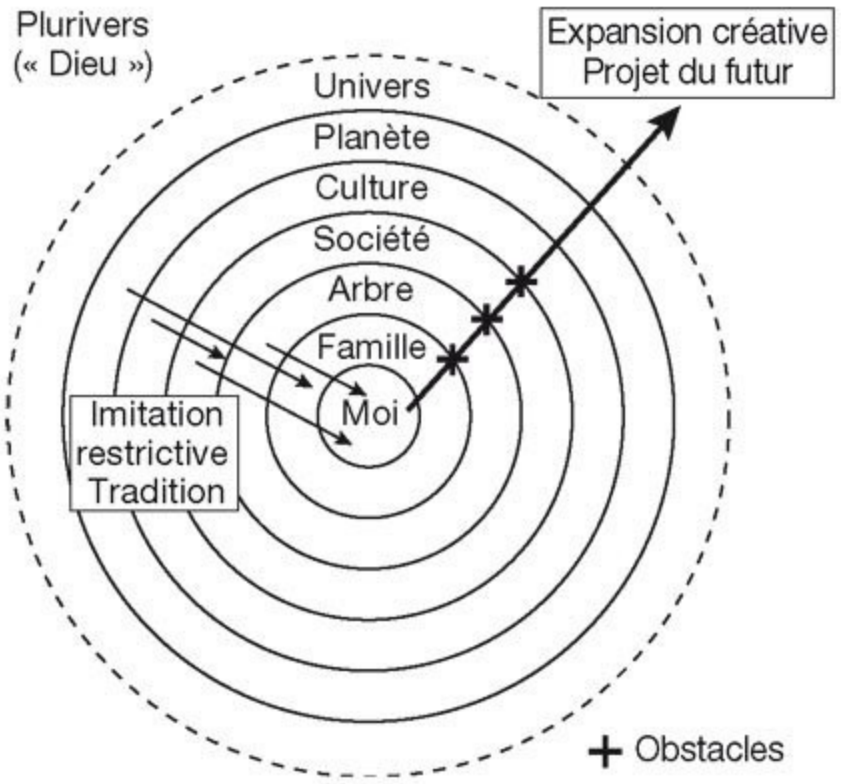
> *Un paysan reçoit la visite de son Dieu. Il s'agenouille devant lui et le remercie avec ferveur de lui avoir accordé le don de la vie. « Je te dois tout, mais cependant je veux te présenter mes doléances : je travaille pour fertiliser mes terres et faire pousser du blé en abondance, et pourtant tu m'envoies des ouragans, des sécheresses, des oiseaux voraces, des souris, des pluies torrentielles, des épidémies. Ne pourrais-tu pas pour une fois m'éviter ces maux ? » Le Dieu satisfait la prière du paysan. Après les semailles, nul ouragan ne soulève la terre ; le climat reste favorable toute l'année, il pleut juste ce qu'il faut, aucune souris n'apparaît, ni le moindre oiseau, aucun insecte nuisible… Par manque d'obstacles à vaincre, affaiblies, les graines pourrissent dans leur bonne terre sans même germer.*

L'être humain avance en triomphant d'obstacles successifs. Au prix d'efforts titanesques, et en bannissant de son esprit les idées parasites, le moine zen s'illumine. En refusant toute discrimination, le saint trouve la paix du cœur. En triomphant de sa peur de mourir, le héros se réalise. En se soumettant à une discipline de fer, le champion triomphe. Ces quatre destins ne sont pas la répétition de celui des ancêtres : ce sont ceux d'hommes ou de femmes qui ont reconnu dans leur esprit, dans leur cœur, dans leurs désirs et dans leur chair la Conscience universelle, source des univers multiples. Ils ont décidé d'habiter l'éternité et l'infini, et de ne plus agir par mécanisme ou automatisme. Ils ne sont pas guidés par des idées fixes et peuvent interrompre le dialogue intérieur, domptant ainsi le mental. Ils accueillent chaque succès avec la candeur et l'émerveillement d'un enfant, et ouvrent leur cœur à des sentiments sublimes. Ils soufflent sur les cendres de toutes les traditions figées pour rallumer le feu qui produit chaleur et lumière, ici et maintenant.

Sur le chemin d'une telle réalisation, les forces répétitives de l'arbre, de la société et de la culture vont opposer à la personne en chemin vers soi-même une multitude d'obstacles, dont le premier sera le moi personnel, l'identité acquise sous toutes ses formes, des plus séduisantes aux plus

terrifiantes. Idées reçues, phobies, angoisses, conflits, accidents, ruines… La liste serait trop longue pour les citer toutes. Mais indépendamment de notre formation et de notre identité, la vie elle-même nous présente sans cesse des difficultés : un climat peu favorable, un « coup de malchance », une ruine, une catastrophe naturelle, une guerre, une épidémie… là encore la liste des calamités qui surgissent sur le chemin est interminable.

Face à ces obstacles, à ces difficultés, à ces blessures, nous avons, comme nos ancêtres avant nous, deux possibilités : soit réagir en adoptant une attitude déjà existante, en appliquant une recette plus ou moins efficace issue du passé, auquel cas nous faisons allégeance aux forces de répétition et nous nous comportons en héritiers ; soit nous pouvons nous en remettre à la Conscience, à la créativité, à ce qu'il y a de plus haut et de plus novateur en nous, et permettre à l'obstacle de devenir notre maître, nous poussant à sécréter, en face de lui, une **solution inédite** dont la source sera, en réalité, la Conscience universelle. On aura alors agi comme un mutant qui apporte à son arbre généalogique une information nouvelle.



Exercice : Les obstacles et le héros

Quels sont les trois principaux obstacles que vous rencontrez dans votre vie actuelle ? Sont-ils d'ordre :

matériel (problème avec l'argent, le territoire, la santé…) ?

créatif ou sexuel (frigidité ou impuissance, difficulté à créer…) ?

affectif (sentiment d'autodévaluation, conflits récurrents…) ?

intellectuel (incompréhension, manque d'éducation, agression verbale…) ?

Quel lien pouvez-vous établir aujourd'hui entre ces obstacles et votre formation familiale ? La société et la culture dans laquelle vous vivez ?

Pour chacun de ces obstacles, proposez-vous d'inventer au moins trois solutions créatives permettant de les vaincre, aussi invraisemblables ou farfelues soient-elles, par exemple en imaginant l'intervention d'un personnage surnaturel, ou en vous attribuant des pouvoirs supra-humains. Il s'agit de mettre à l'œuvre votre imagination, comme s'il s'agissait d'un personnage fictif et non de vous-même.

Puis, parmi ces solutions, distinguez lesquelles vous paraissent envisageables et lesquelles sont absolument hors de votre portée.

Enfin, dépassant votre propre histoire, reprenez les solutions « impossibles » et imaginez un personnage supérieur à vous, une sorte de héros qui pourrait employer ces solutions. Visualisez son triomphe sur les obstacles dans tous ses détails, comme l'intrigue d'un roman ou un scénario de film. Cet exercice vous permettra de vous distancier des limitations imposées par l'arbre.

Pour dépasser ses limites, il faut commencer par les toucher, de même que pour entrer dans un pays étranger il faut commencer par arriver à la frontière de ce pays. Vous allez donc explorer vos propres frontières sur un mode symbolique.

Exercice : Toucher ses limites

Asseyez-vous sur une chaise, dans une position neutre et équilibrée, et commencez par décider où se trouve votre centre : dans le crâne, la poitrine, le plexus solaire, le *hara* (bas-ventre) ? Quel que soit votre choix, il sera valable pour cet exercice. Sacralisez ce centre et donnez-lui une existence précise en imaginant une lumière, une flamme ou encore la couleur dorée. Pour stabiliser un peu plus votre position de départ, vous pouvez vous imaginer sur un trône de lumière.

Puis, à partir du centre, vous allez *successivement* projeter six points lumineux aussi loin que vous le pouvez dans l'espace, en imagination, en suivant les six directions cardinales :

- un rai de lumière qui part du centre et va aussi loin que possible vers l'avant ;
- un rai de lumière qui part du centre et va aussi loin que possible vers l'arrière ;
- un rai de lumière qui part du centre et va aussi loin que possible vers la droite ;
- un rai de lumière qui part du centre et va aussi loin que possible vers la gauche ;
- un rai de lumière qui part du centre et va aussi loin que possible vers le haut ;
- un rai de lumière qui part du centre et va aussi loin que possible vers le bas.

Dans chaque direction, allez aussi loin que votre imagination vous le permet, et lorsque vous touchez votre limite (l'obstacle actuel à votre expansion),

remerciez-la de s'être manifestée à vous, puis ramenez le rai de lumière vers vous, enrichi de cette connaissance, de cette gratitude et de cette conscience.

Une fois que vous aurez exploré les six directions l'une après l'autre, revenez au centre et faites surgir les six rais de lumière imaginaires tous ensemble, créant autour de vous un espace en trois

dimensions qui s'étend aussi loin que possible. Cet espace définit votre « bulle », l'espace dans lequel vous êtes capable aujourd'hui de vous déployer. Prenez conscience de cette bulle qui vous entoure, revenez au centre et prenez un moment pour apprécier le temps que vous avez consacré à cette expérience avant de reprendre le cours de votre vie quotidienne.

Il est possible de faire cet exercice plusieurs fois ; vous verrez qu'au fur et à mesure de vos efforts, les rais de lumière iront de plus en plus loin.

La leçon des cultures dites « primitives » et de la magie traditionnelle

Toute cette étude sera sillonnée de références à des pratiques religieuses, magiques ou rituelles qui font partie du patrimoine de l'humanité et par conséquent du nôtre, par-delà les éventuelles différences culturelles. Au moment d'aborder la question des ancêtres, il faut se détacher d'une vision strictement occidentale et « civilisée » qui n'assume que la position rationnelle, scientifique, médicale et démontrable, pour aller tirer un enseignement de toutes les pratiques qui utilisent, nommément ou non, l'Inconscient humain comme une réserve de guérison possible et d'énergie vitale.

Si l'on résume le discours actuel de la neurologie sur le fonctionnement du cerveau humain, on peut dire de manière simplifiée que nous utilisons le lobe gauche pour la pensée rationnelle, le plus souvent dans notre activité consciente, et que nous passons les commandes au lobe droit intuitif lorsque nous dormons. Une moitié du cerveau préside donc à l'état de veille et l'autre au rêve. Bien entendu cette division n'est pas absolue et il nous arrive fréquemment de passer de la rationalité à l'émotion ou à l'intuition en raison d'un choc, d'un accident, etc. Entre les cerveaux, le corps calleux fait en quelque sorte le « pont ». C'est symboliquement le lieu où se situe l'être de Conscience, qui apprend à penser et à vivre en utilisant les deux lobes en même temps. Un artiste, un chaman fonctionnent de manière créative et intuitive (on peut dire qu'ils ouvrent la porte à l'Inconscient par la pratique de l'art ou de l'intuition) tout en conservant une rationalité solidement ancrée dans le réel, la relation à l'autre et le cadre social. On

pourrait convoquer à titre – d'illustration le caducée d'Hermès, où deux serpents entrelacés montent vers le – sommet d'un bâton où se déploient des ailes : les deux serpents – pourraient être les deux lobes du cerveau et ce sommet ailé l'expansion de la Conscience.

Une telle expansion ne peut pas être réalisée par une démarche scientifique stricte, qui se base exclusivement sur des expériences reproductibles. Il existe, dans la réalité, des expériences uniques qui ne se répètent jamais, et qui n'en sont pas moins radicalement vraies – elles appartiennent à un autre ordre d'événements qui, si l'on veut les cataloguer, doivent être mis au crédit d'un mode non pas scientifique mais artistique. Inversement, les approches majoritairement basées sur le cerveau droit, comme les extases à vocation mystique ou les expérimentations surréalistes, peuvent aisément verser dans la superstition et se trouver perverties, à la fois sur le plan de la connaissance personnelle et sur celui de la relation humaine, par manque de vigilance et, pourrait-on dire, de bon sens.

Notre position est que l'on ne peut véritablement comprendre l'être humain, et donc l'arbre généalogique, que d'un point de vue artistico-scientifique. Si l'on accepte que la réalité et le rêve, ces deux instances du cerveau humain, sont intimement mêlés, on peut à loisir utiliser une stratégie de compréhension et de résolution des problèmes qui consiste à **considérer rationnellement la réalité comme un rêve**, c'est-à-dire à se demander, dans une situation insoluble ou traumatisante : « Pourquoi suis-je en train de rêver cette situation ? »

Ce passage d'une perspective à l'autre peut être formidablement fructueux si la personne a intégré les deux aspects de ses capacités cognitives. De même, dans cette perspective, il devient possible de **rêver éveillé** une situation, en d'autres termes de lui imaginer un dénouement idéal, une solution inédite, dont l'influence se fera ensuite sentir dans la réalité.

Enfin, on peut rappeler que de nombreuses pratiques spirituelles (parmi lesquelles la tradition Bön du bouddhisme tibétain) encouragent le travail sur le **rêve lucide**, c'est-à-dire la capacité qu'a la conscience de l'état de veille à pénétrer l'univers du rêve pour en gouverner le – déroulement. Le but du rêve lucide n'est pas, en réalité, de fabriquer artificiellement des rêves dignes d'un film à gros budget. Il peut servir à résoudre des angoisses profondes : par exemple, on peut se proposer, face à un cauchemar récurrent, de faire face à l'objet terrifiant (un monstre, la perspective d'un

accident, un agresseur) qui est en réalité une instance de notre Inconscient, et de s'en remettre à lui par une formule du type : « Que me veux-tu ? Je suis là pour toi. » L'objet de terreur se révèle alors comme une force des profondeurs qui vient nous délivrer un message précieux. De même, on peut se proposer symboliquement d'expérimenter l'apesanteur en s'envolant dans un rêve, de traverser un mur, ou encore de dépasser les limites de l'atmosphère : tous exercices qui ont en réalité pour but de nous désidentifier de notre esprit strictement rationnel et de nous unir à l'Inconscient profond, réservoir des savoirs de l'humanité.

L'apport des cultures dites « primitives » est particulièrement pertinent si l'on s'intéresse au phénomène de la **possession**.

La possession classique consiste pour le possédé à laisser son propre ego, sa personnalité, se plier devant un archétype qui vient l'habiter, prenant les commandes de ses pensées, de ses paroles et de ses actes. Dans les religions de possession comme le vaudou afro-haïtien ou le culte cubain des orishas, qui en dérive, il existe un panthéon – composé de différents dieux déterminés chacun par des conduites et des valeurs (ou pouvoirs) précis, un caractère, un aspect, un rythme singulier. Baron Samedi, Ogou Baron Tonnerre, Fou-Ka, Eleggua, Yemaya, Oshun, Chango : autant de divinités dotées de caractéristiques que le postulant à la possession, dans son état normal, n'a pas. Mais dans le rituel religieux, l'officiant adopte la configuration de cet archétype. Les possédés oublient leurs caractéristiques personnelles et prennent celles de l'archétype qui les possède. L'écart entre l'individualité normale du possédé et la personnalité qu'il assume dans le rituel peut être énorme, et aller par exemple jusqu'au changement de sexe. Si la personne est médium, elle peut faire parler les morts qui prennent alors possession d'elle pour s'exprimer.

Les cultures chamaniques manifestent elles aussi des phénomènes de possession où une entité s'exprime à travers le prêtre, qui peut par exemple se laisser visiter par l'esprit d'un animal, d'une plante ou d'un dieu. Dans le chamanisme cette possession est choisie par une personne douée de compétences raffinées, alors que dans le vaudou n'importe qui peut être possédé, parfois même contre son gré.

La différence entre un possédé et un acteur est minime. Elle tient essentiellement en ceci : l'acteur sait qu'il incarne un personnage alors que

le possédé *est* le personnage pendant le temps de la possession ; il est envahi.

Or, la famille procède elle aussi par possession. Il est courant de voir un enfant adopter la posture, les gestes, la façon de marcher, les inflexions, les postures corporelles de ses parents, mais aussi leurs sentiments ou leur manière de penser. Même si ces ressemblances sont en partie génétiques, elles relèvent aussi de l'imitation, ou plutôt de la – possession. Car, en réalité, l'imitation est dans une large mesure – volontaire et consciente, alors que ces mimétismes familiaux sont irrésistibles, inconscients et irréversibles, à moins d'un travail ardu sur soi-même.

Si nos parents sont « possédés » par leurs propres parents, qui l'étaient eux-mêmes par les leurs, on peut aisément en déduire qu'un enfant peut être « possédé » par son grand-père ou son arrière-grand-mère sans les avoir jamais connus.

Si une personne imite des valeurs qui l'aident à progresser dans un but quelconque, on peut parler d'une transmission saine, dans la mesure où l'on a affaire à un adulte en pleine maîtrise de ses choix. Les valeurs imitées de l'arbre généalogique peuvent donc être considérées comme des alliées. Mais si les caractéristiques du possesseur débordent le possédé, le conduisant non pas vers sa réalisation personnelle mais vers celle du personnage qu'il reproduit, il y a une dépossession de soi en faveur des intérêts du ou des personnages imités.

On voit ainsi fréquemment des consultants se plaindre d'une forte dévalorisation et d'une mauvaise image de soi, alors que tel grand-père ou telle grand-mère occupe, dans l'arbre généalogique, la place du héros : le modèle reste supérieur à la personne qu'il possède. Ou encore une personne condamnée à porter l'identité d'un ancêtre mort tragiquement, ou toujours malade, ne parvient pas à émerger de ce rôle sacrificiel.

La psyché enfantine tend à intégrer et dupliquer les sentiments, les idées, les désirs et les actes d'autres personnes. Ce processus de duplication est lié à la fascination : lorsqu'un ego plus puissant (l'adulte) fait face à un ego moins puissant (l'enfant), le plus vulnérable des deux copie l'autre. Cet ego puissant peut être celui d'un aïeul, et la fascination dure alors plusieurs générations. Le même processus est à l'œuvre lorsque, à l'âge adulte, on tombe entre les griffes d'une personne qui s'emploie à s'approprier l'ego des autres : escrocs, faux gourous, supérieurs assoiffés de pouvoir. Selon

que l'on est plus ou moins libéré des possessions de son arbre généalogique, on sera plus ou moins vulnérable à ce type de possession.

En règle générale, lorsqu'une personne se trouve, à l'âge adulte, dans une situation où elle ne se reconnaît pas, se sent bloquée et ne parvient pas à effectuer les changements souhaités, il est probable qu'une ou plusieurs possessions transgénérationnelles sont à l'œuvre, et il convient de les clarifier et de les désamorcer. Ces processus prennent des formes complexes que nous nous proposons de détailler tout au long de ce livre.

Exemple : Une femme a eu un père absent et faible, et une mère dominante qui « portait la culotte ». Elle épouse un homme dont le père est puissant, très présent, et qui a été élevé par une mère froide et distante. Chacun cherche dans la famille de l'autre l'élément qui lui a manqué : inconsciemment la femme projette dans son beau-père le père idéal et l'homme veut être « adopté » par sa belle-mère, plus présente et plus affectueuse que sa propre mère.

Au moment de la rencontre, chacun tombe amoureux de l'archétype parental qui possède l'autre : la femme tombe amoureuse du « père fort » qui possède son époux (en réalité écrasé par ce père tyrannique) et l'homme de la « douce mère » qui possède son épouse (en réalité très en colère contre son père en particulier et les hommes en général). Quelques années plus tard, le couple en crise vient consulter, ne comprenant pas comment l'idylle des débuts a cédé la place à un véritable enfer conjugal. L'étude de leurs deux arbres généalogiques les aidera à émerger de cette double possession et à retrouver une relation authentique.

Clarifier l'arbre est indispensable pour désamorcer ces possessions, mais peut ne pas suffire : la prise de conscience seule est parfois impuissante à déloger des habitudes émotionnelles, corporelles, créatives ou sexuelles et des croyances installées depuis des années.

On pourrait comparer l'arbre généalogique à un bain dans lequel nous avons été trempés enfants et dont les qualités et les défauts ont imbibé de manière apparemment irréversible tous les aspects de notre personnalité. Par exemple, nous savons que toute prédiction agit comme une malédiction : elle s'empare de nous, et nous n'en sommes pas libérés tant que nous ne la réalisons pas. Combien de prédictions avons-nous reçues entre notre naissance et le moment où nous sommes devenus autonomes ?

Pour faire face à ces possessions enfantines, nous proposerons au cours de cet ouvrage une série d'exemples et d'exercices inspirés de quatre techniques thérapeutiques directement issues des modes de guérison populaires, chamaniques et magiques :

- **Le massage initiatique**, où le corps est considéré à la fois comme le dépositaire du passé (et donc de tout l'arbre généalogique) et comme le véhicule de la Conscience (et donc comme un corps essentiel ou parfait). Le massage initiatique se propose de donner au corps, par le toucher, la possibilité de se libérer des informations inutiles ou néfastes du passé, et d'intégrer des informations manquantes lui permettant de se réaliser comme corps de Conscience.
- **Le psychorituel**, qui consiste à « jouer » comme au théâtre, avec des partenaires de bonne volonté, une situation destinée à guérir des marquages du passé (le psychorituel le plus important concerne notre gestation et notre naissance, comme nous le verrons plus loin). Cette mise en scène, qui doit être préparée et effectuée avec soin, a pour but non de ressasser les informations négatives mais, là encore, d'intégrer autant que possible des valeurs manquantes.
- **La psychomagie**, scénario individuel de guérison où l'on met en œuvre dans la réalité le parcours d'une sorte de « rêve éveillé » consistant, là encore, à accomplir de manière inoffensive une fixation irréalisable de l'inconscient (désir de meurtre, d'inceste…), à réparer une situation traumatisante (revivre le début d'un scénario d'abus pour en triompher) ou à intégrer des informations et des qualités positives (incarner un personnage héroïque, vivre une situation que l'on pensait impossible…).
- **Le psychochamanisme**, qui doit être pratiqué par un officiant compétent, imitant les interventions traditionnelles des chamans (purification, opérations diverses…) en les dépouillant de leur caractère superstitieux ou dangereux, pour agir directement sur l'Inconscient corporel ou *corps fantôme.*

Nous développerons toutes ces techniques en détail dans les parties suivantes.

Qui suis-je ? Des quatre ego à l'Être essentiel

Lorsqu'on se prend soi-même comme objet d'étude, il convient encore de préciser à quel aspect de soi on se réfère. Nous pouvons distinguer trois niveaux : le moi personnel (ego), le moi transpersonnel, qui prend en compte l'autre au même titre que lui-même, et le Moi essentiel.

Toutes les voies de développement personnel partent de l'**ego**, – passent par le **moi transpersonnel** et aboutissent au **Moi essentiel** (qu'on pourrait aussi appeler le **Soi** ou le **Dieu intérieur** : l'instance en nous qui vit dans l'unité).

Les quatre énergies (corps, libido, centre émotionnel et intellect) se manifestent dans l'ego et le moi transpersonnel : nous avons d'une part des besoins, des désirs, des sentiments et des pensées personnels et, d'autre part, nous pouvons cultiver des besoins, des désirs, des – sentiments et des pensées transpersonnels qui, dépassant la sphère de l'égoïsme limité, englobent le groupe, voire l'humanité entière.

Tout cela, chez la plupart des gens, se présente de manière emmêlée et indifférenciée, et exige pour être mis en ordre un travail personnel qui passe toujours par une forme de douleur (dissolution du chaos, de ce déséquilibre indifférencié, pour reconstituer, ou « coaguler » comme dit l'Alchimie, l'unité du Soi).

Un des éléments essentiels pour entreprendre ce travail est la volonté de **se trouver**, de **devenir véritablement soi-même**. Cette volonté naît ou est encouragée en nous par l'exemple de personnes plus avancées sur le chemin du Moi authentique, qui manifestent à la fois des qualités de générosité, d'ouverture et d'abnégation tangibles et dont émane un irrésistible sentiment de joie de vivre, de paix, ou une qualité de silence et d'écoute, ou encore une énergie peu commune, une sagesse qui nous confond, etc.

La souffrance n'existe qu'au niveau personnel, et on peut même dire que tout ce qui est personnel est souffrance. En effet, tout ce qui est « moi » renvoie d'une manière ou d'une autre à l'attachement, à la privation de liberté, à la limitation des perceptions, à l'impossibilité d'une recherche vraiment indépendante… Tout cela revient à se plier aux schémas existentiels imposés par la famille. Ce faisant, on nie tout ou partie de *ce qui est*, en se vivant comme un être isolé du tout. Cette souffrance essentielle ne peut être dépassée que dans le transpersonnel, c'est-à-dire dans ce qui est valable pour l'humanité entière : l'être humain est en réalité

l'humanité. La notion d'individu solitaire est une vue de l'esprit, l'individu seul ne peut exister. Tant que l'on est captif de l'illusion (positive ou négative) de se vivre comme un individu isolé, on vit dans un monde artificiel et imaginaire.

Le travail sur soi commence souvent par la prise de conscience d'une souffrance. Puis vient l'heure des résistances : on renâcle à changer, car bien souvent les besoins personnels entrent en conflit avec les besoins transpersonnels. De même les désirs, émotions et pensées. Au départ, tout cela se présente comme un tout confus et emmêlé, où il convient de clarifier les besoins, désirs, sentiments et pensées qui nous animent. Certains nous sont propres, la plupart sont un héritage de notre arbre généalogique.

Au terme d'un travail persévérant, voire acharné, il est possible d'ouvrir chacun de ses centres pour lui faire goûter la dimension de l'humanité et non plus seulement celle de l'individualité. La volonté est nécessaire pour créer un regard objectif, détaché des quatre éléments : un regard qui ne soit ni celui de mon intellect, ni celui de mes émotions, ni celui de l'être agité de désirs que je suis pour le moment, ni celui de mes besoins. Ce regard se divise alors en deux attitudes : l'une dirigée vers l'ego, l'autre vers le moi transpersonnel, pour dissoudre et connaître séparément l'aspect de chacun.

Le regard vers l'ego est, dans un premier temps, douloureux, car il reconnaît la petitesse de notre identité illusoire et avoue : « Je ne suis pas cela. » C'est ce qui arrive aux débutants en méditation zen lorsque, assis vingt minutes en silence, ils découvrent la foule de pensées désordonnées qui agitent leur mental, ou l'océan d'émotions chaotiques qui se succèdent dans leur cœur, ou qu'ils subissent l'impatience et l'inconfort d'un corps peu coutumier de l'immobilité. C'est alors qu'il est utile de tourner son regard vers le moi transpersonnel : celui-ci, chargé d'émotions sublimes, reconnaît la grandeur de cette identité qui ne dit plus seulement « je » mais inclut le Nous.

En règle générale, le moi personnel apprend, par ce processus, à collaborer avec l'Inconscient et le Supraconscient. Le transpersonnel prend sa source dans la découverte de l'Inconscient, il dépasse la possessivité infantile du « tout pour moi » pour l'altruisme adulte du « rien pour moi qui ne soit pas pour tous ». Le transpersonnel considère que tout ce dont jouit l'humanité est reçu de l'univers, et passe par « moi » pour être transmis.

D’un premier état « solide » et personnel, balisé de frontières et protégé par des verrous, on passe à l’état de canal.

Ce regard détaché que la volonté a produit va intégrer peu à peu le moi transpersonnel dans la vie quotidienne. Les actions et les décisions individuelles seront désormais teintées d’intentions impersonnelles (par exemple, protéger l’écosystème, participer à la santé de la planète, donner à ceux qui sont dans le besoin, résoudre les conflits en y reconnaissant sa part, promouvoir l’harmonie, etc.). Ce regard qui sépare et unit va devenir la base de la Conscience de l’Être essentiel ; au bout du compte, même si le moi transpersonnel est merveilleux à vivre, on arrive à cette conclusion : « Je ne suis pas cela non plus. »

Si nous nous basons sur la subdivision en quatre énergies, nous pouvons voir qu’il existe quatre ego : corporel, sexuel et créatif, émotionnel et intellectuel. Chacun a deux versants : personnel et transpersonnel.

L’ego corporel

Personnel : il aspire à l’immortalité, à la santé infaillible, à la jeunesse éternelle, à l’invulnérabilité, à l’abondance et à la richesse.

Transpersonnel : il accepte la maladie, la vieillesse et la mort en réalisant que l’humanité est immortelle. L’âge est un apport de culture et de sagesse à la jeunesse de l’humanité. Chaque maladie qui nous afflige devient un enseignement qui nous rend conscients de conflits intérieurs, voire de problèmes sociaux non encore résolus (par exemple, certaines épidémies, comme le choléra, sont directement liées à l’extrême – pauvreté où vit une partie de la planète). Il se défait des besoins ineptes inculqués par la publicité, la société, la culture.

L’ego sexuel et créatif

Personnel : il veut tout posséder, tout créer. Il veut être le meilleur amant, le plus grand artiste, le plus formidable guérisseur, et écraser ses compétiteurs. Il cherche la satisfaction et la victoire.

Transpersonnel : il apprend à limiter ses appétits et à collaborer à des actes de création collective, en réalisant que rien de ce qu’il crée ne lui appartient et qu’il est un canal. C’est l’art sacré, l’art utile, la sexualité comme moyen d’union avec le divin.

L’ego affectif

Personnel : il veut aimer exclusivement et être aimé à l'exclusion de tous les autres. Il confond l'amour avec la possession.

Transpersonnel : il comprend que l'amour est universel et apprend à transmettre ce qu'il reçoit : ce que l'on me donne, je le distribue. Il fait l'expérience d'un amour sans possession et sans frontière, où tout autre est le même que moi (l'amour christique). Comme le dit ce proverbe arabe : « Si tu prends du sable dans ta main fermée, tu n'obtiens qu'une poignée de sable. Mais si tu ouvres la main, tout le sable du désert peut passer entre tes doigts. »

L'ego intellectuel

Personnel : il veut tout expliquer, tout contrôler, tout décortiquer. Il tient à ses croyances et à ses opinions et redoute par-dessus tout la folie.

Transpersonnel : il apprend à se taire et à écouter. Il renonce à tout – comprendre pour accepter d'appréhender le Tout, à l'image de ce proverbe africain : « La vérité n'est pas dans une seule tête. » On passe alors du croire au connaître, comme le saint Ramakrishna qui, interrogé sur sa foi, répondit : « Je ne crois pas en Dieu, je le connais. » Au lieu de se noyer dans un flot de paroles incessantes, il trouve son essence véritable : la vacuité.

Au bout du compte, le moi transpersonnel arrive au point où il se rend compte de ses limites : « Je ne suis rien, je ne peux rien, je ne sais rien. » C'est alors qu'il rencontre sa source, le Soi, qui dit : « Je suis Tout, je peux Tout, je sais Tout. » Dans ce centre unitaire total, il n'y a pas de vieillesse : c'est la jeunesse éternelle. Pas d'ignorance : c'est la sagesse totale. Pas de manque : c'est l'abondance totale. Pas d'individualité : c'est la totalité unie.

Certains, en approchant cet état, cristallisent de nouveau une illusion individuelle sur ce centre universel. Ils tombent dans le piège de l'ego divinisé et s'imaginent être « élus » ou dépositaires exclusifs de la Conscience unifiée, qui est en réalité un trésor universel. C'est là que se créent certaines déviations : saints, gourous ou maîtres égolâtres.

L'Être essentiel n'est le privilège de personne mais le bien de tous, de même que le parfum d'un buisson de roses n'appartient à aucune des fleurs qui l'exhale, mais est l'essence générique du rosier.

Quand une personne arrive à se dissoudre dans l'Être essentiel, il se produit ce que, dans les Évangiles, on appelle la « transfiguration ». Sa chair perd le poids de la souffrance, ses émotions deviennent sublimes, ses

pensées fluides et ses désirs joie de vivre. Cette transfiguration peut être permanente ou ponctuelle, mais même dans ce cas, elle laisse une saveur qui permet de revenir à elle de plus en plus fréquemment. Lorsque cet état devient permanent, l'Être essentiel se referme autour de la personnalité comme les bras d'une mère qui soutient, avec beaucoup de tendresse, l'ego personnel et transpersonnel : cette personne qui porte mon nom existe, cette personne qui porte mon nom va mourir, etc., mais au fond cette personne qui porte mon nom et qui est mortelle n'existe pas. Tel est le message de toutes les grandes traditions spirituelles.

Deuxième partie
« Faire son arbre »

L’individu face à la lignée

Le tapis magique

Au printemps 1979, je ne savais pas encore que j'allais créer tout un système thérapeutique fondé sur l'étude de l'arbre généalogique. J'étais réalisateur et mes films *El Topo* et *La Montagne sacrée* venaient de remporter en France un succès relatif quand le producteur Éric Rochat vint me proposer d'aller tourner, en Inde, l'histoire d'un éléphant né en captivité dans un camp de travail, qui se libère peu à peu, développe sa Conscience et devient le dieu éléphant Ganesha vénéré par tout un peuple.

Je passai donc trois mois à Bangalore, dans une réserve d'éléphants, à filmer *Tusk*. En rentrant à Paris au début de l'automne, une nouvelle alarmante m'attendait : mon producteur s'était déclaré en faillite et ne me paierait pas le cachet prévu au contrat. Avec le peu d'argent qui me restait, je fus contraint de louer une petite maison dans les environs de Paris, à Joinville-le-Pont, et, pour nourrir ma femme et mes enfants, de gagner ma vie en lisant le Tarot. Mais ce que beaucoup pourraient considérer comme un malheur fut en réalité pour moi une chance. Si mon producteur avait pu tenir ses engagements, je n'aurais jamais créé la tarologie, la psychogénéalogie, la psychomagie et le psychochamanisme.

Je décidai de réserver une pièce à mes consultations, que je peignis en blanc du sol au plafond. Le parquet fut poncé et verni, et dans cet espace propre, sans meuble ni décoration, je plaçai sur le sol, au milieu de la pièce, un tapis violet d'un mètre soixante de long sur quatre-vingts centimètres de large. Les consultants s'asseyaient face à ce rectangle violet sur un *zafu*, un coussin de méditation zen, pour écouter ma lecture du Tarot…

Pourquoi un rectangle violet ? À cette époque, j'entretenais une amitié sincère avec un homme extraordinaire : Pierre Derlon, auteur du livre *Traditions occultes des gitans*. Pierre, français d'origine, était un spécialiste de la magie gitane. Ses idées me furent très utiles, même s'il m'était parfois

difficile de croire à tout ce qu'il me racontait. Par exemple, alors qu'il affichait une soixantaine d'années, il affirmait que son épouse, une gitane qui n'en paraissait pas plus de trente, avait le même âge que lui. Selon lui, grâce au sortilège d'un ancien de sa tribu, elle ne vieillissait que d'une année tous les deux ans ! Derlon me montra, entre autres choses, un coussin violet contre les insomnies (cette couleur, pour les gitans, est essentiellement réceptive), un calendrier fait d'allumettes, une manière spéciale de couper les pommes en vue d'un rituel amoureux et une méthode pour prédire l'avenir avec des os de poulet. Cette – dernière ne retint pas mon intérêt car, depuis le début de mon travail tarologique, je refusais l'activité douteuse qui consiste à lire le futur. Je me consacrais, avec mes consultants, à la lecture du présent, pour déterminer comment leurs problèmes actuels étaient le produit d'un passé conflictuel.

Ce qui, en revanche, éveilla mon intérêt, fut le tapis magique. Derlon me raconta que, quand les gitans veulent se concentrer, ils plantent quatre piquets en terre, les unissent par des cordelettes pour former un rectangle d'environ quatre-vingts centimètres de large sur un mètre soixante de long et placent à l'intérieur un certain nombre d'« accumulateurs » (boîtes de conserve vides, pierres, morceaux de bois, etc.) qu'ils disposent selon des figures géométriques. Assis devant ce rectangle, ils y concentrent leur regard jusqu'à sortir du temps et de l'espace. Ils voyagent dans une autre réalité… Pierre était convaincu que cette pratique avait donné naissance à la légende du tapis volant que l'on trouve dans certains contes arabes.

Le jour où nous nous installâmes à Joinville-le-Pont, Pierre, sans s'annoncer, nous rendit visite et planta dans le petit jardin de notre maison quatre fourchettes qu'il réunit par une cordelette, formant un rectangle à l'intérieur duquel il disposa quelques pierres, des branches sèches, trois bouteilles de soda, ainsi qu'une demi-douzaine de pommes de terre sorties de sa poche. Puis il m'invita à m'agenouiller devant ce tapis magique pour méditer et sortir de mon corps. L'expérience me tenta.

Je venais de lire un rêve du philosophe Wittgenstein où se proposait à lui une énigme qu'il s'était trouvé incapable de résoudre : « C'était la nuit. J'étais à l'extérieur d'une maison resplendissante de lumière. Je m'approchai d'une fenêtre pour regarder à l'intérieur. Là, sur le sol, je remarquai un tapis magique d'une beauté exquise, et j'eus immédiatement envie de l'examiner de plus près. Je tentai d'ouvrir la porte de devant, mais un serpent se jeta sur moi et m'empêcha d'entrer. J'essayai alors une autre

porte, mais là aussi un serpent surgit pour me couper le chemin. Aux fenêtres aussi, des serpents apparurent, déjouant tous mes efforts pour atteindre le tapis magique[1] ».

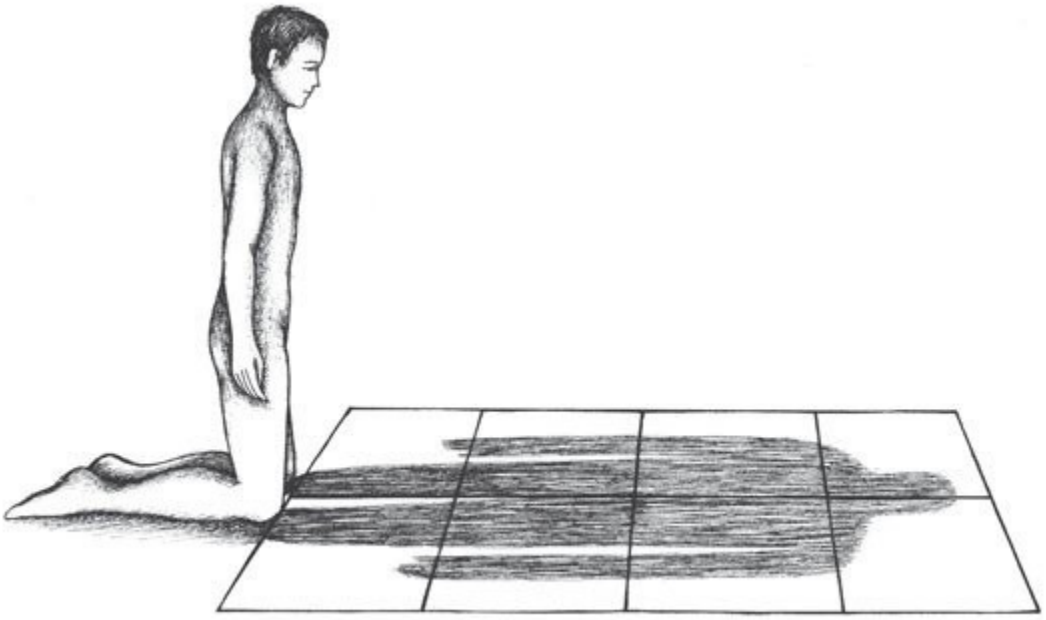
Selon Warren Bartley, Wittgenstein avait interprété le tapis magique comme un phallus et les serpents comme des barrières morales contre son homosexualité. Un tapis pour symboliser le phallus ? Et pourquoi pas plutôt le ventre maternel qui nous permet de mourir à l'intérieur de lui pour renaître à une autre dimension ? Le tapis du rêve offrait au philosophe une possibilité de dépasser son esprit rationnel pour entrer dans la magie de l'existence. Mais, fuyant ses émotions et ses désirs, il avait persisté à s'identifier à son seul intellect. Les serpents contrôleurs étaient le moyen par lequel il s'interdisait l'entrée dans un monde qui dépasse les paroles. Les reptiles gardiens représentaient ses limites rationnelles, concepts stagnants empêchant son imagination de s'envoler jusque dans les profondeurs de l'Inconscient. Cet envol, les moines zen l'appellent « faire un pas dans le vide ».

Je décidai quant à moi de ne pas me laisser vaincre par la terreur de me libérer de la geôle rationnelle. Je m'assis donc devant le rectangle créé par Pierre Derlon avec la ferme intention de décapiter mes vipères mentales et de m'abandonner au voyage magique.

Nous demeurâmes immobiles, le regard fixe, jusqu'à la tombée de la nuit. Je ne sortis ni de mon corps, ni du temps, ni de l'espace. Je ne réussis pas à voler comme Pierre le souhaitait. Il prit congé de moi sans cacher sa déception et je ne le revis plus jamais : il devait décéder à la fin des années 1980.

Cette expérience fut essentielle pour le développement futur de mes techniques thérapeutiques. En méditant devant le rectangle, je sentis se projeter en lui mon ombre psychique. Un axe vertical le divisait en deux côtés, droit et gauche. Trois lignes horizontales le partageaient en quatre parties. Dans la section supérieure, ma tête se reflétait. En dessous, ma poitrine, puis mon bassin et mon sexe, et dans la dernière section, la plus proche de moi, mes jambes jusqu'aux genoux. L'axe vertical subdivisait ces quatre sections en huit. Celles de mon côté droit correspondaient à mes énergies actives, celles de mon côté gauche à mes énergies réceptives. Depuis l'endroit où j'étais assis, de bas en haut, le premier niveau reflétait ma vie matérielle, mes besoins, ma formation enfantine. Le deuxième

correspondait à mes désirs sexuels et créatifs. Le troisième – évoquait ma vie émotionnelle et le quatrième ma vie intellectuelle.



Pascale Montandon-Jodorowsky

Cette vision de soi projeté dans un rectangle me conduisit à utiliser le tapis violet et m'ouvrit des horizons qui influencèrent ma façon de lire de Tarot. J'inventai à cette époque la notion de **tarologie** pour distinguer mon travail de celui des cartomanciens : mon ambition était d'interpréter la langage graphique du Tarot sans m'attribuer aucun don de voyant. Cette pratique allait bientôt donner naissance à une nouvelle discipline que je baptiserais la **psychogénéalogie**.

Désormais, j'organisais mes lecture de la façon suivante : le consultant plaçait cinq des vingt-deux arcanes majeurs dans chacune des quatre sections horizontales du rectangle ; vingt cartes étaient donc posées sur les tapis ; des deux restantes, l'une était placée en bas, et symbolisait ce que la personne avait été dans le passé, et l'autre, en haut, ce qu'elle désirait devenir dans le futur. Le consultant m'exposait ses doutes, ses problèmes, sa nécessité de choisir entre plusieurs options. Je commençais par analyser ses besoins matériels puis, en remontant étage par étage, ses conflits créatifs et sexuels, sa vie affective et enfin, en haut du tapis, les idées qui régissaient sa vie.

Je pus alors constater que, dès lors que l'on s'intéressait au domaine matériel (santé, travail, territoire…), les consultants évoquaient leur enfance, leur ville natale, la relation qu'ils avaient eue avec leurs frères et sœurs et même les circonstances dans lesquelles ils étaient nés.

Dans la deuxième section apparaissaient les parents, formateurs de la capacité de créer et de l'attitude sexuelle du consultant. De son côté, la créativité et la sexualité des parents dépendaient souvent de la relation qu'ils avaient eue avec leurs frères et sœurs. Il m'apparut peu à peu que les oncles et tantes maternels et paternels jouaient un rôle crucial dans la vie du consultant, même lorsqu'il ne les avait pas connus.

Dans la troisième section, en questionnant les sentiments des consultants, je me rendis compte peu à peu de l'importance des quatre grands-parents, ainsi que des grands-oncles et grand-tantes. Tous ces aïeux avaient transmis leurs succès et leurs échecs sentimentaux aux parents et, à travers eux, aux enfants…

En arrivant à la dernière section, celle qui concernait le domaine intellectuel, je me rendis compte que nos idées étaient formées en grande partie par les conceptions absurdes et les morales caduques inculquées par les arrière-grands-parents. Qu'il s'agisse de la Torah, du Nouveau Testament, du Coran, des textes bouddhistes ou des textes sacrés de toute autre religion, on y trouvait toujours la référence à un livre sacré édictant des règles de conduite. Mais ces règles étaient transmises et mal interprétées par des prêtres misogynes ou assoiffés de pouvoir.

Voilà comment, de section en section, j'en vins à visualiser sur le tapis l'arbre généalogique du consultant. Enthousiasmé par cette découverte, j'abandonnai le tapis violet, je délaissai momentanément mes cartes de Tarot et me consacrai à étudier l'arbre généalogique de mes consultants.

Je les interrogeais en détail sur leur famille et j'inscrivais les renseignements obtenus dans une structure rectangulaire. Ces renseignements étaient en général les suivants : noms, prénoms, dates de naissance, dates et circonstances de décès, mariages, adultères, divorces, maladies, abus, accidents, pertes de territoire (déménagements, exils ou guerres), avortements et fausses couches, ruines, injustices, professions, succès et récompenses en tous genres, échecs. Et ce pour tous les ascendants en ligne directe jusqu'aux arrière-grands-parents. Je ne cherchais pas à aller plus loin, sauf exception, car la mémoire familiale se dilue au-delà de la quatrième génération. Les faits deviennent flous, on

transmet des fragments de personnalité, peu d'images, quelques mots… Il est pratiquement impossible de trouver des faits certains dans ce tumulte. Chacun de nous a huit arrière-grands-parents, et chaque fois que l'on remonte d'une génération dans le temps ce nombre double : seize arrière-arrière-grands-parents, puis trente-deux, soixante-quatre, cent vingt-huit, deux cent cinquante-six, cinq cents douze… Au bout de trente générations nos ancêtres atteignent le nombre fabuleux de 1 073 741 824, plus d'un milliard !

L'expérience des consultations m'a prouvé que, à de rares exceptions près, l'Inconscient se structure sur un terrain familial limité à quatre générations. Plus loin, l'arbre généalogique s'enfonce dans l'oubli.

Je découvris aussi que la famille entière, depuis les arrière-grands-parents jusqu'au consultant, se comportait comme une unité où venaient s'ancrer tous les problèmes et les qualités du consultant. On ne pouvait pas aider quelqu'un à guérir sans guérir avec lui la famille nichée dans les ténèbres de son Inconscient. Comme le révélateur dévoile une image photographique, de stupéfiantes répétitions apparaissaient. De génération en génération, les noms se répétaient, et les maladies, les échecs, les conflits. Les zones d'ombre aussi devenaient évidentes : tel membre de la famille, expulsé du clan, avait été coupé de toute transmission. Certains secrets étaient farouchement gardés. Les rivalités entre frères et sœurs sautaient aux yeux, les rancœurs, les névroses d'échec, les hontes, les catastrophes… Mais l'arbre n'était pas seulement un champ de bataille et un lieu d'affliction, il recelait également des possibilités de réalisation, des valeurs morales et spirituelles, des ressources permettant de faire face aux difficultés.

L'arbre généalogique était à la fois un piège et un trésor.

L'impact de cette vision fut si fort parmi mes consultants qu'ils décidèrent d'organiser des stages de ce que j'appelais alors **psychogénéalogie**. Un petit groupe de volontaires, parmi lesquels un certain nombre de thérapeutes, psychologues et psychanalystes intéressés par mes théories, commença à se réunir dès 1980 pour des stages expérimentaux, où nous comparions les arbres des uns avec ceux des autres.

Cela nous permit de découvrir des aspects plus profonds du piège familial. Par exemple, les programmations. Un accouchement programmé : « Ma mère a eu son premier enfant à trente-six ans, j'en ai vingt-six. Il me

reste dix ans pour jouir de la vie. » Un manque d'amour programmé : « Mon père ne m'a jamais aimée. Je n'ai pas de chance et je finirai sûrement par vivre avec un homme égoïste et indifférent. » Une mort programmée, dont on trouve un exemple jusque dans la correspondance de Freud : « Ne soyez pas surpris si, à quatre-vingts ans et demi, je rumine la question de savoir si j'atteindrai l'âge de mon père et de mon frère, ou si je les dépasserai pour aller jusqu'à l'âge où ma mère est morte. »

La famille est un clan auquel nous voulons appartenir, peut-être en raison de notre nature de mammifères à sang chaud, qui meurent s'ils se séparent de leur troupeau ou de leur horde. Craignant d'être exclus si nous nous différencions, nous répétons les erreurs émanant de nos aïeux. Si le grand-père était malade du foie, ses petits-enfants déclareront avoir le foie fragile, ce qui affirme leur appartenance au groupe. Un arrière-grand-père revient des tranchées de 14-18, les poumons – rongés par les gaz, et nombre de ses descendants souffrent de problèmes pulmonaires. Une ascension sociale qui n'entre pas dans les plans, conscients ou inconscients, de la famille peut amener une personne en plein succès à des conduites autopunitives. Je me souviens de cet arbre généalogique où un grand-père, mineur de son métier, était mort le crâne fracassé dans un accident : son fils et son petit-fils étaient tous deux devenus coiffeurs.

Pendant plus d'un an, je me consacrai à donner ces stages deux week-ends par mois. En même temps, j'avais commencé à animer, tous les mercredis, des conférences gratuites qui seraient bientôt connues sous le nom de « Cabaret mystique », d'abord dans une petite salle de la rue Malebranche, puis à l'École des mines (dans les années 1980) et à l'université de Jussieu (en 1992), et enfin dans le dojo de karaté de mon ami Jean-Pierre Vignau à Paris.

Peu de temps après, lors d'une visite au musée Rodin, une autre image détermina la suite de mes questionnements et de mes expérimentations sur l'arbre généalogique : en découvrant le groupe des *Bourgeois de Calais*, j'eus l'intuition que la famille (vivants et morts) s'organisait dans l'Inconscient de chacun comme une sculpture.

Nous avons une perception subjective du temps et de l'espace, qui elle aussi dépend de notre arbre généalogique. Par exemple, combien de femmes se marient à l'âge où leur mère s'est mariée parce qu'elle sentent que « le moment est venu » ? Combien d'hommes triomphent ou se ruinent au même âge que leur père ou leur grand-père ? Certains se sentent vieux à

quarante ans, d'autres jeunes à soixante-dix ans. Certains sont satisfaits de vivre dans trente mètres carrés, d'autres étouffent dans trois cents. Certains esprits vivent confinés dans une petite île mentale et d'autres dans une dimension plus vaste. Très peu de gens, voire personne, n'habite l'éternité et l'infini. Les limites que nous imposons à notre imagination temporelle et spatiale viennent de la morale, de la religion, de la situation et du niveau de Conscience de nos aïeux. Mais cet espace intérieur où nous disposons nos souvenirs en ordre possède un centre lumineux qui rayonne et s'étend en perdant peu à peu de sa clarté. C'est là que nous installons notre famille. Les membres les plus importants ont leur place près du centre, et les moins importants vers la périphérie obscure. Comme dans les tableaux de l'époque médiévale, nous représentons ceux qui ont exercé le pouvoir ou dispensé beaucoup d'amour avec une stature plus haute que les autres. L'important est de découvrir où nous nous plaçons nous-mêmes. Sommes-nous au centre de notre arbre ? Sommes-nous son fruit essentiel, où avons-nous été repoussés dans les ténèbres secondaires ? Nous sommes tous habités par une famille intérieure. Cette représentation s'ordonne selon nos préjugés, nos frustrations, nos désirs et les valeurs morales qui nous ont été transmises.

De même que l'on pouvait ordonner sa famille, représentée par les cartes du Tarot, sur le tapis violet, j'imaginai que la famille pouvait être représentée dans un espace à trois dimensions. Mes conférences, qui se déroulaient face à un auditoire hebdomadaire de deux à trois cents personnes, m'offraient le contexte idéal pour cette expérimentation. C'est ainsi que j'inventai, dès 1981, la **théâtralisation de l'arbre**.

Je désignais un spectateur au hasard et lui demandais de choisir dans le public des personnes représentant les membres de sa famille : frères et sœurs, parents, grands-parents, arrière-grands-parents. C'était à lui ou à elle de les disposer sur la scène pour qu'ils forment un groupe : les membres absents ou inconnus étaient placés à l'écart ; les personnages importants ou dominants juchés sur une chaise ; les humiliés accroupis ; ceux auxquels la famille n'accordait pas d'importance et dont seul le nom avait été transmis étaient placés de dos ; les enfants mort-nés ou avortés étaient représentés par une personne couchée au sol en position fœtale ; ceux qui s'aimaient étaient serrés les uns contre les autres ; ceux qui se haïssaient étaient séparés ou dos à dos. Et ainsi de suite.

Une fois le groupe formé, je demandais au consultant de trouver sa position parmi eux. C'est alors que se révélaient les problèmes d'adaptation à la famille, d'exclusion, les liens de préférence des parents à l'égard d'un frère ou d'une sœur, la nécessité de vouer un culte à tel aïeul considéré comme « le seul homme valable de la famille », etc. Ensuite le consultant devait parler avec chacun des « acteurs » de son arbre. Ceux-ci lui répondaient presque toujours des choses justes car, mystère inexplicable, les personnes choisies avaient toujours quelque chose en commun, dans leur histoire ou leur caractère, avec celles qu'elles – devaient représenter. Ainsi une femme jouant la grand-mère morte d'un cancer avait elle aussi une grand-mère cancéreuse. J'en vins à la conclusion que l'Inconscient capte, de manière télépathique, le roman familial de chaque individu.

Mon expérience de metteur en scène me permettait d'orchestrer ces séances et de prendre en compte chacun des acteurs présents sur scène. J'avais également compris que toute représentation doit mener à une conclusion, si possible positive. Une fois l'arbre formé, il fallait donc lui donner une direction qui permette au consultant et à ses assistants bénévoles de ne pas avoir joué leur rôle en vain. C'est ainsi que je commençai à explorer un vaste champ : celui de la **guérison de l'arbre**.

Dans le cadre de ces théâtralisations, je proposais au consultant, après avoir pris conscience des problèmes présents dans son arbre et du niveau de Conscience qui y régnait, d'attribuer à chacun des membres de la famille quelque chose qui lui manquait : ceux qui étaient morts prématurément se voyaient offrir une vie plus longue ; les échecs étaient remplacés par des succès ; les malades recevaient symboliquement la santé ; les pauvres et les mal-aimés la prospérité et l'amour ; aux exclus et aux absents, il s'agissait de rendre une place dans la famille. Plus tard, je devais réaliser le même travail sur mon propre arbre généalogique en écrivant *L'Arbre du dieu pendu*.

Attentif à la répartition des personnages dans l'espace, qui reflétait l'espace intérieur du consultant, je demandais ensuite à celui-ci de rééquilibrer les positions des acteurs : faire descendre ceux qui étaient surélevés, aider les accroupis ou les gisants à se relever… Que chacun atteigne à la même dignité. Pour finir, je proposais au consultant de prendre dans le groupe une position qui lui permette de se sentir bien. Il ou elle finissait toujours, après avoir essayé plusieurs solutions, par se placer entre son père et sa mère. Petit à petit, les frères et sœurs, oncles et tantes, grands-

parents et arrière-grands-parents venaient s'agréger autour de ce trio de base. Bien souvent cette représentation se terminait avec le consultant au centre d'un groupe rassemblé autour de lui, uni par une accolade générale.

Au bout de quelques années, je me rendis compte que parmi d'anciens spectateurs de mes conférences ou de mes stages, certaines personnes s'étaient auto-instituées « thérapeutes de l'arbre généalogique » ou encore « psychogénéalogistes ». Peu désireux de cautionner une prétendue profession à partir de ce qui n'était encore pour moi qu'un vaste thème de recherche, je cessai de donner des séminaires ou des conférences publiques sur ce thème et je poursuivis mon travail de manière plus privée. Je décidai de recevoir chaque jour un consultant pour établir son arbre généalogique et lui permettre de le guérir.

Je tiens à commenter ici le choix du terme **consultant** que j'emploie aussi bien pour la lecture du Tarot que pour l'analyse de l'arbre généalogique. Je récuse l'emploi de « patient », qui me semble réservé au domaine médical et qui à mon sens, dans le cadre d'une relation thérapeutique, a une connotation dévalorisante pour la personne désireuse de se réaliser. **Guérir, psychologiquement parlant, c'est devenir soi**. Un patient est par essence passif, il ne peut aspirer qu'à être soigné, que ce soit par un médecin ou par un charlatan. Un consultant est capable de devenir son propre guérisseur. Il sait que, bien guidé, on peut atteindre la paix par ses propres efforts. Un thérapeute, selon moi, n'est pas un maître orgueilleux, mais un humble guide.

Mes sessions se déroulaient de la manière suivante : je commençais par lire le Tarot au consultant, ce qui me permettait de mettre en évidence le problème central. Puis j'établissais son arbre selon les informations qu'il avait recueillies en vue de la séance, et nous nous employions ensemble à analyser ces données. Une fois la mémoire familiale ordonnée, nous utilisions une série de petites statuettes pour théâtraliser l'arbre généalogique sur une table ronde. En général une vingtaine de figurines suffisaient, mais dans le cas d'une famille nombreuse il pouvait y en avoir bien davantage. Une fois le groupe familial constitué, le consultant dialoguait avec chacun des personnages pour clarifier les problèmes relationnels. J'utilisais aussi d'autres objets, comme une boule de pâte à modeler noire pour symboliser le cancer du sein transmis de la grand-mère à sa petite-fille, une petite épée brisée symbolisant l'échec intellectuel de

trois générations incapables d'obtenir tel diplôme convoité, ou un petit tube de peinture rouge représentant le refus ou le mépris des règles dans les arbres misogynes. Le consultant, s'identifiant aussi à ces objets, les faisait passer d'un personnage à l'autre.

Enfin, abandonnant le langage oral, je proposais au consultant, sur une autre feuille, de dessiner son arbre (en s'y incluant), avec des formes abstraites et non anthropomorphes. En effet, il est fréquent que l'interdiction de réaliser ses pulsions prenne, dans l'enfance, la forme d'injonctions verbales prononcées par les adultes éducateurs. Cela peut se traduire, une fois le consultant arrivé à l'âge adulte, par une impossiblité à exprimer par des mots certains désirs ou certaines aspirations. En éliminant les concepts, nous dessinons ce dont nous n'avons pas le droit de parler. Par exemple, la mère peut être représentée par un énorme cercle qui occupe la moitié de la page, alors que le père faible ou absent est représenté par un tout petit carré très éloigné d'elle. Une forme fœtale les unit : le consultant exprime son sentiment de ne pas être encore entièrement né. De même que pour la théâtralisation de l'arbre, cette séance de dessin intuitif se terminait en demandant à la personne de rééquilibrer les formes pour obtenir un dessin satisfaisant.

Ces expériences me confortèrent dans l'idée que les structures de l'arbre généalogique doivent être observées avec un regard d'artiste, capable de capter le miraculeux.

1- D'après la traduction espagnole par Javier Sabada du *Wittgenstein* de Warren Bartley.

Clarifier l'arbre généalogique

Recueillir et organiser les informations

Dans ce chapitre, nous vous proposerons différentes manières de recueillir les informations et de les organiser pour établir plusieurs schémas simplifiés de votre arbre généalogique qui vous permettront par la suite d'en entreprendre l'analyse.

Le recueil des informations est une étape importante. La quantité de renseignements précis dépendra de multiples facteurs : l'âge (un arbre « jeune » offre plus de témoins vivants), le ou les pays où la famille s'est enracinée (les renseignements disponibles ne sont pas les mêmes selon les régions, les sociétés et les cultures), et les particularités familiales de l'arbre (plus ou moins enclin à transmettre des informations, plus ou moins marqué par des deuils et des violences, plus ou moins chargé de secrets). Quelle que soit la situation, il s'agit de recueillir toutes les informations possibles, pour avoir une vision claire de ce qui peut être connu et de ce qui échappe, et échappera toujours, à notre désir de connaissance objective.

Une fois ce constat effectué, on pourra commencer un travail plus intuitif consistant à laisser émerger des informations inconscientes (d'aucuns diraient « imaginaires » ou « fictives ») qui trouveront aussi, le moment venu, leur place dans le travail. Ces informations, souvenirs ou inventions subjectifs ne peuvent intervenir qu'une fois le cadre de l'arbre « réel » mis en place : comme nous l'avons déjà évoqué, il s'agit de permettre aux deux instances de notre cerveau, rationnel et intuitif, de dialoguer en bonne harmonie.

L'étape suivante consistera à représenter l'arbre de plusieurs manières, pour ne pas être tributaire d'une représentation en particulier. Nous l'inscrirons d'abord dans un schéma rectangulaire et rationnel qui clarifie la

position de chacun dans la lignée, avant d'aborder des – représentations plus organiques et plus intuitives qui rendent compte de notre conception de cette famille au moment d'entamer le travail de prise de conscience. Nous serons ainsi face à plusieurs images de l'arbre, lesquelles seront encore appelées à évoluer au cours de notre voyage.

Le recueil des informations

Trois difficultés principales se présentent qu'il nous faut accepter et dépasser :

- **Le manque d'informations objectives** : quels que soient nos efforts, nous ne pourrons jamais connaître « toute la vérité » puisque nombre de traces matérielles objectives ont été effacées par les aléas de la vie. C'est vrai de toutes les familles et de toutes les cultures.
- **Les résistances familiales** : les témoins vivants ne peuvent ou ne veulent pas se raconter par pudeur, honte, fatigue, perte de mémoire, déni, etc. Ou, au contraire, certains membres de la famille sont si désireux de s'exprimer que leur narration subjective, forcément biaisée, devient « la » vérité officielle de l'arbre… mais pas forcément la vérité qui nous permet d'avoir une vision équilibrée de la lignée. La mémoire familiale se fonde sur un certain nombre de mythes et légendes qui sont en réalité autant de mensonges plus ou moins délibérés, destinés à renforcer la cohésion du clan. Par exemple, on dit à un enfant que sa venue au monde s'est « très bien passée » alors qu'il est né par forceps, prématurément ou au terme d'un travail de deux jours. Autre mythe courant : au moment où on interroge une personne sur son enfance, elle répond : « J'ai été aimé(e) » et fournit un tableau idyllique des rapports familiaux, alors qu'en réalité les relations ont été marquées par nombre de carences et d'abus. Les orphelins ou les enfants naturels se forgent fréquemment le mythe d'une origine noble ; une femme dont le père a perdu tout son argent au jeu peut inventer un mythe selon lequel cet homme était un saint qui a donné tout son argent aux nécessiteux ; ou encore une personne qui a pactisé avec les forces d'oppression pendant une guerre peut être présentée, une fois la paix revenue, comme un résistant, etc.

- **Nos propres résistances** : d'une manière ou d'une autre, l'arbre, à l'intérieur même de nous, refuse de céder certaines informations. Si nous découvrons une vérité, un fait inconnu qui se heurte à cette résistance, et que nous omettons de le noter, il peut s'effacer comme s'il n'avait jamais été qu'un rêve. Nous « oublions » ou « perdons » alors des détails précieux, certaines démarches nous paraissent – insurmontables, nous repoussons sans cesse le fait de poser certaines questions, nous imaginons qu'une enquête trop poussée pourrait mettre en danger la santé physique et mentale des personnes que nous souhaitons interroger, etc.

Ces trois obstacles seront toujours présents dans une certaine mesure. Mais avec calme et persévérance, nous pouvons apprendre bien des choses sur notre arbre généalogique, et c'est précisément à cela que sert la phase de recueil des informations : à circonscrire tout ce qu'il est humainement possible de savoir. Prudence, lucidité et méthode avant tout. Dans un deuxième temps, on pourra faire jouer l'imagination ou les mémoires inconscientes, mais pas avant d'avoir clarifié toutes les informations objectives disponibles.

Prenons un cas extrême : celui d'une personne orpheline, qui pense n'avoir aucun moyen d'établir son arbre généalogique. En réalité, cette personne a plus de possibilités qu'on ne l'imagine au premier abord.

D'une part, elle possède un **arbre éducateur** et peut établir la généalogie des personnes qui se sont occupées d'elle. La généalogie des parents adoptifs fait sens pour l'enfant adopté, puisqu'il est devenu un membre de la famille. Lorsque la personne a été éduquée par plusieurs personnes ou institutions successives, elle doit se demander : « Qui pour moi a majoritairement joué le rôle de la mère, du père, des frères et sœurs ? Qui a représenté mes grands-parents maternels et paternels ? »

Il est fréquent que des secrets de famille ou des souffrances non dites dans la généalogie aboutissent à la stérilité d'un couple. L'adoption devient alors un acte conçu comme salvateur, et l'enfant, comme les parents, peut ne pas vouloir creuser dans cette généalogie où des souffrances risquent d'être révélées.

Lorsqu'un enfant est élevé dans une institution, il est marqué par les croyances et les habitudes culturelles des membres de cette institution et peut donc en être considéré, en bien comme en mal, comme l'héritier involontaire.

Par ailleurs, toute personne possède un **arbre génétique**, même si elle a peu ou pas d'informations sur l'arbre en question. La couleur des yeux, le type ethnique, la pilosité, la taille, éventuellement certaines particularités ou maladies génétiques peuvent être des indicateurs précieux. Si l'on a été adopté à une époque ou dans un lieu particuliers, il convient d'aller chercher dans l'histoire, la géographie, la sociologie, des indices qui nous permettent de constituer des scénarios vraisemblables. Par exemple, un enfant laissé à l'Assistance publique pendant la seconde guerre mondiale peut avoir été le fruit d'un adultère que la mère désirait cacher à son mari parti en captivité. Lorsqu'on a été adopté dans un pays étranger, il convient de voir quels étaient à l'époque les liens entre le pays de naissance et le pays d'adoption.

Exemple : Un homme qui avait été adopté en Indochine française à l'époque coloniale et avait des traits manifestement eurasiens. Il savait que sa mère était vietnamienne, et qu'elle l'avait confié à un orphelinat « parce qu'elle ne pouvait pas s'occuper de lui ». Mais il ne s'était jamais posé la question de savoir qui était son père, alors qu'une pilosité abondante sur le dos de ses mains lui indiquait que des gènes occidentaux s'étaient mêlés à ses gènes asiatiques. Reconnaître que son père était, selon toute vraisemblance, un colon ou un militaire français l'obligeait à envisager plusieurs hypothèses douloureuses : que celui-ci avait abandonné la mère alors qu'elle était enceinte, voire qu'il pouvait être l'enfant d'un viol. Cette perspective l'amena par la suite à reconsidérer son propre rôle d'homme et de père de famille, ses valeurs, son sens de la responsabilité, et toute la question de sa propre virilité frappée d'une culpabilité jusque-là inconsciente : « Ma mère a été victime de mon père, je ne dois pas être comme cet homme. » Tout cela étant caché sous l'affirmation initiale : « Je ne sais rien, je suis orphelin. »

Enfin, une personne orpheline qui a peu d'informations sur sa famille d'origine a souvent un **arbre imaginaire** dont elle a rêvé dans son enfance : une généalogie semblable à un conte de fées, où l'on s'imagine rejeton d'une famille riche, enfant d'un amour interdit entre un noble et une roturière ou vice versa. En réalité, c'est souvent la version enfantine idéalisée d'un drame pressenti : viol, prostitution, inceste… Dans l'imaginaire courant, l'enfant est abandonné par la mère, et la mère abandonnée par le père. Ces rêveries recouvrent aussi parfois des souvenirs oubliés ou des informations refoulées.

D’une certaine manière, au moment d’aborder les lacunes de notre arbre, il est utile de nous comporter comme si nous étions orphelins. Nous aussi nous avons un arbre éducateur (qui se confond avec l’idéologie dominante de la famille, ce qu’elle veut bien dire d’elle-même), un arbre génétique (celui qui nous engendre sexuellement, avec son cortège de secrets parmi lesquels les plus fréquents sont les avortements cachés et les paternités illégitimes) et un arbre imaginaire (celui qui vit dans notre fantaisie individuelle : « Mon papa est le plus fort du monde », « Ma maman est la plus belle », « J’aurais voulu être l’enfant de telle personne célèbre », etc.).

En pratique, voici les éléments à recueillir pour étudier son arbre généalogique. Ces renseignements doivent, si possible, concerner tous les ascendants en ligne directe (arrière-grands-parents, grands-parents et parents), ainsi que soi-même et ses frères et sœurs.

Noter les noms et tous les prénoms des membres de l’arbre

Le prénom est la somme de sons par laquelle on nous identifie. Par conséquent, le prénom est un élément-clé de notre identité acquise, auquel peuvent être attachées diverses malédictions (on nous donne le prénom d’une personne malade, morte, folle, mal-aimée…) et projections (on nous nomme comme telle ou telle personne pour que nous reprenions le flambeau, que nous accomplissions ce qu’elle n’a pas fait, etc.).

Selon les cultures, on donne un ou plusieurs prénoms à l’enfant qui naît. Dans de nombreuses sociétés, l’enfant porte les prénoms de ses grands-parents, ceux de son parrain ou de sa marraine, voire ceux de ses parents. Pendant la période franquiste en Espagne, l’adjonction du prénom Maria pour les filles était obligatoire, en accord avec un système politique et social qui cantonnait la femme au rôle d’épouse et mère, dans la plus stricte tradition catholique. Tous ces éléments doivent être pris en compte, et non minimisés : dans tous les cas, les prénoms révèlent quelque chose de la transmission inconsciente à l’œuvre dans la famille comme nous le verrons en détail plus loin.

Préciser les dates importantes (naissances, mariages et décès)

On peut aussi s’intéresser à la date ou à l’époque de la rencontre pour les couples, aux circonstances de cette rencontre, et vérifier si la date de

mariage est antérieure ou postérieure à la conception du premier enfant du couple.

Il s'agit en réalité de circonscrire l'existence de chacun pour pouvoir en avoir une vision schématique et concrète à la fois : « À quel âge sont morts mes aïeux ? Quel âge avaient-ils lorsqu'ils se sont mariés ? Des naissances ont-elles eu lieu hors mariage ? Qui était l'aîné de cette fratrie, qui était le benjamin ? À quel âge telle personne a-t-elle perdu son père ou sa mère ? », etc.

Souvent, nous avons tendance à considérer les membres de notre famille en les figeant à l'âge ou dans le rôle où nous les avons connus lorsque nous étions enfants. Mais il est possible que celle que nous avons connue dans la soixantaine comme une gentille et paisible grand-mère ait été, pour notre père ou notre mère, une mère dure, débordée, normative ou hystérique dont la personnalité n'a rien à voir avec la « mamie » que nous connaissons. De même, les inimitiés ou rivalités enfantines entre frères et sœurs s'inversent parfois à l'âge adulte, et le petit frère haï de notre père ou de notre grand-père peut être devenu un membre de la famille toujours bienvenu à la table familiale. Mais même si à l'âge adulte l'inimitié est résolue, la trace de ce conflit enfantin peut avoir marqué l'arbre généalogique d'une façon qui nous affecte directement, par exemple si un père ou une mère projette un frère ou une sœur rivale sur son propre enfant. Il est également fréquent que le premier enfant d'une fratrie ait été conçu avant le mariage de ses parents, et même si ce n'est pas un secret de famille à proprement parler, on ne l'évoque jamais ; la comparaison de la date de mariage avec la date de naissance de l'enfant permet de rétablir la réalité des faits.

Clarifier les causes ou circonstances de décès

Au-delà d'un diagnostic médical précis, ainsi qu'en cas d'accident, il s'agit d'avoir une image la plus précise possible de « ce qui s'est passé ».

La mort reste, dans notre société, un tabou majeur. À plus forte raison lorsqu'il s'agit d'une mort prématurée ou accidentelle. Lorsqu'un membre de l'arbre a perdu la vie dans un accident de voiture, il convient de savoir qui conduisait, quelles ont été les circonstances de l'accident. Si le mort était au volant et qu'aucune collision n'a eu lieu, par exemple, il est probable que son décès ait été en partie vécu comme un suicide par ses proches. Si au contraire une autre personne est responsable de l'accident,

cette mort se rapproche plus d'un meurtre, avec un coupable désigné ou non.

Dans le cas de personnes âgées dont la vie nous est mal connue, il est fréquent que les circonstances de leur décès nous informent sur leur caractère, leurs blessures secrètes, leur niveau de Conscience. De même que, dans la Chine antique, un homme de bien s'appliquait à proférer, dans son dernier souffle, un ultime poème par lequel il serait remémoré de ses proches, on peut dire que notre façon de mourir est notre dernier poème, notre dernier message aux générations suivantes.

Pour chaque couple, noter le nombre d'enfants

Combien de fois chaque femme a-t-elle été enceinte ? Combien y a-t-il d'enfants vivants dans les fratries, combien de morts, de fausses couches, d'avortements ? Ces renseignements sont parfois plus difficiles à obtenir, mais bien plus de femmes qu'on ne pourrait le croire sont en réalité enclines à parler de leurs grossesses interrompues volontairement ou non.

Tout enfant conçu existe dans l'inconscient familial comme un membre de la fratrie, même s'il n'a pas dépassé le stade fœtal. Un enfant mort ou avorté est souvent transformé, dans l'esprit de sa mère ou d'autres membres de la famille, en « ange » ou en sauveur potentiel, indépassable. Voilà pourquoi avortements, fausses couches et mort prématurée d'un ou plusieurs enfants peuvent peser psychiquement sur le reste de la fratrie, surtout si la mère n'a pas eu le temps ou les moyens affectifs de faire son deuil.

Noter les professions de chacun

Les enjeux de reconnaissance sociale, de dépassement ou de reproduction des modèles parentaux et la question du niveau de vie vont trouver leur clé dans ces informations. Pour les femmes au foyer, il est important de connaître les circonstances de leur vie de mère de famille (avec ou sans aide ménagère à domicile, en travaillant ou non à côté, etc.). Le décalage entre la vocation déclarée ou les études entreprises et la profession par laquelle une personne a gagné sa vie peut également se révéler intéressant.

Enquêter sur les événements marquants de la vie de ses ascendants

Grands voyages, exils, accidents, vocation religieuse, emprisonnement, guerres, maladies, handicaps, succès importants ou ruines, histoires d'amour parallèles sexuellement consommées ou non, appartenance politique… L'arbre généalogique est aussi un portrait socioprofessionnel de la famille : quelle conception du monde, de l'argent, des rapports sociaux, du travail nous a-t-on léguée ? Quelle conception notre arbre garde-t-il de la chance et de la malchance, de la santé et de la maladie, de la force et de la faiblesse ? Une brève biographie de chacun des membres, comme si l'on voulait écrire une notice résumant les événements majeurs de son existence, est utile pour caractériser les lignes de force qui manœuvrent notre destin : sommes-nous l'héritier d'une tradition professionnelle ? Nous est-il au contraire demandé de réparer une injustice sociale ? Sommes-nous hantés par la perspective d'une ruine, d'une épidémie qui ont eu lieu dans le passé ? Quelle idée nous faisons-nous de l'exil, selon que notre arbre a été « nomade » ou « sédentaire » ?

Toutes ces questions trouveront des réponses d'autant plus claires si nous nous attachons à retracer le parcours de tous les membres de l'arbre, et non seulement de certains « héros » positifs ou négatifs, comme l'oncle ayant fait fortune en Amérique, la grand-tante prostituée morte dans la déchéance ou l'aïeul notable, respecté, maire de son village. Ce sont souvent quelques personnages saillants qui attirent toute l'attention de la famille, mais il faut veiller à compléter le tableau.

Se faire une idée des relations entre les membres d'une même maisonnée

En particulier des rivalités ou relations privilégiées unissant frères et sœurs, parents et enfants. Même s'ils sont tabous dans certaines familles, ces liens existent : solidarité, complicité ou conflit entre parents et enfants et parmi les membres d'une même fratrie. Il est inévitable que des affinités électives se manifestent au sein de la famille.

Les réseaux de préférence et de conflit sont une dynamique de base de la cellule familiale. Nous sommes en général conscients des liens et oppositions à l'œuvre dans notre propre enfance. Il est crucial de pouvoir comprendre, dans l'enfance de nos parents et de nos grands-parents, qui étaient les « préférés » et les « mal-aimés », les « gentils » et les « méchants », et comment chacun a été tenu de jouer son rôle dans l'économie familiale.

Prendre en compte les circonstances historiques (guerre, révolution…)

Lorsqu'elles ont fortement marqué l'arbre, il est nécessaire de s'y intéresser de manière rudimentaire pour comprendre comment la société interagit avec l'arbre. Si votre arbre a subi la guerre de 14-18 en France, il est bon d'avoir une idée des conditions de vie dans les tranchées, de la pratique du gazage, de la manière dont la vie s'organisait pour les familles privées de père ou de frère aîné, voire des inégalités entre les différentes régions. Par exemple en Corse, les pères de famille de plus de cinq enfants n'étaient pas exemptés et les poilus corses n'avaient de permission que tous les ans, alors que le reste des Français pouvaient rentrer tous les trois mois : ce traumatisme d'inégalité a marqué durablement la société corse et a abouti, dans une certaine mesure, à la revendication identitaire des années 1970 accompagnée de violences.

Inclure d'autres éléments

Si une ou plusieurs personnes, bien qu'elles ne soient pas reliées par le sang à la lignée, ont eu une influence déterminante, il est bon de noter leur existence : prêtre, ami(e) de la famille, patron, amant ou maîtresse, mariages tardifs, etc. On pourra aussi noter les parrains et marraines si ceux-ci ont une influence décisive sur l'enfant.

Si nous possédions la totalité de ces renseignements (ce qui n'est jamais le cas), nous pourrions porter sur notre arbre un regard de documentariste ou de romancier omniscient, qui peut alors observer tous les personnages de sa saga dans les conditions réelles de leur enfance, de leur adolescence, de leurs joies et de leurs luttes d'adultes, de leur maturité et de leur vieillesse plus ou moins épanouie. C'est cette largeur de vue que nous ambitionnons d'approcher pour pouvoir, au bout du compte, comprendre tous les éléments de notre formation.

Parmi les sources disponibles pour cette enquête, nous pouvons citer :

- Les documents restés en notre possession (cartes d'identité, correspondances, livrets militaires, diplômes, bulletins scolaires, journaux intimes, mémoires…).

- Les tableaux, photos ou films, qui nous renseignent aussi sur la corpulence, l'humeur apparente, les ressemblances physiques, la beauté ou la laideur des disparus.
- Les livrets de famille et registres d'état civil.
- Les cimetières, dont les tombes portent en général des noms et des dates.
- Dans certains cas, les archives des journaux locaux.
- Toutes les ressources d'Internet, parmi lesquelles les réseaux de généalogistes existant dans nombre de pays, les associations avec leurs archives, etc.
- Des conversations avec les membres de la famille ou des proches.

L'enquête directe auprès de nos parents, cousins, oncles et tantes, ainsi que les amis de la famille, est souvent la meilleure ressource.

Lorsque les personnes qui détiennent ces informations sont réticentes à les livrer, on peut néanmoins leur poser des questions objectives et détachées des enjeux affectifs, qui n'exigent pas une réponse personnelle :

- « À quelle date tel événement a-t-il eu lieu ? »
- « Quel âge avait telle personne au moment où ses enfants sont nés ? »
- « Comment ce commerce fonctionnait-il ? »
- « Le métier de ton père était-il très prenant ou lui laissait-il du temps libre ? »
- « Comment la maison était-elle disposée ? Y avait-il une chambre pour chaque enfant ? »

On peut aussi recadrer les questions plus personnelles pour qu'elles ne semblent pas inconvenantes. Au lieu de : « Qui était le préféré de la mère ? », on peut demander : « L'un d'entre vous avait-il des – affinités particulières avec votre mère ? » Au lieu de : « Comment s'entendaient tes parents ? », on peut demander : « Quel type de couple formaient-ils ? À quoi tenait leur union ? Quelles étaient leurs valeurs communes ? »

Lorsqu'une personne ne souhaite pas s'exprimer sur des faits passés, il est juste de respecter sa pudeur. Mais on peut cependant insister pour obtenir des informations objectives, dates et lieux, ainsi que les

circonstances d'événements marquants (voyages, accidents, hospitalisations…).

Souvent, les traumatismes de l'arbre sont désignés de manière vague, car à l'époque de l'accident, de la ruine, de l'exil, de l'agonie, du deuil, faire silence sur les faits était une manière de moins souffrir. Mais dix, vingt ou trente ans plus tard, il est indispensable de savoir, par exemple dans le cas d'une mort par accident de voiture, qui conduisait le véhicule, qui semble avoir été responsable de l'accident, si la personne est morte sur le coup, qui l'a découverte, etc. Respecter le flou revient à entretenir une douleur qui ne nous appartient plus, et qui, faute d'être exprimée une fois pour toutes, agit sur nous d'une autre manière (comme une phobie, une honte, une croyance, etc.). Pour l'Inconscient, et particulièrement pour la part enfantine de l'être, une mort prématurée, violente ou accidentelle, est remémorée comme un suicide (« Il ou elle aurait pu se sauver si… »), comme un abandon (« Comment n'a-t-il ou elle pas eu la force de vivre pour moi ? Ne m'aimait-il ou elle donc pas assez ? ») ou comme un meurtre (avec un responsable : par exemple, dans le cas d'une femme morte en couches, soit le bébé, soit le père qui l'a engendré, soit encore le médecin incompétent).

Ainsi, même les lacunes de l'arbre finissent par nous informer : elles révèlent toujours un manque de transmission (manque d'informations, manque d'amour, manque de Conscience…) entre un de nos parents ou grands-parents et ses ascendants.

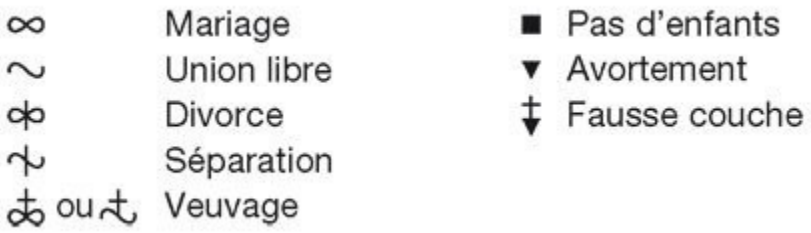
En Égypte, pour punir un pharaon tyrannique ou injuste, on ne le tuait pas mais on effaçait son nom des stèles : on le faisait disparaître de l'Histoire. De même, dans un conflit affectif, on châtie ceux que l'on considère comme coupables en omettant de transmettre leur nom ou d'autres informations à ses descendants.

Le schéma rectangulaire

Une fois toutes ces informations recueillies, on se trouve généralement face à un monceau de feuilles volantes plus ou moins lisibles, de photos jaunies, de lettres, de documents, dont l'abondance même peut sembler ingérable. Il convient alors de les organiser en un schéma lisible qui résume et rassemble ces données sous une forme que l'on peut embrasser d'un seul regard.

Pour ce faire il faut que chaque personnage de la famille ait sa propre case, dans laquelle nous pourrons noter lisiblement l'essentiel des informations le ou la concernant :

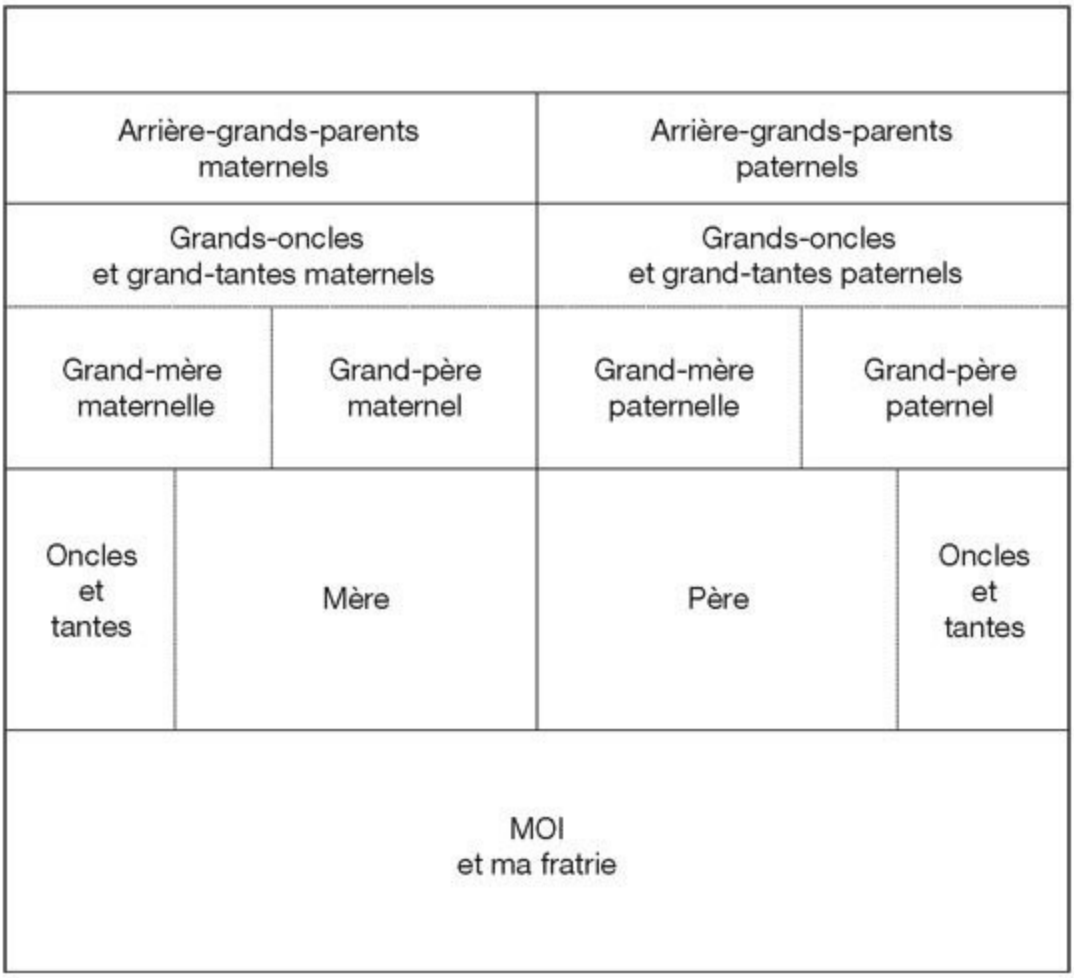
- Prénoms et nom de famille.
- Date de naissance.
- Profession ou occupation principale et sources de revenus : par exemple, une personne notée comme « ingénieur » gagne probablement sa vie avec son métier. En revanche si par exemple un frère est « guitariste » mais vit essentiellement des subsides des parents, il faut le noter, et le différencier d'une activité artistique qui serait rémunératrice. De même pour les épouses au foyer, qu'elles aient ou non cessé de travailler à la demande de leur mari : dans le contrat du couple, leur occupation correspond à un emploi. Autre exemple : une personne touchant une pension d'invalidité est financièrement soutenue par l'État. Il s'agit de schématiser de manière claire à la fois la façon dont une personne occupe ses journées et celle dont elle subsiste dans le monde matériel, les deux n'étant pas nécessairement liées.
- Statut marital : signe  pour les couples mariés, signe  pour les couples en union libre, signe  pour un divorce, signe ou pour un veuvage, signe pour une séparation d'un couple en union libre.
- Relations importantes : certaines méritent d'être notées, par exemple une rupture qui a abouti à un long célibat, ou une maîtresse pour un homme marié, ou un remariage après veuvage…
- Pour les frères et sœurs, oncles et tantes : on peut noter le nombre et même les prénoms de leurs enfants. Pour le reste de l'arbre, chacun a une case désignée. Les avortements seront notés et les fausses couches . Les personnes restées sans descendance porteront le signe .
- Maladies ou accidents marquants.
- Cause et date de décès : le décès peut être signalé par une croix, de taille normale s'il est tardif et de mort naturelle, de taille plus importante s'il est prématuré ou violent.



Les symboles suggérés serviront à vous repérer dans les exemples d'arbres généalogiques dont nous illustrerons ce livre. Bien entendu vous êtes libre de forger vos propres symboles, particulièrement si vous appartenez à une culture ou une religion pour laquelle la croix par exemple n'est pas un symbole pertinent.

Pour allouer à chaque membre de la famille un espace qui lui corresponde et créer un schéma où tous les membres de la famille soient en relation, nous utilisons un schéma rectangulaire inspiré du tapis magique des gitans et de la forme des cartes du Tarot.

Schéma de base



Comme nous le voyons, la branche maternelle est toujours à la gauche de la branche paternelle. Cette disposition respecte l'orientation en miroir suggérée par le Tarot (et par nombre d'autres représentations religieuses ou symboliques occidentales), qui place le féminin maternel à notre gauche et le masculin paternel à notre droite. L'exemple le plus frappant en est l'arcane XX, le Jugement, qui représente une naissance ou une renaissance, l'être nouveau émergeant au centre entre une femme placée à la gauche du lecteur et un homme à sa droite. Chacun des membres de l'arbre généalogique est donc dans la position de ce personnage central, entre sa mère à gauche et son père à droite.



Idéalement la fratrie de chacun des membres de la famille devrait être placée à côté de lui comme c'est le cas pour les oncles et tantes. Pour des raisons pratiques nous avons mis les grands-oncles et grand-tantes au-dessus des grands-parents, mais vous pouvez confectionner sur votre feuille un petit volet latéral pour chacun des grands-parents et y inscrire sa fratrie. Dans ce cas les arrière-grands-parents sont juste au-dessus des grands-parents.

Chaque génération trouve sa place à un étage de ce rectangle.

1er étage : moi et ma fratrie

À cet étage, nous plaçons les frères et sœurs par ordre de rang dans la fratrie (du plus âgé au plus jeune, de gauche à droite), chacun dans une case de même taille. Par **fratrie**, nous entendons l'ensemble des frères et sœurs du côté paternel et/ou maternel, vivants ou morts, y compris les enfants qui ne sont pas nés (avortements et fausses couches), ainsi que les frères ou sœurs adoptifs.

Les avortements, fausses couches et enfants mort-nés sont intercalés à la place qui leur correspond, dans une case plus étroite. Un enfant mort qui

a pris une place importante dans l'imaginaire familial doit figurer dans une case à part entière, avec une croix, l'âge et la date et si possible la cause de ce décès.

S'il y a des demi-frères et sœurs, deux cas de figure se présentent : soit ils ont été élevés ensemble, auquel cas ils sont inscrits dans une case de même taille que le reste de la fratrie ; soit ils ont été élevés séparément (pour des raisons psychologiques, géographiques ou à cause de l'écart d'âge) et il convient alors de les mentionner dans une case plus étroite.

Même remarque pour les frères et sœurs adoptés.

Un enfant unique a donc « toute la place », alors qu'une fratrie très nombreuse impose une petite case pour chacun.

Dès lors qu'elles sont représentées de manière aussi claire, les différences entre ces types de fratrie sautent aux yeux.

L'étage de la fratrie va déterminer en grande partie notre conception de l'espace, du territoire, du partage dans la vie quotidienne : ce – premier environnement est celui dans lequel **nous apprenons à vivre**, voire à survivre ou à lutter pour **nous frayer une place**. Les arbres généalogiques ci-dessous illustrent des cas typiques :

- Arbre de Maria-Jesus (p. 83) : le cas de l'enfant unique qui a « toute la place ».
- Arbre de Carmen (p. 84) : la fratrie est nombreuse, voire surnuméraire. La mère s'est remariée après son veuvage, et la différence d'âge entre le premier et le dernier enfant est de vingt ans : on peut dire que l'aîné et le « petit dernier » n'ont pas eu les mêmes parents, ni la même mère, tant la situation a évolué entre l'enfance de l'un et celle de l'autre. En outre, Carmen illustre le cas de l'enfant « de remplacement » qui vient après un mort et auquel on donne le prénom du mort.
- Arbre de Roberto (p. 85) : la mère a eu, avant chaque naissance, une fausse couche, un avortement thérapeutique ou une grossesse extra-utérine ; tous les enfants sont ainsi précédés d'un fantôme, ce qui pourra s'expliquer en partie par le fait que la mère de Roberto est issue d'une union extraconjugale et n'est donc pas la « fille de son père », chose qu'elle a ignorée jusqu'à la naissance de son troisième enfant.

- Arbre de Jean-Paul (p. 86) : une fratrie de deux, très proches en âge, où les frères se partagent « une place pour deux ». Cette fausse gémellité résonne avec le fait que la grand-mère maternelle de Jean-Paul a épousé successivement deux frères : le premier est mort de tuberculose au bout de trois ans de mariage, la laissant sans enfant, et elle a alors épousé le deuxième frère avec qui elle a eu une descendance.

2e étage : mes parents avec leurs frères et sœurs

À partir de cet étage, l'arbre se subdivise en deux moitiés : à gauche, l'arbre maternel ; à droite, l'arbre paternel.

Dans la case correspondant à chacun de nos deux parents, il convient de placer les événements marquants de son existence : si par exemple mon père et ma mère se sont séparés lorsque j'avais deux ans et que ma mère s'est remariée, mon beau-père sera noté comme un mariage supplémentaire dans la case de ma mère, et ce même s'il a été plus important que mon père biologique dans mon existence d'enfant. Entre les cases des deux parents figureront la date du mariage et celle du divorce (et/ou de la séparation). (Voir l'arbre de Carmen.)

En revanche, lorsqu'on a grandi avec un père adoptif ou putatif dont on a découvert plus tard qu'il n'était pas le père biologique, mais que l'on a pris pour son père (de même pour la mère), il convient de séparer la case du parent par un trait oblique qui rend compte de cette double parenté. On pourra alors éventuellement faire de même pour les grands-parents. Le père éducateur sera dans le triangle inférieur (en contact avec les enfants) et le père biologique dans le triangle supérieur (en contact avec la mère, qui a gardé le secret). Il en va évidemment de même pour le cas, plus rare, où la mère éducatrice n'est pas la mère biologique. (Voir l'arbre de Roberto.)

Lorsqu'un des deux parents est complètement inconnu, on note dans cette case le peu d'informations réelles ou supposées que l'on a (on-dit, souvenirs, hypothèses). On peut alors adopter un code couleur pour séparer les informations objectives des informations hypothétiques. (Voir l'arbre de Maria-Jesus.)

À côté de chacun des parents, une case longitudinale sert à noter les oncles et tantes dans le rang de naissance, les aînés en haut et les cadets en dessous. On ne renote pas le parent parmi sa fratrie, mais on indique à côté de son prénom son rang dans la fratrie entre parenthèses.

Si les parents ont eu des demi-frères et sœurs ou des frères et sœurs adoptés, on les note en les séparant, le cas échéant, du reste de la fratrie par une ligne de pointillés s'ils n'ont pas été élevés ensemble.

Dans le cas, moins rare qu'on ne le croit, où un enfant découvre que ceux qu'il prenait pour ses parents sont en réalité ses grands-parents, et que sa grande sœur est sa mère biologique, on établira un schéma préalable et simplifié de l'arbre « officiel » où les grands-parents tiennent lieu de parents, et on travaillera sur l'arbre réel d'où, en général, le père biologique a disparu. Le travail consistera en grande partie à récupérer les informations sur la famille paternelle. (Voir l'arbre de Maria-Jesus.)

La sexualité de nos parents est l'acte fondateur qui nous engendre. Comme Freud et toute la psychanalyse l'a établi, le complexe d'Œdipe est la base de toute attirance. C'est à cet étage que l'on trouve la **clé sexuelle et créative de l'arbre**.

3e étage : mes grands-parents et leur fratrie

À cet étage, les grands-parents trouvent leur place, une fois encore avec les éléments que l'on a pu recueillir sur eux. Tous les cas de figure (adoption, remariage, paternité ou maternité illégitime, etc.) s'appliquent comme pour les cases des parents. On mentionnera donc aussi les grands-oncles et grand-tantes. À ce niveau, les cases deviennent plus petites et les informations se simplifient, puisqu'on a en général moins de détails sur la vie de ses ancêtres à mesure que l'on remonte dans le temps. Ne pas oublier de noter pour les grands-parents décédés la date et la cause de leur mort.

Il est important d'avoir une idée de la fratrie de nos grands-parents car cela nous permet de les imaginer dans le contexte de leur enfance, et donc de mieux comprendre les liens affectifs qu'ils ont tissés avec nos parents. Avec les grands-parents, nous abordons **la clé émotionnelle de notre arbre généalogique**.

L'arbre de Jean-Paul illustre le cas où la grand-mère, devenue veuve, se remarie avec son beau-frère.

L'arbre de Maria-Jesus montre le cas où les grands-parents (les deux couples de grands-parents, en l'occurrence) sont cousins germains.

4e étage : mes arrière-grands-parents

Il est fréquent que l'on possède peu d'informations sur ses arrière-grands-parents. Cependant il est souhaitable d'en noter au moins quelques-unes dans ces cases : si l'on n'a pas pu retrouver les prénoms ou autres faits biographiques significatifs, au moins des éléments culturels, sociaux et idéologiques tels que milieu d'origine, religion, événements historiques marquants pendant leur vie, etc.

Dans certains cas au contraire, nous avons de nombreuses informations, qui nous permettent de reconstituer l'histoire d'une vie, puis de mesurer comment les circonstances sociales, historiques et culturelles de l'époque, ainsi que la morale ou les convictions en vigueur dans cette branche de la famille, ont pu forger le destin de ces aïeux et celui de leurs descendants.

Si l'on n'a absolument aucune idée de qui était tel ou tel aïeul, on peut soit laisser sa case en blanc, soit y inscrire un point d'interrogation.

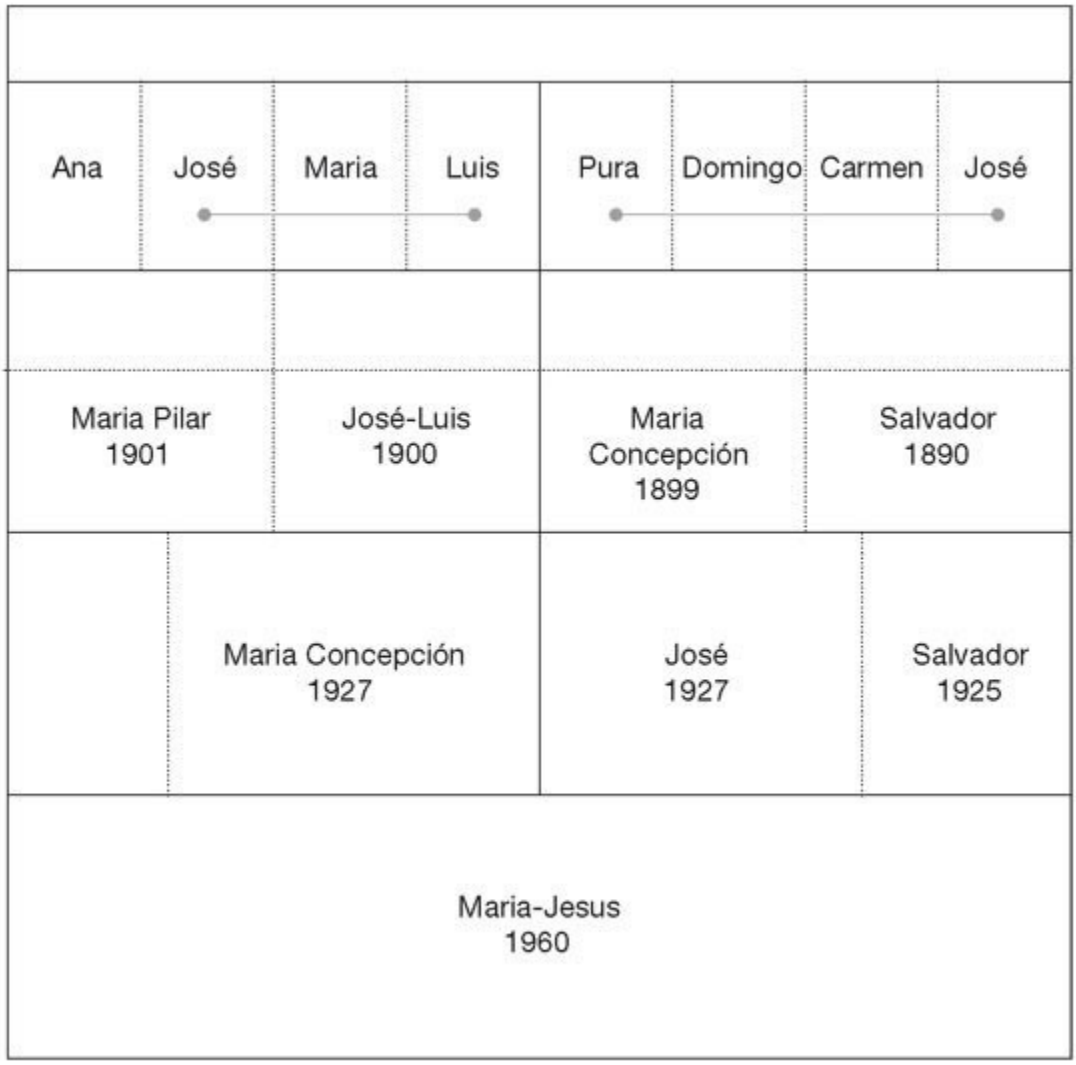
Même si nous nous estimons très détachés des croyances ou des valeurs de nos aïeux, et si l'éloignement dans le temps fait d'eux, en général, quasiment des inconnus, nous allons voir que **leurs idées, leur morale, leur idéologie continuent à agir sur nous** bien plus que nous ne le pensons. La plupart des idées reçues qui nous encombrent et nous desservent trouvent leur origine dans le monde de nos ancêtres.

Ce schéma rectangulaire de l'arbre généalogique est une excellente manière de mettre en lumière la place de chacun, les relations entre les protagonistes, et notre propre rôle dans la lignée. N'hésitez pas à le refaire plusieurs fois : il se clarifiera au fur et à mesure de vos avancées. Vous pouvez aussi établir plusieurs arbres plus ou moins détaillés : un avec seulement les prénoms et les années de naissance, mariage et décès, en ajoutant peu à peu d'autres « couches » d'informations (événements marquants, professions, maladies, accidents, succès…). Vous verrez alors ressortir des éléments différents selon l'angle choisi.

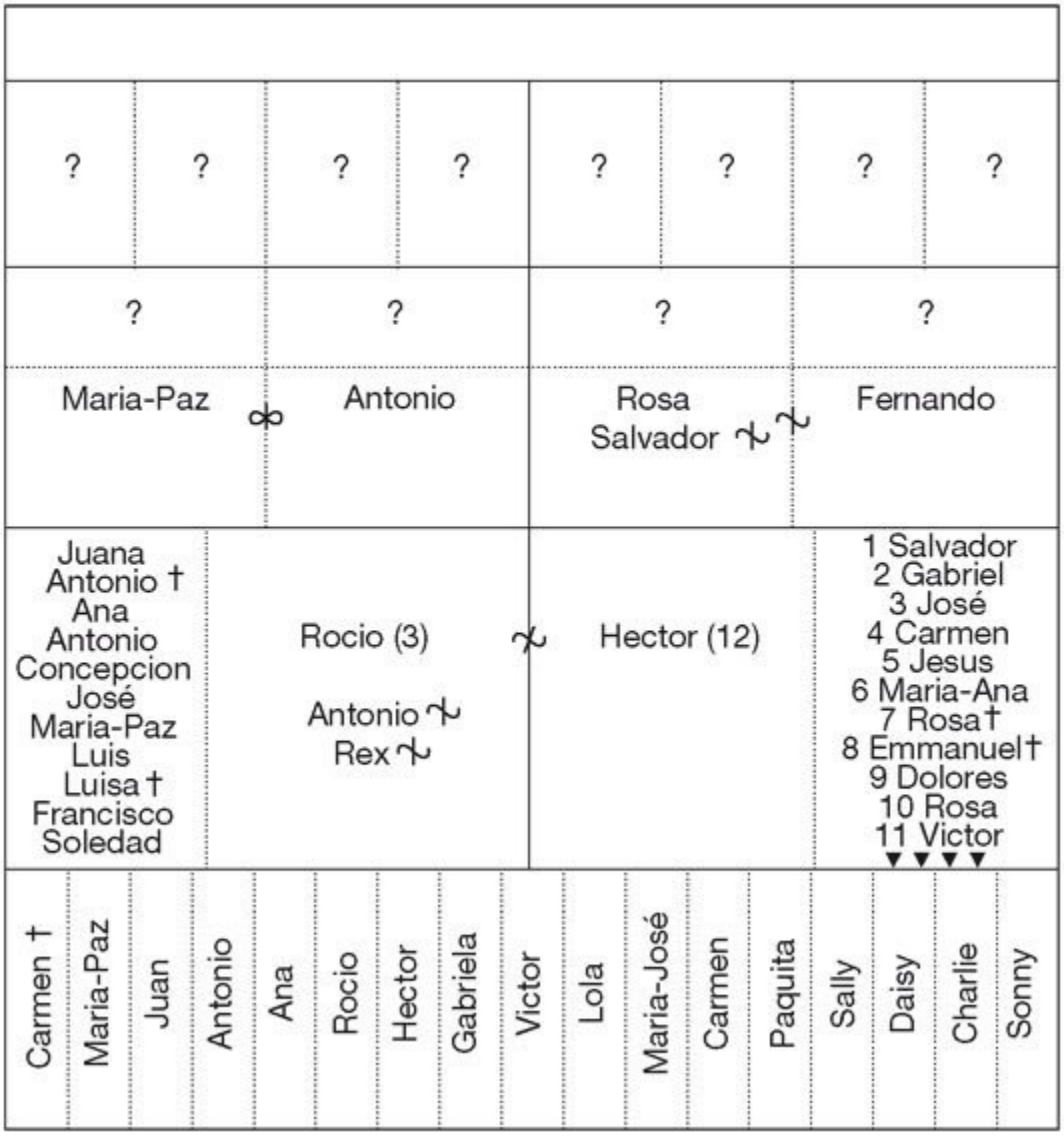
Voici quatre arbres issus de quatre cultures différentes (Espagne, Italie, France et Mexique) qui illustrent certaines des situations décrites ci-dessus.

Maria-Jesus vient consulter à quarante ans passés. Elle vit toujours chez ses parents et déclare « avoir le sentiment de ne pas vivre sa vie ». Elle n'a jamais eu de relations sexuelles. L'étude de l'arbre met en – évidence une très forte prégnance de la religion catholique dans l'attribution des prénoms qui constituent tous des variantes autour de la généalogie du Christ. À part l'arrière-grand-mère Ana (prénommée comme la mère de la

Vierge Marie), toutes les femmes de l'arbre portent un – prénom représentant Marie. Les prénoms masculins renvoient à Dieu le Père (Domingo), au Christ (Salvador) ou à José (en particulier le père de la consultante, qui est le deuxième de sa fratrie, le premier étant prénommé justement Salvador). Par ailleurs cet arbre porte une forte composante endogame puisque les deux couples de grands-parents sont cousins germains. L'étude de tous ces éléments confirme la sensation d'enfermement de Maria-Jesus sur qui, en tant qu'enfant unique, aboutissent toutes les ambitions de l'arbre à créer l'enfant parfait, c'est-à-dire le Christ.

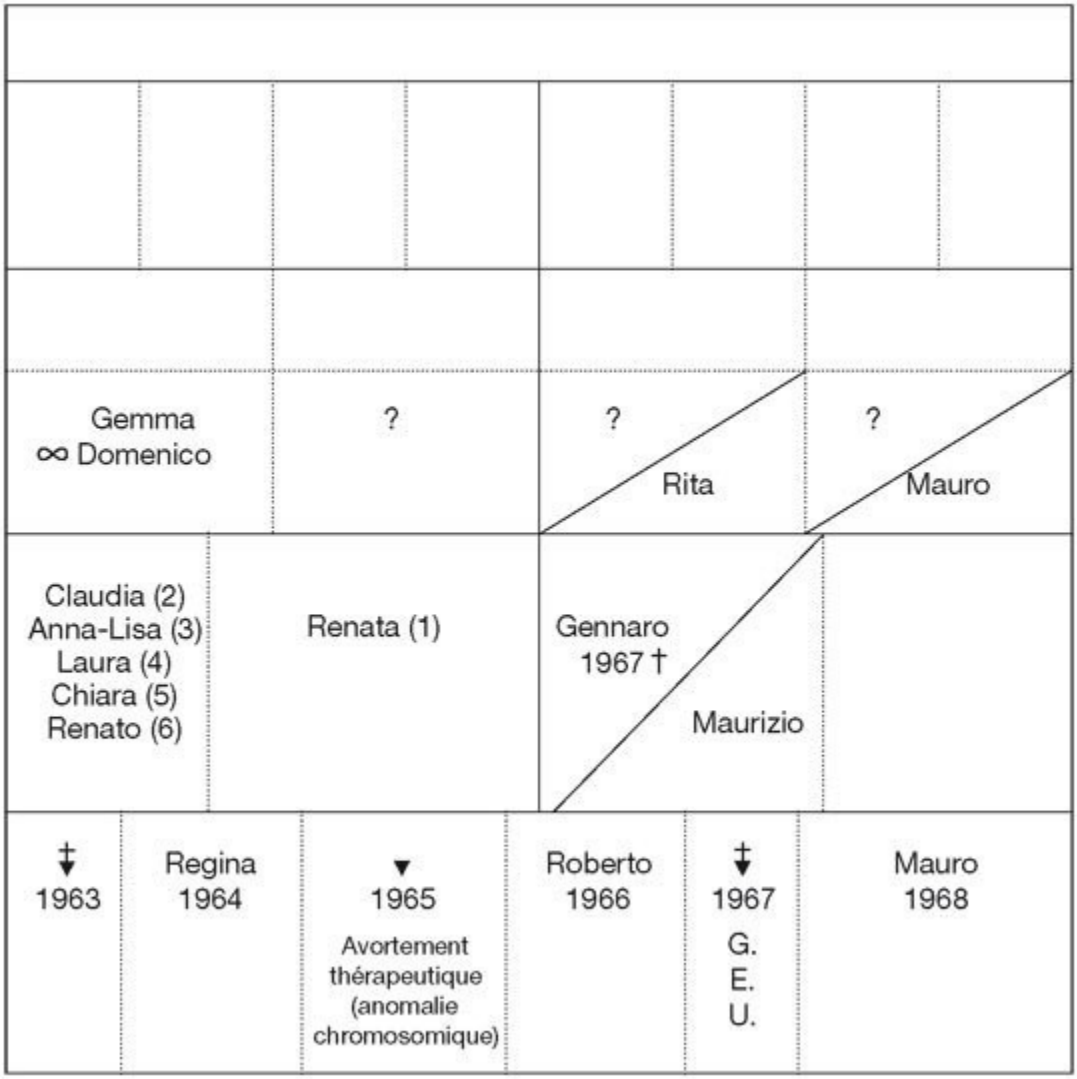


Carmen est une femme d'une énergie remarquable, une véritable amazone qui a quitté le Mexique pour les États-Unis où, d'abord immigrante illégale, elle en est venue à diriger de main de maître une entreprise de transport. Elle se plaint cependant de manquer profondément de confiance en elle, et rêve de « fleurir ». L'étude de son arbre révèle le peu de place qu'elle a eue pour s'épanouir dans l'enfance, au milieu d'une fratrie surnuméraire où elle venait remplacer une morte, éduquée par une grande sœur aînée de douze ans qui la menait à la baguette, et enviant inconsciemment le sort des hommes qui « ont le droit et la liberté de faire tout ce qu'ils veulent ». L'arbre est en effet marqué par l'absence des pères qui, simples géniteurs sans conscience, ont disparu pour laisser les mères se charger des enfants qu'ils leur avaient faits. Trois hommes se sont succédé dans la vie de Rocio, la mère de Carmen, tous trois ayant finalement déserté le domicile conjugal. Le travail consistera pour Carmen à revaloriser sa féminité et à émerger du destin de « porteuse et couveuse » sacrifiée qui caractérise les femmes de son arbre, tout en évitant de se viriliser à l'excès, ce qui tendrait à raviver sa dévalorisation.



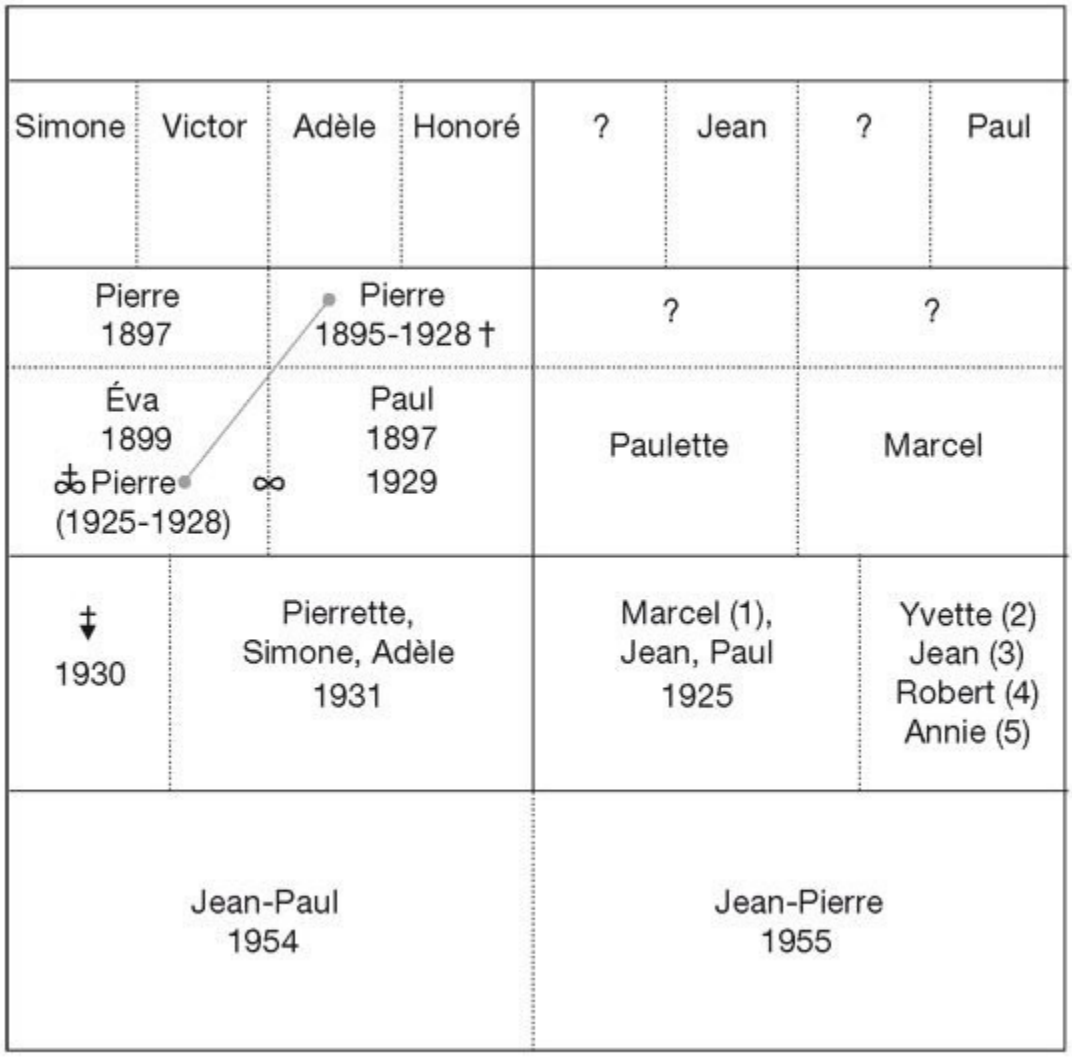
Roberto est un thérapeute déjà établi. Il vient étudier son arbre pour compléter le long cheminement qui lui a permis d'émerger de ses pulsions de mort et l'a conduit à exercer à son tour le métier de thérapeute. Le travail sur l'arbre lui permettra de faire le lien entre les drames qui touchent chaque génération. Pour commencer, sa mère Renata est née de père inconnu, c'est-à-dire d'une union préconjugale ou d'un viol (le secret reste entier, et l'identité du père inconnue). Elle a été adoptée encore bébé par le mari de sa grand-mère qui sera, quant à lui, le père des cinq enfants suivants. Renata sera, comme sa mère, six fois enceinte, mais d'une part

chaque enfant vivant sera précédé par un mort (une fausse couche avant Regina, l'aînée, un avortement thérapeutique avant Roberto et une grossesse extra-utérine avant Mauro, le dernier enfant), et d'autre part Roberto découvrira assez tard que le mari de sa mère, Maurizio, était en réalité impuissant, et que tous les enfants sont le produit d'une liaison extraconjugale de Renata avec Gennaro, un prêtre, décédé peu avant la naissance du troisième enfant.

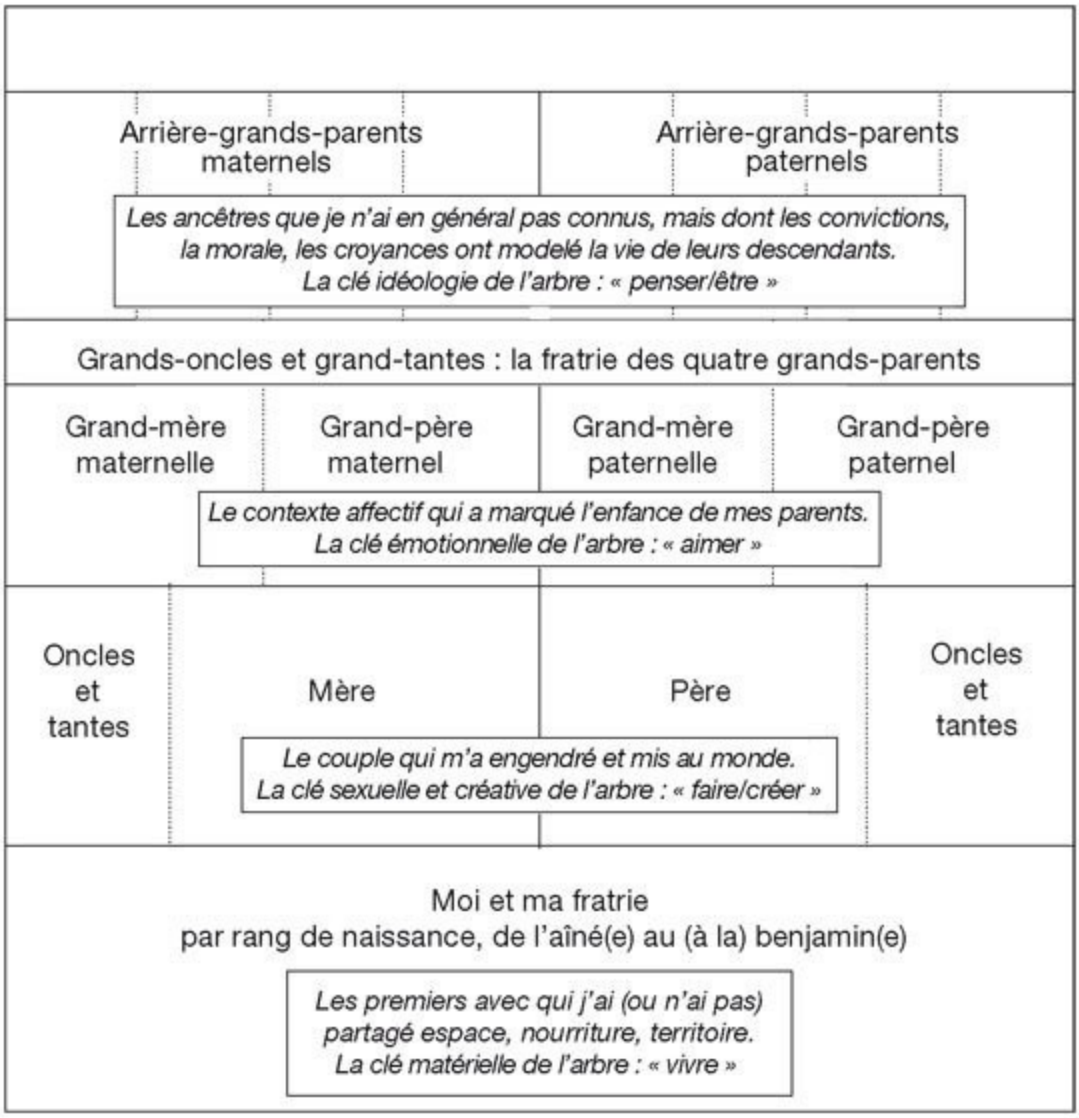


Jean-Paul vient consulter, à ses propres dires, pour « faire sortir la colère qu'il porte en lui » et qui l'a conduit à diverses habitudes autodestructrices : alcoolisme, toxicomanie, tabagisme… L'étude de son

arbre révèle que son frère cadet, né un an à peine après lui, a pris une place très importante dans le cœur de la mère, Pierrette, et lui a en quelque sorte volé son droit d'aînesse. Les deux frères, en conflit permanent, se sont structurés dans cette rivalité : Jean-Pierre était le « bon » et Jean-Paul le « rebelle ». L'un excellait à l'école et l'autre dans les travaux manuels. L'étude de l'arbre révèle que la mère de Pierrette, Éva, a épousé successivement deux frères : Pierre, l'aîné, décédé à trente-trois ans de la tuberculose, puis Paul, son cadet, qui a recueilli la veuve. Pour son premier enfant (qu'elle a toujours fantasmé comme un garçon), Éva a fait une fausse couche à quatre mois, après quoi est née Pierrette, prénommée d'après le premier mari défunt. Après la naissance de Pierrette le couple a cessé de communiquer et fait chambre à part. Ces problématiques émotionnelles (les deux frères réunis autour d'une seule femme, et l'échec du couple après l'enfant survivant) pèsent lourdement, deux générations plus tard, sur les fils de Pierrette. Elle favorisera toujours Jean-Pierre, image idéalisée de son grand-oncle défunt.



Votre propre arbre, une fois rempli, ressemblera à ceci :



Exercices : la conversation métagénéalogique

Commencez par établir le schéma rectangulaire de votre arbre seul, au calme. Une fois que vous serez arrivé à une notation la plus complète et la plus claire possible, demandez à une personne de votre connaissance de vous servir de témoin bienveillant. Cette personne devra vous écouter attentivement, sans commentaire, dans une

position neutre, pendant qu'en vingt à trente minutes vous lui « présenterez » votre arbre, tout en remplissant devant ses yeux le schéma rectangulaire sur une page initialement vierge.

Une fois cette présentation terminée, et avant même que votre témoin fasse quelque commentaire que ce soit, comparez l'arbre obtenu avec vos

travaux solitaires : certains éléments sont-ils devenus plus clairs, l'arbre est-il plus complet ou au contraire plus schématique ? Que vous a apporté cette expérience de partage ? Il est fréquent qu'en décrivant son arbre à une autre personne, on parvienne à clarifier pour soi-même des éléments que l'on n'avait pas remarqués initialement.

Vous pouvez ensuite jouer à inverser les rôles : quelles que soient les informations que votre témoin possède sur sa famille, aidez-le à établir une première version de son arbre généalogique.

Ensuite, en prenant soin de ne faire que des commentaires neutres ou positifs (tout jugement est exclu), chacun prendra dix minutes pour dire à l'autre ce qu'il a retenu de cette présentation. Ces commentaires doivent être formulés avec prudence et compassion, en veillant à adopter une attitude physique neutre. Dès lors que l'on s'intéresse à l'arbre généalogique, une série de comportements agressifs inconscients ont tendance à se déchaîner à notre insu : il est important de s'en souvenir et de ne pas leur laisser libre cours.

Une fois que l'on a dessiné son propre arbre généalogique, il est très utile, pour clarifier sa vision de la famille, de réaliser sur deux feuilles de même taille l'arbre de son père et celui de sa mère.

Exercice : L'arbre de mon père, l'arbre de ma mère

Les renseignements portés dans les cases seront les mêmes, mais cette fois père et mère se retrouveront, dans le cadre de leur propre arbre, au premier étage et non au deuxième. Cet exercice simple

permet d'envisager nos propres parents en tant qu'enfants, parmi leur groupe familial, et donc de changer un tant soit peu notre regard sur eux. Si on possède des informations sur les arrière-grands-parents de nos parents, c'est-à-dire sur nos arrière-arrière-grands-parents, on pourra remplir le quatrième étage de leur arbre généalogique. Si les parents sont vivants, il est instructif de leur demander quel est leur but dans la vie (voir chapitre suivant).

Méthodes intuitives et créatives

Se représenter l'arbre sous une forme intuitive

En plus du schéma rectangulaire, il est bon d'établir, dès le début du travail, plusieurs représentations imagées de son arbre généalogique. Le processus métagénéalogique est marqué par ce double effort : clarifier et rationaliser d'une part, laisser l'intuition s'exprimer d'autre part. C'est dans la collaboration étroite entre ces deux capacités humaines, compréhension rationnelle et imagination créative, que toute réalisation, toute guérison peut prendre place.

Nous allons donc entamer le travail avec plusieurs représentations intuitives de l'arbre. Il est probable que ces représentations évoluent au cours de votre avancée, et c'est précisément cette évolution qui nous intéresse. L'expérience nous a montré que, sur des centaines de personnes interrogées, les images évoquées par l'arbre généalogique, la famille, les ancêtres, la lignée, sont toujours originales et différentes.

Nous entrons ici dans un domaine où il est impossible de « bien » ou « mal » faire. Ce dont il s'agit, c'est d'extérioriser des images que nous portons en nous, pour leur permettre de nous parler, comme les rêves nous parlent.

Visualisation de base

Quelle est la première image qui vous vient mentalement quand vous pensez à votre arbre généalogique ? Notez, décrivez ou dessinez cette image : elle évoluera au fur et à mesure de votre travail.

Représentation de base

Prenez plusieurs crayons de couleurs, comme un enfant, et sans réfléchir, dessinez la première chose qui vous vient à l'esprit pour représenter votre arbre généalogique, comme si vous deviez montrer ce dessin à une personne de bonne volonté, d'une culture très éloignée, qui ne comprend pas votre langue.

Une fois ce premier pas franchi, voici quelques suggestions de représentation et de visualisation qui vous permettront d'aller plus loin si cela vous tente :

Représentations picturales

Si votre arbre généalogique était un tableau, vous pouvez imaginer ce tableau ou le peindre. Il est bon d'en faire au moins une esquisse, même si vous ne savez pas dessiner. Votre arbre serait-il plutôt :

- un paysage : comment le représenter ? Avec quelle palette de couleurs ? Quels éléments de paysage ? Quelle lumière ? À quelle époque de l'année ?…
- une toile abstraite : quelles formes, quelles couleurs, quel rapport entre les différents éléments utiliser ? Chaque forme représenterait-elle un personnage en particulier ? Qui serait présent et qui serait absent dans le tableau ?
- une nature morte : quels éléments seraient présents ? Quelle serait l'atmosphère de ce tableau ? Sa « morale » ?
- un portrait de famille ou une scène de la vie quotidienne : qui serait représenté, avec quels vêtements, à quelle place ? Dans quel décor ? Quelles relations entre les personnages ?

La course ou les rivalités de l'arbre

Sur un long chemin, imaginez tous les personnages que vous connaissez de l'arbre, y compris vous-même, effectuant une course à pied, chacun essayant de dépasser l'autre. Visualisez la position de chacun, l'attitude de chacun, et ce que vous ressentez en étant témoin de cette course. Êtes-vous toujours perdant ou au milieu du peloton ? Pouvez-vous vous imaginer en tête de la course ?

Le bal ou les liens et collaborations dans l'arbre

Visualisez la scène d'un grand bal, où vous invitez tous les membres de l'arbre généalogique : comment est le décor ? Quelle est la musique ? Qui danse comment, et avec qui ? Qu'est-ce qui rend l'atmosphère festive ? Quelle est votre place ?

Autres suggestions artistiques

Selon votre sensibilité artistique, n'hésitez pas à sonder votre imagination créative avec toutes les formes d'art collectif que vous connaissez pour représenter votre arbre généalogique. Quelques exemples :

• Si mon arbre était un orchestre, qui jouerait de quel instrument ? Quelle musique en émergerait ?

• Si mon arbre était une compagnie de ballet, qui danserait quoi ? Qui serait le chorégraphe ? À quoi ressembleraient les mouvements d'ensemble ?

• Si mon arbre était un musée rempli de sculptures, qui serait quoi ? Y aurait-il des groupes ? Des sculptures mutilées ? De quelle époque ? De quel style ?

Pistes créatives pour combler les lacunes

Comme nous l'avons déjà dit, il arrive que l'on dispose de peu d'informations sur l'arbre, ou sur une de ses branches, ou encore sur une personne en particulier. Les personnes qui ont de nombreuses lacunes dans leur arbre généalogique ont tendance à se croire pénalisées par rapport à celles qui obtiennent beaucoup de données. En réalité les choses ne sont pas si tranchées. Ce que nous appelons **l'arbre**, dans l'approche métagénéalogique, n'est pas la somme des informations objectives recueillies sur nos ascendants, mais bien plutôt la **trace** que les générations antérieures ont laissée en nous. En d'autres termes, je suis mon arbre généalogique, en tant que produit de mes ascendants et en tant qu'individu souverain qui s'est formé **en fonction de ces influences et malgré elles.**

Une des hypothèses les plus utiles dans notre travail est de considérer que l'Inconscient sait tout, c'est-à-dire que notre Inconscient individuel est relié avec l'Inconscient familial et peut avoir accès à des informations que nous n'avons pas reçues dans la réalité consciente. Ce n'est évidemment pas une vérité scientifique démontrée, et nous ne prétendons pas l'imposer comme telle, mais c'est une base de travail qui permet de combler, par ce

que l'on appelle couramment l'« imagination », les lacunes restant après une première enquête rationnelle. En d'autres termes, une fois que tous les renseignements disponibles à l'extérieur ont été recueillis, le moment est venu de se tourner vers l'intérieur : ce que l'on ne sait pas, il est licite de l'imaginer. Le travail peut alors prendre plusieurs formes plus intuitives, destinées non pas à faire émerger « la » vérité, mais « notre » vérité.

Parmi les techniques possibles pour combler les silences de l'arbre généalogique, nous en citerons quelques-unes à expérimenter selon vos préférences :

La visualisation

Allongé sur le dos, au calme, se concentrer sur une question précise et se donner vingt minutes pour laisser émerger un scénario imaginatif (on peut mettre à sonner un réveil à la sonnerie douce). Par exemple on peut se demander : « Qui était telle personne sur qui je n'ai aucune information ? », « Que s'est-il passé à telle époque ? », « Comment s'est déroulée cette scène ? »

Si un scénario se dessine, le noter en détail, comme un rêve, une fois la méditation terminée. Si rien ne vient, on aura au moins ouvert la question dans l'Inconscient. On pourra donc la noter comme une question encore sans réponse accompagnée d'un bref compte rendu de l'expérience. Une question ouverte « travaille » en nous avec parfois autant de force qu'une réponse.

Interroger le corps

Métaphoriquement la mémoire n'est pas seulement nichée dans le cerveau : elle s'incarne dans diverses parties du corps, auxquelles on peut prêter une fonction symbolique (la tête représente traditionnellement le père, la gorge, par où l'on ingère les premières nourritures, évoque la relation initiale à la mère, les mains sont notre moyen d'action dans le monde, etc.).

Si l'imagination pure ne vous apporte rien, essayez de vous concentrer sur différentes parties du corps et d'y laisser entrer (d'y inviter, ou d'en laisser émerger) des personnages de la famille. Comme dans les rituels de possession vaudous, où les divinités du panthéon s'expriment à travers le corps du médium, vous remarquerez peut-être que certains personnages de

la famille sont plus à l'aise dans certaines parties, dans une certaine énergie, un certain rythme…

Là encore, donnez-vous un repère temporel (quinze à trente minutes) suffisamment long pour que la relaxation et la concentration puissent vous permettre de sortir de l'état de vigilance habituel, mais suffisamment court pour que vous puissiez revenir à votre conscience quotidienne, prendre des notes et continuer votre journée normalement. Il ne s'agit pas de se laisser envahir !

La méthode active consiste à convoquer volontairement une personne dans un lieu du corps.

Exemple : J'invite les mains de ma grand-mère dans mes propres mains : quelle mémoire habite ces mains ? Comment se sentent-elles ? Que savent-elles faire ?…

La méthode réceptive requiert de se concentrer sur une partie du corps et à laisser venir un personnage : qui habite mes jambes, mon sexe, mon dos ? Suis-je dans une certaine mesure possédé par certains événements de mon arbre ?…

Exemple : Un homme se plaint d'un problème d'érection. En se concentrant sur son sexe, il se rend compte qu'il est habité par le sexe de son père, de manière écrasante. Chaque fois qu'il entre en érection, son sexe devient celui de son père : un homme violent et coureur qui a quitté sa mère quand il avait huit ans. Sa mère, restée célibataire, a inculqué à ce fils unique sa propre haine de l'homme sexué, conçu comme un bourreau. Notre consultant se rend compte qu'il s'est volontairement châtré pour ne pas perdre l'amour maternel. Il demande alors un acte de psychomagie pour se défaire de cette possession : il s'agira d'enrouler autour de son pénis une photocopie d'une photo de son père, qu'il collera à la peau avec du miel, et de dormir toute une nuit avec, réalisant ainsi métaphoriquement la possession dont il a pris conscience. Le matin venu, il placera la photo dans une enveloppe hermétique et ira la déposer sur la tombe de sa mère (si celle-ci avait été vivante, il aurait pu la lui envoyer par la poste) : il « rendra » ainsi à sa mère sa conception négative de l'érection masculine.

L'écriture automatique

Pourquoi avoir recours au spiritisme alors que les surréalistes nous ont laissé une méthode merveilleuse pour laisser parler l'Inconscient ? Là encore tout est affaire de contrat avec soi-même. Si vous souhaitez qu'un

personnage de l'arbre s'exprime par votre propre plume, asseyez-vous devant une feuille de papier blanc et décidez à haute voix : « J'écris au nom de telle personne. » Ensuite, laissez les idées s'enchaîner sur le papier. Si vous êtes plus à l'aise à l'oral, vous pouvez faire la même chose avec un instrument de prise de son (dictaphone, MP3…) et « laisser parler » ce personnage.

Exemple : Une personne schizophrène est possédée par plusieurs personnages de sa famille, et en particulier par sa grand-mère. Le psychologue qui la suit à l'hôpital psychiatrique connaît bien le Tarot de Marseille, et vient demander conseil à Alexandro Jodorowsky. Celui-ci lui recommande d'enseigner le Tarot à son patient en compagnie de quatre élèves dont la grand-mère, c'est-à-dire que les personnages intérieurs de la famille apprennent le Tarot avec lui. Chacun pourra faire ses commentaires sur les cartes, demander à ce qu'on lui fasse une lecture, etc. Cette mise à l'œuvre des personnages intérieurs sera bénéfique pour le patient, qui parviendra ainsi à organiser avec plus de cohérence ses voix intérieures.

Le dessin intuitif

Pour faire le portrait d'une personne inconnue, ou d'une scène que l'on cherche à faire émerger de sa mémoire, le processus est le même que pour l'écriture automatique : laissez le crayon (ou les pastels, ou les pinceaux) errer librement sur la feuille, et voyez quel résultat en émerge.

Tous ces exercices ont un but commun : prendre conscience du fait que nous sommes habités par la totalité des personnages de la famille, et qu'ils peuvent à notre gré parler par notre voix, de la même manière que, dans les religions de type vaudou, le spirite parle au nom des différentes divinités du panthéon.

Il est possible que vous obteniez des résultats stupéfiants, ou au contraire apparemment décevants. Quoi qu'il en soit, conservez toujours le résultat de vos recherches, aussi bien les informations objectives que le matériel intuitif.

Il est également possible que les résistances de l'arbre généalogique rendent vos productions en apparence plates, banales, ou au contraire confuses, mais à mesure que vous progresserez dans l'étude de l'arbre, vous y découvrirez peut-être un détail révélateur. De même, certaines

informations concrètes qui vous ont échappé dans un premier temps peuvent revêtir soudain une signification importante.

Troisième partie
Le rôle du futur

But personnel et projet de la Conscience

L’appel du futur

C’est en 1972, pendant le tournage de *La Montagne sacrée*, que j’ai compris pour la première fois l’importance du futur dans notre santé psychique et physique. Des rumeurs folles transformèrent le tournage de ce film en un véritable cauchemar. En cherchant dans Mexico des quartiers où l’architecture coloniale soit restée intacte, j’avais filmé, devant la basilique de Notre-Dame de Guadalupe, un camion plein d’acteurs nus représentant des étudiants fusillés. Le bruit courut que j’avais réalisé une messe noire dans ce sanctuaire vénéré entre tous, et profané la Vierge. Les journalistes de la presse à scandale déclenchèrent une campagne d’insultes et de menaces contre moi. Je fus convoqué par le Premier ministre qui exigea que je retire ladite messe noire de mon film, et je fus incapable de le convaincre qu’elle n’existait pas. La nuit qui suivit cette désagréable entrevue, un groupe de policiers en civil, les *halcones*, vint me menacer en hurlant devant chez moi : « Jodorowsky, on va te faire la peau ! »

Le lendemain, je mis tous mes négatifs dans le coffre de ma voiture et je m’enfuis à New York, via Tijuana, en compagnie de ma femme, de mes fils et de mes chats. C’est là que je commençai le montage de mon film. Ces persécutions injustes, ajoutées à la tristesse d’avoir perdu mon territoire et mes amis, ainsi qu’aux doutes bien légitimes sur la qualité de ce que je venais de filmer (puisque mon ambition était, en toute simplicité, de révolutionner l’histoire du cinéma), induisirent un état d’angoisse qui me faisait transpirer des litres d’eau toutes les nuits. Je trempais sept chemises à chaque fois… Aucun des médicaments prescrits par les médecins que j’avais consultés ne pouvait faire cesser ce phénomène.

Un jour, comme j’achetais des traités taoïstes dans une librairie ésotérique, le propriétaire me reconnut et entama la conversation avec moi. Il évoqua un sage chinois, résidant à New York, qui enseignait le tai-chi-

chuan et la calligraphie, mais donnait en outre des consultations gratuites, une fois par semaine, aux habitants du quartier chinois, en appliquant la médecine orientale. Il s'appelait Cheng Man Ch'ing, mais ses élèves le surnommaient *Whisker Man*, l'« homme à la barbichette »[1]. Je le découvris dans l'antichambre d'un gymnase, assis devant une table recouverte d'un petit coussin. Il auscultait gratuitement les malades et leur demandait quels étaient leurs symptômes tout en prenant leur pouls aux deux poignets.

Après quelques heures de queue derrière une cinquantaine de consultants, je m'assis devant ce beau vieillard. Il émanait de lui une bonté puissante. Il me regarda comme s'il me connaissait depuis longtemps, palpa mes poignets et me demanda quel était mon problème. « La nuit, je n'arrête pas de transpirer », lui dis-je.

Il me fixa un moment, les yeux dans les yeux, puis me posa cette question inattendue : « Quel est votre but dans la vie ? »

Troublé, et avec un manque de respect dont je ne tardai pas à me repentir, je rétorquai : « Je suis venu vous demander un remède contre la transpiration, pas pour discuter philosophie. »

Sans se démonter, il me répondit calmement : « Si vous n'avez pas de but dans la vie, je ne peux pas vous guérir. »

Ces paroles produisirent en moi une commotion psychologique. La première chose qui me vint à l'esprit fut : « Je veux terminer mon film. » Mais je sentis tout de suite à quel point ce désir était contingent. Il se transforma en : « Je veux avoir du succès et triompher dans le monde entier. » Ce but-là s'effondra à l'instant même où je réalisai qu'il était le produit de ma névrose sociale. Je pensai alors : « Trouver une femme qui m'aime et fonder une famille heureuse… »

Pendant ces quelques secondes, face au sage, je pris conscience que tous les buts qui me poussaient à agir, consommant mon énergie physique et spirituelle, étaient une quête de tout ce dont ma famille m'avait privé. Fils d'émigrants judéo-russes, mes parents, et leurs parents avant eux, avaient échoué à réaliser leurs rêves en s'installant au Chili, leur terre d'accueil. Ma mère aurait voulu être une célèbre chanteuse d'opéra, mon père se concevait potentiellement comme un philosophe de grande envergure. La misère où l'émigration avait plongé ces deux familles leur avait ôté toute possibilité de réaliser leur talent. Très jeunes ils avaient été réduits à travailler, et étaient devenus de modestes commerçants, enfermés de huit heures du matin à dix heures du soir dans une petite boutique de prêt-à-

porter. Le succès des artistes et des intellectuels réveillait en eux des jalousies terribles. En outre, de sombres doutes sur la virginité de ma mère pendant la nuit de noces avaient déclenché une haine mortelle entre les deux familles. Du plus loin que je me souvienne, j'ai toujours vu mon père et ma mère se quereller et s'abreuver mutuellement d'insultes haineuses. En tant que produit de ces deux clans antagonistes, j'avais été maltraité par les deux parties. Voilà pourquoi mon but était de réaliser tout ce qu'ils avaient été incapables d'accomplir. Mais je m'en empêchais aussi, puisque dans mon inconscient, il m'était interdit de les dépasser, au risque de leur causer une immense douleur et une jalousie plus terrible encore.

Puisque mon arbre généalogique m'empêchait de réaliser mes œuvres, de triompher et de fonder une famille unie, je me demandais : « Et si tout cela se réalisait ? Quel serait alors mon véritable but ? » Sous le regard profond de Cheng Man Ch'ing, dans les yeux duquel je crus entrevoir un univers complet, plein de tendresse et de compassion pour la vie des autres, et une disponibilité absolue à se rendre utile, de manière désintéressée, à l'humanité entière, je me rendis compte que mon but dans la vie n'était pas celui d'un individu isolé, mais la finalité de la race humaine tout entière, passée, présente et future.

Avec timidité, un peu honteux, j'osai lui dire : « Je veux connaître la totalité de l'univers, vivre aussi longtemps que lui et devenir la Conscience de l'univers pour créer éternellement. » Je pensai que le sage se moquerait de moi et me croirait atteint de la folie des grandeurs, mais ce fut tout le contraire. Avec un sourire bienveillant, il dit : « Tu as un but dans la vie. Je peux te guérir », puis il nota une liste d'herbes, de graines et d'écorces que je m'en fus acheter à la pharmacie du quartier chinois, avec pour instruction de les faire bouillir et d'en boire la décoction.

Je cessai de transpirer. Je ne sais pas si ce fut l'effet du remède ou de la paix spirituelle que cet homme-médecine m'avait transmise. Toujours est-il que son message silencieux, communiqué par son exemple, me fit comprendre que la réalisation de l'individu est impossible s'il n'a qu'un but individuel et égoïste. Son exigence de me faire déclarer ma finalité sous prétexte de guérir une simple maladie m'apparut comme une invitation à me libérer de mes intérêts purement personnels, pour les remplacer par un but qui englobe non seulement l'espèce humaine, mais la totalité des êtres conscients, où qu'ils soient. Pour lui, il n'existait pas de maladies purement

corporelles. La racine du mal se situait dans une conscience entravée par l'intellect.

Des années plus tard, imitant Whisker Man, l'homme qui, d'une question et d'un simple regard était devenu mon maître pour une vie entière, je décidai de donner des consultations de Tarot gratuites tous les mercredis dans un café, où je commençais par demander à mes consultants quel était leur but dans la vie. Les problèmes corporels et mentaux sont des réponses à des traumatismes que l'Inconscient garde secrets. Pour guérir, il est nécessaire de savoir ce que nous voulons vraiment. Cette question était symbolisée par deux cartes représentant notre chemin de vie : « d'où viens-je (ma formation, mon arbre, ma personnalité acquise) ? » et « Où vais-je (mon but véritable, parfois inconnu de moi-même) ? » De même, dans mes séances d'arbre généalogique, je pris l'habitude d'inscrire le but du consultant dès le début de la séance, pour guider notre recherche.

La médecine traditionnelle, comme la psychologie traditionnelle, se focalise sur le malade et ses symptômes. Elle cherche à « réparer » ou « arranger » ce qui « ne va pas », le produit du passé. Le travail psychologique est toujours orienté vers la mémoire enfouie dans l'Inconscient, l'origine des problèmes, la recherche des nœuds et la formation des traumatismes. La gestalt-thérapie, inventée en 1966 puis développée par le docteur Fritz Perls à Big Sur, en Californie, ainsi que toutes les théories de l'ici et maintenant, emboîtant le pas aux techniques de méditation orientales, ont fait un bond en avant en travaillant sur le présent : comment se sent le patient ? Que désire-t-il ? Mais il me semble que ces techniques sont incomplètes : elles omettent **l'importance du futur**.

Comment guérir l'arbre, l'amener à sa réalisation ? Il faut d'abord savoir quelle idée nous nous faisons de la santé mentale. Freud a narré les cas de plusieurs patients névrosés, et construit son image de l'homme sans remettre en cause la société, malade elle aussi, dans laquelle il vivait. Il souhaitait soulager la souffrance de ses patients en leur donnant des clés pour s'adapter à un destin généré par la famille, la société et la culture. Mais il ne s'est jamais proposé cet acte révolutionnaire qui consiste à muter.

Une brève histoire soufie, entendue lors d'une conférence sur les mystiques de l'Islam, corroborait ce que j'avais compris avec Cheng Man Ch'ing.

Un touriste visite un chantier où deux ouvriers, tailleurs de pierre, travaillent avec zèle. Il demande au premier : « Que faites-vous ? » et celui-ci lui répond rageusement : « Vous ne voyez pas ? On m'a ordonné de tailler ce satané caillou pour en faire un cube. C'est ridicule. » Puis le touriste pose la même question au deuxième ouvrier, qui lui répond avec un – sourire placide : « On m'a engagé pour que je taille la première pierre d'une magnifique mosquée. »

Le premier ouvrier est hors de lui, car il ne voit pas la finalité de ses actes. Le second sait à quoi va servir son œuvre.

Cette histoire me fit comprendre que cette pierre taillée est le symbole de notre vie : faute de concevoir son but, nous tombons malades. Au fond, tous nos maux proviennent de ce que nous ignorons la mutation à laquelle est appelé notre Être essentiel dans l'avenir. En d'autres termes, **toute maladie est manque de Conscience**. Ce serait une erreur de nous limiter à croire qu'en nous libérant des maux physiques et matériels, nous pouvons atteindre la félicité. Seule l'évolution de la Conscience est la fin de toute souffrance : la douleur physique ou psychique dont nous faisons l'expérience, vécue en Conscience, reste simplement douleur sans devenir souffrance. Dès lors nous ne nous accrochons plus à la douleur comme si elle était un objet, nous entrons en Conscience : un état d'unité, de non-dualité, où l'on n'est plus en situation de se voir, mais bien de se vivre. Dès lors que je me regarde, que je me vois et me définis, je ne suis plus dans la Conscience. L'ego est souffrance car c'est une limitation de l'Être essentiel.

Comme je l'ai déjà évoqué dans la 1re partie, ce que nous appelons communément « conscience », c'est l'individualité à l'état de veille, une prison rationnelle qui nous fait croire que nous sommes seulement ce dont nous nous rendons compte. Nous croyons voir ce que nous voyons, sans réaliser que les yeux nous communiquent également une foule de faits enregistrés seulement par l'Inconscient. Il se passe la même chose avec tous les autres sens. Nous vivons remplis d'une multitude de pensées, de sentiments, de désirs et de sensations qui s'attachent comme des ombres à ce que nous appelons la « conscience ».

La Conscience n'est ni conscience ni désir d'un objet, mais **conscience d'elle-même**. On parvient à elle lorsqu'on se libère de tous les désirs qui n'ont pas pour objet la Conscience elle-même.

1- Un de ses livres a été publié en France : *Lao Tseu : « Mes mots sont faciles à – comprendre »,* traduit du chinois par Tam C. Gibbs, Le Courrier du livre, 1998.

Le travail du but

Répétitions, création et niveaux de Conscience

Pour aborder cette nouvelle étape, vous allez formuler en quelques mots votre but ou finalité dans la vie. En d'autres termes, si vous pouviez écrire le « menu » de votre existence future, quelle phrase résumerait le mieux ce à quoi vous aspirez profondément ? Bien entendu, cette formulation n'est pas définitive. Elle pourra évoluer au fur et à mesure de votre travail, et tout au long de votre existence. Mais pour reprendre la célèbre maxime de Lao Tseu : « Un chemin de mille kilomètres commence par un pas. » Dans le cas de l'arbre généalogique, ce premier pas consiste à répondre aussi clairement que possible à la question : « Quelle est ma finalité dans l'existence ? Vers où est-ce que je me dirige ? Si je pouvais définir d'un mot l'avenir que je souhaite, que dirais-je ? »

Ne vous préoccupez pas de savoir, pour le moment, si cet objectif est suffisamment élevé ou sublime. Ce qui compte, c'est que vous soyez profondément en accord avec la phrase qui le résume.

Certaines personnes ont du mal à synthétiser leurs aspirations. Elles disent : « Cela ne sert à rien », « Je n'ai pas de but », « Je suis incapable de me projeter dans l'avenir ». En général, c'est le signe que l'on n'a pas été accueilli à la naissance, que les parents n'ont pas su (ou pas pu) considérer cet enfant nouveau-né que l'on était comme un but en soi. Il est possible que l'on reste alors prisonnier de ce manque et se prive de se projeter dans l'avenir parce qu'on désire inconsciemment être le centre de l'attention parentale, son but principal. On reste tributaire de ce désir impossible au

lieu de se donner une finalité. En d'autres termes, si l'on ne parvient pas à se donner un but, c'est que l'arbre nous enferme dans le passé.

Si tel est votre cas, nous verrons dans la 5e partie consacrée à la naissance comment dépasser ce manque, mais pour l'heure vous pouvez par exemple formuler ainsi les choses : « Trouver ma finalité dans la vie. »

Le but : point de traction du travail sur l'arbre

Cette simple phrase que vous venez d'écrire représente une étape déterminante pour l'étude de votre arbre généalogique.

Au sommet du schéma rectangulaire présenté p. 78, vous avez sans doute remarqué une case demeurée vide. Cette case sert à inscrire le but qui servira de boussole pour nous orienter dans le travail de l'arbre généalogique.

En effet le but est à la fois ce dont l'arbre généalogique dans son ensemble a le plus besoin, sur le plan matériel, créatif, affectif, intellectuel ou spirituel, et ce que ce même arbre généalogique nous interdit ou nous empêche de faire. Si le but est ce que l'arbre généalogique nous interdit, n'a pas su faire ou se représente comme impossible, grâce à lui l'étude de l'arbre devient celle de **l'ensemble des traces, entraves et formations psychiques qui s'opposent à la réalisation de notre projet véritable.**

À présent, relisez la phrase que vous avez écrite à la lumière de cette proposition : « Mon but dans la vie est tout ce à quoi l'arbre généalogique s'oppose, et/ou ce qu'il est incompétent à accomplir, et/ou ce qu'il m'interdit de réaliser. »

De fait, notre but est soit une chose que l'on n'a pas encore réussi à accomplir jusqu'à maintenant (par exemple, se réaliser dans un travail intéressant), soit la continuation d'un processus dans lequel l'on se trouve déjà mais que l'on craint, consciemment ou non, de voir s'interrompre (par exemple, élever ses enfants le mieux possible et continuer à former un couple uni). Ce projet futur est donc lié, dans une certaine mesure, à une interdiction ou à une menace. Parfois cette menace ou cette interdiction est si bien intégrée dans notre éducation que nous ne la voyons même pas. Par exemple : « Bien sûr que j'ai peur de perdre ce que j'ai : la vie est faite de pertes et d'accidents ! » Ou encore : « Je voudrais avoir une profession

intéressante, mais il faut se rendre à l'évidence, la plupart des gens font un travail qui les ennuie. »

Cependant, le fait même de pouvoir formuler un souhait pour notre propre avenir est le signe d'une aspiration profondément créative à introduire, dans notre vie et donc dans notre lignée, des actions et des – informations nouvelles. C'est à travers notre propre réalisation que l'arbre évolue. Et les obstacles présentés par l'arbre, une fois que nous parvenons à les dépasser, constituent notre chemin initiatique : une **victoire sur l'inertie**.

Le but est donc ce qui nous permet de commencer à voir les pièges tendus par l'arbre, mais aussi le trésor potentiel dont il nous fait le dépositaire, si nous réussissons à accomplir ce à quoi nous aspirons – profondément. Voilà pourquoi définir son but en une simple phrase sert de fil conducteur dans l'étude métagénéalogique. En effet, ce travail, même s'il prend en compte quatre générations, ne saurait être une psychothérapie en profondeur de chacun des membres de la lignée : une vie entière ne suffirait pas pour analyser les méandres de ces vies multiples, où l'on risque de se perdre jusqu'à ne plus rien discerner. Bien au contraire, le travail métagénéalogique doit déboucher sur une prise de conscience concrète, orientée vers des solutions, et la possibilité d'un changement réel pour la personne qui interroge son arbre. Il s'agit bien plus d'aboutir à un schéma résumant les forces psychiques en présence que de brosser un tableau minutieux où les détails se superposeraient jusqu'à ne plus former qu'une bouillie illisible. Une histoire initiatique (peut-être d'origine chinoise) offre une métaphore parfaite de ce processus d'essentialisation.

Un empereur aimait la peinture. Un jour, l'envie lui vint d'orner la salle du trône du portrait d'un coq de combat. Il fit quérir le meilleur peintre du royaume. Le maître parmi tous les maîtres se présenta devant lui.

« Combien de temps faudra-t-il pour peindre ce tableau ?

– Majesté, si vous voulez la meilleure représentation possible de ce noble animal, vous devrez m'accorder six mois ! »

L'empereur accepta, et le peintre s'enferma dans son atelier. Une fois les six mois écoulés, le souverain réclama son tableau. Le maître lui annonça qu'il n'avait pas terminé, et demanda encore six mois. Très en colère, l'empereur accéda néanmoins à sa demande. Il attendit donc vingt-quatre semaines, dans un état qui tournait à l'obsession, puis le jour dit, suivi d'un impressionnant cortège, il se rendit à l'atelier. L'artiste se confondit en excuses et demanda trois mois de plus. L'empereur bredouille s'empourpra de fureur : « Soit, mais si après ce dernier délai mon tableau n'est pas prêt, je te ferai couper la tête ! »

Au bout de quatre-vingt-dix jours, le souverain, suivi de ses bourreaux, courut chez le peintre. Celui-ci le fit entrer dans son atelier où il n'y avait qu'une grande toile blanche.

« Comment ? vociféra l'empereur. Tu n'as encore rien fait ? Cette fois, c'en est fini de toi ! Qu'on lui coupe la tête ! »

Le peintre, sans un mot, saisit son pinceau et d'un seul trait, à une vitesse vertigineuse, peignit le plus beau coq qu'on ait jamais vu dans le royaume. La beauté de cet oiseau était si intense que l'empereur, ravi, tomba à genoux devant ce chef-d'œuvre. Une fois remis de son émotion, la colère le saisit de nouveau.

« Tu es le meilleur, je te l'accorde, mais tu mérites d'être décapité ! Pourquoi m'avoir fait attendre si longtemps alors que tu aurais pu me donner satisfaction en quelques minutes ? Tu t'es joué de moi ! »

Le maître invita alors le souverain à visiter sa maison. Il y découvrit des milliers et des milliers de dessins et d'esquisses de coqs, des études anatomiques, des coqs empaillés, des ossements de ce volatile de – combat, d'innombrables tableaux le représentant, des pages et des pages de notes, des livres spécialisés sur son élevage, et un enclos plein de coqs vivants !

L'expérience, l'observation et le travail acharné conduisent à l'essentialisation du geste. C'est aussi à cela que nous sert l'orientation vers un but, qui va tracter tout le travail de l'arbre généalogique dans une direction vitale pour le consultant.

Exemple : Les grands-parents de cette consultante, éleveurs de leur état, travaillaient très dur pour nourrir huit enfants. Leur âpreté au travail, le peu de temps qu'ils consacraient aux fêtes de famille et à la tendresse, en d'autres termes leur indisponibilité affective n'était, à l'époque, qu'une expression de leur préoccupation principale : survivre et élever leurs enfants. Selon leur propre logique et les conditions de leur existence, il n'y a pas eu de « faute » consciente de leur part : on peut alléguer qu'ils ont vécu honnêtement et le mieux possible.

Leur troisième fils, devenu boucher, a amplifié jusqu'à l'excès ce respect du travail. Il n'a prêté aucune attention aux relations familiales et conjugales, et a accumulé des lingots d'or dans sa cave, obéissant à ce qui comptait le plus pour ses parents : thésauriser des richesses en prévision d'une disette potentielle, mettre la famille à l'abri.

À la troisième génération, la petite-fille (fille du boucher) est devenue végétarienne, kinésiologue et masseuse, et s'efforce de « guérir » cet excès de matérialisme dans sa propre vie et dans celle des autres en restaurant l'équilibre affectif, en particulier par le toucher dont elle a – beaucoup manqué (elle n'a jamais été prise dans les bras par son père, qui lui-même n'a jamais été caressé par ses parents).

De son point de vue à elle, le seul qui nous intéresse si nous étudions son arbre, il y a « faute » des ancêtres, ou plutôt *défaut* d'information, de

contact, d'affection, etc. C'est ce manque qu'elle s'efforce de combler dans sa vie et dans celle des autres. Elle contrebalance son arbre généalogique en bannissant la viande, en privilégiant un mode d'alimentation selon elle plus durable, et en apportant à ses clients un contact bienveillant.

Son but : « Me réaliser dans une relation de couple paisible et aimante, et fonder une famille. »

Piège : Cet arbre généalogique n'offre aucun exemple de couple aimant : sur trois générations toutes les unions ont été dictées par la nécessité (continuer l'exploitation d'un troupeau ou d'une terre, gérer la boucherie…). Abattage et dépeçage de la viande allaient de pair avec un climat violent. Les relations de couple et de famille étaient tout sauf paisibles. Les femmes de l'arbre généalogique, accablées de grossesses multiples et obligées en outre de continuer à travailler, ont fait passer le message inconscient que l'on était plus heureuse en évitant d'être mère. Le piège de cet arbre est qu'il réduit la consultante à la solitude, lui présente le couple comme un lieu de conflit et de rupture, et lui laisse comme seule échappatoire la relation de soin (où, sous une forme sublimée, elle materne ses clients).

Trésor : En plus du travail de Conscience déjà accompli par la consultante, sa demande et sa quête affective révèlent un besoin vital, aussi bien pour elle que pour son arbre, de réinventer la cellule familale comme un lieu d'échanges, d'amour et de Conscience. Si ses ancêtres ont vécu dans une logique de survie matérielle, notre consultante prend conscience de besoins plus subtils mais tout aussi impérieux. À la toute-puissance de la peur, qui prévaut dans son arbre comme valeur-clé, elle substitue la toute-puissance de l'amour.

Voici quelques autres exemples plus brefs, tirés de diverses situations réelles, qui illustrent la manière dont le but formulé par le consultant peut orienter vers l'interprétation de son arbre comme piège et comme trésor. Bien entendu, ces interprétations ne prétendent pas avoir une valeur universelle et doivent être nuancées en fonction de chaque personne. Mais à chaque exemple, le trésor suppose une prise de conscience dont le principe peut être valable pour quiconque, et dont la dimension universelle dépasse les limitations spécifiques de l'arbre.

But : « Être heureux »

Piège : L'arbre porte une profonde tristesse, voire plusieurs dépressions bien cachées. Il est sans doute le terrain de nombreux liens – sadomasochistes, et sa maxime favorite pourrait être : « La vie est faite de souffrances. »

Trésor : En trouvant sa propre manière d'être heureux (c'est-à-dire de célébrer à chaque instant le miracle d'être en vie), le consultant apporte à son arbre une information cruciale : la vie est joie et non souffrance.

But : « Être riche »

Piège : L'arbre ne transmet aucune valeur spirituelle, et voit la réalisation matérielle comme la réalisation suprême. Mais en même temps, devenir milliardaire (ce qu'aucun membre de l'arbre n'a jusque-là réussi) est source d'angoisse et de culpabilité parce que c'est une trahison par rapport à la pauvreté qui afflige la famille depuis des générations.

Trésor : L'argent n'est que le symbole concret d'un échange d'énergie. En restaurant l'amour de l'argent dans son arbre généalogique, le consultant restaure, au fond, le respect de l'énergie vitale et de l'abondance.

But : « Vivre dans une sainte pauvreté » (comme saint François – d'Assise ou Bouddha, qui venaient de familles riches)

Piège : La famille n'a pas transmis la joie de l'humilité, de la simplicité : le rejeton qui a un idéal de pauvreté s'oppose à ce matérialisme excessif en instaurant la pauvreté comme une valeur en soi, la seule capable de convoquer le divin dans l'existence humaine.

Trésor : En arrivant à l'état d'abondance simple au cœur de la pauvreté, le consultant découvre une prospérité fondamentale (l'énergie vitale même) qui transcende les notions de richesse et de pauvreté, et accepte l'abondance sous toutes ses formes.

But : « Arriver à gagner ma vie en faisant quelque chose que j'aime »

Piège : L'arbre induit une forte angoisse économique. Le travail est vécu comme un devoir, peut-être comme un sacrifice. La conception du travail et de l'argent que l'on a inculquée au consultant le terrifie et l'infantilise au lieu de le soutenir.

Trésor : En découvrant une façon d'agir dans le monde qui le satisfait, le consultant dépasse l'opposition limitative entre travail et loisir, et se

donne tout entier à la joie d'agir et de se reposer alternativement.

But : « Être utile »

Piège : L'arbre généalogique est « égoïste ». Il a dévalorisé le consultant. Il lui a fallu gagner les moindres marques d'amour ou d'attention en prouvant qu'il valait quelque chose. Quels que soient les efforts qu'il fasse, il se sent toujours vide car on ne lui a pas donné une place ni le sens de sa valeur.

Trésor : En découvrant la joie du service, la personne sera conduite à comprendre d'un autre point de vue la maxime chrétienne « Aime ton prochain comme toi-même ». Elle comprendra que son devoir sacré est *aussi* de s'aimer elle-même et d'être utile à son propre épanouissement. Elle sortira ainsi de son rôle de victime sacrificielle et soulagera son entourage, en devenant un être spirituellement mature, joyeux et lumineux.

But : « Pouvoir voyager et découvrir de nouveaux espaces »

Piège : L'arbre produit de l'enfermement. La famille n'a pas d'horizon, et vit enfermée sur son territoire. Ceux des ancêtres qui sont partis ne sont plus jamais revenus, et tout éloignement est vécu comme une rupture irrémédiable.

Trésor : Ayant surmonté les interdits de l'arbre, notre voyageur devient un voyageur conscient et non un touriste consommateur de cartes postales. Son trajet dans le monde est marqué par des rencontres significatives, il peut même devenir un écologiste militant : il a compris que la totalité de la planète était son chez-lui, et qu'il fallait la préserver.

But : « Parvenir à quitter mon mari avec qui je ne m'entends plus, et devenir indépendante financièrement »

Piège : L'arbre ne donne aux femmes qu'un seul rôle possible : celui d'épouse et mère, au prix de l'épanouissement personnel. Peut-être toutes les femmes ont-elles joué le même rôle. Peut-être au contraire y a-t-il eu beaucoup de mères manquantes (décédées, malades ou absentes).

Trésor : En dépassant l'interdit culturel qui la réduit au rôle d'épouse assistée et d'éternelle victime, cette femme libère son mari tout aussi prisonnier qu'elle de ce schéma, ses enfants qui ont enfin une personne adulte et réalisée pour mère, et elle participe à l'évolution nécessaire de l'humanité : l'équilibre accompli du masculin et du féminin.

But : « Recouvrer la santé »

Piège : Il faut se demander quel est l'avantage de l'arbre à rendre malade : y a-t-il eu des personnes pour qui la maladie a été une manière d'obtenir attention et amour ? La maladie est-elle le seul moyen connu de créer des liens entre les membres de la famille ?

Trésor : La guérison (physique et définitive dans certains cas, psychologique et spirituelle dans d'autres) devient un enseignement que l'on peut partager : la maladie était un maître, une raison d'évoluer et non la calamité qu'elle semblait être au départ. Cette personne et ses proches mourront un jour de toutes manières, mais l'épreuve de la maladie, et le sens qu'ils en auront tiré, leur permet d'approcher leur mort future avec une sagesse nouvelle, et de profiter plus authentiquement de la vie.

But : « Être célèbre »

Piège : L'arbre souffre de sa médiocrité et de ses ratages. Cette souffrance se reporte sur les enfants qui ne sont pas vus par les parents et doivent devenir leur « public ». Dans certains arbres, être célèbre est vécu comme une obligation parce qu'un parent ou un aïeul a connu une gloire publique et que la célébrité est présentée (à tort) comme le seul moyen de dépasser ses prédécesseurs. Cette célébrité est alors vécue comme impossible, et le consultant peut en arriver à souhaiter, consciemment ou non, la mort de la personne célèbre qui le précède, car c'est sa seule solution pour devenir enfin adulte.

Trésor : Qu'il devienne célèbre ou demeure anonyme, le consultant n'est plus dupe de cette frénésie de reconnaissance. Il se recentre sur des valeurs plus essentielles : le talent ou la créativité, s'il est artiste, ses valeurs profondes, la qualité de ses relations humaines. Et à ce titre, qu'il soit ou non sous les projecteurs, il cesse d'être toxique pour son entourage et devient au contraire une personne bénéfique, d'une manière ou d'une autre.

Vous n'arriverez peut-être pas à une interprétation aussi claire du premier coup. Mais le plus important est de commencer à voir **comment le but (*l'appel du futur*) interagit avec les programmations répétitives à l'œuvre dans l'arbre (*la répétition du passé*).**

Un système de répétitions

L'arbre généalogique est avant tout un système de répétitions. Tradition, culture, transmission du nom, héritage, conservation du patrimoine : toutes ces valeurs font partie intégrante de la notion même de famille. Le clan est avant tout un système hiérarchisé de solidarité et d'appartenance, dont les membres se doivent d'être identifiables comme éléments du groupe. Cette injonction est présente dans tous les systèmes sociaux et familiaux : « Sois comme nous. »

D'un point de vue très primitif, si l'on se réfère aux conditions de survie des sociétés premières ou à l'extrême dépendance dans laquelle se trouve un enfant encore incapable de subvenir à ses propres besoins, l'appartenance au clan est une condition sine qua non de survie. Être rejeté hors du village, de la tribu ou du sein maternel, c'est mourir de faim, de froid, ou être attaqué par des bêtes sauvages. Dans de nombreux contextes culturels actuels, être rejeté par sa famille équivaut aussi à une mise en danger sociale et économique.

Cette condition première est gravée dans notre Inconscient et détermine une terreur universelle à la perspective d'être exclu. La peur de l'exclusion va de pair avec une peur du futur : il n'y a d'avenir qu'à l'intérieur du clan, et cet avenir ne peut être que la répétition du passé, puisque le clan m'intime avant tout de perpétuer ses valeurs, fût-ce au détriment des miennes. Le clan nous attache et ne nous permet d'évoluer que dans une direction donnée.

On trouve dans de nombreuses familles actuelles des échos de ce schéma d'appartenance forcée :

- Programmations : « Tu seras médecin comme ton père et ton grand-père avant toi. »
- Interdictions : « Il n'y a pas d'homosexuels dans notre famille. »
- Prédictions : « Si tu n'es pas mariée à trente ans tu resteras vieille fille. »
- Malédictions : « Chez nous personne n'a jamais gagné sa vie comme artiste, si tu suis ta vocation tu tomberas dans la misère. »

Toutes ces exhortations à maintenir l'intégrité du clan sont des pièges qui nous maintiennent dans le passé. Au fond, le clan agit mû par la peur de

l'autre, vécu comme un ennemi ou un agresseur potentiel. Celui qui se risque à briser la culture du clan et à inventer un nouveau destin est perçu d'abord comme un traître, un étranger, et la réaction du clan est de le renier. Cette peur de l'inconnu enjoint de rester le même.

Dans certains cas, cette interdiction, ces malédictions ne sont même pas formulées à haute voix par les parents et les grands-parents. Elles sont si bien intégrées dans la logique familiale que c'est la personne elle-même qui les ressent, les reproduit, se les remémore d'un lointain passé. Il n'est pas rare de voir des personnes agir en fonction des ordres et des interdictions donnés par des parents désormais décédés.

À partir de là, votre travail sera de débusquer les répétitions à l'œuvre dans votre arbre généalogique. Il existe plusieurs types de répétition :

- **La répétition pure et simple** : on est un membre de son clan et, en tant que tel, on reflète directement ses valeurs. *Exemple* : Je porte le prénom de mon père, grand-père et arrière-grand-père, j'ai fait les mêmes études qu'eux et j'exerce le même métier qu'eux. Je suis le « portrait craché » de ma tante et mon destin est calqué sur le sien, etc.
- **La répétition par interprétation** : dans l'enfance, on a interprété à sa manière les codes de sa famille. Devenu adulte, on les transpose dans sa propre réalité. *Exemple :* Mon grand-père est un enfant naturel qui n'a pas connu son père. Mon père, mal-aimé de lui, a toujours senti qu'il n'était pas vraiment le fils de son père et que celui-ci doutait de sa paternité. À mon tour, devenu adulte, j'épouse une femme qui prétend être enceinte de moi, mais je m'aperçois au bout de quelques années qu'elle était en réalité enceinte d'un autre homme et que mon premier enfant est en réalité l'enfant biologique d'un autre.
- **La répétition par opposition** : on est un membre mal-aimé ou fautif de son clan, une brebis galeuse, et en tant que tel, on exprime sa différence par une opposition flagrante qui, paradoxalement, permet de s'identifier comme membre du clan. *Exemple* : Dans ma famille tout le monde est bien nanti et vit dans un rayon de vingt kilomètres autour de la maison des parents. Moi, l'avant-dernière fille, toujours considérée comme la « rebelle », je vis d'expédients dans un pays étranger. Paradoxalement, je ne fais que respecter le rôle qu'on m'a

distribué, donc tout est en ordre. J'ai le désir secret, qui sera probablement déçu, d'hériter d'une partie de la maison de mes parents à leur décès.

- **La répétition par compensation** : on est un membre de son clan et, en tant que tel, on a le devoir de réaliser ce que ses ancêtres n'ont pas pu réaliser. *Exemple* : Trois générations ont tenté, sans succès, de s'élever dans l'échelle sociale et de quitter le village familial. Mon grand-père, parti à la ville, est revenu élever ses moutons. Mon père a travaillé un temps à la ville avant de revenir monter une épicerie au village. Ils prétendent tous deux que rien ne vaut l'air de notre région. Je vis aux États-Unis où j'ai monté un business florissant, mais ils refusent de me rendre visite sous prétexte que le voyage est trop fatigant.

Nous reviendrons sur ces quatre formes de répétition. Pour le moment, voyons comment elles se déclinent dans chacun des quatre centres.

Répétitions corporelles et matérielles

Dès qu'un enfant naît, on lui cherche des **ressemblances** avec les autres membres de la famille. La mère peut souhaiter qu'il lui ressemble, ou qu'il ressemble au père, pour lui confirmer qu'il est bien son enfant. Symétriquement, le père peut souhaiter se reproduire dans le nouveau-né, ou retrouver en lui les traits de sa femme, mais aussi de sa propre mère, de son père, etc. En général, on aboutit à une sorte de portrait de famille fragmenté où l'on prétend que l'enfant a les yeux de l'un, le nez de l'autre, le rire du troisième… Il y a des lignées de maigres et des lignées de gros, des familles où l'on est plus ou moins blond ou brun, plus ou moins poilu… Lorsque l'enfant grandit, c'est dans ses attitudes et ses gestes que l'on détecte les ressemblances réelles ou supposées.

Lorsqu'un rejeton tombe malade, la **maladie** est immédiatement interprétée comme signe d'appartenance au clan (« Nous avons tous la gorge fragile ») ou au contraire comme un écart par rapport à celui-ci (« Cet enfant s'enrhume pour un rien »). Dès la plus tendre enfance, nous recevons donc l'injonction inconsciente de considérer les éléments les plus basiques de notre être au monde comme autant de signes d'appartenance.

Plus tard, c'est la **relation à l'argent**, ou encore la **profession**, le **lieu de vie**, le territoire au sens large qui vont devenir des sujets de répétition. Certaines personnes vivent comme un devoir inévitable le fait de reprendre le commerce familial, ou d'accomplir le même cycle d'études que leur père ou leur mère, voire de réussir là où ceux-ci ont échoué. Le village, la région ou le pays d'origine peuvent représenter un enjeu d'appartenance au clan ou, au contraire, un enfant qui a été exclu émotionnellement émigrera plus volontiers à l'étranger.

Répétitions sexuelles et créatives

Tous les psychologues qui travaillent sur l'**abus sexuel** mettent en évidence le fait que les viols, les incestes, les actes de pédophilie tendent à se répéter. Le traumatisme vécu par l'enfant sexuellement abusé, souvent gardé sous silence, peut devenir, à l'âge adulte, une fixation sexuelle qui pousse l'ancienne victime à commettre un passage à l'acte du même type. Un père qui a subi des attouchements dans une école catholique (symboliquement violé par le « père ») peut à son tour être irrésistiblement poussé à commettre des actes pédophiles sur les enfants de sa propre famille.

On constate aussi une tendance à répéter la **manière d'enfanter** : âge de la première grossesse, césariennes à répétition, prématurés à répétition, dépressions post-natales… Mais cela ne se joue pas forcément au niveau des femmes : on peut voir par exemple le premier enfant mâle d'une lignée (premier héritier du patronyme) naître par forceps « comme son grand-père paternel ». La manière de naître renforce l'appartenance au clan et à la lignée du nom en particulier.

Une fille, première de sa fratrie et non désirée, peut très bien être amenée à avorter de sa première grossesse ou contrainte d'abandonner son premier enfant : elle réalise symboliquement le désir qu'avait sa mère (et son père) de se débarrasser d'elle. De même, les avortements et fausses couches se répètent : par exemple, une fille vit cinq avortements et découvre plus tard que sa grand-mère a eu cinq enfants morts en bas âge.

Les **problèmes sexuels** peuvent aussi se répéter, car les interdits et frustrations se transmettent d'une génération à une autre (frigidité, impuissance, stérilité…). Il est souvent difficile de retracer l'histoire sexuelle de son arbre généalogique, car c'est le sujet le plus tabou dans la

famille, mais certains indices permettent de supposer quel était le degré de satisfaction sexuelle d'un couple : y avait-il des maîtresses ou amants ? Des enfants illégitimes ? Les couples faisaient-ils chambre à part ? Quel est le discours de l'un sur les femmes en général et de l'autre sur les hommes en général ?

Dans le **domaine créatif**, on voit souvent une pratique artistique se répéter d'une génération à l'autre, ou en sautant une génération : qui jouait du piano ou aurait aimé en jouer ? Qui peignait, qui avait une belle voix ? La question du talent dans l'arbre généalogique fait partie de notre questionnement : le talent a-t-il été reconnu, encouragé ?

Dans les familles d'artistes, souvent l'énergie créative du membre le plus actif de la famille (l'artiste « officiel ») peut éclipser les aspirations créatives de ses descendants. Parfois un enfant d'artiste a toutes les peines du monde à se détacher du style de son père ou de sa mère, et produit toute sa vie de pâles copies de l'œuvre de celui ou celle qui l'a précédé. Il y a des exceptions notables et inspirantes, comme par exemple celle d'Auguste et Jean Renoir : en passant de la peinture au cinéma, cet arbre généalogique a engendré deux grands créateurs, père et fils, tous deux novateurs et entièrement réalisés dans leur pratique artistique.

En général, sur le plan créatif au sens large, au-delà du cas spécifique où l'on crée une œuvre artistique, on assiste souvent à la répétition des échecs : si un ascendant n'a pas réussi à surmonter cette chute (faillite d'une entreprise par exemple), les descendants peuvent se trouver bloqués dans des conduites d'échec.

Répétitions affectives

Par définition, la manière d'aimer que l'on nous a transmise constitue notre apprentissage affectif. De même, les traumatismes affectifs tendent à créer des répétitions qui se déploient sur plus d'une génération. Parmi les répétitions les plus flagrantes, nous trouvons celles qui touchent à la **manière d'exprimer l'affection** (de façon détournée, par exemple par l'argent ou la nourriture, ou encore les tabous liés à l'expression affective : familles où on ne parle pas, familles où on ne se touche pas). Les émotions négatives se répètent : il n'est pas rare que l'on porte une honte, une colère, une dépression ou une haine qui ne nous appartiennent pas.

La **conception du couple** est aussi très dépendante de l'arbre : relations conflictuelles, divorces, abandons se répètent. Parfois un abandon subi comme enfant (orphelin ou confié à des tiers) se traduira une ou deux générations après par l'abandon du conjoint, de la famille, etc.

Les répétitions affectives sont également gouvernées par nos **projections** : au lieu d'établir avec un enfant des relations purement définies par l'amour qu'on lui porte, on projette sur lui un autre membre de la famille, et l'enfant devient l'innocent terrain de bataille de conflits affectifs irrésolus. Cette situation est extrêmement fréquente dans les arbres généalogiques.

Certains sentiments enfantins, comme les préférences, conflits et rivalités entre frères et sœurs, peuvent ensuite marquer la vie adulte : il n'est pas rare de voir un parent projeter, sur son fils ou sa fille, un de ses frères ou sœurs. Parfois même l'oncle (ou la tante) a été désigné comme le parrain (ou la marraine) de l'enfant. Cet enfant sera traité plus ou moins consciemment par le parent comme un « double » de son frère ou de sa sœur, et subira comme un poids cette relation dans laquelle il n'a rien à voir, même si c'est une relation de préférence manifeste. Un cas fréquent est celui du parent rival qui projette sur son enfant un petit frère ou une petite sœur secrètement haï(e), et lui fait subir cette rivalité destructrice en gardant l'avantage de la différence d'âge et de son statut de parent qui lui donne autorité sur l'enfant.

Il arrive aussi que l'on projette sur son enfant un amour de jeunesse, jusqu'à lui donner le prénom de cet amour perdu. Là encore l'enfant recevra des messages affectifs qui ne lui sont pas destinés, et toute la gamme de ses émotions en sera perturbée.

Répétitions intellectuelles et idéologiques

La première répétition, traditionnelle dans beaucoup de cultures, est celle des **prénoms**. Le prénom est le mot qui nous désigne, comme le mot « table » désigne une table. Si l'on y réfléchit bien, le prénom contient, à nos yeux, toute notre identité. Tradition ou pas, il est donc évident que si l'on nous donne le prénom d'un ou plusieurs membres de l'arbre, on nous passe subrepticement quelque chose de l'identité de ces personnages. L'expérience montre que le prénom induit dans ce cas une série de répétitions aussi bien matérielles que sexuelles-créatives ou affectives.

La répétition la plus puissante dans l'arbre généalogique est celle des **croyances**. En tant qu'êtres doués de langage, nous cristallisons dans les mots, les idées, les discours des éléments vitaux de notre identité. Si on a passé son enfance à entendre sa mère affirmer : « Tous les hommes sont des salauds », quelque chose de cette croyance nous poursuivra à l'âge adulte. De la même manière, on voit bien comment les peurs, les hontes, les interdits véhiculés par les religions, les systèmes moraux et politiques continuent d'affecter des personnes pourtant affranchies de toute pratique religieuse, ou exilées dans un autre régime.

Dans un arbre généalogique, ces croyances se veulent fédératrices : nous ne sommes pas ceci ou cela (nous ne sommes pas de telle appartenance politique, de telle couleur, de l'autre village, etc.). Mais chaque fois que la famille se définit ainsi, elle ferme une possibilité de s'ouvrir au monde pour ses descendants. Il arrive que le fanatisme des croyances mute d'une génération à l'autre, par un mécanisme d'opposition : si les grands-parents était fanatiquement religieux, et qu'au nom de cette idéologie ils ont opprimé leurs enfants, il est possible que l'arbre produise, une ou deux générations plus tard, des militants politiques, anarchistes ou anticléricaux tout aussi fanatiques.

Un autre élément qui se reproduit est l'**utilisation du langage**. Les patois, les argots, les parlers régionaux sont autant d'éléments d'identification au clan. Dans un foyer bilingue, le choix d'une langue peut devenir un enjeu et faire l'objet d'un conflit. Il en va de même, plus subtilement, pour l'agression verbale : un enfant qui a été élevé dans une atmosphère de violence verbale ordinaire peut devenir un adulte totalement inconscient de l'agressivité dont il charge ses propos. Dans les pays développés, tous les enjeux liés à l'éducation scolaire et universitaire deviennent des éléments de reproduction : être ou ne pas être « intelligent » est, en France, un élément-clé d'appartenance à un arbre instruit. De même, les études que l'on a faites ou non, voire le rang auquel on a été classé à tel concours déterminent l'appartenance au clan. Malheur à l'héritier d'une lignée de polytechniciens qui, plus doué pour les travaux manuels, le jardinage ou le violoncelle, se force néanmoins à passer le même concours que ses ascendants et le rate lamentablement : sa différence sera vécue comme une marque de nullité et d'échec.

La tradition, le folklore, la religion sont des attaches au passé. Le régionalisme et le nationalisme aussi, avec leur lot d'habitudes culinaires,

de coutumes, parfois de chauvinisme.

En résumé, ce qui se répète essentiellement, dans les quatre centres, est le **refus du nouveau** : l'arbre nous pousse à refaire quelque chose qui a déjà existé, il nous interdit d'œuvrer pour la mutation du clan, pour que celui-ci devienne une société consciente, unie avec la totalité de l'humanité. Il nous engage à recentrer nos pensées, nos actes et nos affects vers le connu.

Le travail de l'arbre repose sur une compréhension de plus en plus fine des répétitions. Pour commencer à les identifier, signalons que les plus flagrantes sont en général :

- les prénoms ;
- les dates marquantes et les âges ou écarts dans le temps (durée d'un mariage, âge d'un accident de voiture, écart d'âge entre frères et sœurs…) ;
- les métiers ;
- les circonstances d'un décès, d'un accident, d'une crise vitale ;
- le nombre d'enfants dans les fratries ;
- les lieux de vie de l'arbre.

Mais ces répétitions peuvent aussi être plus subtiles, avec un ou plusieurs éléments qui évoluent d'une génération à l'autre :

- Un prénom peut être l'anagramme complet ou partiel d'un autre (le père s'appelle Hermann, la fille Maren : toutes les lettres du prénom de la fille viennent du prénom du père), ou commencer par la même initiale et avoir le même nombre de lettres (Véronique, Valérie, Vanessa, Rosa, Rita, Raùl…). On peut aussi retrouver dans une même famille une syllabe qui se répète, etc.
- La date à laquelle un bébé a été conçu est parfois aussi parlante que sa date de naissance. Par exemple, un fils né en avril a été conçu en juillet, à la date exacte de l'anniversaire de son grand-père maternel : la mère inclut inconsciemment son propre père, dont c'est l'anniversaire, dans cet acte sexuel qui va engendrer un fils.
- De même pour une date de décès. Par exemple, un père qui meurt le jour où la fille se marie ou accouche.
- Certains métiers sont l'inverse l'un de l'autre. Cette opposition peut être symboliquement intéressante. Par exemple, dans une lignée de

cordonniers émerge soudain un coiffeur, comme si la tête et les pieds cherchaient à s'unir ou à s'opposer.
- Une opposition flagrante peut trahir une attache. Par exemple : mon père est grand, blond, aux yeux bleus, européen, et je n'aime que les hommes petits, mats de peau, venus d'un autre continent : je ne détrône donc pas mon père en tombant amoureuse de personnes aussi dissemblables.
- L'arbre agit aussi par transpositions. Par exemple, si mes aïeux ont émigré en Espagne, à une époque où ce pays leur semblait très lointain, il est possible que les générations suivantes choisissent l'Amérique latine comme nouvel horizon à conquérir (mais la langue reste la même).

Les cas de figure sont très nombreux, à l'image de la diversité humaine. Nous commençons à peine à explorer ce système de ressemblances et d'oppositions, d'héritage et de compensation qu'est l'arbre généalogique. Mais avant de nous absorber dans la recherche des répétitions à l'œuvre dans votre propre arbre (cf. exercice en fin de chapitre), voyons quel est l'ingrédient qui permet de dissoudre ces répétitions si puissantes, de les dépasser et d'accomplir son propre destin.

Une clé au service du projet futur : les niveaux de Conscience

On peut résumer ainsi le processus à l'œuvre dans l'arbre généalogique. Des parents, à une génération donnée, se trouvent face à un problème matériel, affectif, sexuel-créatif ou moral. Face à ce problème, ils réagissent en adoptant **la meilleure solution que leur niveau de Conscience du moment leur permet de trouver**. Bien souvent, cette solution est une *répétition*, c'est-à-dire qu'ils appliquent une recette déjà connue, déjà éprouvée, et validée par leur milieu familial, social et culturel. Par exemple :

- Face à une honte (emprisonnement, internement psychiatrique, enfant illégitime) ou à un désarroi émotionnel (malheurs dans le couple, trahisons…), ils choisiront de garder le secret.
- Face à un deuil, ils choisiront soit de ne plus jamais parler de la personne disparue, soit au contraire d'en faire le centre de l'attention

familiale et de transformer rétrospectivement le disparu en saint, en héros.

- Face à des difficultés matérielles extrêmes, ils choisiront de s'immerger dans leur travail et de faire travailler les enfants, ou encore le père partira seul s'exiler dans un pays étranger considéré comme un paradis, d'où il enverra des subsides à sa famille.
- Face à une rébellion adolescente, à des conflits dans la fratrie, ils choisiront la violence et la coercition.
- Une femme abandonnée par son mari peut se reporter, pour combler le vide affectif qu'elle ressent, sur son fils ou sa fille. Un couple divorcé peut faire porter à l'enfant le poids de ses conflits, chacun disant des choses abominables sur l'autre, etc.

Dans tous les arbres généalogiques, nous pouvons trouver des exemples de ces solutions faussées, qui ont très bien fonctionné pour les parents… Mais dès la deuxième génération, les ravages commencent à se faire sentir : la violence, le secret, le matérialisme forcené, les ruptures, les demandes émotionnelles impossibles à satisfaire vont devenir, pour les enfants devenus parents à leur tour, de nouvelles blessures pour lesquelles ils devront trouver leurs propres solutions. Si ces solutions sont aussi conformistes que celles de la génération précédente, le petit-fils ou la petite-fille en paiera à son tour les conséquences.

En étudiant l'histoire de notre famille, il n'est pas difficile de repérer les éléments qui ont pu être une source de souffrance. Mais en général, notre premier réflexe est de les justifier en disant : « À l'époque, on faisait comme ça », « Mais ma mère (mon père, ma grand-mère…) n'avait pas le choix », « Mais il y a des centaines de familles dans lesquelles les choses se sont passées ainsi ». Devant ces mêmes faits, une personne plus sensible ou plus rebelle risque au contraire de s'enfermer dans une colère permanente vis-à-vis de ses ascendants, ressassant ses malheurs enfantins, avec un leitmotiv : « Comment ont-ils pu faire ça ? »

Ces deux positions, le pardon rationalisé et la rancœur sans issue, coexistent souvent dans une seule personne : d'une part, la raison justifie les événements de l'arbre ; d'autre part, le cœur, la psyché enfantine, souffre encore sans pouvoir dépasser le traumatisme. C'est souvent dans cette situation paradoxale que se trouve une personne au moment d'entamer une thérapie ou un travail spirituel.

L'attitude métagénéalogique consiste à se placer au-delà de la colère sans issue et du pardon rationalisé. Notre but est de comprendre pourquoi et comment ces fausses solutions ont pu émerger, quelles répétitions familiales, sociales et culturelles sont à l'œuvre, et quelle aurait pu être, dans une perspective idéale, l'attitude d'un adulte confronté aux obstacles qui se sont manifestés dans notre arbre généalogique.

En d'autres termes, nous allons nous demander **quel niveau de Conscience** avaient nos ascendants au moment des faits, et ce qui aurait pu se passer s'ils avaient agi à un niveau de Conscience supérieur, indépendamment des circonstances socio-éco-historiques qui déterminent, dans une certaine mesure, les limites de la liberté individuelle. Souvenons-nous que l'on peut toujours exprimer une résistance à l'idéologie culturelle ambiante au sein du groupe familial, même si les actions sont limitées (par exemple par un régime autoritaire).

Une conception évolutive de l'humain

Pour un individu, de plus en plus de Conscience signifie toujours de plus en plus de liberté. Plus on devient conscient, plus on accepte de ne pas se définir étroitement, mais au contraire de s'unir avec la totalité du monde, en cessant de s'identifier étroitement au clan. Toute auto-définition est en réalité une cause de souffrance, car elle nous enferme : si je suis strictement un Français (ou un Américain, ou un Espagnol), cela signifie que je ne suis rien de tout le reste ; si je me vis exclusivement comme « homme » (mâle) ou « femme » (femelle), c'est une cause de souffrance car je tourne le dos à ce qui en moi est au-delà de mon genre. Toute définition nous fait entrer en conflit avec les autres possibilités. En réalité, il est possible de reconnaître d'où l'on vient sans s'identifier à cette définition.

La notion de **niveau de Conscience** renvoie à une conception évolutive de l'être humain : potentiellement, nous sommes en évolution permanente jusqu'à l'instant de notre mort. Il est donc logique d'en déduire que l'esprit peut évoluer jusqu'au point suprême où, quittant la vie physique en pleine lucidité et en pleine joie, notre Conscience individuelle fusionne avec celle de l'univers. Les diverses traditions spirituelles et religieuses ont chacune leur vocabulaire pour décrire ce processus idéal, illustré par le récit de la mort des grands saints dans toutes les cultures.

Un bas niveau de Conscience se manifeste par une insatisfaction constante. Soit la personne perd toute joie de vivre, soit elle compense son insatisfaction profonde par des acquisitions illusoires (– accumulation de biens matériels ou immatériels, de succès ou d'objets). Mais sans développement de la Conscience, il n'y a pas de satisfaction authentique.

Pour progresser, il est nécessaire de se proposer un but qui nous – permette de nous unir au monde intérieur (notre identité véritable) et extérieur (en accomplissant le destin qui est vraiment le nôtre, en agissant authentiquement dans le monde). Mais l'arbre généalogique peut nous inoculer des buts factices pour lesquels nous déploierons une énergie immense (par exemple, devenir millionaire, trouver l'âme sœur, dépasser tout le monde sur le plan créatif ou sexuel…). Atteindre un but factice produit, une fois encore, une profonde insatisfaction. C'est ainsi que l'on voit des personnes couvertes d'argent, d'honneur ou de gloire se déprimer, s'autodétruire peu à peu ou se suicider. Inconsciemment, la personne qui répète les buts de l'arbre, même si elle les atteint, demeure insatisfaite.

Exemple : L'arrière-grand-père se ruine, provoquant misère et honte dans sa famille. Un descendant peut se donner comme but initial d'amasser une fortune, délaissant une autre finalité (pratiquer un art, étudier la médecine, se réaliser affectivement…). Même s'il amasse cette fortune, il aura le sentiment d'avoir échoué, car le but véritable n'est pas d'obtenir une chose en particulier, mais de **se développer**.

Cette finalité n'a pas besoin d'être formulée abstraitement (« Je veux développer ma Conscience » ne signifie pas grand-chose pour la plupart d'entre nous), mais une activité en particulier peut être le véhicule de ce développement. Dans les récits zen, il est fréquent que le maître mourant désigne le cuisinier comme son successeur à la tête du monastère : à travers une activité humble, concrète et quotidienne, ce moine a en effet développé sa Conscience au point d'égaler son maître. Il sera choisi non pas parce qu'il est cuisinier, mais parce qu'il manifeste des qualités intérieures de volonté, de discipline, de lâcher-prise, et ne vit pas selon des valeurs illusoires comme le pouvoir, la nationalité, l'âge, une définition sexuelle ou un sentiment d'appartenance nationale ou raciale : cette libération des définitions est le signe d'une Conscience éveillée.

Tous les chemins, dit-on, mènent à Rome. De même tout chemin de vie (intellectuel, artistique, matériel, financier, d'aide aux autres, de service, etc.) peut être la voie du déploiement de la Conscience, à condition qu'on y

développe la concentration de l'attention, la persévérance, le détachement (lâcher-prise), et surtout la discipline, ce que l'on appelle le *dharma*, dans les traditions orientales : l'ensemble des actions et règles auxquelles on se plie pour se mettre au service de l'Être essentiel, sans chercher l'approbation des autres ou d'un maître, mais face-à-face avec soi-même.

Bien entendu, on ne peut pas quantifier exactement le niveau de Conscience d'une personne, et la manière dont nous le schématisons ci-dessous ne doit servir qu'à votre propre travail : nous proposons des points de repère qui permettront de regarder votre arbre généalogique non plus comme une lignée qui va des aînés (vos ancêtres) au cadet (vous-même), mais comme un ensemble d'êtres humains également confrontés à leur destinée, et inégalement capables de lui faire face avec maturité.

Cette partie du travail est essentielle, car elle bouleverse la hiérarchie traditionnelle, en vigueur dans la famille, qui veut que les plus jeunes – doivent le respect aux aînés. Pour quelques instants, imaginons que le seul respect qui soit dû soit celui des moins conscients, des plus immatures envers les plus conscients, les plus matures.

C'est une ambition légitime, et une possibilité ouverte à tous, que de devenir la lumière et la Conscience de son arbre généalogique. Mais pour chacun d'entre nous, ce travail représente aussi une épreuve de vérité, car il nous force à sortir à la fois de la plainte et de l'ordre établi et à nous poser des questions fondamentales : « Suis-je capable de reconnaître à quel niveau de Conscience je vis ordinairement ? Suis-je prêt à m'incliner devant le niveau de Conscience supérieur d'une personne plus évoluée que moi ? Suis-je capable d'évoluer ? »

À ce stade, comme nous le verrons dans l'exercice proposé en fin de chapitre, le travail sur votre but peut commencer : sans vous départir de votre but personnel et matériel, vous pouvez vous proposer, en arrière-plan, de lui adjoindre le but le plus élevé que vous êtes capable de concevoir au plus haut niveau de Conscience possible pour vous aujourd'hui. La plupart des gens ont une finalité individuelle. Quelques-uns ont une finalité sociale, humaniste et généreuse. Très peu sont capables de concevoir spontanément un but qui englobe l'humanité entière.

Du niveau animal à la Conscience divine

Chacun de ces niveaux est respectable lorsqu'il concerne un être auquel il est adapté. Il est impensable de demander à un bébé de six mois d'avoir le niveau de Conscience d'un adulte ! À chaque âge, à chaque étape de la vie, correspond un niveau de Conscience sain et épanoui. Un niveau de Conscience ne devient toxique que si on continue à vivre selon lui au lieu d'atteindre, en grandissant, le niveau suivant. C'est un drame de devoir agir, penser, travailler, gérer des informations comme un adulte lorsqu'on est enfant : tous les psychologues le savent. Mais ce que l'on dit moins souvent, c'est que c'est également un drame d'agir et de penser comme un enfant ou un adolescent lorsqu'on est adulte.

Chaque niveau de Conscience suppose un **centre unitaire**, c'est-à-dire un point de référence qui sert à la personne à définir autour de quoi tourne son propre monde.

Animal, survivant

Ce niveau est celui de la vie primitive, celle des animaux ou des bébés. Ses priorités consistent à s'alimenter, se défendre, s'abriter. Pour les animaux à sang chaud, dont nous sommes, ce premier niveau inscrit dans notre histoire le besoin du clan, de la famille.

Mais si une personne humaine qui a dépassé l'état de bébé se retrouve dans ce niveau de Conscience, cela signifie qu'elle vit exclusivement selon l'axe proie/prédateur. C'est le cas des grands délinquants et criminels, des personnes que leur éducation ou le milieu dans lequel elles vivent – poussent à retourner à un état de survie et de violence permanente. Une personne très dépressive, totalement dépendante et incapable de communiquer avec les autres peut aussi avoir régressé au niveau de Conscience animal.

Centre unitaire : l'organe directeur (la bouche pour un bébé, l'estomac pour un animal). Si ce niveau de Conscience est régressif, ce peut être le sexe pour un délinquant sexuel, le cerveau pour un grand fanatique qui devient criminel au nom de ses idées, etc.

Enfantin, consommateur

Ce niveau est celui de l'enfant par excellence : dépendant et ludique, il consomme sans rien produire, ne travaille pas mais joue pour se préparer à

grandir. Le rêve et l'imagination jouxtent la réalité. L'enfant reçoit sans se préoccuper de donner. Son mot fétiche pourrait être : « Donne ! » À cet âge, on a le droit d'être inutile à la société, et il est vital d'être accepté par ceux qui prennent soin de nous (les parents, l'instituteur…).

Tous ces ingrédients, à l'âge adulte, définissent le consommateur type dont la société industrielle a besoin pour survivre. Dépendant, matérialiste, il se laisse convaincre que tel ou tel produit lui est indispensable. Volontiers irresponsable, il s'absorbe dans des jeux vidéo, se nourrit d'illusions et de produits sans valeur réelle. Il est aussi le subalterne rêvé dans la hiérarchie de l'entreprise. Sur le plan affectif, il est incapable de faire passer les intérêts de l'autre avant les siens.

Centre unitaire : le chef de famille (l'amour des parents) ou son représentant symbolique (un supérieur hiérarchique, une personne d'autorité…).

Adolescent, romantique

L'adolescence est un âge marqué par trois préoccupations principales : l'amour, en général idéalisé et conçu comme éternel ; la mort, un opposant que l'on s'évertue à défier de manière plus ou moins concrète ; l'agrégation à un nouveau groupe (une bande, un cercle d'amis, un fan-club…) qui servira de sas entre la famille, monde clos de l'enfant, et la société humaine au sens large vers laquelle se dirige l'être adulte. Ce niveau de Conscience se caractérise donc par un romantisme extrême, la tentation du danger ou une esthétique volontiers morbide (têtes de mort, mode gothique…) et un fort désir de s'identifier à un clan (par les vêtements, les habitudes de vie…). Une revendication de liberté ou d'originalité, fondée sur l'opposition au système éducatif en place, est également symptomatique de cet âge.

Une fois l'adolescence passée, ce niveau de Conscience nous renvoie à la tyrannie de la mode et du jeunisme, à l'industrie cinématographique avec son lot de films d'action et d'amour, à toutes les formes d'idéalisme ou de fanatisme, aux conduites autodestructrices et révolutionnaires.

Centre unitaire : le chef du nouveau clan (chanteur de rock, chef de bande…) qui permet de quitter la famille.

Adulte égoïste

Ce premier pas dans l'âge adulte n'est pas négatif en soi : il y a un moment pour songer à sa propre sécurité avant tout, construire un nid, un patrimoine que l'on tentera de maintenir par souci de sécurité. Le premier acte de la vie adulte consiste à se frayer une place dans la société, fût-ce au détriment d'un concurrent.

Quiconque se satisfait de ce niveau de Conscience aura pour souci exclusif de thésauriser, d'assurer sa propre sécurité (ou celle des siens) sans rien partager. La générosité gratuite n'existe pas dans ce niveau de Conscience. Il s'agit plutôt de profiter autant que possible sans donner et d'acheter bon marché pour revendre le plus cher possible. Ce niveau de Conscience est la base du commerce et de l'économie. Sa maxime pourrait être : « Tout pour moi, rien pour les autres. » La collectivité est hiérarchisée et devient immanquablement le terrain d'une forte compétition. Les valeurs-clés sont la stabilité, la protection et la défense des intérêts.

Centre unitaire : le sommet de la hiérarchie (gouverneur ou président de la société à laquelle on appartient).

Ces quatre premiers niveaux sont les plus répandus. Ils sont le produit de l'inertie du passé : à eux seuls, ils suffisent à organiser une société humaine hiérarchisée dans lequelle prévaut la loi du plus fort. À partir du moment où la Conscience entre en jeu, on commence à explorer les niveaux suivants :

Adulte altruiste et social

Ce niveau de Conscience représente toute personne adulte dotée d'une conscience sociale et d'un souci de bien-être collectif. L'autre devient un personnage central de sa vie. L'adulte altruiste et social a pour finalité de réunir la société humaine. Cette union peut, dans un premier temps, être nationale ou corporatiste, et déboucher sur une union plus vaste. Les grands principes d'égalité entre les peuples, le pacifisme, la liberté d'expression, l'abolition de l'esclavage sont réalisés à ce niveau de Conscience. Un héros de la Résistance qui meurt pour ses idées sans trahir ses camarades, un juste qui abrite des persécutés au péril de sa vie, un travailleur social infatigable sont des exemples d'adultes altruistes et sociaux. À ce niveau, la générosité devient non pas un luxe mais une nécessité, car on comprend que tout ce que l'on donne aux autres, on se le donne en réalité à soi-même, et que tout ce que l'on retient ou refuse, on s'en prive.

Centre unitaire : l'être exemplaire, héros, génie ou saint, qui illustre le principe d'action dans le monde qui nous est le plus cher (Gandhi, Mandela, mère Teresa…).

Adulte planétaire

Au niveau suivant, nous trouvons un adulte doté d'une Conscience planétaire : tout ce qui vit sur la planète et la planète elle-même font partie de lui, il en prend soin comme de lui-même et vit dans une étroite compréhension de son milieu naturel, quel qu'il soit. Ce niveau de Conscience est celui véhiculé par les grands sages des religions premières, chamans ou hommes et femmes-médecine ; c'est aussi celui de la conscience écologique authentique. Bien entendu, ce niveau de Conscience n'est atteint qu'à condition que cette étroite union avec tout ce qui vit sur la planète, y compris le monde minéral, soit vécue au quotidien, bien au-delà d'une simple position théorique. Ne pas gaspiller, partager, trouver des solutions durables, respecter le vivant sous toutes ses formes sont les impératifs de ce niveau de Conscience. Dans de nombreux monastères zen, par exemple, les moines vivent de sorte à ne rien jeter, et s'emploient à utiliser les moindres déchets de manière utile. Sur un plan collectif, cela renvoie au commerce équitable (non seulement au service de celui qui l'organise mais du consommateur), aux modes de vie écologiques. Le maître-mot de ce niveau de Conscience pourrait être le service.

Centre unitaire : le centre de la planète, point d'ancrage de tout ce qui vit sur terre.

Conscience solaire

Ce niveau de Conscience s'étend jusqu'aux limites du système solaire. La personne considère le système solaire, et non la Terre, comme son milieu naturel. Elle dépasse le temps et l'espace terrestres et se propose d'agir non seulement pour sa propre génération, mais en deçà et au-delà, sur les générations précédentes et suivantes. Ce niveau de Conscience est en paix avec tous les événements qui ont marqué l'histoire de l'humanité, avec toutes les énergies passées, présentes et futures qui contribuent à l'apparition de la vie. Il conduit à vivre dans la fréquentation des grands archétypes et l'incarnation des symboles, qui sont alors considérés (comme chez C. G. Jung) comme autant de facettes d'un diamant, éléments d'une seule unité conçue comme principe de vie, tel le soleil qui diffuse chaleur et

lumière. Quelle que soit sa spiritualité ou sa religion, la personne ayant atteint ce niveau de Conscience vit en relation étroite avec le principe créateur, qu'il l'appelle « Dieu » ou « force de vie ».

Centre unitaire : le Soleil, comme symbole de la Conscience autour de laquelle tourne la Terre.

Conscience cosmique

Ce niveau consiste à mener son existence en étant absolument conscient qu'il existe, de façon certaine, d'autres formes de vie, d'autres planètes habitables, et que même la vie n'est pas notre prérogative. Il rend capable d'embrasser la multiplicité incommensurable de l'univers, et d'envisager la vie hors des planètes, jusque dans l'espace interstellaire. Tous les préjugés sont brisés et on peut concevoir que la vie se niche même dans les trous noirs. À ce niveau de Conscience, on connaît la dissolution de l'individualité dans le Tout dont parlent les grands mystiques.

Centre unitaire : le Centre de l'univers (partout et nulle part).

Conscience divine

Lorsque la Conscience divine est vécue dans la vie quotidienne, le principe de toute action est le dieu intérieur. Il est difficile de parler de ce niveau de Conscience, car on entre dans l'indicible et dans l'impensable. C'est le diamant qui réunit toutes les facettes, l'unité absolue de tout. Les frontières sont abolies, on devient transpersonnel et on dépasse ses propres idées, ses sentiments, ses désirs et ses besoins pour créer Dieu. L'unité impensable et ineffable que l'on ressent au fond de la Conscience est en tout. Ce centre est construit non pas par le mental, mais à travers une connaissance entièrement intuitive, un sentiment d'unité, d'amour, de compassion pour les êtres limités.

Néanmoins on peut identifier que ce niveau de Conscience est à l'œuvre lorsque la peur disparaît et que l'être est envahi par une joie de vivre permanente et absolue. Jusque-là on avait vécu dans la terreur du monde, mais en découvrant que le monde et soi-même sont une seule et même chose, la terreur est abolie par la joie, un état de félicité.

Centre unitaire : le cœur, au sens réel et métaphorique à la fois. Nous naissons à partir du cœur, ce battement qui surgit au rythme de l'univers. Dans la Conscience divine, on est au diapason de la totalité, qui bat comme un cœur : tout l'univers est un cœur aimant.

Ces niveaux ne décrivent pas spécifiquement une réalité spirituelle ou religieuse : une personne ayant atteint un très haut niveau de Conscience peut être artiste, agriculteur, employé… En revanche la compréhension et la mise en œuvre des dogmes religieux change radicalement selon les niveaux de Conscience.

Voyons comment ceux-ci s'expriment dans la religion, le dogme et la mystique :

- **Le niveau animal** produit de la superstition et de la violence au nom des croyances religieuses. Celui qui n'est pas de ma foi me menace : l'appartenance religieuse devient une logique de survie, et on peut agresser une personne simplement parce qu'elle est d'une autre religion.
- **Au niveau enfantin** nous trouvons la « foi du charbonnier », naïve, le type de dévotion religieuse où l'on utilise des petites poupées, des figurines, des idoles. La prière ou les rites sont utilisés pour demander son aide à la divinité, conçue comme un parent bienveillant qui nous protège.
- **Au niveau adolescent**, l'expression de la foi est exaltée et partisane. On voit apparaître, sous une forme non agressive mais intense, le prosélytisme et des revendications de sa propre foi comme l'unique ou la plus authentique. C'est aussi le niveau des célébrations collectives qui augmente l'intensité de la foi, et de toutes les pratiques d'auto-mortification (flagellations, enfermement dans le noir, jeûnes rigoureux, yogas douloureux, marathons méditatifs, etc.).
- **L'adulte égoïste** invente la hiérarchie religieuse, politise la religion et en fait un fondement de l'ordre social. Il se livrera en son nom à l'Inquisition, à la colonisation religieuse, aux croisades, et fondera des sociétés secrètes comme l'Opus Dei. Il n'hésitera pas à faire des profits financiers au nom de la religion et à adopter des attitudes partisanes. La construction des temples, mosquées, églises, et la béatification des saints obéiront à une logique politique et économique plutôt qu'à des actes de foi pure.
- **L'adulte social altruiste** fonde des missions, des œuvres, des hôpitaux, des orphelinats. Mère Teresa et les prêtres ouvriers représentent bien ce niveau, de même que les œuvres sociales des

gourous indiens comme Amma. C'est l'action sociale au nom de la religion, qui s'accompagne d'œcuménisme et de tolérance. La vie monastique, quand elle s'ouvre vers l'extérieur par des œuvres, correspond aussi à ce niveau.

Jusqu'à l'adulte social, on considère le miracle comme une manifestation extraordinaire apparaissant hors de ce que l'on pense être les lois de l'univers. Mais à partir d'un niveau de Conscience planétaire, on commence à s'apercevoir que le miracle est partout, à le voir, et à pouvoir agir dans une direction miraculeuse. Des unions collectives peuvent alors produire des résultats inexplicables, comme par exemple dans les grandes sécheresses où tout un peuple prie, et où la pluie arrive le lendemain.

- **Pour l'adulte planétaire**, il n'y a plus « une » religion opposée aux autres : il est bien trop conscient de l'unité des questionnements et de la foi à travers la diversité des formes. On assiste alors à la fusion des religions avec les approches non religieuses, y compris la science. C'est le niveau où le scientifique et le religieux peuvent dialoguer en paix car ils ne sont plus attachés aux mots, aux idéologies, mais seulement au mystère du vivant. Sur le plan individuel, l'adulte planétaire adopte l'attitude du bodhisattva ou du chaman éclairé : il bénit en permanence la totalité du vivant.
- À partir du niveau de **Conscience solaire**, on entre dans le mysticisme et l'extase : le temple est un corps et le corps est le temple. On trouve Dieu à l'intérieur de soi, on connaît l'amour impersonnel et la compassion universelle. Tout être humain est un prêtre, tout lieu est un autel, tout acte est sacré, tout obstacle ou fait est un enseignement sur le chemin.
- À partir de la **Conscience cosmique** on assiste à des miracles : coïncidences inexplicables, corps qui ne pourrissent pas après la mort, etc.
- La **Conscience divine** est par essence le noyau de toute religion.

Nous pouvons résumer les choses ainsi :

- **Animal :** Survivre. « Manger et ne pas être mangé. »
- **Enfantin :** Consommer. « Tout recevoir pour pouvoir vivre en rêvant et en jouant. »
- **Adolescent :** Être aimé et admiré ; défier la mort conçue comme lointaine ; s'intégrer à la bande. « Amour toujours/vivre vite, mourir

jeune. »

- **Adulte égoïste :** Préserver la sécurité et la propriété privées ; défendre ses propres intérêts. « Tout pour moi. »
- **Adulte altruiste :** Partager. « Rien pour moi qui ne soit pour les autres. »
- **Adulte planétaire :** Conscience écologique, service et durabilité. « Tout est vivant, tout fait partie de moi et je fais partie de tout. »
- **Conscience solaire :** Agir sur les générations passées et futures et comprendre le principe de vie. « Le temps et l'espace n'existent pas. »
- **Conscience cosmique :** Concevoir que nous ne sommes pas la seule forme de vie. « Ma douleur ne devient jamais souffrance : je me dissous dans le Tout. »
- **Conscience divine :** « Je suis Amour. »

Exercice : Mes cinq arbres généalogiques

Tracez sur cinq feuilles différentes le schéma de base de l'arbre (cf. p. 78).

1. Un arbre des niveaux de Conscience.
2. Un arbre intellectuel (des idées, des morales, des religions, des études…).
3. Un arbre affectif (des liens entre les personnes, des blessures et joies majeures, des émotions dominantes de chacun).
4. Un arbre sexuel créatif (le rôle de la créativité, de la sexualité, de la dynamique frustration/plaisir dans votre arbre).
5. Un arbre matériel (argent, lieux, maladies, sports, habitudes alimentaires…).

Pour chacun de ces arbres, inscrivez la phrase formulant votre but dans la case supérieure. Puis réfléchissez et ajoutez-y une phrase qui précise ce but sur les plans matériel (arbre 5), créatif-sexuel (arbre 4), affectif (arbre 3) et intellectuel ou idéologique, moral, etc. (arbre 2).

En d'autres termes, voyez comment votre but se décline dans chaque énergie. Pour l'arbre 1 demandez-vous : « Si je me place au plus haut niveau de Conscience que je sois capable d'atteindre, à partir de l'adulte social, quel but collectif puis-je me proposer qui complète mon but personnel ? »

Par exemple, une personne a pour but : « Me réaliser. » Voici ce qu'elle peut préciser :

5. Arbre matériel : « Vivre à la campagne dans une grande maison avec un jardin. Gagner trois fois mon salaire actuel. »

4. Arbre sexuel/créatif : « Exercer ma créativité, mon sens du beau, dans mon travail. Me remettre à peindre. »

3. Arbre affectif : « Améliorer mes relations avec mon conjoint et mes enfants. Être plus patient(e) et disponible. »

2. Arbre intellectuel : « Faire plus confiance à mes idées. Retrouver ma curiosité. »

1. Arbre de la Conscience : « Promouvoir la paix dans le monde par tous les moyens en mon pouvoir. »

Une fois le but précisé centre par centre, vous allez inscrire dans l'arbre tous les personnages principaux (ascendants en ligne directe et personnes très influentes parmi les frères et sœurs). Puis vous déterminerez pour chacun les éléments-clés du domaine étudié dans chaque arbre. À titre indicatif, voici quelques questions utiles à vous poser pour chaque membre de votre arbre (la liste n'est pas exhaustive) :

1. Arbre des niveaux de Conscience

- Quel était le niveau de Conscience de chaque personne (celui qui déterminait la majorité de ses actions) ?
- En quoi ce niveau de Conscience a-t-il influencé sa vie et celle de ses descendants ?
- À mon sens, quel était le but dans la vie de cette personne ?
- Dans quel niveau de Conscience est-ce que je vis la plupart du temps ?
- Quel est le niveau de Conscience le plus élevé que j'aie atteint dans ma vie, et en quelles circonstances ?

2. Arbre intellectuel

- Quelles étaient la religion, les opinions politiques de cette personne ?
- Quelle aurait pu être sa maxime favorite ?
- Quelles idées ou idéologies m'a-t-elle léguées, à moi ou à un de mes parents ?
- Quel était son niveau d'éducation ?
- Quelle était sa langue maternelle ? Combien de langues parlait-elle ?
- Comment chaque personne communiquait-elle (avec ou sans violence, de manière prolixe ou silencieuse, claire ou confuse…) ?
- Qui était « intelligent » ou « instruit », qui était « stupide » ou « sans éducation » ?

3. Arbre affectif

- Quelles étaient les émotions dominantes de chaque personne ?
- Avec qui était-elle le plus liée ?
- Quelles ont été ses blessures majeures au cours de sa vie ?
- Quelles ont été ses grandes joies ?
- Quelle était sa maturité affective ? Se comportait-elle en adulte, en enfant, en adolescent ?
- Quelle conception de l'amour, du lien affectif cette personne avait-elle ?
- Qui était « gentil » et qui était « méchant » ?
- Comment les émotions et les sentiments étaient-ils exprimés ?
- Qui communiquait affectivement avec qui ?

4. Arbre sexuel / créatif

- La créativité des membres de mon arbre s'est-elle exprimée ? Si oui, – comment ? Si non, quelle aurait-elle pu être ?
- Quelles étaient les relations sexuelles dans mon arbre ?
- Où sont les hontes, les tabous, les interdits ?
- Quelles sont les frustrations majeures dans mon arbre ?
- De quelle manière les membres de mon arbre ont-ils connu le plaisir ?
- Où sont les succès et les échecs ? Comment ont-ils été vécus ?

- Quelle est la conception de l'art, du beau dans mon arbre ?
- Qui avait du talent, et pour quoi ?
- Qui sont les « beaux » et les « laids » ?
- Dans quelles conditions, à quel âge les enfants ont-ils été conçus ?
- Dans quelles conditions les femmes ont-elles accouché ou avorté le cas échéant ?
- Dans quel cadre social, moral, culturel se sont déroulés la puberté et le début de la sexualité des membres de mon arbre ?

5. Arbre matériel

- Quelles sont les ressemblances physiques et comment ont-elles été vécues (un enfant peut être le préféré d'un parent à cause de sa ressemblance avec un autre membre de la famille ; un manque de ressemblance peut trahir une paternité illégitime réelle ou supposée…) ?
- Quels sont les maladies, accidents, déformations corporelles ?
- Quelle était la conception de l'argent dans mon arbre ?
- Qui était « fort » ou « faible », mince ou gros, riche ou pauvre ?
- Quelle place tiennent le sport, le corps, l'activité physique ?
- Quels ont été les lieux de vie ? Les climats ? Les voyages ? Les exils ?
- Comment mange-t-on dans mon arbre ? Quelles sont les habitudes alimentaires ?
- À quel âge les membres de mon âge sont-ils morts et pourquoi ?

Si ces arbres restent incomplets, ne vous inquiétez pas : ils continueront à vous servir de référence tout au long du travail.

Ce ne sont que quelques indications destinées à différencier la masse d'informations que vous possédez sur votre famille. Cette subdivision en cinq domaines distincts permet de prendre une première distance, de se poser les questions autrement. Grâce à cela vous pourrez dans un premier temps clarifier l'héritage de votre arbre, et commencer à débusquer les répétitions à l'œuvre dans votre arbre.

Niveau de Conscience et secrets de famille

De nombreux consultants abordent leur arbre généalogique avec l'intention de mettre au jour un secret de famille. Mais encore faut-il – comprendre de quoi on parle lorsqu'on évoque ce type de secret.

Certaines informations cruciales peuvent apparaître, qui modifient le sens même de la filiation. Par exemple : « Mon père a eu des enfants illégitimes », « Ma mère a abandonné un bébé avant son mariage », « Je ne suis pas l'enfant biologique de mes parents », « Ma grand-mère était juive sous l'Occupation et a occulté ses origines jusqu'à ce jour », « Le nom de famille que nous portons vient d'un arrière-grand-père abandonné à l'orphelinat », etc.

Souvent, ce sont des faits qui concernent une honte sociale ou familiale, un tabou majeur comme le meurtre ou l'inceste : « Telle personne a fait de la prison », « Ma tante était folle, on l'a internée », « Tel oncle curé a eu quatre enfants naturels », « Ma grand-mère était alcoolique et se prostituait », « Mon père a tué un homme », « Ma grand-mère a été témoin d'un meurtre », « Mon arrière-grand-père a violé sa fille et lui a fait un enfant », etc.

Mais un secret de famille est aussi une information disponible dont personne ne parle : « Ma mère était veuve lorsque mon père l'a rencontrée. Je ne sais rien de son premier mari », « Mes parents ont adopté un quatrième enfant en Amérique latine. Nous n'avons jamais été dans son pays d'origine et il n'en parle pas la langue. Je ne sais pas pourquoi ils ont voulu adopter », « Mon grand-père rêvait d'être curé. On ne le lui a pas permis, et il a passé toute sa vie à regretter cette vocation », « Mon père était amoureux d'un homme qu'il n'a jamais cessé d'aimer. Il a épousé ma mère pour échapper à son homosexualité. Elle le lui reprochait toujours dans les grandes querelles et le traitait de "sale pédé" », etc.

Dans tous les cas, c'est le **traitement de cette information** et les **conséquences concrètes, affectives et psychiques du secret dans les générations suivantes** qui doivent nous intéresser. À ce titre, tous les non-dits de l'arbre généalogique constituent une sorte de « secret de famille », et nul n'est besoin de remonter jusqu'à une bisaïeule fille mère qui aurait été violée par un nobliau local pour dénouer ses propres souffrances.

En d'autres termes, il ne faut pas espérer de l'étude de l'arbre la levée de tous les secrets de famille, mais se souvenir que c'est notre but –

individuel qui tracte tout le travail sur l'arbre ; la question fondamentale est : « Pourquoi ne puis-je pas vivre ce que je veux vraiment vivre, faire l'expérience de ce que je désire, me sentir en paix dans mon cœur, penser librement et me réaliser ? » Si secret il y a, celui-ci sera relié au questionnement profond, intime et authentique du consultant. Tout le reste n'est qu'anecdote.

Nombre de secrets peuvent émerger à force d'enquête, de questionnements et de prises de conscience. Mais certains secrets de famille ne se révèlent que lorsque le moment est venu dans la vie d'une personne, par des rêves, des rencontres, des clairvoyances spontanées.

Lorsqu'on soupçonne un secret de famille et qu'il résiste à nos recherches, la meilleure attitude à adopter est la suivante : étudier l'arbre tel quel, avec toutes ses nuances affectives, idéologiques, libidinales et matérielles ; ouvrir les yeux sur les circonstances sociales qui – entourent l'arbre, car elles sont souvent déterminantes dans la constitution du secret – selon ce que la société réprouve ou interdit, et aussi selon les pièges qu'elle tend, tel ou tel type de secret sera plus vraisemblable (par exemple, lorsque des enfants ont été élevés dans une institution – religieuse, il faut se demander quelles étaient leurs conditions de vie dans cette pension ; si la famille était très pauvre et que les enfants ont travaillé très jeunes, il est probable qu'ils ont été soumis à divers abus, etc.).

Nombre de secrets ne tiennent qu'à la douleur de ne pouvoir exprimer une vérité intime (par exemple, un amour réprouvé par la société du temps, une activité ou une orientation sexuelle en conflit avec la morale familiale, un abus subi dans un contexte où l'abus est si courant qu'on le croit normal, etc.). La personne garde alors le secret par obligation et ne cherche, au fond, qu'une oreille compréhensive pour pouvoir s'en ouvrir. En dialoguant sereinement avec les membres de sa famille, on a parfois la surprise d'entendre ces secrets se révéler pour la première fois.

Dans la perspective métagénéalogique, tout le travail sur les secrets de famille est orienté vers cette perspective : **l'arbre tout entier, comme l'individu, tend vers la Conscience**. Lorsque des générations dotées d'un niveau de Conscience très bas se succèdent dans l'arbre, celui-ci tend à s'éliminer :

- Il ne se reproduit plus (les parents ont eu des conduites pathologiques et toxiques, et leurs enfants, une fois adultes, refusent de procréer, ou

deviennent psychologiquement ou physiquement incapables de le faire).

- Tous ses membres entrent en religion (soit pour y trouver une famille de substitution, soit pour retrouver un contact avec leur spiritualité).
- Il s'autodétruit (alcoolisme, toxicomanie…). On peut même dire que lorsqu'une société compte trop de familles malades, elle commence à devenir autodestructrice car les arbres s'entre-détruisent (des études très sérieuses ont montré l'influence de l'éducation allemande du XIX^{e} siècle, fondée sur le châtiment corporel et semblable à un dressage, sur l'émergence du nazisme. Mais ce schéma vaut aussi pour les guerres civiles, dites « fratricides »).
- Il s'exile (des conditions économiques défavorables conduisent les membres de l'arbre à l'émigration, pour tenter leur chance dans un pays plus riche ; la famille continue alors sur un nouveau terrain, mais rompt avec ses traditions).

Pour contrecarrer sa tendance à l'autodestruction, l'arbre généalogique va engendrer un ou plusieurs descendants conscients qui le sauvent de lui-même. Paradoxalement, ces mutants de l'arbre généalogique sont souvent considérés comme des « brebis galeuses » par leur famille : si hériter de l'arbre consiste à perpétuer un bas niveau de Conscience, le descendant en quête de sens sera dans un premier temps rejeté par sa famille.

La Conscience progresse en rencontrant des obstacles. Inversement, pour qu'une maladie n'envahisse pas l'organisme où elle se manifeste, il faut des anticorps. Certains aspects du passé freinent l'avancée de la Conscience, et inversement la Conscience lutte contre l'inertie du passé. Cela produit dans l'arbre un équilibre entre personnalités : des rejetons apparemment « sortis de nulle part » viennent corriger la tendance massive de l'arbre généalogique vers telle ou telle forme d'inertie. C'est ainsi qu'un scientifique peut être salvateur dans un arbre d'artistes et inversement, ou qu'un financier peut régénérer un arbre de bohèmes irresponsables… et vice versa.

Lorsqu'on observe un grand nombre d'arbres généalogiques, on s'aperçoit qu'ils fonctionnent selon un système d'équilibre qui permet à des personnalités contradictoires d'émerger, quelquefois à quelques générations de distance, comme si le destin des uns venait compenser celui des autres. On peut ainsi trouver un saint dans une branche de l'arbre et un assassin

dans l'autre, ou encore un arbre perclus d'insatisfaction sexuelle peut produire à une génération suivante une personne à la sexualité très énergique, etc.

Pour la personne qui se vit comme le « mouton noir » de son arbre, il peut être très rassurant de se rendre compte qu'elle incarne un potentiel manquant dans toute la généalogie, dont l'arbre a besoin pour s'équilibrer.

Pour en revenir aux secrets de famille, on se rend compte que sur quatre générations, tout ce qui a été caché finit par se manifester à un moment donné, que ce soit par une répétition, une révélation ou d'autres processus. Nous pourrions appeler cela la **confession généalogique**. De même que l'Inconscient individuel tend à se manifester par des rêves, des actes manqués, des répétitions, des rencontres ou des coïncidences, l'Inconscient familial va s'exprimer à travers les plus sensibles de ses sujets, que ce soit à travers l'art, la recherche individuelle (thérapie, recherche spirituelle, motivée ou non par la souffrance), ou encore des actes compulsifs (orgies, fêtes, drogues…, autant d'états seconds qui peuvent produire, comme un rêve éveillé ou un psychodrame, la répétition d'un secret de l'arbre).

Les **secrets majeurs** que l'on pourra trouver dans l'histoire familiale sont les suivants :

- l'inceste ;
- l'homosexualité dissimulée sous un mariage classique ;
- les crimes, vols ;
- les abus sexuels (pédophilie et viols) ;
- les écarts sexuels (trahison, prostitution…) ;
- les maladies conçues comme « honteuses » ;
- les avortements, infanticides ;
- les paternités fausses ;
- la ruine ;
- l'emprisonnement ;
- la folie et l'internement psychiatrique.

Les **secrets mineurs** de l'arbre sont essentiellement des secrets affectifs, mais peuvent aussi avoir une influence considérable sur la lignée. Citons notamment :

- les amours clandestines, même non consommées ;

- la nationalité ou la confession réelle d'un ascendant ;
- un défaut physique ;
- une opération (esthétique ou autre) ;
- un échec professionnel, scolaire ou artistique ;
- une culpabilité secrète ou imaginaire (avoir fait du mal à quelqu'un, l'avoir mal traité juste avant sa mort…) ;
- tous les secrets sexuels mineurs (impuissance, frigidité, éjaculation précoce, viol conjugal, dégoût…, mais aussi sexualité débridée non avouée).

En général, quelque chose se répète à la génération suivante, ou, si le refoulement a été très bien maintenu sur une génération, à la troisième. Les petits-enfants revivent alors les secrets des grands-parents. L'arbre procède comme un individu qui, incapable de cacher vraiment son secret, l'avoue de diverses manières. Cette révélation passe par les personnes qui ont connaissance du secret et laissent filtrer ou compensent quelque chose dans leur vie, leurs gestes, leurs croyances, leur manière d'aimer et d'entrer en relation, etc.

Tout secret affecte la psyché des personnes qui le connaissent. Pour dissimuler une honte sociale, on procède généralement par compensation (comme ces alcooliques qui arborent un aspect impeccable ou ces personnes victimes d'un abus sexuel qui sont d'une propreté scrupuleuse).

Exemple : Une femme qui était, sans le savoir consciemment, le produit d'un viol portait des vêtements immaculés et amidonnés, mais ne changeait de sous-vêtements qu'une fois par mois.

Un secret de famille peut en cacher un autre : la révélation d'un fait apparemment choquant va servir d'écran à un secret encore plus important.

Exemple : Une mère, veuve et apparemment exemplaire, élève sa fille en prétendant qu'elle n'a pas d'homme dans sa vie. Elle surveille de près les relations de la petite qui, jusqu'à l'âge de quatorze ans, grandit avec l'idée que sa mère est une sainte. Un jour, rentrée plus tôt que prévu du collège, elle trouve sa mère en plein acte sexuel, à quatre pattes dans la cuisine, avec un « ami de la famille » petit, laid et gras alors que la mère est une grande femme distinguée. Le choc psychologique est si fort que la jeune fille fait une décompensation psychotique (délire de persécution). Pendant les dix ans qui suivent, elle lutte contre une frigidité tenace qui cède finalement à plusieurs approches thérapeutiques conjuguées. Mais le

véritable secret, qu'elle découvrira grâce à une « indiscrétion » salutaire d'un membre de la famille, est qu'elle n'était pas la fille de son père disparu lorsqu'elle avait sept ans : la sexualité débridée de sa mère apparemment si sage avait en réalité commencé bien plus tôt.

Les hontes sans objet, les crimes imaginaires, les romances non consommées ont autant d'effet sur la génération suivante que s'il s'était agi d'un acte réel.

Exemple : Une petite fille refuse d'embrasser son père avant qu'il parte en voyage, par caprice. Pendant le voyage, l'avion s'écrase et le père meurt. Le sentiment de toute-puissance propre aux enfants la conduit à croire fermement qu'elle est responsable de sa mort. Elle garde jusqu'à l'âge adulte la certitude muette d'avoir tué son père. Ses propres enfants se sentent menacés par cette mère qui se croit criminelle. L'un est devenu commissaire de police, l'autre avocat pénaliste, ils sont confrontés quotidiennement à la mort et aux meurtriers.

Le secret de famille est motivé par l'incapacité qu'a une personne de dépasser le niveau de Conscience de la société et de la famille dans lesquelles elle vit : son destin individuel est en porte-à-faux avec les valeurs dans lesquelles elle évolue, elle se trouve donc en conflit avec son arbre généalogique, sa société, sa culture. Dans une situation pareille, la seule solution vraiment saine est pour elle d'accéder à un niveau de Conscience plus élevé. Si la personne assume son acte ou ce qui lui est arrivé, trouve une manière de communiquer avec sa famille, de faire circuler la vérité entre adultes coûte que coûte, le prix à payer pour les descendants sera toujours moins élevé.

Si un inceste, consenti ou non, a eu lieu dans la famille, mieux vaut s'en ouvrir honnêtement à la communauté familiale. Chacun sera libre de penser, de réagir, en fonction de ses croyances et de sa maturité personnelle. Il est possible qu'une personne qui a été victime d'un abus, d'une situation frustrante, d'une injustice, ne reçoive pas le soutien de sa famille, une fois le secret partagé.

Exemple : Une femme, mariée depuis vingt ans à un homme impuissant, avait conçu un enfant avec le sperme d'un donneur anonyme, enfant évidemment reconnu par son mari. Lasse de vivre une complète insatisfaction sexuelle, elle a décidé d'informer toute sa famille de sa situation réelle. La famille l'a massivement désavouée pour prendre le parti de son mari « parfait ». En d'autres termes, dans la culture familiale, la

satisfaction sexuelle d'une femme était quantité négligeable. Mais cet acte a permis à la consultante de divorcer assez paisiblement et de choisir, à quarante ans passés, un chemin de vie qui lui soit propre.

Notre conviction est la suivante : quelle que soit la situation, quelle que soit la gravité apparente du secret, **la vérité est toujours préférable au silence**. Non pas en vertu d'une morale quelconque, mais parce que l'Inconscient familial est toujours informé du secret, et que chaque membre de la famille le porte, par conséquent, comme son destin propre, sans même le savoir.

Du point de vue de la Conscience, la honte n'est qu'un artefact social. Si l'on propose à un artiste : « Dessine (écris, joue) ce qui te fait honte », il produira une série de dessins érotiques d'une qualité extraordinaire, ou un livre d'une vérité bouleversante, ou un spectacle hilarant. Les créateurs savent que la honte est un sas qui mène aux portes de l'Inconscient profond.

Tout ce que l'on retient par honte correspond en nous à un trésor caché, que l'on refoule par désir d'être « bien vu », similaire au désir infantile d'être aimé. Une personne qui a honte de ses actes ou de ses désirs sexuels a en réalité besoin d'assumer la puissance de ce courant de libido qui la traverse, et de lui donner une forme qui soit juste pour elle. Une personne qui a honte de son exclusion sociale a en réalité besoin de trouver la place qui lui correspond. Une personne qui a honte d'avoir été victime (d'un abus, d'une injustice…) a en réalité le besoin profond d'être comprise dans sa douleur, son humiliation, et restaurée dans sa capacité d'être aimée pour ce qu'elle est.

Le secret de famille, motivé par la honte, correspond à l'écart entre la vérité profonde des êtres et la pression sociale à laquelle ils ont dû faire face.

Quatrième partie
Le couple

Origine de la lignée

La magie de la rencontre

Au fond, toute l'étude de l'arbre généalogique se fonde sur la rencontre émotionnelle (au sens romantique) et passionnelle (au sens sexuel) de femmes et d'hommes, presque toujours inattendue, parfois miraculeuse. Une génération après l'autre, les couples, poussés par le désir inconscient de vivre un amour qu'ils voudraient parfait, se battent contre les pièges de leur arbre généalogique pour tenter de réaliser leur union. Les circonstances de ces rencontres sont innombrables et presque toujours extraordinaires, au point qu'elles nous font douter de la solidité de notre raison.

« Parce que, dans ce luxueux restaurant, pour combattre son rhume, elle a ôté ses souliers et ses bas afin de se tartiner la plante des pieds avec de la moutarde » (rencontre d'André Breton avec Leonora Carrington). « Parce que je l'ai vue arriver à ma leçon de pantomime avec des lunettes carrées » (Marcel Marceau fasciné par sa future épouse Huguette). « Parce qu'à son exposition de peinture, j'ai découvert un mot écrit en caractères minuscules sur un petit tableau accroché au plafond. Pour le lire il fallait grimper à une échelle ; le mot était *Yes* » (où John Lennon se rend compte que Yoko Ono est la femme de sa vie). « Parce que, pendant une représentation de ma pièce *Le jeu que nous jouons tous*, une femme riait aux éclats, tellement fort que je me suis senti obligé de la rencontrer » (moi-même, le jour où j'ai découvert Valérie, la mère de trois de mes fils)…

Malgré notre résistance, des amis nous convainquent de nous rendre à une fête… Une belle inconnue nous emboutit avec son automobile… La voix d'un homme qui parle, dans le bureau d'à côté, nous séduit… Rencontres en apparence impossibles, accidents, coïncidences, détails qui nous fascinent. Quand François tombe amoureux de Françoise, Louis de Louise, Claudio de Claudia, il est permis de penser que les prénoms sont chargés d'une force magnétique, que ce n'est pas un homme et une femme

qui tombent amoureux, mais des prénoms qui cherchent mutuellement leur reflet… La femme idéale peut aussi tomber du ciel : la célèbre chanteuse Libertad Lamarque, dans un moment de solitude dépressive, se jeta par la fenêtre du quatrième étage et tomba sur un homme qui passait pour la première fois dans sa rue ; la chanteuse, indemne, lui avait cassé plusieurs côtes ; pleine de remords, elle l'accompagna à l'hôpital et vint lui rendre visite jusqu'à son rétablissement ; tombés amoureux, ils se marièrent…

Le docteur Arthur Janov, créateur de la thérapie du cri primal, affirme dans son livre *Sexualité et subconscient*[1] : « L'univers est indifférent. Notre existence, notre mode de vie, notre souffrance, notre personnalité ne l'intéressent pas… L'univers ne "s'intéresse" qu'à une chose : la perpétuation de la vie. Sur le plan cosmique, seul le sexe est important… Nous sommes ici pour faire l'amour, pour "croître et multiplier". Chacun de nous est une machine génétique dont la finalité fondamentale est de se reproduire… La sexualité est vitale et tout le reste est secondaire. »

Si nous pensons que **la vérité est ce qui est utile**, nous préférons affirmer que si l'univers est indifférent vis-à-vis de l'individu égoïste et isolé, il a en revanche un projet pour l'espèce humaine. La finalité de l'humanité n'est pas seulement de se reproduire, mais de passer par des mutations qui lui permettent de créer de la Conscience. Lorsque Janov affirme : « Nous agrémentons notre sexualité de grands principes, comme la moralité et l'amour, mais il ne s'agit en définitive que de procréation. Les choses se passent sans doute mieux si les deux partenaires sont amoureux, mais ce qui compte, c'est qu'ils s'accouplent et qu'ils aient des enfants », il nous faut ajouter un mot : qu'ils aient des enfants **conscients**.

Dans la rencontre d'un futur couple, l'incident le plus insignifiant en apparence a des causes, semblables à des racines, qui traversent plusieurs générations. Les êtres humains ne s'unissent pas comme des animaux, motivés par le rut : dans leur union, il y a le désir inconscient de mettre au monde une descendance capable d'atteindre un jour l'amour impersonnel et la compassion universelle. D'une génération à l'autre, parfois avec maladresse, parfois dans la souffrance, nous avançons vers un développement de la Conscience. Le piège généalogique triomphe souvent et le processus d'évolution semble stagner. Cependant, lentement, via les générations successives, il réalise l'intention du futur.

Anne-Marie, une femme tout ce qu'il y a de plus rationnelle en apparence, nous raconte comment elle a rencontré son mari : « Au cours

d’une fête, avec une incroyable maladresse, il a trébuché et renversé son verre de jus d’orange sur ma robe blanche. » Mais comment un verre de jus d’orange peut-il unir deux êtres ? Ce lien créé par l’incident est-il aussi absurde qu’il y paraît ?

La demoiselle à la robe blanche tachée de jus d’orange, Anne-Marie, est la fille de Christian, professeur de littérature et directeur d’une école à Marseille, dont le père est mort pendant la guerre de 14-18. Depuis l’enfance il a vécu avec sa mère, Marie-Anne. Un père absent (métaphore de Dieu) a engendré avec Marie-Anne (métaphore de la Sainte Vierge) l’enfant parfait, Christian (métaphore de Jésus-Christ). Ainsi le professeur de littérature, guidé par une puissante morale religieuse, épousera-t-il à trente-trois ans Marie-Madeleine (les commentaires sont superflus), elle aussi professeur de littérature et bigote. Ce couple de parents, fuyant le péché sexuel, se réfugient dans leur tête comme si elle flottait un mètre au-dessus du corps, et répriment toutes les pulsions naturelles de leur fille. Engoncée dans sa robe blanche amidonnée, solitaire au milieu de la fête, elle se sent prisonnière d’un corps froid et sec. Le jus d’orange renversé, fruit de la chaleur, du grand soleil, lui révèle l’ardente humidité nichée dans son vagin. Elle prend conscience que, depuis la puberté, elle a ardemment désiré une relation avec un étranger venant d’un pays baigné par les rayons du soleil…

Pourtant Octave n’est pas né dans un pays exotique mais en France. Musicien raté, mauvais étudiant, lâche et infantile, il est le fils d’un autre Octave, policier, lâche et infantile, lui-même fils d’un Octave au caractère cette fois intrépide et aventureux, fort, capable de partir s’installer au Maroc et d’y amasser une fortune en vendant des oranges. Après une vie fastueuse, il meurt assassiné sans qu’on puisse jamais savoir ni par qui ni pourquoi. Le deuxième Octave s’enfuit lâchement en France, dilapide la fortune et devient policier (peut-être avec le désir inconscient de continuer à rechercher l’assassin). Le troisième Octave – notre amoureux – grandit en se sentant aussi peu homme que l’était son père, élevant au rang de mythe la virilité de son grand-père. On doit ajouter que la mère de notre jeune homme est morte d’un cancer du poumon quand il n’avait pas encore cinq ans. Pour conquérir la vierge vêtue de blanc (métaphore de la mère transformée en ange), il utilise le jus d’orange, force mythique de son grand-père. Quant à Anne-Marie, elle obtient la chaleur de l’étranger, qu’elle désirait, par l’intermédiaire d’un compatriote, et cela lui est bien

utile : c'est en effet la condition pour que les beaux-parents, pleins de préjugés, acceptent le fiancé auquel ils pourront de surcroît enseigner la littérature. Il acceptera cet enseignement, qui l'élèvera à ses propres yeux au-dessus de sa condition de « fils de flic ».

Alfred Richard Orage (1873-1934), disciple anglais de l'occultiste Georges Gurdjieff, développe dans son ouvrage *De l'Amour et autres essais* l'idée selon laquelle nous sommes plusieurs personnes en une seule (trois selon la théorie gurdjieffienne) : « Les trois systèmes principaux, le cérébral, l'émotionnel et l'instinctif, coexistent et parfois coopèrent, mais le plus souvent échouent à coopérer et ont en général des intentions opposées. » La résultante de cette fracture intérieure, c'est que trois personnes totalement différentes se disputent en nous la gouvernance de nos actions et, refusant de coopérer, se font obstacle les unes aux autres. « Il est rare que ces trois antagonistes tombent amoureux au même moment du même objet : l'un est amoureux et les deux autres non, ou ils résistent, ou lorsque l'amant n'y prend pas garde, ils poussent l'organisme à l'infidélité. En de telles circonstances, qu'est-ce qu'un amoureux ? »

Pour répondre à la question d'Orage, il nous faut distinguer entre sept types d'amour : physique, sexuel, émotionnel, intellectuel, conscient, cosmique et magique. Si on peut tous faire l'expérience des quatre premiers, le cinquième et le sixième sont rares et dépendent de l'effort et de la persévérance de qui s'y emploie. Quant à l'amour magique, il est indépendant de la volonté : on ne le connaît qu'une fois les six amours précédents réalisés.

L'amour physique est, à la base, la rencontre de deux corps motivés par la nécessité de trouver une compagnie, un lien physique qui n'inclue pas les autres dimensions de l'être humain. Le couple dort, mange, travaille et fornique sans passion ; il est incapable d'échanger des idées. Chacun vit enfermé dans la prison de son individualité égoïste et ne concède à l'autre que sa présence corporelle. C'est une forme d'amour semblable à celle des animaux domestiques. Toute tentative de l'un de développer ses capacités provoque chez l'autre des réactions d'angoisse, de colère, ou une maladie, dans une lutte acharnée pour empêcher le partenaire d'avancer sur un chemin nouveau.

L'amour sexuel est fondé sur les attractions et les impulsions de l'instinct de reproduction. Les hommes cherchent le pouvoir (la –

satisfaction du pouvoir) et les femmes la satisfaction (le pouvoir de se satisfaire). Derrière le leurre du plaisir et de l'attirance, la procréation est une fonction particulière de l'amour sexuel : l'univers désire la multiplication de l'espèce. Une fois qu'ils cohabitent, satisfaits, les deux amants se repoussent jusqu'à ce que la pulsion sexuelle ressurgisse. Tout développement spirituel éteint cette passion.

L'amour émotionnel est souvent la reproduction d'une situation de l'enfance. Une femme qui a eu un père absent s'unit avec un homme qui vit dans une ville éloignée. Un homme qui a eu une mère froide se lie avec une femme incapable d'aimer. Ceux qui ont été jadis humiliés, battus, déçus ou victimes d'abus cherchent plus tard une relation qui reproduise des souffrances similaires. Ces affinités incontrôlées font tôt ou tard naufrage dans la jalousie et la possessivité. La personne aimée devient objet d'indifférence ou de haine.

L'amour intellectuel néglige le corps, les émotions et la sexualité, au profit de la communion mentale. L'homme aime une femme idéale, impossible et lointaine. La femme a besoin que l'homme lui livre jusqu'à sa vie pour pouvoir l'aimer.

> *Un antique conte arabe narre comment un poète tombe amoureux d'une princesse en voyant son portrait. Il lui dédie des vers sublimes, mais en en prenant connaissance, elle les considère comme offensants : un misérable poète ne peut nourrir de tels sentiments pour une femme de son rang. Lui, cependant, décide de traverser l'océan sur un petit bateau pour aller voir sa bien-aimée. Pendant la traversée, des tempêtes s'abattent sur lui et il perd tout espoir d'arriver au but. Il devient malade d'amour. Les vents le déposent, agonisant, sur le rivage, incapable d'aller plus loin. La princesse, alertée par l'arrivée de celui qu'elle considère avec dédain, vient tout de même à sa rencontre pour le punir de son arrogance. Le découvrant sur le point de mourir, elle tombe amoureuse de lui…*

De tels faits, pourrait-on dire, n'appartiennent qu'au domaine des contes. Et pourtant ils peuvent se produire dans la vie réelle, comme dans le cas de la poétesse d'origine aristocratique Teresa Wilms Montt (1893-1921), l'une des plus belles femmes du Chili. Horacio, un poète de dix-neuf ans, tombe follement amoureux d'elle. Teresa le repousse. Il ne veut rien entendre. Pendant un an il l'appelle, la poursuit, lui dédie des poèmes. Elle, avec une froideur hautaine (elle dira à une amie : « L'amour des vivants ne m'intéresse pas »), lui répète qu'elle ne l'aime pas. Horacio se suicide en se tailladant les veines. Devant cette mort, la froideur de Teresa s'enflamme ; elle observe un deuil rigoureux et écrit d'ardents poèmes pour Horacio : « Pourquoi t'en es-tu allé, amour ? Pourquoi, je me le demande mille, deux

mille fois par jour. Et je ne parviens pas à trouver de réponse qui soulage la féroce douleur de mon âme. »

Ces quatre formes d'amour peuvent s'associer plus ou moins complètement. Prenons pour commencer l'amour intellectuel : associé exclusivement à l'amour émotionnel, il compose une union où les intérêts passionnels et matériels font défaut ; s'il est seulement complété par l'amour sexuel, il manquera au couple la bonté et la sécurité matérielle ; associé au seul amour matériel, il manquera de chaleur humaine et sombrera dans la cruauté. Quant à l'amour émotionnel, uni à l'amour sexuel il manquera d'organisation mentale et matérielle et pourra conduire à des excès passionnels, comme la jalousie. Un amour émotionnel et matériel aboutira à la possessivité. Et si enfin l'amour sexuel et l'amour matériel s'unissent, la relation n'aura pas d'âme…

Même lorsque trois formes d'amour s'unissent, si la quatrième manque, le couple se vivra avec un sentiment d'incomplétude : l'absence d'amour matériel évoque l'abandon ; l'absence d'amour sexuel l'insatisfaction ; l'absence d'amour émotionnel l'indifférence et l'absence d'amour intellectuel condamne le couple à l'incompréhension.

Il est possible d'arriver à l'équilibre matériel et à la paix spirituelle si les quatre amours, d'abord dissociés, s'unissent. Pour cela, il faut les développer jusqu'à un don de soi totalement dépourvu d'égoïsme.

L'amour matériel devra renoncer au désir de possession. Les deux partenaires partageront avec plaisir un espace commun, en y conservant chacun un territoire qui leur soit propre. Chacun s'engagera à ne pas envahir l'espace privé de l'autre et à respecter son besoin de solitude.

L'amour sexuel fera l'objet d'une complicité fondée sur la confiance et la dissolution des jalousies. Le plaisir des deux partenaires sera mutuel et sans limites, il leur sera permis d'exprimer leurs désirs. Chacun s'emploiera à satisfaire les fantasmes de l'autre, mais sera également libre de refuser de s'y prêter, auquel cas le « non » fera l'objet d'un compromis qui permette à l'autre d'aller chercher la satisfaction ailleurs. La sublimation et l'abstinence, le cas échéant, seront sincères – à ne pas confondre avec une frustration déguisée.

Dans l'amour émotionnel, il faut abandonner le désir de disparaître en se dissolvant dans l'autre. Toute symbiose débouche sur une lutte pour s'entredévorer. Les partenaires s'aimeront sans aspirer à une fusion

chimérique, sans prétendre être tout l'un pour l'autre. Ils ne s'enfermeront pas dans une relation exclusive. À leur affection mutuelle, ils ajouteront celle qu'ils portent à leur famille, à leurs amis, à leurs collaborateurs et à l'humanité entière. Ils reconnaîtront que l'amour n'est pas la recherche de l'égalité, mais celle de la différence complémentaire. Aucun des deux ne sera propriétaire de l'autre. Leur attache sera faite de nœuds qu'ils seront capables de dénouer à volonté. Ils se protégeront mutuellement sans jamais se priver de liberté, et ils avanceront ensemble, bénissant chacun de leurs pas ; mais si leurs chemins se séparent, ils l'accepteront en souhaitant à l'autre tout le bonheur possible dans sa nouvelle vie.

L'amour intellectuel ne peut se réaliser qu'en renonçant à la recherche narcissique de l'esprit jumeau. Les deux partenaires, avec une compréhension mutuelle et sans le moindre doute, loin de tout verbiage, arriveront au ravissement partagé du silence essentiel. Ils respecteront toujours ce qu'ils sont l'un et l'autre, auront le droit d'exprimer chacun leur propre vision du monde et, même s'ils ne sont pas d'accord, pourront développer leur pensée dans la direction qui leur convienne.

Il est possible de réaliser tout cela par un travail conscient qui conduit à vivre en harmonie d'abord avec soi-même, puis avec l'autre, en abandonnant les attitudes infantiles, en apprenant à pardonner, à nous aimer tels que nous sommes, en obéissant à l'intuition plutôt qu'à la raison, en vivant le moment présent, en acceptant ce qui se présente sans tenter de retenir ce qui s'en va, en donnant sans rien espérer en retour, en étant sincère, en ne mentant ni à soi-même ni à l'autre.

On peut alors arriver à l'amour conscient. En se donnant comme but de se perfectionner, on s'efforce aussi d'offrir à l'être aimé la possibilité d'accéder à sa propre perfection, quelles qu'en soient les conséquences pour la relation. Avec humilité et tolérance, on regarde l'autre pour comprendre ce qu'il est et ce qu'il peut arriver à être en suivant ses propres inclinations, en prévoyant aujourd'hui ses besoins de demain, et sans jamais penser à ce que ces besoins peuvent nous coûter ou nous enlever.

Si le couple réalise l'amour conscient, qui englobe les quatre précédents, il peut alors découvrir l'amour cosmique. Les amants dépassent les frontières de leur personnalité, sentent l'unité de tout ce qui existe, l'incommensurable force qui dirige la danse universelle. Sous le temps qui s'écoule incessamment, ils sont capables de déceler un autre temps où ni l'espace ni le mouvement ne peuvent exister ; ils sentent la Conscience

impensable qui anime la totalité. Chacun n'aime pas seulement le corps de l'autre mais aussi l'énergie mystérieuse qui l'anime, pas seulement les sentiments de l'autre mais l'amour infini qui crée la matière et la Conscience ; ils obéissent à l'attraction sexuelle en sachant que son but n'est pas seulement de créer des enfants, mais de capter, à travers l'orgasme, l'allégresse créative de l'univers ; chacun aime l'esprit de l'autre mais aussi l'infini qu'il est capable de transmettre, dépassant l'angoisse de la mort. Ils peuvent alors se dire : « Dans le silence central de l'esprit, jardin invisible où rien n'est, j'accueille ton silence, je le respecte et le comprends. Nos paroles acquièrent une dignité et, en les purifiant, nous partageons le plaisir de grandir ensemble, de nous offrir les fruits de la vacuité. Nous sommes des complices en quête d'un trésor : l'unité universelle, et nous ouvrons la voie à la lumière sans chercher à la posséder. Nous sommes libres de nous dilater jusqu'à dépasser l'ultime limite, et d'accepter humblement le changement continuel, d'ouvrir portes et fenêtres, coffres et armoires et de tout offrir en festin aux autres, ne gardant pour nous que ce qu'il est impossible de donner : l'œil de la Conscience, capable de se voir lui-même. »

Ensemble, unis par l'amour magique, en état de détachement, sans rien posséder ni être possédés par rien, ils représentent l'androgyne spirituel. Le désir le plus profond de l'espèce humaine est de parvenir à l'union d'une femme et d'un homme parfaitement complémentaires, capables, dans leur interaction interne et externe, d'apporter à l'humanité une réalisation matérielle et spirituelle. Cet amour suprême, que les mots ne peuvent décrire, a été désiré par les mystiques, les alchimistes, les magiciens et les poètes. Chaque civilisation l'illustre par des personnages ou des symboles : le mythique empereur chinois Fou Hi et sa sœur Niu Kua, le patriarche hébreu Abraham et son épouse Sarah, Jésus-Christ et sa mère Marie, le dieu Shiva et sa compagne Parvati, Manco Capac et sa sœur-épouse Mama Ocllo au Pérou, le Yin et le Yang du Tao, le double triangle cabalistique qui forme une étoile à six branches, l'union de l'équerre et du compas dans la symbolique maçonnique, le *rebis* ou hermaphrodite alchimique, les noces des dieux égyptiens Nout (la mère-ciel) et Geb (le père-terre), etc.

Sans penser que ce sentiment soit mythique ou impossible à réaliser, les amants connaissent l'amour magique lorsqu'ils établissent entre eux une parfaite confiance, qu'ils cessent de demander et, au contraire, investissent, s'acceptent avec bonheur comme ils sont, sans que chacun essaye de

changer l’autre pour en faire son miroir ou son public, quand chaque moment passé ensemble est source de félicité tranquille, quand ils réalisent une œuvre où la compétition n’a pas sa place, quand ils se mettent d’accord tout naturellement sans avoir besoin de débattre, quand ils voyagent tous deux vers le même but, quand ils considèrent qu’aider ceux qui sont dans le besoin est un devoir primordial, quand ils font preuve d’une responsabilité jamais en défaut, quand le contact entre leurs corps et leurs âmes est un plaisir paradisiaque…

Il va sans dire que ces sept formes d’amour, si le couple se reproduit, produiront des enfants au destin différent.

1- Éditions du Rocher, 2006.

Le couple dans mon arbre

Rencontre et fécondation, conflits et coopération

Un arbre généalogique est essentiellement le produit de sept couples : quatre couples d'arrière-grands-parents, deux couples de grands-parents et un couple de parents. Bien entendu, on peut remonter de plus en plus haut, le nombre de couples se multipliant alors à chaque génération jusqu'à atteindre un chiffre fantastique, dépassant pour chaque famille la population de la planète. Cette extrapolation nous renvoie aux origines de l'humanité, et indique que nous sommes tous enfants d'une même source, comme l'attestent les très nombreux mythes fondateurs ou religieux dont la figure centrale est un couple originel ou archétypal, divin ou humain (Adam et Ève, Marduk et Sarpanit en Mésopotamie, Isis et Osiris en Égypte, Shiva et Kali en Inde…). Comme nous l'avons vu plus haut, l'arbre généalogique se dissout, au-delà de quatre ou cinq générations, dans la mémoire collective.

Les sept couples dont nous voulons parler ici sont les couples personnels, uniques à notre arbre, qui représentent le lignage par lequel nous sommes venus au monde. Quelle qu'ait été la relation entre ces hommes et ces femmes, du cas idéal où « ils furent heureux et eurent beaucoup d'enfants » à des situations tragiques (viols, abandons, veuvages…), chacun de nous est le produit de sept rencontres sexuées entre une femme et un homme. À la base de l'arbre, donc, est le couple.

Quel regard porter sur ces couples qui nous engendrent ? Ici encore, nous allons distinguer et unir deux visions opposées et complémentaires :

- Si l'on se réfère aux forces de répétition du passé, **nous sommes le produit de nos parents**. Deux cas de figure sont alors possibles : soit je suis un « enfant désiré », soit je suis un « accident ». L'enfant désiré a pour mission d'accomplir le projet que ses parents ont formé pour lui, l'enfant accidentel doit d'une manière ou d'une autre se faire pardonner sa venue au monde en développant des qualités convaincantes, par exemple dans le cas assez fréquent des « enfants-adultes » qui, dès leur plus jeune âge, prennent en charge des parents adolescents ou infantiles dépassés par une naissance qu'ils n'avaient pas prévue.
- Si l'on se réfère aux forces créatives de l'univers, nous pouvons aussi considérer que **nous avons été engendrés non pas par les parents mais à travers eux**. Au lieu de dire que la mère « fait » un enfant, on dira que l'enfant « se fait » dans la mère. Notre venue au monde dépasse la volonté individuelle des parents, ils n'en sont que le vecteur ou le truchement. Dans ce cas, on pourra affirmer quoi qu'il arrive : « Il fallait que je naisse », voire : « J'ai voulu naître ». La rencontre des parents, de quelque nature qu'elle soit, est alors un événement qui aura rendu possible cette indispensable naissance.

Tout au long de l'étude de l'arbre, deux mythes de notre origine vont s'entrelacer. L'un participe de notre formation répétitive, et détermine notre destin d'**héritiers** de l'arbre généalogique : « Mes parents m'ont fait naître, je dois maintenant leur rendre l'énergie investie en accomplissant le projet qu'ils ont formé pour moi, ou en réparant les fautes que j'ai commises. » L'autre signe notre puissance créative, et va faire de nous des **mutants** de notre arbre généalogique : « Je devais naître, et mes parents m'ont permis de le faire. Ma mission est d'exprimer, sous la forme unique qui m'a été concédée, le projet de la Conscience tel qu'il se manifeste à travers moi. Mes actes créateurs seront un apport vital pour mon arbre généalogique, pour la société et pour l'humanité entière. »

Pour pouvoir entreprendre le travail, il nous faut donc comprendre les deux aspects du couple dans notre arbre : l'aspect hérité du passé, imbibé de rêveries romantiques, de traditions, de rancœurs, de conflits et de répétitions en tout genre, et l'aspect correspondant à l'appel du futur, dans lequel tout couple porte en lui le germe d'une union sacrée, qu'elle ait été ou non réalisée dans l'histoire des générations précédentes[1].

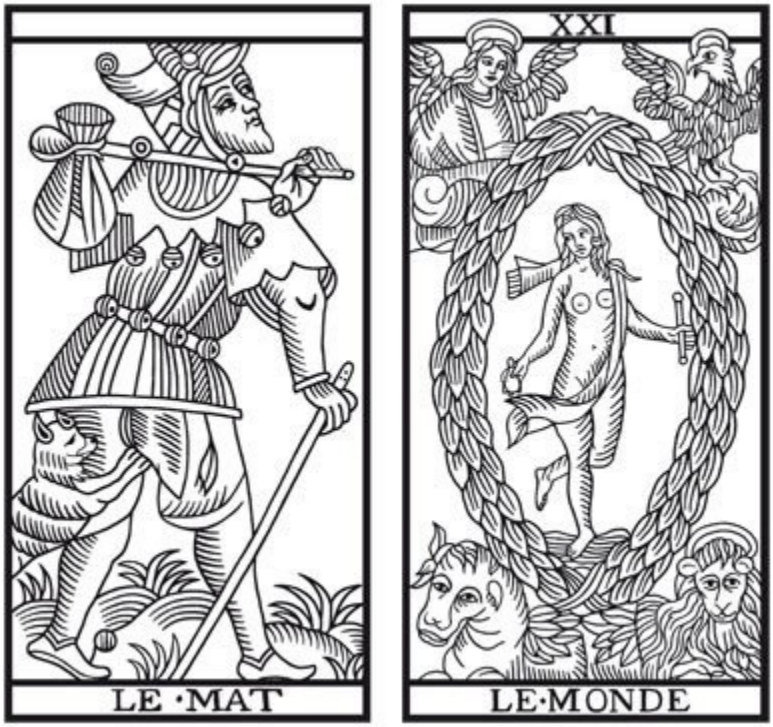
Le mythe des origines : la fécondation

Le destin de l'arbre généalogique réside d'abord dans la conception que la famille se fait du sperme et de l'ovule. Pour dépasser la guerre des sexes et concevoir le miracle qui nous a engendrés, il convient avant toute chose de réviser la conception que nous avons de la fécondation. En effet, la manière dont les scientifiques décrivent la manière dont chacun de nous est venu au monde s'inspire aujourd'hui encore de la notion darwinienne de survie des plus aptes. Cela donne le tableau suivant, à quelques variations près : à chaque éjaculation, une armée de spermatozoïdes guerriers s'élance à la conquête de la forteresse (l'appareil génital féminin), où l'ovule, butin tant convoité, gît mollement parmi les replis de la trompe. Dès l'entrée de cette place forte, la troupe se heurte à bien des obstacles : sécrétions vaginales et glaire cervicale, autant d'épreuves qui sélectionneront les plus vaillants, puis l'interminable progression dans l'utérus que les assaillants s'épuisent à traverser à grands coups de flagelle. Lorsque, enfin, les plus méritants arrivent en face de l'énorme ovule, ils se livrent un dernier combat sans merci pour pénétrer l'œuf, dont un seul et unique triomphateur parviendra enfin à perforer les ultimes résistances.

Cette métaphore guerrière et masculiniste nous présente la fécondation comme une conquête, presque un viol, où les spermatozoïdes se livrent une compétition sans merci pendant que l'ovule, passif et stupide, attend d'être conquis – voire violé ou profané, comme le sont les femmes des vaincus dans la guerre. À peine nous informe-t-on, dans le meilleur des cas, que l'orgasme féminin pourrait éventuellement faciliter la progression des spermatozoïdes dans l'utérus et les trompes, et encore, il s'agit là des dernières théories parmi les plus progressistes.

Nous sommes tous marqués, consciemment ou non, par ce mythe fondateur issu de la science du XX^{e} siècle, elle-même marquée par les conceptions sociales et culturelles occidentales. Que se passe-t-il si nous envisageons notre conception selon d'autres critères plus utiles et plus universalistes ? Depuis peu, certains scientifiques comme le professeur Lars Hamberger, gynécologue et obstétricien suédois, se sont intéressés plus en détail à cette aventure de la conception, que le développement des techniques in vitro permet d'observer de plus près. Voici comment nous nous proposons de réécrire l'histoire à la lumière de leurs observations scientifiques[2].

Imaginons un instant que la fécondation, loin d'être une lutte acharnée des spermatozoïdes pour la conquête de l'ovule, soit le produit d'une fabuleuse coopération entre le masculin et le féminin au service de la Conscience… Cette théorie s'inspire du Tarot où la série des arcanes majeurs se déploie entre les deux principes fondamentaux, le Mat (masculin) et le Monde (féminin).



Le Mat, aidé par l'impulsion de son chien et porteur d'un bagage, se lance en quête du monde. Le Monde, quant à lui, tourne son regard vers le Mat et semble l'appeler de tous ses vœux. La rencontre entre ces deux archétypes donne naissance à la totalité du Tarot. L'un et l'autre sont à la fois actifs et réceptifs : le Mat, énergie pure, obéit à l'appel du Monde, et le Monde, paisiblement déployé entre ses quatre énergies cosmiques (les quatre symboles aux quatre coins de la carte), reçoit activement l'énergie du Mat.

Et s'il en était de même pour les gamètes qui nous engendrent ?

On peut alors penser que l'ovule choisit et attire, d'une manière ou d'une autre, le ou les spermatozoïdes les plus adaptés pour faire naître l'être qui doit venir au monde. Obéissant à ce puissant appel, les spermatozoïdes

collaborent entre eux, comme le ferait une équipe sportive, pour faciliter l'avancée des individus choisis vers l'ovule. La réalisation de l'un est le triomphe de tous.

À chaque éjaculation se produit une décharge de liquide séminal rassemblant cinq cents millions de spermatozoïdes. Une grande part de ces spermatozoïdes, même chez un sujet jeune, contiennent ce que les scientifiques décrivent comme des « défauts leur interdisant de féconder l'ovule ». En réalité, sont-ce des défauts ? Si nous laissons de côté les préjugés d'origine machiste et darwiniste, il devient évident que tous ne sont pas destinés à accomplir la fécondation. Des millions d'entre eux vont se mobiliser pour neutraliser l'acidité vaginale, puis pour passer le col de l'utérus. Ceux qui continuent leur avancée remontent à contre-courant les cils vibratiles qui tapissent la paroi de l'utérus et des trompes. En réalité ces apparents obstacles produisent une sécrétion qui induit la maturation des spermatozoïdes. Ils se chargent donc d'énergie à mesure de leur avancée. En effet, les spermatozoïdes portent à l'origine un certain nombre de mitochondries (la « centrale énergétique » de la cellule) qui leur permettent de tenir environ vingt-quatre heures, mais lorsque c'est nécessaire, ils peuvent se « recharger » dans la trompe.

Lorsqu'ils arrivent enfin au but, ils ne sont plus qu'une centaine : tous les autres se sont sacrifiés pour faciliter l'avancée de ce petit groupe. Pendant ce temps, l'ovule est descendu dans la trompe où il s'est entouré d'une couche visqueuse formée de cellules nutritives, dont la plupart ont été utilisées, mais celles qui restent aideront les spermatozoïdes à se frayer un chemin jusqu'à la couche plus dure et élastique dans laquelle l'un d'eux finira par pénétrer. Pour ce faire, les spermatozoïdes doivent se défaire de l'acrosome, le revêtement qui recouvre leur tête, dont les enzymes leur permettent de dissoudre la paroi de l'ovule. Cette tâche suppose de nouveau le sacrifice de la plupart d'entre eux. Les derniers (une dizaine) parviennent à traverser la paroi de l'ovule et restent plantés là, remuant en rythme leur flagelle, ce qui a pour conséquence de faire tourner l'ovule en sens contraire des aiguilles d'une montre. Ce mouvement, le même que celui des planètes, du Soleil et de l'univers, unit l'ovule à la danse cosmique et le charge, pourrait-on imaginer, d'une immense énergie. C'est à ce moment-là que l'ovule choisit (par des motifs qui ont peut-être à voir avec l'Inconscient et le Supraconscient de la mère) celui qui deviendra son allié dans la création de l'être nouveau. L'élu, pour qui tous les autres ont collaboré, est attiré à

l'intérieur du plasma cellulaire, et à une vitesse vertigineuse la composition de l'enveloppe de l'ovule change, fermant le passage aux autres. Le spermatozoïde choisi perd son flagelle, qui a désormais accompli sa mission, et s'approche du noyau génétique de la femme : attirés l'un vers l'autre par ce que l'on pourrait décrire comme un amour infini, ils fusionnent. Ce qui les fait rester unis est le mouvement vigoureux des spermatozoïdes – restants qui continuent à faire tourner l'œuf pendant parfois plusieurs jours. Avant de mourir, ils permettent à l'ovule fécondé de glisser le long de la trompe et de trouver son chemin vers l'utérus. Cinq cents millions d'êtres collaborent ainsi pour qu'un seul d'entre eux ait le privilège d'engendrer un être humain.

Selon cette interprétation, qui n'utilise que des faits scientifiquement établis et a le mérite d'être bien plus réconfortante que le mythe en vigueur, on peut dire que, dans la relation ovule-spermatozoïde, il n'y a ni viol ni conquête, mais au contraire une fabuleuse attraction mutuelle nourrie par une collaboration sans relâche des spermatozoïdes entre eux et de l'appareil génital féminin tout entier avec les cellules masculines. On peut même imaginer qu'une autre forme d'orgasme se produit au moment où l'ovule s'ouvre et où le spermatozoïde se laisse absorber dans la nouvelle unité qu'ils vont créer ensemble.

Quelles que soient les circonstances de notre venue au monde, le mythe fondateur moderne, issu de la science, peut nous servir à affirmer **la nécessité miraculeuse de notre existence**, plutôt qu'à nous dévaloriser en nous imaginant issus d'un hasard aveugle.

Masculin et féminin : deux identités acquises ?

La conception que notre arbre généalogique se fait du masculin et du féminin va déterminer notre regard sur nous-mêmes en tant qu'individus sexués, et par conséquent notre vision du couple.

Deux conceptions vont s'opposer essentiellement : d'une part, une conception universelle (ou sacrée) du féminin et du masculin, dont on trouvera les racines par exemple dans les archétypes religieux et les couples divins ; d'autre part une conception culturelle, sociale et familiale des rôles respectifs de l'homme et de la femme, conception plus restrictive qui varie selon les familles ou les cultures.

La famille a toujours une position, affirmée ou tacite, sur les signes et manifestations de l'identité sexuée. En d'autres termes, la conception du masculin et du féminin dans notre arbre généalogique commence par la conception qu'il se fait du sperme et de l'ovule, ainsi que de toutes les sécrétions et des caractères sexuels secondaires.

Les générations qui nous ont précédés n'avaient en général pas accès à la contraception. La tension entre ces éléments si divers que sont l'amour, la sexualité, l'organisation sociale du mariage et les aléas de l'engendrement a créé dans tous les arbres généalogiques un certain nombre de problèmes, voire de tragédies, dont nous portons les conséquences en particulier dans notre conception du masculin et du féminin.

Stigmatisation du masculin

Il est fréquent par exemple que le sperme soit considéré comme « sale », assimilé à une déjection, voire à une malédiction : lorsque les femmes ont eu plus de grossesses qu'elles n'en pouvaient supporter, il n'est pas rare qu'elles maudissent le sperme masculin. De même, si par exemple une aïeule est morte en couches en donnant naissance à son premier enfant, l'arbre généalogique peut se former une conception du sperme comme assassin. Le sperme est aussi l'ennemi de l'amour, puisqu'une grossesse non désirée ou non acceptée socialement pouvait engendrer de véritables catastrophes : honte, avortement mettant en danger la vie de la mère, expulsion de la famille, misère, suicide pour restaurer l'honneur, abandon de l'enfant, etc. Pour cette raison, il n'est pas rare que des hommes en souffrance vivent avec une conception dévalorisée de leur sexe, l'impression d'avoir des excréments dans les testicules, ou un rejet de leur propre sperme.

Exemple : Un homme vient consulter après avoir guéri d'un cancer des testicules. En réalisant son arbre généalogique, nous découvrons que sa mère a « fait un enfant dans le dos » (lui en l'occurrence) à son père pour s'attacher cet homme. Le père s'est senti trahi et emprisonné par ce rapt de sperme mais, fidèle à une morale sociale établie, n'a jamais quitté cette femme à laquelle il a fait un seul autre enfant, une fille. Cet homme a vécu avec l'impression que ses testicules portaient une matière susceptible de l'emprisonner dans une geôle familiale. Son fils (notre consultant) a décidé très tôt qu'il n'aurait pas d'enfant et demandé à trente ans (l'âge qu'avait son père lorsqu'il l'a conçu) une vasectomie qui interdirait à toute femme

de l'emprisonner comme sa mère avait emprisonné son père. Une femme qui devient enceinte contre la volonté de son compagnon ne le rend pas père, mais au contraire le prive de sa paternité. Dans le cas de notre consultant, la mère a reporté sa demande d'affection et son angoisse d'abandon sur son fils, renforçant l'angoisse d'emprisonnement que le père lui avait léguée.

Inversement, le sperme peut aussi être un moyen d'agression : les viols en réunion sont de mise lors des guerres civiles, comme par exemple lors de la guerre en ex-Yougoslavie où les soldats nationalistes bosno-serbes, portés par une idéologie de la purification ethnique, avaient pour ordre de violer les femmes musulmanes bosniaques et de « purifier » ainsi leur ventre. L'éjaculation devient alors une affirmation de pouvoir, une – vengeance qui s'exerce concrètement sur des femmes étrangères au clan, mais dont l'origine est en réalité une haine tenace de la mère.

Dénigrement du féminin

En vertu de ces mêmes héritages, bien des femmes vivent avec une conception à la fois floue et négative de « ce qu'il y a dans leur ventre ». Lorsqu'on demande à une femme en souffrance de se concentrer sur les sensations et les images que lui renvoie son appareil génital, il est fréquent qu'elle en ait d'abord une vision tronquée : la conscience de la totalité de ses organes, vulve avec lèvres et clitoris, vagin, utérus, trompes et ovaires, est souvent fragmentaire et imprécise. De nombreuses femmes sentent que leur sexe est sale, sombre, vulnérable, rempli de couteaux ou de cercueils, de ronces et d'épines, etc. Les règles, qui sont la manifestation concrète de la période de fertilité organique dans la vie d'une femme, sont douloureuses, décrites comme malodorantes, source de gêne, honteuses, invalidantes, etc. Les interdits et répugnances liés au sang menstruel dans bien des cultures patriarcales ne sont évidemment pas étrangers à ces dévalorisations.

Les statistiques concernant les avortements clandestins au XX^{e} siècle avant la légalisation de l'interruption volontaire de grossesse sont imprécises. Pour la France, les chiffres varient entre deux cent cinquante mille et quatre-vingt-dix mille par an. La pratique nous montre que, dès la génération des grands-parents, ces faits sont en général totalement passés sous silence dans nos arbres généalogiques : si l'on se réfère à la mémoire familiale, il n'y a pas d'avortement, juste quelques fausses couches. On

trouve en revanche la mention, pour une grand-mère ou une arrière-grand-mère, de mort prématurée par « cancer de la matrice » ou « maux de ventre ».

Ces secrets liés à l'engendrement pèsent lourd sur la transmission du féminin et du masculin dans l'arbre généalogique. Pourtant, quand on se place dans une perspective temporelle, les organes sexuels et la différence sexuelle nous confèrent le pouvoir de nous projeter dans l'éternité.

Si la rencontre sperme-ovule peut frustrer un homme ou une femme, les privant de leur liberté, de leur destinée personnelles, ou qu'ils se trouvent face à une grossesse non souhaitée, elle peut au contraire réaliser le pouvoir créateur de l'un et l'autre si la grossesse est désirée, puisque le moment de l'insémination réalise le potentiel de l'ovule et celui du sperme. On pourrait même avancer que la fameuse « envie du pénis » sur laquelle repose la psychanalyse n'est peut-être en réalité qu'un désir irrésistible de l'ovule d'accueillir un spermatozoïde, c'est-à-dire d'unir le pouvoir d'engendrement du sperme masculin avec celui de l'œuf féminin. À ce titre, on peut avancer également que l'homme désire irrésistiblement s'unir au pouvoir de gestation de l'appareil féminin.

De tout cela découlent des conceptions parfois très déformées du féminin et du masculin. Le poids des idéologies sociales est également très important : quels sont les rôles traditionnels impartis à la fille et au garçon, à la femme et à l'homme, dans la culture et la famille dont nous venons ? Enfin, la manière dont les couples de l'arbre généalogique ont vécu ensemble et géré leurs inévitables tensions ou conflits produisent aussi un héritage.

- Tels sont les éléments de base à considérer pour récapituler quelle conception l'arbre généalogique nous a transmise des deux polarités sexuelles. Quelques questions peuvent aider à clarifier cette conception acquise :
- Quels sont les rôles sociaux occupés par les hommes et les femmes dans notre arbre ? Le rapport à l'argent, au travail, aux travaux ménagers y est-il égalitaire ?
- En quoi l'éducation des filles se distingue-t-elle dans l'arbre de celle des garçons ?
- Quelles sont censément les compétences de chaque sexe ?

- Pour les femmes, leur féminité est-elle définie seulement par la maternité ou aussi par d'autres critères « spécifiquement féminins » selon la culture en vigueur (beauté, séduction, douceur…), ou encore par des critères universels (élégance, vivacité, intelligence…) ?
- Pour les hommes, quels sont les signes de virilité privilégiés par l'arbre (par exemple, force physique, richesse, habileté, donjuanisme, compétences intellectuelles, etc.) ?
- Y a-t-il dans notre arbre généalogique des personnes qui ont manifesté toute leur vie une animosité particulière pour un sexe en général ? Notre arbre était-il porteur de maximes réductrices sur le féminin et/ou le masculin ?
- Comment l'arbre réagit-il au passage à l'adolescence et à l'apparition des caractères sexuels secondaires ? Que se passe-t-il au moment des premières règles, sont-elles considérées ? Les parents ont-ils culpabilisé la masturbation ou respecté le besoin d'intimité des adolescents ?

La tendance de tout novice qui observe son arbre généalogique est de se dire : « Oui, certes, je vois dans ma lignée des choses que je trouve aujourd'hui aberrantes ou inacceptables, mais à l'époque et dans ce contexte, c'était normal, tout le monde agissait ou pensait de la sorte. » En réalité, à toutes les époques ont vécu des êtres conscients, libres, généreux, visionnaires. Il peut donc être plus utile de se demander : « Qu'est-ce qui a empêché mes aïeux de faire partie de ces pionniers, et les a enfermés dans des pratiques et des croyances sclérosantes ? »

Le récent essor des *gender studies* (philosophie du genre) nous présente aujourd'hui des théories extrêmes selon lesquelles le genre, masculin ou féminin, serait une pure construction politique et sociale. En alimentant les petites filles d'une certaine manière (plus pauvre en protéines), en les poussant à soigner leur apparence physique au détriment d'autres qualités, en offrant aux garçons des jouets guerriers ou des voitures et en leur affirmant qu'ils n'ont pas le droit de pleurer, les parents se feraient complices d'un ordre politique et social qui fabrique arbitrairement le « genre masculin » et le « genre féminin ». On peut retenir de ces théories ultracritiques une vigilance accrue quant à notre propre éducation : « Comment a-t-on fait de moi une "fille" ou un "garçon" ? Dans la formation de mon identité, quelle a été la part de mimétisme par souci

d'être accepté(e) ? Et quels aspects de moi-même ai-je négligés, voire rejetés pour devenir un "garçon" ou une "fille" admis(e) par ma famille, ma société et ma culture ? »

Inversement, des théories actuelles affirment que cette confirmation de l'identité (« gentille » et réceptive pour les filles, « agressive » et active pour les hommes) est en réalité un bien qui prépare les enfants à leurs rôles sociaux. Mais cette éducation orientée oblige l'individu à s'adapter à une société préorganisée et le contraint, une fois de plus, à vivre son avenir comme une transformation et une application du passé.

Complémentarité et conflit

La complémentarité du féminin et du masculin est affirmée par tous les grands mythes religieux, non seulement en vue de l'engendrement, mais aussi pour constituer un couple qui mène une action conjointe dans le monde : faire un enfant n'est pas la seule façon d'engendrer la Conscience, tout couple a comme finalité de créer une Conscience en commun, d'incarner un projet, un discours, une œuvre, etc.

L'épisode des noces de Cana, dans les Évangiles, en constitue un excellent exemple. Jésus et Marie ne sont pas un couple au sens sexuel et parental du terme. Pourtant, c'est Marie qui devient, en cette circonstance, le moteur de l'action. Lorsque le vin vient à manquer, elle va pousser Jésus à faire son premier miracle – non pas en tant que mère, mais en tant qu'énergie féminine complémentaire de son masculin actif. Il a la capacité de changer l'eau en vin, elle a l'intuition que le moment est venu de manifester cette capacité. Jésus lui répond alors : « *Femme*, mon heure n'est pas encore venue. » Il lui reconnaît donc implicitement cette place de pendant féminin, et se met vis-à-vis d'elle sur un pied d'égalité. Marie insiste et parvient à le convaincre, prenant une position d'épouse et non plus seulement de mère. Le miracle a lieu, une nouvelle Conscience apparaît dans le monde.

De même, dans *Les Mille et Une Nuits*, Schéhérazade retarde pendant mille et une nuits sa mise à mort par le sultan, qui coupait la tête des femmes après les avoir possédées. Elle devient épouse et pendant féminin de cet homme puissant, domptant sa cruauté et sa haine par l'art et l'imagination. Une fois encore, ce sont bien deux polarités complémentaires

qui se rencontrent, non pas pour produire un enfant, mais pour engendrer de la Conscience.

Dans le Tarot de Marseille, outre le couple de pouvoir Impératrice-Empereur et le couple mythique Lune-Soleil, le Pape se trouve flanqué (et précédé, dans l'ordre numérique) d'une Papesse, fonction inexistante dans la chrétienté de l'époque. Le Tarot comble ainsi un manque essentiel de l'Église : apporter au Saint-Père son pendant féminin, reconnaître la capacité de la femme à tenir sa place de guide spirituel.

Ève conduit Adam et éveille son intelligence en lui faisant manger le fruit de l'Arbre de la connaissance. Contrairement aux interprétations médiévales du mythe (où Ève est devenue l'origine de la faute essentielle de toutes les femmes, coupables à sa suite de la chute originelle), on peut dire qu'en éveillant l'intelligence d'Adam, elle plonge le couple humain, d'essence divine, dans la réalité de l'incarnation et de la reproduction et donne à son compagnon le but de faire de la terre un jardin.

Enfin, dans les mythologies des religions à panthéon, par exemple en Inde ou en Grèce, les péripéties des couples divins (Shiva se moquant de Parvati à cause de la couleur de sa peau, Zeus sans cesse infidèle à Héra…) sont mises en scène dans tous leurs détails, montrant le couple aux prises avec une vie quotidienne pleine de conflits et de réconciliations : même la dispute est initiatique.

Le rêve d'un couple sans conflit relève des niveaux de Conscience enfant et adolescent. L'enfant a besoin d'imaginer son père et sa mère tout-puissants, indissolubles, solidement attachés l'un à l'autre comme une entité entièrement consacrée à son bonheur et à sa sécurité. C'est la raison pour laquelle les contes de fées se terminent par la rassurante formule : « Ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants. » Mais cette version ne concerne qu'un niveau de Conscience enfantin. À l'adolescence, avec la découverte du premier amour, le rêve devient romantique : celui d'une passion qui durerait toujours au même niveau d'intensité, c'est-à-dire au niveau énergétique d'un être adolescent en pleine croissance, en pleine effervescence hormonale, et encore libre de toute responsabilité vis-à-vis du monde. Cette vision du couple est amplement relayée par les comédies romantiques du cinéma occidental et oriental.

On peut porter sur le couple un regard plus ou moins sombre ou éclairant, mais la position adulte consiste à accepter qu'il soit toujours un lieu où le conflit doit devenir fécond.

Cette union complémentaire d'éléments dissemblables, dont la collaboration produit une totalité harmonieuse, se retrouve aussi dans l'image du Tao, où Yin et Yang s'interpénètrent sans fin.

Dans l'arbre généalogique, la lignée maternelle se déploie à notre gauche et la branche paternelle à notre droite. La gauche, côté du cœur, est plus réceptive et, dans une humanité de droitiers, a plutôt le rôle maternel de stabilisation, alors que la droite relève de l'action, de la dextérité et de la force qui renvoient au rôle paternel.

Comme nous l'avons déjà vu, la neurologie moderne nous apprend que le cerveau droit, qui gouverne la partie gauche du corps, est aussi le siège de la conscience du présent, du langage en images, de la musique. Sa cognition est celle de l'union : on se vit comme uni au tout, dans des états qui renvoient à l'amour, à l'extase, à l'illumination. Il nous permet de faire l'expérience de la globalité, de la beauté et de la perfection ; il apprend par les cinq sens et de manière kinesthésique[3]. L'hémisphère droit du cerveau ne fait pas la différence entre le moi et le tout. L'hémisphère gauche au contraire, qui gouverne la partie droite du corps, vit dans la mémorisation du passé et la planification du futur, apprend et pense en langage, domine la pensée linéaire et méthodique, catégorise et organise les détails : c'est le site de l'intelligence qui calcule, qui enregistre. L'hémisphère gauche me permet de me penser en tant que *je* suis un individu unique, séparé du tout : il fait clairement la distinction entre moi et le monde, et établit des différences.

Dans notre civilisation, les expériences relevant du cerveau droit sont en général plutôt du domaine de la relation avec la mère (apprentissage sensoriel et kinesthésique, union initiale in utero et au moment de l'allaitement, premières expérimentations esthétiques…), alors que les valeurs d'individuation, d'apprentissage, de pensée méthodique relèvent du monde du père (action dans le monde, affirmation de soi, acquisition du langage et maîtrise de la réalité). Voilà pourquoi, pour représenter l'arbre généalogique, nous avons conservé les règles d'orientation – traditionnelles, tout en acceptant le fait qu'elles sont dépendantes d'un passé culturel commun et non universelles et éternelles.

Le corps calleux, situé entre les deux hémisphères, est le lieu où ils s'unissent, de même qu'entre les deux parties de l'arbre généalogique (cf. schéma rectangulaire étudié dans la 2^{e} partie), une ligne centrale aboutit à

notre propre existence. Cette collaboration entre les deux cerveaux, comme la collaboration entre les deux parents d'un individu, est essentielle pour qu'il puisse se vivre comme un être uni. De même que l'union entre les compétences des cerveaux droit et gauche permet à un être humain de vivre une expérience complète, de même l'apport conjugué du monde maternel et paternel détermine l'équilibre psychique de tout enfant.

Gestuellement, la rencontre de la main gauche avec la main droite représente l'union des complémentaires : elles sont capables de s'explorer et de se caresser mutuellement, mais aussi de collaborer pour une action commune et, dans le cas d'une personne attentive et développée, chacune peut vaquer à sa propre occupation sans déranger l'autre. C'est une excellente métaphore de l'amour et du couple. Lorsque les deux mains s'unissent, la personne qui les rassemble ressent un grand plaisir. On peut imaginer que tout couple représente la « main gauche » et la « main droite » de la Conscience universelle, et que leur rencontre est pour elle une joie.

La rencontre et après…

Dans l'arbre généalogique, les couples sont rarement unis comme les deux mains, et il est exceptionnel qu'ils arrivent au niveau de Conscience du couple sacré.

Le travail sur les couples dans l'arbre consiste à éclairer plusieurs moments-clés de la relation : les circonstances de chaque rencontre, puis la manière dont chaque couple s'est concrétisé et l'équilibre qu'il a trouvé pour se pérenniser.

Nous travaillerons aussi sur les conflits et les oppositions, pour comprendre si les couples de notre arbre ont su tirer un apprentissage de leurs différences, ou s'ils ont échoué face au conflit.

Les grands-parents : origine de notre conception de l'amour

Des sept couples de l'arbre, c'est en général celui de nos parents qui nous est le mieux connu. Pour mieux comprendre les couples des grands-parents et arrière-grands-parents, une petite astuce – généalogique peut nous aider : en règle générale, on choisit son conjoint selon une dynamique

plus ou moins consciente de répétition, d'**opposition** et de **compensation** par rapport au couple parental. Cela signifie, pour un homme, que la mère de sa compagne sera dans une certaine mesure la femme idéale de son propre père et le père de sa compagne dans une certaine mesure l'homme idéal de sa propre mère.

Dans notre arbre généalogique, il y a donc un potentiel d'union entre grand-père maternel et grand-mère paternelle, et entre grand-père paternel et grand-mère maternelle. Cette union peut être profonde ou superficielle, et se dérouler dans n'importe lequel des quatre centres.

Exemple : « Ma grand-mère maternelle aurait voulu n'avoir jamais d'enfants, voyager, lire, écrire, découvrir le monde. Une sorte d'Alexandra David-Néel frustrée, qui s'est retrouvée mère de famille nombreuse. Mon grand-père paternel n'avait aucune fibre paternelle, et a été très importuné par les demandes incessantes de son épouse qui aurait voulu avoir de nombreux enfants. Il ne rêvait que de marcher en montagne et de s'évader dans la lecture. » Dans le cas de cette consultante, nous voyons se dessiner, symétriquement, le lien entre le grand-père maternel (un homme d'honneur, notable, bon père et bon époux, très engagé dans la vie familiale, ambitieux et heureux de l'être) et la grand-mère paternelle (une parfaite maîtresse de maison, épuisée par les infidélités et l'immaturité de son mari, qui rêvait d'une place stable dans la société et de dîners mondains).

Mais la complémentarité peut être plus anecdotique : un grand-père maternel coiffeur et une grand-mère paternelle très coquette, ou un grand-père paternel gourmet et une grand-mère maternelle cordon-bleu.

Une fois découvertes ces complémentarités entre les grands-parents, on peut remonter aussi jusqu'aux arrière-grands-parents, dont on sait en général peu de chose, et jouer à ce même jeu d'union. Cela permet d'humaniser les portraits des arrière-grands-parents, souvent figés sur quelques détails-clés.

Lune de miel et conflit dans le couple

Nous avons déjà vu que, de répétition en répétition, le piège de l'arbre généalogique nous conduit à reproduire une génération après l'autre les souffrances vécues dans l'enfance. Ces répétitions peuvent être de différents ordres :

- **La duplication pure et simple :** une fille marquée par l'absence de son père passe sa vie à tomber amoureuse d'hommes absents ; le fils d'une mère froide et indifférente se met en couple avec des femmes incapables de l'aimer…
- **L'opposition :** le fils d'une mère envahissante et fusionnelle tombe amoureux de femmes insaisissables qui ne risquent pas de l'envahir ; une fille marquée par une relation œdipienne forte avec un père industriel brillant, blond aux yeux bleus, épouse l'opposé de son père, un homme d'une autre origine ethnique, analphabète et jardinier…
- **La compensation :** la fille d'un père handicapé physique, avec qui elle n'a jamais pu avoir de contact ou vivre des aventures incarnées, épouse un grand sportif devenu kinésithérapeute ; le fils d'une mère aimante mais très prise par son travail et sans cesse absente épouse une femme dont l'ambition est d'être mère au foyer…

Lorsque l'autre ne correspond pas aux projections qui nous animent, nous passons sans le remarquer. Si au contraire les schémas concordent, nous nous sentons immédiatement attirés comme par une force mystérieuse… Quand on étudie l'arbre généalogique d'un couple, il n'est pas rare d'y trouver des similitudes étonnantes.

Exemple : Elle souffre de psoriasis, il a des boutons dans le dos. Dans sa famille à elle, la grand-mère maternelle est morte d'un cancer de la peau ; dans sa famille à lui, la grand-mère paternelle a rencontré un Africain lors d'un bal étudiant, et de cette relation fugace est né un enfant métis qui fut pour la famille la preuve de son « péché ». Cette question de peau affecte le fils du métis, né blanc, et s'exprime par ces boutons qui le dérangent. La femme, elle, a honte de son psoriasis comme sa grand-mère avait honte de son cancer… La femme au psoriasis et l'homme aux boutons dans le dos cherchent à résoudre leurs névroses enfantines en formant un couple où les deux pièges s'emboîtent parfaitement. En un coup de foudre, les problèmes de trente ascendants s'unissent.

En vertu de ce processus d'emboîtement, le couple apparaît souvent, au moment de la rencontre, comme la solution miracle à tous les problèmes. C'est la phase dite de « lune de miel » où l'on idéalise l'autre et où l'on en fait inconsciemment notre sauveur ou notre âme sœur. Un certain nombre de processus biologiques, modifications hormonales et altérations de la

chimie cérébrale, achèvent de mettre les deux tourtereaux dans un état de disponibilité maximale l'un vis-à-vis de l'autre.

Mais une fois l'euphorie psychophysique dissipée, l'arbre généalogique ne tarde pas à nous rappeler à l'ordre : si les parents ont reproduit le passé sans développer leur niveau de Conscience, le couple deviendra bientôt le lieu de reproduction privilégié des conflits irrésolus. On assistera alors à une dispute continuelle entre les ego intellectuel, émotionnel, sexuel et matériel. Au moment de la parade amoureuse, chacun a accepté de jouer le rôle dont l'autre l'avait revêtu pour se rendre – mutuellement désirables. Mais arrive un moment où les différences – éclatent. Incapables de les supporter, ils entrent en conflit. Que s'est-il passé ? Chacun a voulu trouver en l'autre le complément de ce qui lui manquait.

Exemple : Lui a une certaine adresse intellectuelle et une sexualité vigoureuse, mais il est incapable d'exprimer ses émotions et ne sait pas se débrouiller dans la vie quotidienne. Elle, au contraire, peut aisément organiser la vie quotidienne et exprimer ses sentiments, mais elle est bloquée sexuellement et dévalorisée intellectuellement. En unissant leurs ego réalisés (intellectuel et sexuel pour lui, matériel et émotionnel pour elle) ils se complètent. Mais leurs complexes aussi entrent en collision : il se sent inférieur matériellement et émotionnellement ; elle sexuellement et intellectuellement. C'est alors qu'émergent les conflits où chacun est tenu de compléter quelque chose de l'autre tout en attendant que l'autre le complète à son tour. Il est impossible d'atteindre ainsi la satisfaction : le couple est pris au piège d'une situation similaire à celle de l'enfance, « une place pour deux », et les luttes de rivalité peuvent devenir aussi féroces que celles qui les opposaient à un frère ou une sœur.

On peut distinguer essentiellement quatre types de conflits, résumés ici de manière non exhaustive :

La lutte pour exister

Le présupposé enfantin de ce conflit pourrait se résumer ainsi : « Mes parents ne m'ont pas prêté suffisamment attention pour que je puisse me former une individualité. Je ne sais pas vraiment qui je suis ni comment je suis, je me sens vide. Je ne trouve pas de sens à la vie. Je me donne à l'autre sans me posséder moi-même, et je ne me sens pas digne de me valoriser. Mon bonheur est entre tes mains. »

La personne qui s'engage dans le couple avec cette attitude est un piège ambulant, un adulte vide qui nourrit des demandes de bébé abandonné. Elle attend que son partenaire lui dise : « Tu existes ! »

Mais une personne vide et dévalorisée rencontrera chez l'autre un vide et une dévalorisation symétriques. Si l'un est passif (« Je m'en remets à toi ! Tu seras mon moi ! ») l'autre est actif (« J'accepte que tu viennes combler mon inexistence, puisque pour toi je suis quelqu'un. Je deviendrai ton guide et ton modèle »).

Au début l'un adore et l'autre se laisse adorer. Graduellement, le partenaire « faible » se mettra à manipuler le partenaire « fort » jusqu'à finir par le diriger. Un jour, ayant acquis la confiance en soi nécessaire, il démolira le piédestal de l'idole pour le faire tomber. Ou encore il finira par lui en vouloir de ne pas lui laisser suffisamment de place pour grandir.

La guerre des sexes

Ce type de conflit est hérité des conceptions sociales et culturelles dont nous parlions plus haut : chacun est insatisfait de son identité sexuée, et si dans un premier temps chacun s'en remet à l'autre pour se sentir mieux, la guerre ne tarde pas à éclater.

En règle générale, un homme conscient éprouve le désir de manifester sa part féminine, et une femme consciente sa part masculine. Mais encore faut-il que l'identité sexuée de base soit équilibrée.

Par exemple, une femme dévalorisée (parce que son père ne l'a pas acceptée, ou encore parce qu'elle a eu une mère « virile », envieuse des prérogatives sociales masculines) simulera une féminité qu'elle ne ressent pas. En face d'elle, un homme castré par un père tout-puissant, ou au contraire souffrant de l'absence physique ou psychique de son père, et élevé essentiellement par sa mère ou sa grand-mère, simulera une virilité qu'il ne connaît pas. Le temps venu, les masques tombent. Elle reprend le rôle viril qu'elle a vu tenir par sa mère, et lui, passif, enfantin ou déprimé, se coule dans une attitude névrotiquement « féminine ». Il est possible que le conflit affecte leur vie sexuelle (frigidité pour elle et/ ou impuissance pour lui), qu'ils perdent le désir, ou qu'ils ne cessent de se critiquer mutuellement, lui la trouvant épuisante par excès d'énergie, elle lui reprochant son incapacité à se mettre en action. La relation peut devenir très violente s'ils perdent le respect l'un envers l'autre.

L'impossible satisfaction

L'un et l'autre, au moment de la rencontre, ont confondu la fusion avec l'amour : « Nous ne voulons faire qu'un. » En réalité, ils ont projeté l'un sur l'autre une insatisfaction primitive, qui peut par exemple dater de la toute petite enfance (ils n'ont pas été allaités, ou pas suffisamment, n'ont pas été nourris, n'ont pas reçu l'attention dont ils avaient besoin à un moment crucial).

Chacun des deux est donc affamé et ne connaît pas la satiété. Ce sont des adultes en apparence, mais en réalité des enfants qui demandent à être pris en charge matériellement et affectivement. Chacun des deux veut faire couple non pas avec un homme ou une femme, mais avec un père ou une mère. Souvent, le bébé frustré prend les traits d'un adulte qui se sacrifie : « Je n'ai pas besoin de téter, et pour le prouver, je vais me sacrifier pour toi et devenir ton père ou ta mère idéal(e). Ainsi tu m'aimeras. Je te donnerai tout ce que tu demandes à condition que tu ne grandisses pas ; je te protégerai, mais si tu deviens indépendant je tomberai en dépression car j'aurai perdu ma fonction. Je n'existe que si je m'occupe de toi. »

Le conflit peut éclater quand celui ou celle qui tenait le rôle de l'enfant décide de devenir à son tour père ou mère. L'autre, détrôné(e), s'affaiblit, se rend malade, est victime d'un accident grave ou d'une ruine. À mesure que l'un grandit, l'autre rapetisse. Les personnes en quête de cette chimérique satisfaction sont un puits sans fond, leur demande n'a pas de fin. En demandant sans cesse quelque chose de plus, on démontre à l'autre qu'il est incapable de nous donner satisfaction. L'autre en souffre, car il cherche à ce qu'on le remercie pour se prouver qu'on l'aime. Mais celui ou celle qui demande sans cesse, incapable de se satisfaire, est également incapable de remercier.

La lutte pour le pouvoir

Cette relation-là est axée sur la question de savoir qui domine qui. Les deux, dans l'enfance, n'ont pas pu se vivre comme ils étaient, mais se sont forcés à satisfaire l'exigence de parents dominants. Ils ont grandi avec un immense désir de triompher sur l'autre. Parfois des conflits de fratrie aggravent cet esprit de compétition. Mais si leur partenaire cède et « perd la partie », ils perdront aussitôt tout intérêt pour lui. La dynamique dominant/dominé peut alterner à l'intérieur d'un même individu.

Celui qui aimerait parfois abandonner la lutte, lâcher prise et se soumettre n'en est pas dupe : « Je sais que si je te cède, comme j'ai toujours fini par céder à mes parents, tu m'abandonneras. Je vais donc m'obstiner à te contredire, même si cela doit provoquer ta fureur. J'irai peut-être jusqu'à te menacer de me suicider pour que tu me laisses libre de mes mouvements, mais malgré toutes tes insultes, je ne peux me séparer de toi. Je suis aux prises avec un jeu cruel auquel je me suis enchaîné. »

Celui qui occupe la position dominante se justifie ainsi : « Puisque dans un couple l'un des deux doit commander, j'assume ce rôle. Enfant, j'ai toujours dû baisser la tête, et on m'a forcé à abandonner mes impulsions les plus authentiques pour satisfaire le goût des autres. Je ne veux plus en passer par là. Je te traite comme on m'a traité, de peur que ce soit toi qui m'imposes ta volonté. »

Si l'un des deux joue en permanence le rôle du dominé, ce sera avec l'espérance de vaincre un jour, et celui qui joue en permanence le rôle du dominant est rongé par une insécurité inavouée. Lorsque, par peur de la séparation, chacun lâche du lest, il n'est pas rare de voir les rôles s'inverser.

Cet état d'incomplétude est celui de la majeure partie des couples dans les arbres généalogiques. Nous pourrions croire que, fondée sur des nécessité instinctives, la famille élémentaire (mère-père-enfant) obéit au conseil biblique : « L'homme quittera son père et sa mère, il s'unira à la femme et ils seront une seule chair » (Genèse 2, 24). Mais cela signifierait l'éclatement des deux arbres généalogiques. Et ce n'est pas ainsi que les choses se passent : l'homme et la femme, marqués par le groupe familial, le portent en eux. Ils sont héritiers de générations qui, pour le meilleur et pour le pire, entre bonheur et souffrance, s'emmêlent. Ils peuvent descendre de clans unis par l'amour et la Conscience, ou au contraire par l'intérêt, le devoir et la reproduction des modèles sociaux et familiaux, auquel cas ils ne vivent que dans leur être culturel, séparés de l'essentiel, et l'union avec l'autre ne peut être alors qu'une tentative manquée de sortir du piège.

Les conflits doivent en réalité être considérés comme les **obstacles nécessaires** que le couple rencontre pour grandir. L'union avec l'autre est une des situations privilégiées pour approfondir le travail sur soi. Plutôt que de demander à être reconnu, désiré, aimé et pris en charge par l'autre, on peut, par un effort personnel acharné, décider de se reconnaître soi-même, c'est-à-dire se libérer des jugements formulés à notre encontre par l'arbre généalogique ; de se désirer soi-même, c'est-à-dire accepter une fois pour

toutes que notre venue au monde est indispensable, quoi qu'en pensent nos parents et de révérer l'énergie qui nous maintient en vie ; de s'aimer soi-même, c'est-à-dire s'accepter sans réserve, et donc voir en pleine lucidité quelle part de nous-mêmes alimente le conflit ; et enfin de se prendre en charge, c'est-à-dire accepter notre responsabilité, être conscient et cesser de rendre l'autre responsable de notre bonheur ou de notre malheur.

Le conflit devient alors ce qui nous pousse à grandir en Conscience, par amour pour soi et pour l'autre. On en vient enfin à reconnaître l'autre quoi qu'il arrive, c'est-à-dire s'interdire de le juger mais aussi lui interdire de nous juger, et paraître l'un devant l'autre dans toute la nudité de l'être authentique ; à désirer véritablement l'autre, c'est-à-dire reconnaître dans la rencontre amoureuse l'énergie de vie à l'œuvre, et donner ensemble naissance à une Conscience incarnée, que ce soit sous la forme d'un enfant ou d'une œuvre commune ; à aimer l'autre véritablement, c'est-à-dire le remercier d'exister, dans une complète acceptation de ses grandeurs et de ses limites, mais sans pour autant entrer dans des calculs ou des chantages affectifs ; le couple peut alors sortir vainqueur de tous les conflits, et se prendre en charge, comme une entité adulte, saine et indépendante, destinée à se prolonger dans une Conscience nouvelle.

Chacun des conflits cités plus haut peut devenir initiatique et amener le couple à collaborer :

- La lutte pour exister devient pour chacun une conscience paisible de sa propre existence et le chemin de la réalisation.
- La guerre des sexes amène chacun à s'accepter dans son identité sexuée et à réaliser l'androgynie fondamentale de son Être essentiel.
- L'insatisfaction perpétuelle débouche sur une acceptation heureuse de la faim et de la satiété, aussi bien physiques que psychiques : on apprend à donner et à recevoir.
- La lutte pour le pouvoir mène à l'expérience extatique du lâcher-prise, et à la puissance accrue qui en découle : ce qui s'accomplit à travers moi est l'œuvre d'une volonté supérieure.

Clarifier la dynamique des couples de mon arbre

Le langage de l'arbre généalogique est fait non seulement de répétitions, mais d'images légendaires et de scènes fondatrices. À ce titre, il

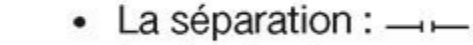
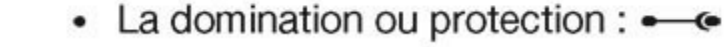
est très utile de pouvoir se représenter aussi concrètement que possible les circonstances des rencontres des sept couples dans l'arbre, car elles constituent une sorte de mythe fondateur de notre existence. Pour chaque couple nous allons donc nous demander :

- Dans quelles circonstances ces deux personnes se sont-elles rencontrées ?
- Quel âge avaient-elles ? De quel milieu social venaient-elles ?
- En quoi chacun a-t-il vu chez l'autre quelque chose qui lui manquait, la solution de ses problèmes ? Qu'est-ce qui les a unis : l'intérêt, le désir, l'amour, un projet idéologique commun ? Et à quel niveau de Conscience ? Se sont-ils unis par désir de rompre une solitude, de se reproduire, d'être économiquement à l'abri, ou s'agit-il d'un grand amour spirituel ?
- Y a-t-il eu coup de foudre, sentiment amoureux, ou plutôt une sorte de contrat familial et social, voire un arrangement à défaut de mieux ?
- Quelle œuvre ont-ils produite ensemble (une conscience : un enfant et/ ou une autre œuvre) ?
- Qu'est devenu le couple après la naissance du premier enfant ? Pour ce qui est du couple de nos parents, qu'est-il devenu après notre propre naissance ? Comment a-t-il évolué dans le temps ?
- Quels couples a-t-on connus dans l'arbre ? De quels types de relations a-t-on été témoin ?
- S'il est question ici des couples géniteurs (père et mère de famille), il faut aussi être conscient de toutes les unions qui ont lieu par la suite pour solidifier la relation familiale. Cela inclut les conjoints secondaires (beaux-pères et belles-mères…), mais aussi les situations où se crée un couple fonctionnel non sexuel entre mère et fille, mère et fils, frère et sœur, ou toute autre combinaison entre deux personnes de la même famille qui décident de vivre sous le même toit et de partager le quotidien.
- Quel discours nous a-t-on tenu sur les couples que nous n'avons pas connus (en général, les arrière-grands-parents) ? Quelle conception de la relation filtre à travers ces récits ?
- Y a-t-il dans l'arbre des couples exemplaires, des couples maudits ?
- En quoi cet héritage a-t-il influencé notre propre vision du couple ?

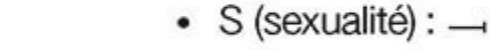
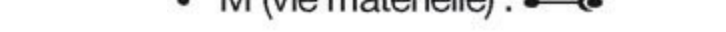
- Quels sont les rituels, les habitudes transmis de génération en génération qui définissent le couple (l'un sert à l'autre le petit déjeuner au lit ; il faut respecter le silence du père pendant qu'il mange, ne pas envahir la cuisine qui est le territoire de la mère, qui est le chef de famille, etc.) ?

Avec le couple commence le travail sur les relations généalogiques. La relation humaine est complexe, mais nous pouvons la schématiser pour clarifier plus tard des chaînes relationnelles qui affectent l'équilibre de l'arbre, un peu comme des chaînes de tension musculaire scellent la posture d'un individu.

Pour ce faire, nous proposons de réduire les relations à quatre dynamiques fondamentales symbolisées ainsi :

- L'union : 
- Le conflit : 
- La séparation : 
- La domination ou protection : 

Pour chaque couple, il convient de se demander quelle est la dominante relationnelle dans chaque centre. Pour certains couples, la tonalité est la même dans presque tous les centres : par exemple, séparation mentale, affective et sexuelle, mais union matérielle. Il arrive aussi que les quatre formes de relation se répartissent entre les quatre centres : par exemple, un couple peut être très uni d'un point de vue idéologique intellectuel, émotionnellement conflictuel, séparé sexuellement, alors que dans la vie matérielle l'un gagne tout l'argent du ménage et protège l'autre. Nous aurons alors le schéma suivant :

- I (intellect) : 
- E (émotions) : 
- S (sexualité) : 
- M (vie matérielle) : 

Exercices : les couples dans mon arbre

Même s'il vous manque des éléments, vous pouvez clarifier le statut des couples dans l'arbre en intégrant dans un schéma les éléments suivants pour chacun d'entre eux :

- Les circonstances et la date de la rencontre.
- La durée du couple. En cas de séparation, qui a décidé de rompre ? En cas de veuvage, qui est décédé le premier ?
- Un schéma simplifié de leur relation dans les quatre centres.

La relation à l'intérieur d'un couple peut changer considérablement au fil du temps. Pour chaque couple, nous vous proposons d'établir un portrait de la relation au moment où leurs enfants étaient encore dépendants (vers six-huit ans) et, si c'est nécessaire, de corriger ce portrait en fonction du devenir du couple. Par exemple, pour des parents qui se sont séparés quand leur fils avait douze ans, il faut déterminer si la relation était conflictuelle ou non, et si la séparation était déjà là bien avant qu'elle ne soit formalisée.

Ce schéma n'est pas aisé à établir : il représente une vision sans fard des couples dans l'arbre. Mais il est bon de se le proposer, car cela permet d'identifier quelles relations sont les plus claires pour soi, et quelles relations restent mystérieuses. Les relations bien connues sont souvent des modèles officiels (positifs ou négatifs) et les relations plus floues influencent l'Inconscient en profondeur. Par exemple, des grands-parents maternels qui s'entendaient « à merveille » vont donner à l'arbre un modèle idéalisé et insurpassable de couple « parfait », et pourtant les parents ont vécu une relation très conflictuelle. Il faut alors se demander, pour le couple uni, dans quel(s) centre(s) l'union était réelle, et dans quel(s) centre(s) la relation était plus problématique. Puis se tourner vers le couple des grands-parents paternels et comprendre quel était le schéma de relation à l'œuvre. Enfin, si possible, revisiter l'histoire des arrière-grands-parents pour mieux comprendre la formation enfantine des grands-parents.

Le rêve des alchimistes était d'arriver au couple parfait, c'est-à-dire à l'alignement harmonieux de l'intellect, du cœur, de la sexualité créative et de la vie matérielle qui permet l'union de deux Consciences dans un projet commun.

En effet, aucune union à deux ne peut se pérenniser sur le seul projet d'« être en couple » : les deux partenaires finiront par s'entre-dévorer. Un couple a pour vocation de se prolonger dans une Conscience commune, soit en donnant origine à une famille, c'est-à-dire en devenant parents, avec la mission conjointe d'accompagner la croissance des enfants ; soit, si le couple ne peut ou ne veut pas procréer, en se projetant dans une œuvre, qu'elle soit artistique, économique, politique, pratique, ou encore spirituelle. Cette œuvre devient l'ancrage de la famille. Bien entendu, le couple peut avoir des comportements névrotiques vis-à-vis de l'œuvre commune, exactement comme les couples de l'arbre généalogique ont pu en avoir vis-à-vis des enfants. On voit alors surgir la compétition, l'autodestruction, la tentation de rendre l'autre responsable de notre irréalisation, etc.

Le **couple alchimique** est celui qui réussit l'union, dans les quatre centres, au service de cette Conscience à naître. Nous venons de voir qu'en général, dans l'arbre généalogique, cette union n'a pas existé. Marqués comme nous le sommes par la répétition des modèles, nous avons des limites qui ne nous permettent pas d'imaginer spontanément la relation de couple idéale.

Exercice : Le couple alchimique

Notez pour vous-même, sur une feuille de papier libre, en quinze lignes minimum par centre, ce que serait pour vous entre deux partenaires :

- L'union intellectuelle idéale (idéologie, liberté de penser, curiosité, langage, communication, apprentissage mutuel, intuition, union mentale au-delà des paroles…).
- L'union affective idéale (marques et preuves d'affection, exclusivité ou non de l'amour, relations familiales et amicales,

aimer et être aimé, donner et recevoir, compassion envers le monde…).
- L'union sexuelle et créative idéale (contrat sexuel entre les deux personnes, liberté ou exclusivité créative, coopération, créer ensemble, sens du beau…).
- L'union matérielle idéale (goûts et habitudes alimentaires, partage du territoire, gestion de l'argent, soins du corps, dépendance et indépendance…).

Ce projet, qui peut prendre la forme d'un contrat ou des traditionnels vœux de mariage, doit vous sembler valable pour vous aussi bien que pour n'importe quel couple, y compris les couples de votre arbre généalogique. Vous rencontrerez sans doute des difficultés au moment d'imaginer l'union dans tel ou tel centre : selon toute probabilité, ces difficultés vous renvoient à ce qui s'est passé dans votre famille, c'est-à-dire soit aux normes que vous ne pouvez pas dépasser, soit aux traumatismes qui sont parvenus jusqu'à vous.

Pour chaque personne, la vision de ce couple idéal va varier en fonction de sa personnalité, de ses besoins, de ses idées, de ses désirs et de ses sentiments. Par exemple, certaines personnes ont besoin de plus d'exclusivité dans un centre que dans un autre : certains couples fonctionnent très bien dans deux maisons séparées, d'autres avec une totale indépendance d'opinions politiques, religieuses ou philosophiques, d'autres avec une tolérance à l'infidélité sexuelle, d'autres encore ont des objets d'amour multiples au sein même de la maison (enfants biologiques ou adoptifs, animaux, communauté…) et ne recherchent pas nécessairement l'exclusivité affective.

L'essentiel, pour que cet exercice vous soit utile, est de vous demander honnêtement quelles seraient pour vous les conditions d'une relation vécue en Conscience, et à quel point votre conception individuelle diffère des modèles de votre arbre généalogique.

L'échec des couples dans l'arbre généalogique nous marque individuellement et marque la société dans son ensemble. Dans de nombreux arbres, la relation de couple est synonyme de souffrance, de conflit, de séparation, plutôt que de réalisation. Au moment de former un couple avec un partenaire dans notre propre vie, nous sommes alors assaillis

par ces représentations négatives. Notre entourage ne fait pas exception : la formation d'un nouveau couple peut réveiller, dans la famille ou l'entourage amical, des réactions d'hostilité plus ou moins conscientes. Si notre histoire familiale n'a pas connu de couple authentiquement heureux et réalisé, il nous est difficile d'envisager que ce soit possible au-delà d'une conception enfantine ou romantique. Voilà pourquoi, si l'on aspire à former un couple adulte et conscient, il convient de se protéger raisonnablement des influences extérieures, des avis « bien intentionnés » et de clarifier les influences qui nous traversent. Et voilà pourquoi l'exercice consistant à concevoir la relation parfaite, celle qui nous semblerait, dans les quatre centres, la plus réalisée, est un travail utile à la fois pour soi-même et pour la société.

Les personnes, y compris les thérapeutes, qui n'ont pas fait l'expérience d'une union réalisée, ont tendance à douter du couple au point qu'ils cherchent inconsciemment à le détruire – qu'ils soient motivés par la jalousie ou simplement par l'ignorance : ce que je ne connais pas ne peut pas exister. Le couple doit donc construire face à ce type d'agressions un système de défense psychique, basé sur la solidarité et la complicité.

1- Nous nous focalisons ici sur le couple hétérosexuel, dans la mesure où l'arbre généalogique est le produit de couples homme-femme. Mais ce chapitre peut absolument s'appliquer à la relation dans le couple homosexuel, qui est aujourd'hui en passe de devenir, lui aussi, un couple parental.

2- Voir notamment Lennart Nilsson et Lars Hamberger, *Naître*, Hachette Pratique, 2003.

3- Le sens kinesthésique regroupe la sensation profonde qu'a le corps de lui-même et de ses mouvements, ainsi que le sens de l'équilibre.

Cinquième partie
Naître

Lorsque l’enfant paraît

Naissance : vers l'air et la lumière

Les problèmes des générations précédentes influent sur la gestation du bébé depuis l'instant où le spermatozoïde pénètre dans l'ovule. À cet instant-clé, ce n'est pas seulement la psyché de la mère qui est présente mais aussi celles du père, des grands-parents et des arrière-grands-parents, mêlées aux commotions sociales.

Dans mon cas, l'influence la plus marquante fut peut-être l'antisémitisme de l'empereur Alexandre III qui, dans la Russie des années 1881 à 1884, désigna le peuple juif comme bouc émissaire afin de calmer le mécontentement de ses sujets, l'accusant d'égorger des enfants pour fabriquer avec leur sang le pain de ses messes noires. Une vague de pogroms se déclencha. Pendant l'un d'eux, ma grand-mère maternelle Jashe, sépharade brune, fut violée par un cosaque. Enceinte, elle fuit la Russie et débarqua en Argentine où elle mit au monde une fille à la peau marmoréenne et aux grands yeux bleus : le corps de Sara, ma mère, proclamait à cor et à cri le viol infamant. Jashe, pour justifier la beauté anormale de sa fille, inventa un danseur de ballet qui avait abandonné pour elle une prometteuse carrière artistique et s'était enfui avec elle en Amérique du Sud ; malheureusement il était mort, selon elle, en grimpant sur un tonneau d'alcool pour allumer une lampe – le couvercle du tonneau avait cédé sous son poids. Jashe se maria avec un brave homme, Moises ; elle eut avec lui deux filles brunes et laides mais bien-aimées et dédaigna ma mère. Ils s'installèrent à Iquique, au Chili, un port qui nageait dans l'abondance car c'était de là que partaient les précieuses cargaisons de salpêtre. Moises et Jashe s'enrichirent dans le commerce de l'or. Une fois devenue femme, Sara fit un faux pas amoureux avec un goy (répétition du contact du phallus cosaque avec le vagin juif de sa mère). Pour éviter le scandale, on la maria à Jaime, un jeune homme pauvre, qui, en échange de

leur établissement dans un commerce de prêt-à-porter, accepta son hymen déchiré (comme Moises l'avait fait avec Jashe). Malheureusement le lendemain de la nuit de noces, Teresa, la mère de mon père, entra dans la chambre nuptiale pour examiner les draps. Ne trouvant nulle trace de sang, elle se pencha par la fenêtre pour traiter à grands cris Sara de putain. Jaime, pour éviter la honte publique, menaça de proclamer qu'il avait été dupé. Une nouvelle somme d'argent le fit taire. Ensemble, Sara et Jaime, liés par le qu'en-dira-t-on, partirent s'installer à Tocopilla, loin des cancans de la communauté juive. Opprimés par ce bourg étroit, ils vécurent en se haïssant. Ma mère, humiliée, refusait les tentatives que faisait mon père de la posséder. Chaque coït se transformait en viol. Jashe avait été violée, Sara fut violée. Comme elle, je fus engendré par un sperme agressif et un ovule victime.

Dans ma mémoire cellulaire, la terreur de la brutalité masculine est restée gravée. Ma grand-mère l'avait sentie, puis ma mère, et moi ensuite ; pourtant ce sentiment n'était pas le mien, mais le leur. Je suis né en ayant peur de mon père. Lorsqu'il s'approchait du berceau, je poussais des hurlements de terreur. Je n'ai jamais cessé de le craindre, mais pas non plus de l'imiter. Dans mon film *El Topo*, j'ai tourné une scène où mon personnage, un bandit brutal, viole une femme. Plus tard, le bandit se rase la barbe et la chevelure, brise son revolver et se transforme en saint. Inconsciemment, j'ai voulu ainsi démontrer à ma mère que tous les hommes n'étaient pas des canailles, et ainsi je me suis donné le droit de sortir de l'enfance et de devenir un adulte.

Un spermatozoïde agressif et un ovule victime ne peuvent donner à l'individu qui naît la même énergie vitale qu'un ovule généreusement ouvert et un spermatozoïde plein d'amour. Tout est inscrit dans les cellules, la souffrance comme l'extase. Le passé répétitif et le futur créateur lutteront pendant toute notre existence, reproduisant constamment le moment où la vie s'est nichée dans la première cellule.

Notre travail consiste à devenir conscients et à nous libérer des émotions, des idées, des désirs, des sensations qui ne nous appartiennent pas : « Famille, je te rends tes angoisses, les peurs, les échecs, la violence, l'intolérance, les insatisfactions, les œillères mentales qui te permettent de ne pas voir la souffrance, et la croyance que c'est en cela que réside le bonheur. »

Le projet de la Conscience – créer un être parfait, harmonieux, destiné à vivre très vieux, plein d'allégresse vitale – peut être interrompu de manières innombrables pendant la formation de l'embryon.

Sara, pour vaincre son angoisse d'être la fille d'un cosaque violeur, se dupa elle-même et réussit à se convaincre que le danseur mythique l'avait engendrée. Enceinte de moi, ce n'était pas moi qu'elle attendait mais son père imaginaire : je naquis blanc comme le lait, avec une abondante chevelure blonde qu'elle refusa de me couper jusqu'à mes quatre ans révolus. Un jour mon père, furieux de me voir ressembler à une petite fille, car cela lui rappelait son frère cadet homosexuel, m'emmena en secret chez le coiffeur. Lorsque je revins à la maison, le crâne pelé, Sara poussa un hurlement et s'enferma dans la cuisine pour pleurer. Voyant que mes cheveux repoussaient plus foncés, elle cessa de s'intéresser à moi. Plus jamais elle ne m'embrassa ni ne me caressa… Lorsque j'atteignis l'âge de dix-huit ans, ma mère se blessa le doigt avec un couteau à pain et me raconta, sans y accorder trop d'importance, que le cinquième jour de sa grossesse, elle avait perdu un peu de sang. Ni elle ni moi ne nous rendîmes compte, comme je le saurais plus tard, que cette petite hémorragie signalait l'expulsion d'un autre œuf, celui de mon frère jumeau. Cela devait jeter une nouvelle lumière sur ce conte que j'aimais tant, enfant : « Le demi-poulet ».

> *Il était une fois un demi-poulet. Il avait une aile, une patte, un œil, une demi-queue, un demi-bec, un demi-corps, une demi-tête. Il avait toujours faim, car il ne retenait rien de ce qu'il mangeait. Son demi-estomac laissait tout échapper. Partout où il passait, il semait la désolation. Le demi-poulet dévorait les plantations de blé, de maïs, de riz, ainsi que les salades, les légumes, absolument tout. En outre, même s'il avalait un lac, un fleuve, la mer avec ses poissons, sa soif ne tarissait jamais… Après avoir parcouru désespérément le monde entier, en rentrant dans son village, il rencontra un autre demi-poulet, tout aussi affamé et assoiffé que lui. Ils s'aimèrent instantanément comme de bons frères, se réunirent et, chaque jour, satisfaits, partagèrent une goutte d'eau et un grain de riz.*

Je prenais plaisir à m'appeler « demi-poulet ». Nanti de ce surnom, je me sentais incomplet et me cherchais un frère. La boutique de mon père jouxtait la caserne des pompiers. Le modeste gardien de cet immeuble avait un fils de mon âge, Orlando. J'établis avec lui une amitié profonde qui me permit, pour la première fois de ma vie, de me sentir entier. Grâce à lui j'explorai la mine abandonnée du Cerro Don Pancho, je grimpai aux cordes de vingt mètres d'où pendaient les lances à incendie, j'entrai par un trou du mur de derrière au cinéma Municipal pour voir des films d'horreur, et enfin, je me masturbai dans un cercle d'enfants dont Orlando était l'idole. Cette

symbiose dura cinq ans. À dix ans, lorsque mes parents m'arrachèrent brusquement de Tocopilla pour m'emmener à la capitale, à Santiago, je sentis ce que mon œuf générateur avait dû ressentir en perdant son jumeau : une vague de froid qui me sembla geler jusqu'à la moelle de mes os… À dix-neuf ans, je cessai de me sentir incomplet lorsque je rencontrai Enrique Lihn, qui lui aussi avait mon âge. J'ai narré mes aventures avec cet ami, génial poète et maître, dans mon livre *La Danse de la réalité.* Nous fûmes des frères inséparables pendant cinq ans. Puis je me sentis de nouveau mutilé et je coupai mes liens avec le Chili. Je pense aujourd'hui que ce qui a provoqué mon départ, outre mon besoin d'explorer le monde, fut la chute vertigineuse d'Enrique dans l'alcoolisme. Les personnes qui boivent s'enferment dans une île émotionnelle sans pont.

À Paris je rencontrai de nouveau mon jumeau : le sculpteur canadien Jean Benoît. Authentique surréaliste, il avait présenté avant tout le monde un happening, en hommage au marquis de Sade, où, sous le regard fasciné et horrifié d'André Breton, il avait gravé au fer rouge sur sa poitrine un grand « SADE ». Pendant cinq ans nous nous sommes amusés comme des frères, créant des scandales libérateurs dans les fêtes bourgeoises (Benoît, à l'indignation générale des convives, alla jusqu'à sodomiser un poulet rôti). Mais soudain, mû par un projet irrationnel, j'émigrai à Mexico, en sentant de nouveau ce froid bien connu dans mes os. Dans la grande capitale mexicaine, comme un miracle, je trouvai un authentique maître zen, Ejo Takata, qui lui aussi avait mon âge. Je ne pus jamais, à l'instar de tous ses disciples, projeter mon père sur lui : il fut une fois encore le mystérieux jumeau (j'ai relaté mes aventures avec lui dans *Mu, le maître et les magiciennes*). Avec l'aide de ce saint japonais, j'appris à dépasser mes limites mentales et à faire, comme il le disait, « des pas dans le vide ».

Avec ma brusquerie habituelle, j'émigrai à New York. Ce fut seulement alors, en étudiant la mémoire cellulaire, que je me rendis compte qu'à l'évidence ma mère avait expulsé mon œuf jumeau. Absence si douloureuse qu'elle m'obligeait à couper les liens avec mes amis : ce n'étaient pas eux qui disparaissaient mais moi, l'émigrant perpétuel. La peur de ne pas pouvoir supporter la douleur de la perte ou de la mort de mes amis me poussait à m'effacer moi-même… Ma mère, qui ne pouvait éliminer de son esprit le cosaque violeur, imaginait que sa mère avait été inséminée par deux hommes à la fois : le bandit et le sublime danseur. Les petites filles portent en général le désir d'engendrer un enfant avec leur père ; elle en

avait deux, et devint donc enceinte de jumeaux. Son organisme choisit entre les deux options : soit elle engendrait la réincarnation du cosaque violeur, soit celle du danseur mythique. Elle choisit la deuxième et élimina la première. Je grandis en me sentant incomplet, idéalisant mes activités artistiques mais me méfiant de moi-même et de mes tendances obscures à la violence.

Avant la naissance d'Adan, mon quatrième fils, j'étais un artiste égocentrique et donc un « barbare psychologique », et je ne m'étais pas vraiment intéressé à la naissance de ses frères aînés. Le premier fut Brontis… À six heures du matin, je reçus un appel téléphonique de la clinique m'annonçant que Bernadette, sa mère, était en train d'accoucher. Je m'y rendis en voiture, le plus vite possible. À mon arrivée, on me conduisit vers une espèce de sas vitré de l'autre côté duquel une infirmière, un masque sur la bouche, souleva mon fils pour le présenter devant la vitre. Ce fut tout. La mère était endormie. Lorsque je la vis plus tard, elle avait perdu tout souvenir de l'accouchement à cause de l'anesthésie.

Quel effet cette monstruosité produisit-elle sur Brontis et sur moi ? Quarante années durant, je dus faire des efforts pour arriver à une véritable intimité avec mon fils. Il se forma un caractère tendant à la solitude émotionnelle. Acteur génial, saint et humble, il accepte, tel le moine d'une religion puissante, les rôles qu'on lui offre, sans prétendre être systématiquement l'acteur principal de la pièce.

Je ne peux pas parler de la naissance de Cristobal, mon deuxième fils, car elle eut lieu à Mexico pendant que j'étais à Paris en train de présenter un grand éphémère panique. Ne pas pouvoir parler de la naissance de mon fils signifie que je fus un père absent, ce qui représente une catastrophe psychologique. Il a dû suppléer à ce vide en me recréant en lui-même, de loin, d'une manière plus sublime que ce que je suis.

Quant à la naissance de Teo, elle fut bien différente de celle de Brontis. Devenu un peu plus conscient, j'avais demandé d'assister à l'événement. À cette époque, j'étais devenu un artiste célèbre à cause de mes mises en scène controversées au théâtre et du scandale qui avait accompagné la première de mon film *Fando et Lis*. L'obstétricien, qui par chance admirait mon travail, ou qui souhaitait se faire de la publicité, consentit à ce que je sois présent à condition que l'accouchement soit filmé et figure dans ses archives. Il en fut donc ainsi. On me fit me laver avec du savon antiseptique, on me revêtit d'une tunique, de chaussures, d'un bonnet et

d'un masque de chirurgien. On me relégua dans un coin pour que je ne gêne pas, par ma présence, le médecin, les infirmières et le caméraman. Je fus désagréablement impressionné par le fait que l'abondant pubis de Valérie avait été rasé. Pendant qu'on l'incitait à pousser, une infirmière tentait de lui introduire une aiguille dans une veine de la main gauche. La veine en question était si fine que l'infirmière, nerveuse, commença à lui piquer douloureusement la main. Je vis aussi le médecin entailler, d'un coup de bistouri, la base du sexe pour l'unir à l'anus. Ce geste transformait d'un coup le don sacré de mettre un enfant au monde en un acte de défécation où mon bébé pouvait être comparé à un excrément. La mère souffrait plus de cette intervention médicale que des contractions naturelles. On la traitait comme si elle était gravement malade.

Bien entendu, Teo naquit en protestant. On lui enfonça un tube dans les narines et dans la bouche pour absorber le liquide amniotique qu'il avait avalé. La clinique puait le désinfectant. La lumière des néons lui blessait les yeux. L'obstétricien le prit par la cheville et, lui mettant la tête en bas, lui asséna quelques claques sur les fesses. L'enfant se mit à pleurer avec rage. Une rage qui devait durer vingt-quatre ans, jusqu'à ce qu'un accident, peut-être inconsciemment provoqué, lui fasse quitter cette vie qui le mettait si fort en colère.

Après la naissance de Teo, sa mère et moi nous jurâmes que si un jour elle attendait de nouveau un enfant, nous offririons à celui-ci un accouchement conscient.

Les années passèrent. J'avais cinquante ans et Valérie trente-trois. Nous étions installés en France et le temps avait usé notre union. Pour reconstituer les liens affectifs, nous décidâmes d'engendrer un nouvel enfant. Après un examen très douloureux, le gynécologue révéla à Valérie que ses trompes étaient bouchées. Nous décidâmes de faire confiance au pouvoir du Tarot de Marseille. Sur les murs de notre chambre, nous affichâmes une reproduction, de quatre-vingt-dix centimètres sur quarante-cinq, de l'As de Bâton (symbole sexuel actif) et de l'As de Coupe (symbole émotionnel réceptif). Nous choisîmes une date précise, guidés par le calendrier aztèque. Cette date nous indiqua dans quelle position nous devions réaliser le coït sacré. Nous avions allumé de l'encens, trois bougies (une noire, une blanche et une rouge : les trois couleur du travail alchimique) et, après nous être caressés une heure, nous commençâmes le

rite. À minuit, nous étions concentrés corps et âme sur cet acte d'amour lorsque nous entendîmes un petit bruit derrière la fenêtre qui donnait sur le balcon. En jetant un coup d'œil à la dérobée, nous vîmes les silhouettes de Brontis, Cristobal et Teo qui nous épiaient. Que faire ? Nous nous dîmes : « Ils nous ont vus. Nous sommes en train de réaliser un acte sacré, et par conséquent beau. Il n'y a pas de quoi avoir honte ni nous sentir coupables. Faisons comme si nous ne nous étions pas aperçus de leur présence. Continuons. » Et voilà comment, avec nos trois enfants pour témoins, et miraculeusement, pourrait-on dire, nous engendrâmes Adan.

Pendant les neuf mois de sa gestation, je pris soin d'être toujours présent, de parler au fœtus en caressant le ventre de mon épouse, et de vivre avec elle le processus de la naissance du point de vue du bébé, en faisant de lui le protagoniste de l'accouchement. Nous avions lu avec un grand intérêt ce passage d'un livre du docteur Frédérick Leboyer, *Pour une naissance sans violence*[1] : « Depuis l'instant où le spermatozoïde entre dans l'ovule, où se produit la mitose, tout est vivant, bouge et se transforme. La naissance est un changement de niveau. Voilà pourquoi il faut cesser de la voir comme un problème médical, biologique, physiologique. Il ne faut pas la regarder avec nos yeux de médecins, ni d'êtres humains. C'est un autre langage, une autre dimension, comme la mort. »

Leboyer fut le premier médecin et chef de service à s'interroger sur le traumatisme de la naissance et l'insensibilité avec laquelle on pratiquait l'accouchement dans tous les hôpitaux du monde. À la clinique de Neuilly, nous trouvâmes le docteur Paul Bertrand, fervent admirateur et praticien des théories de Leboyer. Nous nous entendîmes sur les conditions de la naissance : l'accouchement ne serait pas provoqué avant terme, aucune infirmière ne romprait la poche de liquide amniotique, l'enfant lui-même déciderait du moment de sa venue au monde, la pièce serait éclairée par des lumières douces et indirectes ; on n'utiliserait pas d'anesthésie, on ne frapperait pas l'enfant pour le faire pleurer mais on lui ferait au contraire un massage doux et aimant ; en sortant il serait déposé sur la poitrine de sa mère, puis on le mettrait dans une baignoire d'eau tiède, à la température de son corps, et enfin, une fois qu'il aurait recouvré son propre rythme cardiaque, on couperait le cordon ombilical.

Même si toutes ces propositions me semblaient justes, je discutai avec le docteur Bertrand certaines déclarations de son maître (à l'époque, ce que je pensais n'était pas fondé sur des certitudes scientifiques mais sur des

croyances). Leboyer déclarait en effet : « L'essentiel de l'angoisse vécue pendant la grossesse est celle de l'homme, que la femme absorbe inconsciemment. Cette angoisse est bien plus grande chez l'homme que chez la femme car la vie passe par la femme et non par l'homme. Ce fait est pour lui inadmissible, inacceptable, un mystère absolu. Soudain un intrus apparaît dans le couple. Il se sent trahi ou délaissé. L'homme, parce qu'il n'a pas d'autre option, devrait avoir la sagesse de laisser sa femme s'en aller avec cet amant parfait, absolu, qui se trouve dans son ventre. Les hommes tentent de revivre ce qui arrive naturellement à la femme. Ils ne peuvent y parvenir qu'en revenant à leur propre naissance, puisqu'ils sont incapables de mettre un être au monde. Tous les chemins initiatiques sont un retour au sein maternel, pour revivre cet état de fusion totale. »

J'objectai au docteur Bertrand : « Leboyer dévalorise le père, il ne lui reconnaît que la qualité d'inséminateur, puis de témoin impuissant et souvent jaloux. Malgré ses bonnes intentions, comme tous les autres médecins, il usurpe la place du père en se donnant un rôle comparable à celui du grand-prêtre… mais nul ne peut nier que l'arbre est en puissance dans la graine. Alors pourquoi nier que l'enfant est déjà complètement incarné depuis l'instant où le spermatozoïde s'unit à l'ovule ? Ceux qui séparent l'âme du corps peuvent soutenir que, durant ses premières semaines de vie, le fœtus n'est que matière et qu'ensuite l'être descend depuis une dimension immatérielle jusqu'à cette masse de chair palpitante. Le spermatozoïde, en explosant dans l'ovule, ne disparaît pas, mais il donne naissance à des cellules masculines qui s'unissent aux cellules féminines engendrées par l'ovule. La croissance du fœtus est le produit d'un coït continuel de cellules féminines et masculines ! »

Psychiquement, le père est « enceint » du bébé en même temps que la mère. Cette nourriture spirituelle est aussi nécessaire que celle fournie par la mère. Si pendant la gestation le père s'absente, renie sa femme ou se renie lui-même, le nouvel être se développe dans l'angoisse. Dans ce cas, le docteur Leboyer a raison de déclarer : « Naître, c'est comme traverser une tempête. Pour l'enfant le fait de naître est à ce point intolérable qu'il refuse de voir le jour de toutes les manières possibles. Il s'y refuse avec son corps, serrant les poings, fermant les yeux. Il n'est pas là. Symboliquement, il continue d'être un fœtus. Comment vaincre sa peur du monde ? »

Cette question trouve sa réponse dès lors que l'on valorise l'apport du père à la gestation. Si celui-ci participe de tout son esprit, pendant les neufs

mois de la grossesse et l'accouchement, l'enfant, pour naître, ne traverse aucune tempête et ne ressent aucune peur. Bien au contraire : il vient au monde dans un plaisir comparable à celui de l'orgasme, désirant de toute son énergie naître à un monde qu'il pressent comme un éden. Dès qu'il émerge du vagin, il cesse d'être un fœtus et ne souhaite plus jamais retourner au ventre qui l'a accouché, de même que le papillon ne souhaite pas rentrer s'enfoncer dans la chrysalide où il s'est développé. Mais si le père est absent pendant la gestation et l'accouchement, la mère, avec la complicité du médecin, devient envahissante et s'érige en propriétaire souveraine de son enfant. Marqué par cette possession, celui-ci restera enfant toute sa vie et désirera en effet rentrer dans le sein maternel, non pas parce qu'il le considère comme un lieu de bonheur, mais pour y trouver enfin ce qu'on lui doit : l'apport paternel qui lui permettra de ne plus être un fœtus perpétuel.

Ces croyances qui étaient les miennes, bien qu'elles ne soient pas étayées par des études scientifiques, eurent le mérite de convaincre le docteur Bertrand qui me permit d'assister à l'accouchement de mon épouse en compagnie de mes trois autres fils. Brontis avait alors quinze ans, Cristobal douze et Teo huit.

Personne ne nous déguisa en chirurgiens ; au lieu d'antiseptique, nous prîmes une simple douche, puis nous pûmes nous installer près de Valérie, habillés dans nos vêtements de tous les jours, les garçons à côté d'elle et moi face à ses jambes ouvertes (la clinique nous avait tout de même imposé qu'elle accouche sur l'humiliante table de métal). Le médecin et la sage-femme restèrent discrètement derrière nous, prêts à intervenir en cas de complication.

Valérie, entourée de sa famille et sans aucune angoisse, avec une douleur où se mêlait un plaisir sexuel, poussa quatre fois, intensément. Je vis surgir la tête de mon fils qui regardait vers le sol. Tout de suite, il commença à tourner harmonieusement. Il sortit son bras droit, puis le gauche, et ainsi les bras en croix, le visage tourné vers le haut, il semblait attendre que je le prenne entre mes mains pour achever de l'extraire. C'est ce que je fis.

Nous avions décidé d'accepter l'enfant que l'univers nous donnerait. Tous les vêtements que nous avions préparés étaient d'un violet pâle, ni rose ni bleu ciel, pour qu'ils puissent servir quel que soit le sexe de l'enfant. En voyant ses testicules, qui à tous nous parurent énormes, je m'exclamai

sans y avoir pensé avant : « Adan ! » Plus tard, je me rendis compte qu'Adam (Adan, en espagnol) était le premier homme à être né avec une telle félicité dans l'arbre généalogique de Valérie comme dans le mien.

Je plaçai ce petit Adan souriant sur la poitrine de sa mère qui souriait aussi. Brontis, Cristobal, Teo et moi avions le même sourire. Après l'avoir baigné dans une petite bassine d'eau tiède, où il fit mine de nager, vint le moment de couper son cordon ombilical. On me tendit une paire de ciseaux. Je commençai à sectionner ce tube fort solide, mais je m'interrompis, sentant que ce n'était pas à moi mais à la mère d'accomplir cet acte si important. Dans le règne animal, les femelles rongent le cordon ombilical avec leurs dents. La mère d'Adan, assumant cette coupure, reconnaissait que l'enfant n'était plus un de ses organes ou viscères, mais un individu complet qui, grâce à ses soins, aux miens et à ceux de ses frères, atteindrait son indépendance, deviendrait un adulte responsable de son propre destin, non pas enfermé dans un cocon familial mais ouvert sur le monde.

Aujourd'hui encore Adan se souvient de sa naissance avec une émotion agréable. Voici ce qu'il m'en dit : « Naître n'est pas la perte douloureuse d'un paradis intra-utérin. C'est le plaisir même qu'une fleur éprouve à s'ouvrir. »

1- Points Seuil, 2000.

De la naissance à la nativité

Gestation, accouchement, naître et renaître

Dès le début de la grossesse, la vie arrive comme une explosion de joie. Si rien ne s'oppose à son développement, l'œuf fécondé se transforme en embryon, puis en fœtus qui grandit neuf mois durant jusqu'à naître en pleine allégresse, dans un acte de coopération complète avec la mère. Tel est le déroulement idéal de notre venue au monde.

L'essence de notre organisme n'est pas la matière qui le compose, ni l'énergie qui le produit, mais ce que nous pourrions appeler **la volonté de la Conscience** qui précède à la fois matière et énergie. Cette volonté existe avant la gestation du fœtus, et sans elle notre naissance ne serait pas possible. Si le père et la mère n'ont pas atteint un niveau de Conscience élevé, ils engendrent motivés par un instinct de propagation de l'espèce et mus pas un désir inconscient d'être imités : avant l'enfant de chair et d'os, il existe un enfant imaginaire, sans individualité véritable, dont on attend qu'il réalise des projets satisfaisant les nécessités familiales. L'enfant n'est pas tenu de se réaliser lui-même, mais de réaliser ses parents. Mais si le niveau de Conscience des parents est élevé, ils respecteront l'individualité de l'être qui vient au monde, sans l'encombrer de projets préalables, d'un destin tout tracé, de leurs projections et de leurs répétitions, et ce non seulement en paroles mais en actes, même s'il leur en coûte.

Dans la réalité, la gestation et la naissance sont souvent affectées par une série d'accidents ou de traumatismes plus ou moins graves, et dont les conséquences sont plus ou moins lourdes dans notre vie future. Une des étapes essentielles pour comprendre l'arbre généalogique consiste à réviser d'une part les circonstances de notre propre conception, gestation et

naissance, puis à s'intéresser à la manière dont les membres de notre arbre généalogique ont été eux aussi conçus, attendus et mis au monde.

L'impact des traumatismes prénatals est essentiel et durable dans la lignée. Comme pour les autres thèmes que nous traitons dans ce livre, il s'agit d'abord de voir comment le poids du passé a déformé ce processus, puis de réparer notre naissance par une prise de conscience et par des moyens symboliques susceptibles d'intégrer des informations manquantes : le souvenir d'une naissance traumatique peut être complété par de nouveaux éléments qui nous permettront de « renaître » métaphoriquement, libérés de ces empreintes mortifères.

De la fécondation à la naissance, le poids de la lignée

En huit semaines l'œuf fécondé se transforme en embryon, puis en fœtus. Durant cette courte période, la cellule initiale, à vitesse constante, se divise et se démultiplie huit mille millions de fois. Peu à peu se développent les récepteurs sensoriels et affectifs grâce auxquels le fœtus va interagir avec sa mère et son environnement liquide. Ces stimulations vont à leur tour modeler les systèmes nerveux et endocrinien : aires sensorielles et motrices, thalamus, hypophyse… et tous les lieux, encore mystérieux, où se nichent l'Inconscient et le Supraconscient.

L'énergie qui induit la croissance du système nerveux pendant les huit premières semaines de la gestation est si puissante que si elle continuait sur sa lancée, en l'espace des neuf mois de gestation le cerveau atteindrait la taille de la planète Terre ! C'est la même force qui fait naître les soleils, les galaxies, les univers.

Or si les parents sont prisonniers du passé, des injonctions de l'arbre généalogique et d'un niveau de Conscience limité, ils opposeront à cette allégresse vitale leurs freins spirituels et corporels, une souffrance que l'embryon absorbera, sous une forme ou sous une autre. Ces freins peuvent être très concrets : coups et blessures, alimentation toxique, drogues, alcool… Mais on peut postuler que les pensées, les sentiments et les désirs, métabolisés comme crispations musculaires et comme informations chimiques par le corps de la mère, peuvent aussi bien influencer la croissance de l'embryon.

Tous les scientifiques affirment que les comportements de la mère ont une influence déterminante sur l'enfant à naître. Il y a trente ans, personne n'aurait songé à interdire à une femme enceinte de fumer, alors que l'on sait aujourd'hui que cela peut avoir une influence très néfaste sur le développement du bébé. On démontrera peut-être un jour comment certaines pensées, sentiments ou désirs peuvent également accompagner le développement harmonieux de l'enfant ou au contraire y faire obstacle.

La force de vie qui préside au développement de l'enfant à naître est déjà celle d'une personne à part entière. De même qu'une graine contient en puissance la plante future dans toute sa perfection, de même, dès que le spermatozoïde et l'ovule s'unissent, une personne commence à prendre forme, potentiellement complète, avec sa part de Conscience cosmique. C'est un univers entier qui prend vie.

Pourtant une grossesse sur six (ou sur quatre, selon les statistiques) n'arrive pas à terme. La plupart des fausses couches ont lieu au cours des huit premières semaines, et les médecins s'accordent à penser que c'est pour le mieux, car l'être qui disparaît ainsi n'était pas viable, porteur par exemple d'une anomalie chromosomique. La nature, semble-t-il, procède par « accidents ». Devons-nous en déduire que ces œufs fécondés n'étaient d'emblée pas destinés à vivre ?

On peut dans tous les cas postuler que le ventre de la mère, quand l'enfant s'y développe, n'est pas seulement un lieu individuel, mais un nid familial et social. Car avec l'ADN du géniteur, c'est tout l'arbre généalogique paternel, outre celui de la mère, qui prend place dans l'utérus où l'œuf se développe. Quel que soit le désir de la mère et/ou du père de concevoir un enfant, il est possible qu'il subsiste dans leur mémoire cellulaire un conflit du passé qui empêche ou déforme la conception. Dans ce cas, la lutte entre la Conscience en développement de deux adultes qui souhaitent devenir parents et les injonctions contradictoires du passé (divers conflits liés à la conception d'un enfant peuvent exister dans l'arbre généalogique des deux parents) peut produire un accident dès le moment de la fécondation, qui condamnera l'œuf à n'être pas viable à long terme. Mais si douloureuse que soit l'interruption d'une grossesse désirée, cette petite vie à court terme est elle aussi potentiellement porteuse de Conscience : l'organisme de la mère (ré)apprend à créer une nidation. Sur le plan spirituel, les parents doivent comprendre à cette occasion que la venue de

l'enfant est indépendante de leurs plans, de leur volonté personnelle, et qu'ils sont seulement le truchement par lequel la Conscience s'incarne.

Ce lâcher-prise est indispensable pour toutes les grossesses, viables ou non : on ne crée pas l'enfant, mais on lui permet de **se créer à travers nous**. Les parents doivent accepter de devenir dans ces circonstances un canal de la Conscience cosmique, tout en restant dans une large mesure le réceptacle des traditions et des injonctions de la lignée.

La dynamique entre ces deux forces, passé et futur, est à l'œuvre dans les quatre centres. Corporellement, elle peut produire des déformations du fœtus, des fausses couches, et toutes sortes de problèmes intervenant lors de la gestation et de la naissance : ouverture du col, phlébites, mauvaise disposition du placenta, naissance prématurée ou tardive, cordon ombilical enroulé autour du cou de l'enfant, etc. Dans les autres centres, elle provoquera divers types de conflits internes ou de conflits dans le couple, qu'ils soient affectifs, idéologiques ou sexuels. L'un des plus fréquents est une intense angoisse à laquelle de nombreux parents sont sujets.

En effet, lorsqu'on s'apprête à donner vie à un enfant, on l'inscrit dans la condition humaine, c'est-à-dire qu'on lui donne aussi le destin de mourir. Or, si l'humain est individuellement mortel, l'espèce humaine, elle, est pérenne. Quiconque se pense comme individu vivra la perspective de sa propre mort avec angoisse, mais si l'on s'inscrit dans l'humanité, on peut considérer sa propre mort comme un sacrifice joyeusement consenti à l'humanité future. Cette position transpersonnelle n'est pas seulement une vue de l'esprit, c'est une conviction essentielle qui, une fois atteinte, permet d'envisager sa propre disparition avec beaucoup plus de sérénité.

Ainsi, aux parents qui n'ont pas atteint cette Conscience transpersonnelle, l'arrivée d'un enfant rappelle avec force leur propre mortalité. La naissance est étroitement mêlée à la mort et éveille les peurs. Certains pères qui n'ont pas la préparation spirituelle nécessaire pour comprendre que la vie va unie à la mort éprouvent une culpabilité, pour eux inexplicable, d'avoir mis leur femme enceinte. Ils peuvent exprimer cette angoisse par exemple en craignant que l'accouchement soit mortel pour la mère et l'enfant. L'angoisse du père et celle de mère s'unissent et se démultiplient l'une l'autre.

La seule manière de sortir de cette anxiété est de comprendre que l'enfant à naître s'inscrit dans une puissance de vie qui dépasse sa propre génération et va vers une succession de générations. Dans cette logique, la

mort aussi est un apport : elle permet la continuation d'autres vies. La seule façon d'arriver à cette attitude est de développer un sentiment d'amour pour l'humanité, c'est-à-dire de passer de l'arbre généalogique à la **forêt généalogique**.

Toute la gestation sera le champ de bataille (ou le terrain de jeux, dans le meilleur des cas) entre les forces du passé, qui veulent faire de l'enfant une continuation de sa lignée, et celles du futur, qui l'appellent comme un être promis à sa propre réalisation.

Dès la conception, la mémoire de l'arbre pousse mère et père à projeter sur l'enfant attendu leurs peurs et leurs espoirs : ils préfèrent avoir un fils ou une fille ; elle souhaite donner à son mari jaloux et soupçonneux un enfant qui lui ressemble, pour le convaincre qu'il est bien de lui ; il désire voir naître une petite fille aux yeux bleus comme sa propre mère, morte alors qu'il était encore enfant ; ils rêvent de mettre au monde des êtres qui obtiendront tout ce qu'ils n'ont pas pu avoir, réaliseront ce qu'ils n'ont pas pu réussir… Les parents pris au piège de l'arbre généalogique se perdent dans des fantasmes au lieu de se proposer de mettre au monde un être le plus libre possible. Plus les parents seront conscients, plus ils auront pour but d'aider leur enfant à développer son Être essentiel, en acceptant qu'il devienne adulte, et en sachant que ce n'est pas à eux qu'il appartient, mais au monde. Bien souvent, malgré les meilleures intentions initiales des parents, le piège de l'arbre triomphe, et les adultes finissent par utiliser leur enfant comme un instrument de compensation pour fournir une solution à leurs problèmes irrésolus.

Qu'entendons-nous par **piège de l'arbre** ? L'irréalisation profonde des parents, qui, au lieu de mener à bien le projet de Conscience qu'ils portent, se laissent tirer en arrière par l'habitude, la médiocrité, le défaitisme et la souffrance. Si, au moment de s'unir, leur vision de l'avenir consiste en tout et pour tout à « fonder une famille », c'est-à-dire à répéter une façon de vivre reçue des générations antérieures, la famille en question est déformée avant même le moment de l'insémination, entièrement marquée par la répétition du passé. On fait alors un enfant pour perpétuer sa lignée, pour sauver le couple de la séparation, pour donner un rôle à une femme qui ne sait pas quoi faire de sa vie, pour que le patrimoine familial revienne à un héritier, pour perpétuer le commerce familial, pour remplir le vide laissé par un enfant mort, pour servir de réceptacle à l'âme d'un ancêtre défunt… La

conception du bébé a lieu dans une atmosphère pathologique ; dès l'instant de la fécondation, le nouvel être entre dans le piège de l'arbre généalogique. Bien des névroses commencent au moment même où l'ovule est fécondé par le spermatozoïde.

Si nous regardons notre arbre généalogique avec lucidité, nous pouvons commencer à imaginer, pour chacun de ses membres, l'atmosphère dans laquelle il a été engendré, attendu et accouché.

Même s'il est impossible de faire la liste de toutes les circonstances qui peuvent, dès les deux premiers mois de grossesse, déformer l'élan de vie qui porte l'enfant à naître, on peut en énumérer quelques-unes.

- Les enfants du devoir ne sont pas les enfants du plaisir : un enfant engendré par un acte sexuel violent ou fastidieux peut être privé de sa naturelle joie de vivre ; un enfant non désiré peut passer sa vie à se sentir un intrus dans le monde, à chercher l'amour sans jamais le trouver, à nouer des relations où on ne veut pas de lui.
- Toutes les tentatives plus ou moins poussées d'éliminer le fœtus – restent gravées dans la mémoire cellulaire comme autant de programmations à mourir : combien d'adultes qui ont reçu l'ordre de disparaître du ventre maternel traînent ensuite, dans une vie en apparence réussie, l'impression lancinante qu'ils n'ont pas le droit de vivre ?
- Lorsque la mère est toxicomane, fumeuse impénitente ou alcoolique, l'embryon se développe nourri de substances toxiques qu'il absorbe comme étant son énergie légitime ; il peut naître inquiet, angoissé, cherchant des relations avec des personnes autodestructrices.
- Lorsque les parents n'ont pas fait le deuil d'un précédent enfant mort ou d'une fausse couche, et qu'ils engendrent un nouvel enfant avec le désir de le voir remplacer l'absent, celui-ci traînera toute sa vie l'ombre du fantôme initial, comme une sorte de mort vivant ; les personnes dans cette situation décrivent souvent un sentiment de paralysie devant certaines actions qu'elles désirent pourtant accomplir, un malaise général et diffus, l'impression de vivre à moitié ou d'être vampirisées par une force inconnue.
- Lorsque la mère « oublie » qu'elle est enceinte pendant ces premières semaines si déterminantes, soit parce que quelqu'un de son entourage réclame toute son attention (à cause d'un accident grave

ou d'une maladie par exemple), soit parce que son travail ou son action dans le monde accapare toute son énergie, l'enfant risque de naître en se sentant mal-aimé et incapable de retenir l'attention de ses parents ; il pourra alors développer des maladies chroniques, un eczéma impossible à soigner, ou toute autre maladie qui oblige la mère à fixer son attention sur lui.

- Les conflits émotionnels, eux aussi, ont une influence sur l'embryon : si les parents se détestent, l'enfant naîtra incapable de s'aimer, avec une immense difficulté à rester longtemps dans une relation intime, voire dans le même emploi ; si la mère est secrètement amoureuse d'un autre homme que celui qui engendre l'enfant, ou si l'enfant est engendré par un autre homme que le père officiel, ce secret pèsera sur lui de diverses manières, par exemple en le poussant à se justifier sans cesse, se sentant coupable sans raison et se méprisant.

Mais on peut envisager la situation idéale : celle de deux parents profondément amoureux, libérés des diktats de leur arbre généalogique, conscients de leur projet futur et désireux de mettre au monde un être qui puisse pleinement réaliser son potentiel. Cet enfant est engendré dans un grand plaisir érotique et amoureux, attendu avec un haut niveau de Conscience, et protégé par des parents qui naviguent avec aisance sur les difficultés politiques, économiques et sociales de leur époque… Il faut bien avouer que, dans la plupart des arbres généalogiques, ces circonstances ne sont pas réunies.

Dans tous les cas, il faut prendre en compte la qualité de la relation de couple, l'intention qui préside à la conception de l'enfant et les conditions de vie des adultes au moment de la grossesse et de la naissance.

Pendant les neuf mois de la gestation, toutes les forces psychiques en présence vont continuer d'agir sur le fœtus. Dans de nombreux cas, le ventre maternel n'est pas le paradis mythique que l'on décrit parfois, mais une prison agressive où l'enfant va recevoir des informations contradictoires. Le liquide amniotique, le placenta et l'utérus transmettent l'état de la mère. Si celle-ci considère, consciemment ou non, le fœtus comme un intrus, son organisme réagira comme il le ferait devant une maladie ou une tumeur, et l'agressera pour tenter de l'éliminer. Protégé dans une certaine mesure par le placenta, le fœtus protestera à sa manière, mais

restera incompris. Il est d'ailleurs possible que cette alliance prénatale avec le placenta, qui prend alors le rôle d'un véritable défenseur du fœtus, puisse rester gravée dans la psyché de l'enfant comme une relation à part entière. Il aura alors l'impression inexplicable d'avoir perdu un jumeau ou son double : à la naissance, la séparation d'avec le placenta, son protecteur contre les agressions de l'arbre généalogique, sera vécue comme une perte.

Lorsque l'accouchement est difficile, le discours commun attribue au bébé la responsabilité de cette épreuve :

- « Tu étais trop gros, tu as mis vingt-cinq heures à naître ! Ta mère a beaucoup souffert. »
- « Tu t'es présenté par le siège. Il a fallu qu'on fasse une césarienne. »
- « Tu t'étais enroulé le cordon trois fois autour du cou. »
- « Tu étais pressé de naître, tu es sorti à sept mois. »
- « Tu ne voulais pas sortir. On a dû t'extirper aux forceps. »

Tous ces récits sont faussés et culpabilisent inutilement l'enfant en lui faisant en outre l'injustice de négliger les souffrances qu'il a dû subir au moment de quitter le seul monde qu'il avait jamais connu, le ventre maternel, pour un monde entièrement inconnu, celui de ses semblables.

En réalité, on devrait formuler à la première personne du pluriel, qui recouvre le couple parental et toutes les influences néfastes de l'arbre généalogique sur la mère et le bébé, ces récits de naissance où l'enfant a avant tout été victime :

- « Nous t'avions fait grossir au-delà du raisonnable. Tu as dû beaucoup souffrir pendant ces vingt-cinq heures où tu t'efforçais de naître. »
- « Nous t'avons retourné et empêché de naître comme tu le voulais, la tête la première. »
- « Nous t'avions enroulé le cordon autour du cou. Pardonne-nous de t'avoir étranglé. »
- « Nous t'avons expulsé à sept mois, alors que tu avais droit encore à deux mois pour te développer pleinement. »
- « Nous t'avons empêché de sortir, puis nous t'avons blessé le crâne avec des forceps. »

Car toutes les déformations de la gestation et de la naissance se font contre l'élan de vie du bébé, qui ne demande qu'à se développer harmonieusement et à naître en pleine félicité. Certaines théories psychanalytiques et certains courants bouddhistes soutiennent que le malheur initial est d'être né. Nous soutenons au contraire que le malheur initial est de n'avoir pas pu, à cause des répétitions névrotiques de l'arbre généalogique, **ressentir l'immense bonheur de naître**.

Toutes ces naissances déformées produisent une angoisse supplémentaire : celle de ne pas savoir quitter un monde pour un autre. La personne née prématurément ou en retard, par césarienne ou aux forceps, étranglée par le cordon ombilical, retrouvera aux moments-clés de sa vie, dès lors qu'il s'agira de naître à une situation nouvelle, l'angoisse de ce bébé mal né qui n'a pas pu passer d'une réalité à une autre sans souffrir. La personne peut alors, pour éviter de reproduire les circonstances de sa naissance, organiser toute sa vie pour ne plus jamais vivre aucune mutation, écartant ainsi le risque de revivre l'angoisse intolérable associée à la notion de naissance. Cette fixation peut se localiser dans un ou plusieurs de nos centres : on peut ne jamais évoluer affectivement, et rester dans une enfance persistante, ou figer ses idées de manière psychorigide, ou encore vivre une sexualité qui ne s'épanouit jamais jusqu'à sa forme adulte ; certaines personnes se fossilisent dans le corps, restant fixées par exemple sur des conduites alimentaires dont elles ne peuvent pas se détacher.

Par ailleurs, l'arbre n'est pas le seul à influer sur la naissance : la société et la culture peuvent intervenir de manière extrêmement nocive. L'impuissance, et parfois la jalousie des hommes à l'égard du processus essentiellement féminin de la gestation et de l'accouchement, a produit en Occident une surmédicalisation de la naissance dont tout le XX^{e} siècle a subi les effets nocifs et qui sévit encore à ce jour, malgré des prises de conscience salutaires depuis les années 1970. Combien de femmes se plaignent, aujourd'hui encore, d'avoir subi des traitements – aberrants, dont la césarienne de complaisance ou l'accouchement provoqué pour s'adapter à l'emploi du temps du médecin ? Tous les – premiers soins donnés à l'enfant (coupure du cordon, bain, allaitement) sont des gestes d'une importance cruciale qui s'inscriront pour toujours dans sa mémoire cellulaire. L'institution médicale a commis à ce titre, tout au long du XX^{e} siècle, une série d'erreurs extravagantes dont la plupart des gens

portent aujourd'hui la trace : cordon coupé trop tôt, souffrances inutiles infligées aux nouveau-nés, idéologies délirantes liées à l'allaitement (la moindre étant la désinfection des tétons ; on a également vu, dans les années 1960-1970, des médecins interdire aux mères d'allaiter pendant les vingt-quatre premières heures de vie de l'enfant et nourrir celui-ci d'eau sucrée, ou d'autres encore, à la solde de l'industrie agroalimentaire, prétendre que les laits maternisés étaient meilleurs pour l'enfant que le lait maternel).

On peut aussi citer des aberrations culturelles qui conduisent par exemple les parents à tuer ou à abandonner le bébé s'il s'agit d'une fille, dans les pays où celles-ci sont considérées comme quantité négligeable. Mais, même en Occident, combien de petites filles sont-elles nées en ressentant dès leurs premières minutes de vie la déception des parents qui attendaient un garçon ? Cette déception est si tangible qu'à l'âge adulte, nombreuses sont les consultantes qui disent en garder un souvenir clair et vif.

Ces traumatismes de la gestation et de la naissance laissent des traces à vie. Sans prétendre en dresser un tableau exhaustif, on peut donner quelques pistes :

- **Une gestation menaçante pour le fœtus**, lorsque la mère a tenté activement ou inconsciemment de l'éliminer, engendre dépression, autodévalorisation et pulsions autodestructrices.
- **Un étranglement par le cordon**, s'il est réputé, dans certaines cultures, produire des enfants artistes, est aussi vecteur d'angoisse créatrice et de névrose d'échec : au moment de se réaliser, on est retenu par un lien au passé (le cordon symbolique) qui produit une angoisse de mort imminente. La personne pourra vivre avec une peur de la réalité qui est en fait peur de la mère. La suicide par pendaison est lui aussi un écho de cet étranglement initial.
- **Toute naissance avec détresse respiratoire** produit une immense colère. L'enfant s'étouffant avec du liquide amniotique vivra comme une trahison l'inertie même involontaire de la mère qui ne collabore pas assez activement à le faire naître. Des études scientifiques – prouvent qu'une détresse respiratoire de plus d'une heure à la naissance produit un risque de suicide accru à l'adolescence.

- **La naissance par le siège** renvoie le bébé au passé, et inscrit dans sa mémoire une peur de l'avenir, ou un sentiment d'impuissance à l'égard du futur. Elle peut conduire l'enfant ou l'adulte par la suite à stagner dans sa progression. Là encore des études scientifiques ont prouvé que la naissance par le siège est directement liée à des retards scolaires et à des redoublements, et qu'en règle générale on peut corréler nombre de maladies et de passages à l'acte criminels à une naissance traumatique[1].
- **La naissance prématurée** peut engendrer une faiblesse existentielle, l'impression de n'être jamais préparé et de risquer sans cesse d'être expulsé. N'étant pas arrivées à terme, ces personnes ont de grandes difficultés à conclure leur travail ou leur œuvre. Cela peut aussi laisser une insatisfaction chronique liée à une grande dépendance : souvenir de l'époque où le bébé, trop faible pour survivre, a dû recevoir des soins intensifs, mais inadaptés à sa demande essentielle.
- **Un accouchement tardif**, où le bébé devenu trop gros a vu le liquide amniotique disparaître peu à peu au point de naître déshydraté et comme brûlé, peut produire une colère persistante, une tendance à arriver toujours en retard, mais aussi la phobie de se fixer dans un lieu qui pourrait, comme l'utérus maternel, devenir à terme une douloureuse prison. Cet enfermement initial dans l'œuf peut engendrer une peur de l'engagement ainsi qu'une série de maux physiques parmi lesquels, pour les hommes, des troubles de l'érection ou de l'éjaculation liés à une terreur du ventre maternel.
- **La naissance aux forceps**, où le médecin intervient comme un douloureux *deus ex machina*, peut engendrer des adultes incapables de « passer à autre chose » sans une aide extérieure, qui se cantonneront dans des situations peu satisfaisantes plutôt que de risquer une mutation à leurs yeux vouée à l'échec : ces personnes peuvent souffrir d'un manque de volonté chronique. Elles ont sans cesse l'impression de se heurter à un obstacle plus fort qu'elles, et d'être incapables de s'aider elles-mêmes.
- **La césarienne** n'est pas une naissance, mais une extirpation : l'enfant est retiré du ventre de la mère comme une tumeur, ce qui peut produire par la suite une forte dévalorisation. Un enfant né par césarienne vivra avec l'impression de n'être jamais né, de ne pas appartenir à ce monde, et n'ayant jamais connu la caresse finale du

vagin maternel, en gardera une insatisfaction profonde. N'ayant pas pu expérimenter cette collaboration initiale avec la mère, il peut avoir des difficultés à collaborer dans ses activités futures. On sait aussi, d'après Arthur Janov, que les personnes nées par césarienne sont plus enclines aux problèmes respiratoires.

- **Les traumatismes liés à l'allaitement** (allaitement interrompu, problématique ou exclusivement au biberon) peuvent produire des troubles du comportement alimentaire ainsi qu'une dépendance à l'alcool ou au tabac, symbolisant la recherche d'une nourriture sans cesse refusée ou d'un nectar devenu toxique. Le piège de l'arbre généalogique peut pousser l'organisme de la mère à altérer son lait qui devient acide, impropre à la consommation. L'enfant souffre alors de diarrhées, de régurgitations ou d'autres symptômes. Les personnes mal allaitées peuvent manifester une insatisfaction chronique et diffuse, sans cause tangible, mais avec pour origine profonde le manque de l'aliment initial. On constate également que les personnes qui n'ont pas été allaitées par le téton maternel présentent plus souvent, à l'âge adulte, des problèmes de dents ou de gencives.

Ceux qui ont souffert de difficultés de ce type, mal mis au monde et mal accueillis par une équipe de techniciens sans âme, sentiront un manque qui les poursuivra toute leur vie. L'avenir leur semblera menaçant, puisque chaque étape de la naissance a augmenté leur agonie. Ils déposeront leur espérance de réalisation entre les mains d'autres qu'eux-mêmes, tentant secrètement de jouer le rôle de victimes et sentant que les choses leur arrivent pour des causes indépendantes de leur volonté. Ayant lutté pour émerger du ventre maternel, ils s'organiseront inconsciemment pour que tout, dans leur vie, devienne une lutte, inventant s'il le faut des difficultés. Nombre d'entre eux s'accrocheront à un petit territoire, à quelques mètres carrés, sentant que cette pièce exiguë les protège des remous de la vie ; peu de choses pourront les satisfaire, ils se sentiront laids, frustrés, mauvais, inutiles, incapables, mal-aimés, ils penseront être indifférents au monde et qu'au fond personne ne se soucie de savoir s'ils sont morts ou vivants. Sur une impulsion, ils feront parfois des tentatives désespérées, comme jadis pour sortir de l'utérus : ils s'enfonceront dans une activité incessante, se tueront au travail sans pour autant se libérer d'un sentiment de solitude

catastrophique. Abandonniques, ils chercheront de l'aide auprès d'autrui mais exigeront des secours insensés, sans jamais penser qu'ils pourraient commencer par s'aider eux-mêmes. Exigeants et ingrats à la fois, ils perdront la capacité de faire confiance à l'autre. Ils ne croiront en rien, et surtout pas en eux-mêmes.

Nous verrons à la fin de ce chapitre qu'il n'est jamais trop tard pour **guérir la naissance** : la compréhension des événements est un premier pas, mais il faudra ensuite mettre en scène, dans un acte thérapeutique et psychorituel de renaissance, un accouchement qui permette d'intégrer dans son corps et dans sa mémoire cellulaire les informations positives manquantes.

Dans un premier temps, il est bon de recueillir le maximum d'informations sur sa naissance et si possible sur celle des autres membres de l'arbre : cela donne des informations précieuses sur la formation de chacun, et sur les enchaînements de naissances traumatiques une génération après l'autre.

Devenir père et mère

Il convient de nous arrêter un moment sur la figure de la femme enceinte dans la perspective métagénéalogique. Une gestation, particulièrement la première, constitue un bouleversement énorme sur le plan hormonal, physique, émotionnel et mental. Par ailleurs, la femme enceinte devient, pour l'enfant en formation, le lieu d'aboutissement de toutes les souffrances, croyances, frustrations et blessures non seulement de son propre arbre généalogique mais aussi de celui du père du bébé.

Nous avons vu que si le poids du passé est trop fort, le développement du bébé en sera affecté. Il faut surtout se garder de culpabiliser la mère et elle seule : au moment de la gestation et de la naissance, elle se trouve au confluent de deux lignées et il lui est parfois impossible d'endiguer à elle seule le flot névrotique qui déferle sur elle. Le rôle d'une femme qui attend un enfant, et celui de son entourage, à commencer par l'homme qui l'accompagne, serait donc idéalement de tout faire pour laisser l'enfant se développer et naître sans que le piège généalogique interfère.

Dans les médecines énergétiques comme l'homéopathie, les praticiens notent que, lors de la gestation, la mère « intègre les informations

énergétiques du père », c'est-à-dire qu'elle est habitée par l'énergie dominante du géniteur de son enfant et peut changer subitement de comportement, de caractère, etc. Les hormones ne sont pas seules en cause, mais bien une réceptivité accrue qui lui permet d'héberger tout l'arbre généalogique paternel de son l'enfant à l'intérieur de son corps et de sa psyché neuf mois durant.

À cette position particulièrement vulnérable de la femme enceinte s'ajoute le fait que, jusqu'aux années 1970 pour les arbres généalogiques occidentaux et dans de nombreux cas jusqu'à aujourd'hui, de nombreuses grossesses étaient accidentelles et non désirées. Or il est très rare que l'histoire familiale mentionne ouvertement ces faits. Il faut donc apprendre à lire les arbres généalogiques en fonction de cet énorme non-dit qu'ont été les avortements clandestins, souvent de véritables boucheries, dont bon nombre ont pu avoir une fin tragique.

Comme nous l'avons déjà brièvement évoqué, les femmes mortes à la suite d'une interruption de grossesse ne sont en général pas désignées comme telles. On dira par exemple qu'elles sont mortes d'épuisement, d'un cancer de la « matrice », d'une indigestion (ou autre pathologie digestive), d'un coup de pied de cheval ou autre accident touchant la zone du ventre, d'une hémorragie « inexpliquée ».

Il arrive aussi que l'on trouve dans l'histoire familiale une femme morte des « suites d'un accouchement » six ou huit mois après l'accouchement en question. On peut alors soupçonner qu'il s'agit en réalité des conséquences tragiques d'un avortement après un retour de couches trop rapide. Le dernier enfant vivant peut être culpabilisé durablement et sans raison valable d'avoir causé la mort de sa mère.

Dans le même ordre d'idées, on pourra suivre sur plusieurs générations les effets de la mort en couches d'une grand-mère ou arrière-grand-mère : descendantes qui épousent des médecins, stérilités, hommes culpabilisés dans leur sexualité (le sperme du mari a symboliquement tué la femme via l'enfant)…

Enfin, l'infanticide est un secret plus fréquent qu'on ne l'imagine : de même qu'à une époque on considérait que les enfants ne souffraient pas, de même la conception selon laquelle le fœtus ou l'enfant nouveau-né est une personne à part entière est assez récente.

Il s'agit ainsi de mesurer, sur plusieurs générations, les souffrances des femmes dans leur corps et leur psyché, ainsi que l'écart qui existe entre leur expérience individuelle et ce rôle prétendument « naturel et inné » qu'est celui de mère, dont toute la psychologie du XX^{e} siècle a largement exploré l'ambivalence. Rôle induit par la société, la religion et la culture, qui inventent et figent une Mère idyllique : gardienne du foyer, nourricière, toujours à l'écoute, infatigable et courageuse, patiente, source d'une douceur inépuisable, élégante et digne, celle-là même à laquelle plusieurs cultures ont voué une journée particulière : fête des Mères, Día de las Madres ou Mothers' Day. De même, le rôle socialement et culturellement induit du Père idyllique fonctionne à la fois comme un modèle, un refuge et un repoussoir pour de nombreux hommes : guide vaillant et sûr, pourvoyeur des finances et garant de la sécurité, le Père par excellence est infaillible et généreux, inflexible et loyal, plein de compassion mais gardien des lois, sévère mais juste…

À l'ombre de ces deux archétypes, nous voudrions dresser ici une liste des éléments à l'œuvre dans la maternité et la paternité, qui sont des identités construites à la fois par les expériences passées (on est parents comme, contre ou malgré ses propres parents) et par l'arrivée d'un ou de plusieurs enfants. Lorsqu'on étudie l'arbre généalogique pour plusieurs personnes d'une même fratrie, on voit rapidement qu'aînés, cadets et benjamins n'ont pas eu les mêmes parents : à chaque enfant, les enjeux de la parentalité sont remis sur la table en fonction d'une part du chemin de vie des parents (et de l'évolution de leur niveau de Conscience) et d'autre part de la personnalité unique de chaque enfant qui vient les provoquer à évoluer d'une manière inédite.

Il y a différents types de mère et de père, ou plutôt **différents niveaux de maternité et de paternité**. Chacun d'eux est sain et formateur s'il conduit au niveau suivant, mais nombre de parents, dans l'arbre généalogique, se sont arrêtés (ou ont été bloqués) quelque part dans leur chemin en tant père et mère. Ils restent alors dans une position stagnante (1, 2, 3 ou 4), et deviennent toxiques pour les enfants.

1er niveau : la génitrice/le géniteur

L'insémination est devenue une réalité tangible. La femme se – reconnaît enceinte et accepte dans la joie cette mutation de son identité

personnelle : désormais elle porte une vie qui n'est pas la sienne, et qui a été engendrée par son union avec un homme. Celui-ci reconnaît que sa sexualité n'a pas eu pour seul but le plaisir momentané de l'éjaculation, mais que son sperme, rencontrant l'ovule de la femme avec qui il a fait l'amour, vient d'engendrer un être vivant. Pour lui aussi les choses changent, mais non dans son corps : il commence à imaginer l'enfant futur, généralement avec la tentation d'en faire un portrait amélioré de lui-même. S'il devient conscient, il accepte avant tout la différence comme apport et non comme manque, et de n'avoir aucun moyen de s'approprier l'enfant futur.

Si les parents se rétractent devant les changements proposés par cette situation, et stagnent à ce niveau : **mère assassine/père haineux.**

Elle n'a aucun désir d'être mère : elle veut seulement s'assurer qu'elle est une femme fertile. Peut-être son arbre généalogique a-t-il exagérément favorisé les hommes, donnant aux filles un rôle secondaire. Négligée par son père, elle est en rivalité avec sa mère, ou avec les hommes de la famille, et au fond rongée par un sentiment d'impuissance et de stérilité. Une fois rassurée sur sa capacité à concevoir un enfant, elle pourrait avorter le cœur léger. Cet épisode lui aura été nécessaire pour s'assurer qu'elle peut, c'est-à-dire pour la rassurer sur la vitalité de son centre sexuel/ créatif. Si elle garde l'enfant, elle risque de devenir une mère assassine, sans aucun désir ni d'être enceinte, ni de mettre l'enfant au monde, ni de s'occuper de lui.

De même, il y a des pères assassins que nous pourrions aussi qualifier de *jouisseurs sans avenir* : des hommes qui haïssent leur mère ou les femmes en général, et se réfugient soit dans une fuite immature, soit dans un sadisme revendiqué. Dans le premier cas, l'homme, effrayé par la responsabilité de fonder une famille, aura l'impulsion de s'enfuir à toutes jambes. S'il est forcé de rester malgré lui, il couvrira cette femme et cet enfant qu'il n'a pas voulu de sarcasmes et de mépris, ou refusera de communiquer avec eux et s'enfermera dans un silence agressif. La deuxième catégorie recouvre les séducteurs impénitents aux conduites sadiques, les violeurs, tous les hommes qui utilisent leur sperme comme une arme. On peut citer le cas d'un sculpteur chilien d'ascendance – germanique, fanatique des idées nazies qui, au début des années 1950, séduisait des jeunes filles juives à la sortie du lycée, les mettait enceintes et se présentait ensuite chez les parents vêtu d'un uniforme SS en se proposant

d'épouser la malheureuse ou, moyennant une somme d'argent conséquente, de sortir de sa vie pour toujours.

2e niveau : la couveuse/le pourvoyeur

C'est la gestation vécue comme une période heureuse. La femme enceinte met toute son énergie au service de cette couvaison où l'enfant grandit peu à peu dans son ventre. Elle honore et protège cette vie qui dépend d'elle en prenant un soin particulier de son rythme de vie, de sa façon de manger, mais aussi de ses pensées, de ses sentiments et de ses désirs. À ce titre, elle demande légitimement à être protégée. L'homme s'occupe de constituer le nid autour d'elle, et pourvoit à ses besoins en sentant, peut-être pour la première fois de sa vie, que ce qu'il donne à cette femme et à son enfant à naître, il se le donne à lui-même. Sa générosité le rend partie prenante de l'aventure qui se joue : en pourvoyant aux besoins physiques et psychiques de la gestation, il commence à constituer la famille, même si celle-ci n'est pas encore une réalité tangible pour lui.

Si les parents se rétractent et stagnent à ce niveau : **mère dévorante/ père absent**.

Elle aime son ventre de femme enceinte, mais pas l'enfant qui est dedans : celui-ci n'est pour elle qu'un objet de pouvoir. Refusant d'accepter qu'une vie indépendante de la sienne se développe dans sa matrice, elle jouit des soins qu'on lui prodigue et nie l'existence individuelle du bébé, qui n'est pour elle qu'un moyen d'exister, d'être le centre de l'attention. Si l'enfant espéré est un garçon, il est possible qu'il représente pour elle le phallus qu'elle n'a jamais eu et qu'elle porte enfin dans son corps. Elle risque de désavouer complètement l'enfant à la naissance, ou au contraire d'en faire un tentacule, créant une symbiose où celui-ci sera encore une prolongation de son propre corps, de ses propres désirs et de sa propre volonté. Ce type de mère peut aussi venir d'un arbre généalogique où plusieurs générations de femmes ont sacrifié leur vie en engendrant de nombreux enfants ; certaines sont peut-être mortes en couches. Il est alors possible qu'elle et son compagnon, mû par une névrose complémentaire et se croyant porteur d'un sperme assassin, subissent d'immenses angoisses durant la grossesse. Ces angoisses peuvent en perturber le déroulement, produire une ouverture du col, obliger la mère à rester couchée. Elle peut avoir d'immenses difficultés à accoucher, ou faire une dépression post-natale car l'arrivée de son enfant la prive des soins qu'on lui a prodigués

pendant la grossesse. Nous trouvons aussi dans cette catégorie des femmes qui ont honte de leur grossesse, et redoutent la naissance de l'enfant, conçu comme le produit du péché ou de la trahison. Cela a pu être le cas de nombreuses « filles mères » par le passé, mais aussi, de nos jours, de femmes porteuses d'un enfant métis qui n'assument pas ce métissage face à un arbre généalogique raciste.

L'homme stagnant à ce niveau peut être décrit comme un *inséminateur absent*. Il est possible qu'enfant il n'ait pas reçu de sa mère tous les soins nécessaires. Il se projettera donc dans le fœtus de sa femme enceinte, mais sera jaloux du bébé une fois né qui, comme un petit frère ou une petite sœur, vient lui voler l'attention de la mère. Déçu dans son désir d'être adopté par son épouse, il deviendra absent et investira son affectivité ailleurs. C'est aussi un homme qui accepte de se sentir indispensable tout en étant incapable de s'attacher à sa famille : il continuera de subvenir aux besoins de son épouse et de ses enfants sans s'impliquer concrètement ; verser de l'argent sur le compte ou rapporter sa paie sera la seule forme de paternité qu'il connaisse, parfois vécue avec rage, comme une forme d'extorsion dont il risque de se venger en devenant violent, ou au contraire complètement absent au profit de ses amis ou d'une maîtresse qu'il se figurera comme le véritable amour de sa vie. On trouve dans cette catégorie des hommes qui se sont mariés pour accéder au désir de leurs parents ou de la société, par exemple parce qu'ils avaient mis une jeune fille enceinte, ou parce qu'il leur fallait épouser une femme du même rang social, dans le cadre d'un mariage arrangé.

3e niveau : la mère biologique /le père légal

Ce sont les parents tels que la société les reconnaît : ceux qui figurent sur le livret de famille. La mère met au monde le bébé, idéalement cette naissance est une collaboration enchantée entre l'enfant qui veut naître et la femme qui veut accoucher, de même que, pour que le poussin sorte de l'œuf, celui-ci pique de l'intérieur et la poule de l'extérieur. La mise au monde de l'enfant est vécue comme une merveilleuse réalisation, et le nouveau-né vu comme l'être le plus beau qui soit. Pour le père, c'est la première rencontre concrète avec cet autre qui va porter son nom : l'enfant s'inscrit enfin de manière tangible dans sa lignée. Le processus de l'adoption relève aussi de ce niveau : bien souvent, le voyage réel ou métaphorique qui unit les parents à l'enfant adoptif est vécu

symboliquement comme une épreuve initiatique au dénouement heureux, comparable à un accouchement. Le moment de reconnaissance entre parents et enfants, qui scelle leur appartenance à une même famille, est – souvent narré avec beaucoup d'émotion : « Dès que nous l'avons vue, nous avons su que c'était elle », « J'ai plongé mes yeux dans les yeux de ce petit garçon et j'ai compris que j'étais sa mère ».

Si les parents se rétractent et stagnent à ce niveau : **mère sèche/ père castrateur.**

Une fois l'enfant né, l'histoire est finie. Les parents ne sont en aucun cas prêts à aller plus loin que la satisfaction narcissique d'avoir « fait ça ». Ce petit être qui pleure, crie, défèque et veut téter les dérange suprêmement. Ils voudraient avoir une fois pour toutes pondu un enfant qui trônerait immobile dans leur vie comme une œuvre d'art ou un animal de compagnie. La mère refuse de donner le sein ou souffre de pathologies qui l'en empêchent, se précipite retourner travailler, souffre d'une maladie qui l'empêche de s'occuper de l'enfant, le confie à une nourrice ou à un membre de la famille. Ce qui ne l'empêchera pas de tenir des discours sur le thème « Cet enfant est ce que j'ai fait de mieux dans ma vie ». Dans certains cas elle évoquera l'accouchement « merveilleusement facile » avec des formules du type « Tu es sorti tout seul », « Tu es passé comme une lettre à la poste », voire « Ça n'a pas duré plus longtemps que d'aller aux toilettes », comparant de la sorte l'enfant à un étron, « œuvre » sculptée par elle et aussitôt abandonnée. Certaines femmes expriment leur refus d'allaiter en disant que le fait d'avoir un enfant qui pend à leur sein les fait se sentir « comme un animal », ou en invoquant la peur de voir leurs seins, atouts de séduction, abîmés par l'allaitement. L'enjeu de ces mères sèches est de récupérer au plus vite leur individualité, au détriment de l'enfant conçu comme un gêneur, auquel elles reprocheront parfois d'avoir déformé leur corps. Il ne reste à l'enfant pour être accepté que la ressource d'être « sage » ou « gentil ». Les parents peuvent aller jusqu'à instrumentaliser l'enfant qui devient leur public, leur serviteur, leur conseiller, et l'empêcher de vivre son enfance en le transformant en petit adulte, comme s'il devait payer le peu de soins qu'on lui prodigue.

Le père est complice de ce refus. On peut le considérer comme un *anti-père orgueilleux*, autoritaire et dur, qui ne voit dans l'enfant que la continuation de son propre nom. L'enjeu n'est pas celui d'une relation aimante, mais d'une transmission hiérarchisée où l'enfant est le subalterne

du père, et plus tard son employé ou son clone. Il le soumettra à un véritable dressage pour le mouler à l'image qui lui convient, au mépris de son identité authentique, car il considère cet héritier du nom comme une pure et simple prolongation de lui-même. Dans nombre de dynasties on trouve l'exemple de ces enfants à la fois chargés du rôle d'héritiers et niés dans leur individualité propre. Si l'enfant ne remplit pas les – exigences du père, s'il est « fondamentalement mauvais » (par exemple, une fille dans une lignée d'hommes, ou un enfant sensible dans une lignée volontariste et conquérante), il peut se retrouver victimisé, battu, enfermé, humilié et traité comme un criminel par ce père narcissique qui, au fond, a lui-même une soif insatiable d'attention.

4e niveau : la maman/le papa

L'enfant une fois né, les parents s'emploient à le nourrir, l'élever, s'occuper de lui pour lui permettre de grandir. Ils le comprennent et l'accompagnent à chacun des âges de l'enfance, jouent avec lui, lui offrent un environnement stable et rassurant, tendre, douillet.

Si les parents se rétractent et stagnent à ce niveau : **mère possessive / père infantile.**

La stagnation à ce niveau, qui semble être celui des parents parfaits, consiste à ne pas laisser son enfant devenir adulte, soit au moment de la puberté, soit lorsque celui-ci devient indépendant financièrement, soit lorsqu'il trouve son partenaire de vie ou devient parent à son tour. Les parents infantilisants, ne supportant pas de perdre leur « petit », le punissent alors par divers moyens, en le culpabilisant, en tombant malades, ou au contraire par des conduites agressives apparemment inexplicables, voire en le déshéritant. On peut ranger sous cette catégorie un parent qui meurt subitement au moment du mariage de son fils ou de sa fille, ou de la naissance de son premier enfant. C'est aussi là que l'on trouve des mères ayant allaité leur enfant jusqu'à quatre ou cinq ans. En somme, les parents infantilisants refusent de voir grandir leurs enfants, tel ce père qui appelle son fils de dix-neuf ans « mon bébé » et va le border le soir dans son lit.

Parfois l'un des deux parents considère l'enfant comme étant exclusivement le sien, et entreprend d'envahir son psychisme en se – présentant comme la mère parfaite ou le père omniscient, ou au contraire en – exagérant sa détresse et en exigeant de n'être abandonné sous aucun prétexte. Ces parents sont de véritables sangsues, incapables de lâcher prise

de leur « trésor » nourricier, et ils inculquent à leur enfant une terreur ou un dégoût du monde extérieur, faisant de lui un misanthrope, un asocial ou un inadapté. Ils refusent de voir qu'ils n'ont pas engendré un enfant pour eux-mêmes, mais pour que celui-ci devienne un membre à part entière de la société humaine.

5e niveau : la Mère/le Père

Ces adultes responsables et aimants ont parcouru tout le chemin de la parentalité et intégré les enjeux authentiques liés au fait de devenir parents. Ils ont accepté d'être le canal d'une vie qui ne leur appartient pas, ont veillé sur la gestation de leur enfant avec sagesse, mesure et joie, lui ont permis de naître sainement, ont accompagné sa croissance avec une attention bienveillante, s'efforçant à chaque instant de l'aider à développer ses qualités véritables et uniques pour le préparer à voler de ses propres ailes.

Une fois leur enfant indépendant, ils continuent à l'aimer avec désintéressement et attention, sans rien exiger, et établissent peu à peu une relation d'adulte à adulte. Ce seront des grands-parents compréhensifs mais pas envahissants, qui connaîtront leur rôle et les limites de celui-ci et ne se permettront jamais de critiquer la manière dont leur enfant élève ses propres enfants.

Le pédiatre et psychanalyste Donald Winnicott évoquait « la mère suffisamment bonne » ou encore « ordinaire et normalement dévouée ». Saines de corps et d'esprit, satisfaites dans leur sexualité, ces femmes mettent au monde et élèvent des enfants en accord et en pleine collaboration avec le père. Ces parents ne cherchent pas à inculquer à leurs enfants les modèles caducs du passé, ne s'érigent pas en possesseurs et permettent à leurs enfants de se forger leur propre vision du monde. Pour eux, être parents consiste à semer l'humanité future.

Lorsqu'on parle des mères et des pères dans notre arbre généalogique, il convient de voir à quel niveau de maternité et de paternité ces parents sont arrivés, car rares sont les arbres généalogiques où tous les couples parentaux arrivent au cinquième niveau que nous venons de décrire.

De la naissance à la nativité

La naissance que chacun de nous a vécue ou subie est étroitement liée à l'état de conscience où se trouvaient nos parents, notre arbre généalogique et la société où nous avons vu le jour. De cette venue au monde dépendra la conception que nous avons de toute naissance, c'est-à-dire de tout changement réel ou symbolique d'état, d'identité, de lieu, de situation, et ce jusqu'au dernier passage connu, la mort.

Le travail sur la naissance est donc un élément crucial pour pouvoir évoluer, puisqu'une grande part de nos résistances à devenir nous-mêmes résident dans le piège de la naissance telle qu'elle s'est imprimée en nous.

Si les travaux d'Arthur Janov ont été fondamentaux pour mettre en évidence l'influence des traumatismes de la naissance sur la vie adulte, en revanche la thérapie primale, et toutes les formes thérapeutiques qui en dérivent plus ou moins directement, continuent de fonctionner sur un présupposé hérité de la psychanalyse : en revivant le traumatisme (voire jusqu'au cerveau reptilien), en levant les refoulements (en l'occurrence les souvenirs effacés des douleurs subies), la personne adulte pourrait se libérer. Mais cette proposition ne prend en compte une fois encore que la relation au passé.

De même une grande part de la psychologie traditionnelle se base sur la naissance comme coupure, blessure et séparation. Mais si l'on se réfère au sens commun, naître est une joie, un cadeau, un privilège : dès que l'on naît, on entre dans le monde de la Conscience, dans un état d'amour et de félicité. Selon toutes les traditions philosophiques orientales, l'univers est régi par une triple loi : créer, conserver, détruire (représentée dans le panthéon indien par la *Trimurti* divine : Brahma, Vishnou, Shiva). Ces trois temps de l'être ont lieu dans la joie : pour la nature, le moment du déclin n'est pas un drame, puisque l'hiver donnera naissance au printemps, plein de nouvelles possibilités de vie et de création.

L'erreur de la psychanalyse a été de changer l'ordre de cette triologie en plaçant la conservation en premier : elle postule que, pour l'Inconscient humain, les choses ne devraient pas changer, que l'enfant garde la nostalgie d'une fusion originelle et que naître est un traumatisme de séparation. Mais si l'on se place d'un point de vue transpersonnel, la vie humaine suit à la fois une logique linéaire (je nais, je vis, je vais mourir) et une logique cyclique (ma mort individuelle permet la pérennité de l'espèce). Certes d'un

point de vue individuel toute fin est tragique, puisqu'elle nous renvoie à l'indifférence de l'univers vis-à-vis de notre destruction. Mais du point de vue transpersonnel, toute naissance et toute mort sont une joie, un apport à la Conscience, un moment du cycle.

Ce que le passé ne nous a pas accordé, il est inutile de le chercher dans l'exploration du passé. La véritable raison de retourner à la matrice maternelle, forcément imparfaite, serait le désir irrésistible de vaincre les obstacles imposés par une gestation et une naissance pathologiques, de guérir les névroses de l'arbre généalogique et d'obtenir enfin la naissance qui nous est due.

De même que l'on voit certains adultes s'occuper fidèlement de parents qui les ont maltraités depuis l'enfance, s'acharnant à mendier l'affection et l'attention qu'ils n'obtiendront jamais, de même le désir de revenir se recroqueviller dans un ventre plus ou moins accueillant révèle en réalité un besoin plus profond, celui de **naître à ce que l'on est véritablement**. Seules la reconnaissance et la mise en scène du projet du futur peuvent nous raccorder à cette naissance tant désirée.

Toutes les théories, fussent-elles critiques, du paradis intra-utérin[2] relèvent d'une compréhension limitée de cette nécessité fondamentale : l'Être essentiel niché en chacun de nous, désireux d'émerger en pleine lumière et en pleine liberté, nous pousse à rejouer la naissance, mais cette fois à un niveau de Conscience supérieur. De nombreuses cultures dites « primitives » ont mis en place des rituels évoquant la gestation et la naissance, qui ont pour but de purifier les membres de la société, c'est-à-dire de les rendre plus humains, plus forts, plus aptes. Le rite chrétien du baptême est initialement un rituel de renaissance, comme en témoigne le dialogue de Jésus avec Nicodème le pharisien : « "En vérité je vous le dis, si quelqu'un ne naît d'en haut, il ne peut voir le royaume de Dieu. – Comment un homme peut-il naître quand il est vieux ? demanda Nicodème. Peut-il rentrer dans le sein de sa mère et renaître une seconde fois ?" Jésus répondit : "En vérité, en vérité je te le dis : si quelqu'un ne naît d'eau et d'esprit, il ne peut entrer dans le royaume de Dieu : ce qui est né de la chair est de chair, ce qui est né de l'esprit est esprit…" » (Jean 3, 3-6). Cette « naissance d'eau et d'esprit » comportait à l'origine une immersion complète, symbole du retour à l'eau matricielle, à laquelle venait s'ajouter

la bénédiction de l'officiant, symbole de l'Esprit paternel par excellence, c'est-à-dire de la Conscience divine.

On peut interpréter dans le même sens les cérémonies amérindiennes et mésoaméricaines de la *sweat lodge* et du *temazcal* (hutte ou cabane de sudation). Dans un lieu sacré, un feu brûle plusieurs jours durant au milieu d'un cercle de pierres. Le minéral, élément le plus ancien de l'existence incarnée, absorbe l'énergie du feu qui ramène les pierres à la vie : unies au feu, elles deviennent métaphoriquement magma et peuvent transmettre leur message fondamental d'amour. Les pierres brûlantes sont ensuite transférées à l'intérieur de la hutte – circulaire, semblable à une matrice, où toute la communauté prend place dans un mouvement en spirale. La chaleur, très forte, incite peu à peu les participants à se recroqueviller en position fœtale pour respirer au niveau du sol, là où l'air reste frais. Un couple d'officiants, homme-médecine et femme-médecine, qui représentent les parents d'un niveau de Conscience élevé, président à la cérémonie. Ils purifient l'air et inscrivent des informations olfactives non verbales en faisant brûler des plantes consacrées (en particulier de la sauge), chantent des chants rituels et content des histoires initiatiques à la fois pour les individus et pour la cohésion du groupe social. En transpirant, les participants se libèrent de l'eau contaminée (liquide amniotique qui contient toute la névrose de l'arbre). Au sortir de la hutte, les participants se lavent dans un cours d'eau (celui-ci, situé dans un lieu sacré, prodigue un bain d'eau bénie qui achève de laver les influences passées). Cette eau coule – indomptée, jamais déviée de son courant naturel qui l'emmène vers l'océan, c'est-à-dire vers la totalité. Plusieurs « tournées » de sudation peuvent se succéder, chacune complétant la purification et inscrivant plus profondément les informations positives sous la forme de chants et récits. Ce rituel, vécu de manière collective, renvoie l'adulte à la fois à la nécessité d'être réengendré de manière saine, mais aussi à sa dimension transpersonnelle : ce n'est pas seulement moi comme bébé mal né qui suis en cause, mais toute une société qui soigne collectivement sa naissance[3].

Nous avons vu que, dès que le spermatozoïde entre dans l'ovule, l'enfant futur commence d'être modelé, psychiquement et corporellement, par le piège généalogique. Rejouer rituellement sa naissance consiste à retrouver ce que nous étions vraiment dans le ventre maternel : cette information lumineuse est inscrite en nous au même titre que la personnalité

héritée et déformée. Cette recherche de l'Être authentique, qui va au-delà de notre forme corporelle et de nos limites spirituelles, est le moteur apparent ou caché de toute recherche, de tout chemin, de toute quête. Dans des cas extrêmement névrotiques, cette quête peut aller jusqu'à ce que l'on appelle le « délire de filiation » : la personne croit avoir été enfantée par des êtres exceptionnels, et exprime à travers cette certitude le souhait profond et contrarié qu'a son Être essentiel de devenir manifeste.

Dans une perspective métagénéalogique, on pourrait dire que tout le monde est de nature divine, « de sang royal », et qu'il s'agit de se reconnaître comme tel pour pouvoir vivre comme un agent de l'évolution future de l'humanité, et non plus comme un produit forgé à l'image de modèles interchangeables et déjà connus. Une fois accompli le travail sur la naissance (c'est-à-dire sur le passé), il est possible de se proposer de renaître au futur, pour se reconnaître comme un fragment indispensable de la Conscience cosmique, comme un être qui participe du divin. Le terme de « Nativité » désigne la naissance d'un dieu ; **si l'on ne peut pas changer sa naissance, on peut inventer sa nativité**.

Pour ce faire, nous devons revenir sur quelques aspects qui caractérisent la Nativité divine : conception précédée d'une Annonciation, accouchement extatique ou exceptionnel, corps parfait et Nom sacré sont les attributs de la divinité.

L'arcane XX du Tarot, le Jugement, que nous avons déjà évoqué, illustre parfaitement cette naissance (ou renaissance, si on la considère comme un tableau du Jugement dernier)



Entre une femme et un homme, un être sans détermination sexuelle, au corps bleu clair (comme celui de certaines divinités hindoues), émerge à la vie par l'appel irrésistible d'un ange représentant la volonté cosmique. Cette naissance s'effectue sous l'impulsion d'une entité spirituelle, entre deux parents présentés dans leur authenticité la plus pure (ils sont nus et au même niveau), et l'enfant qui naît, avant d'être fille ou garçon, est avant tout un être au corps couleur de ciel comme les nuages qui entourent l'ange. Les trois protagonistes humains prient, alors que l'ange brandit un drapeau frappé d'une croix, symbole de l'union entre la réalité horizontale humaine et la réalité verticale spirituelle.

L'annonciation

Une naissance idéale suppose un accord entre la volonté de la Conscience universelle et l'acceptation de ceux qui l'accueillent sur le plan terrestre. Voilà pourquoi la Nativité mythique des dieux est souvent précédée, dans les traditions religieuses, par une Annonciation : un être céleste propose et un être terrestre accepte. L'exemple le plus connu dans notre culture est celui de l'Annonciation à Marie : l'ange Gabriel annonce

la naissance de Jésus à Marie qui répond : « Je suis la servante du Seigneur ; qu'il me soit fait selon ta parole » (Luc 1, 38). Mais on peut aussi bien citer l'exemple de la naissance d'Hatshepsout, reine d'Égypte dont la naissance est imputée à un coït entre la reine mère et le dieu Amon, lequel, une fois l'acte sexuel accompli, annonce à la reine qu'elle porte son héritière en son sein : « Elle exercera cette illustre et bienfaisante fonction royale dans ce pays tout entier ; pour elle sera ma valeur, pour elle ma puissance, pour elle ma force (…) et j'assurerai sa protection magique, derrière elle, chaque jour[4]. »

Toute naissance implique deux faits : une révélation de la Conscience universelle (Annonciation) et le consentement de la volonté humaine (réception). Si Marie avait répondu à l'ange : « Je veux être libre, je refuse d'accepter ta proposition », le Sauveur ne serait jamais né. Mais lorsque Marie prononce son Magnificat, elle incarne une vérité universelle : **ce n'est pas la mère qui fait l'enfant, c'est l'enfant qui se fait en elle** ; cet enfant ne va pas venir au monde, il est déjà le produit de l'univers, de la même façon que le fruit ne vient pas à l'arbre mais est produit par lui.

Tout être nouveau-né a la mission de changer le monde, en commençant par sa mère. Lorsque Marie accepte l'Annonciation, lorsque les moules du passé et les projets du futur se complètent, elle se montre disposée à engendrer un être unique et mutant : elle se rend charnellement disponible pour que cette incarnation ait lieu. Le corps naissant, imprégné d'esprit, se libère des injonctions des ancêtres. Après une vie heureuse et généreuse, il rendra à l'univers les énergies qui lui ont été prêtées ; son essence impersonnelle survivra à la mort individuelle.

Nous verrons lorsque nous évoquerons la guérison de l'arbre généalogique qu'il peut être salvateur de rejouer le scénario de sa propre naissance, d'accomplir en quelque sorte une naissance adulte à la Conscience, de manière autonome et non religieuse. Ce psychorituel, que nous décrirons en détail dans la 9e partie, suppose de recréer une annonciation, en choisissant des parents de substitution qui acceptent de mettre symboliquement leur existence au service de cette nativité.

Accouchement orgasmique et naissance extatique

On l'a vu, des siècles d'idéologie masculiniste ont abouti à transformer l'utérus féminin en un nid passif et inerte dans le meilleur des cas, et bien

souvent souffrant, voire toxique. La plupart des femmes issues des cultures patriarcales, aujourd'hui encore, ne connaissent de leur utérus que des contractions douloureuses au moment des règles, conséquence directe d'une dévalorisation séculaire du sexe féminin. En 1982, la psychanalyste Françoise Dolto lançait un pavé dans la mare en décrivant la fonction des contractions utérines dans l'orgasme complet (qu'elle désigne sous le terme peu folichon d'« orgasme utéro-annexiel[5] »). Toute femme qui a reconquis l'intégrité de son corps a expérimenté, parfois dans le plus grand secret, cette dimension voluptueuse de la contraction utérine. Et, depuis peu, des cas d'accouchements orgasmiques ont commencé à être décrits et étudiés au grand jour, se heurtant tout de même au scepticisme, et parfois à des réactions scandalisées (l'impensable orgasme de la mère, provoqué en outre par la naissance de l'enfant, touche au cœur du tabou de l'inceste).

Le sens commun nous indique pourtant que puisque des contractions utérines harmonieuses sont la garantie d'une bonne santé de l'appareil reproducteur féminin, le comble de la santé consiste à accoucher dans un plaisir extatique. Imaginons un instant ce que cette expérience peut produire pour l'enfant à naître. Les contractions commencent par le fond de l'utérus et progressent vers l'avant, comme des vagues de mouvement musculaire imprégnées de félicité. L'enfant enfonce ses pieds et son bassin dans ce courant aimant et se laisse emporter sans opposer de résistance. Peu à peu les contractions augmentent et l'enfant les intègre comme faisant partie de son propre effort : elles le propulsent en avant, l'incitant à orienter son crâne encore ovoïde vers la partie la plus large du bassin maternel, pour glisser peu à peu dans le canal utérin. Dans cette obscurité totale et baignée d'un effort extatique, sa mémoire cellulaire lui rappelle l'existence de la lumière, et par un mouvement ondulatoire et giratoire de tout son corps, assisté par les contractions maternelles, il pousse la tête vers cette lumière qui l'attend. Un flot d'ocytocine, hormone dite « de l'amour maternel », provoque une relaxation des ligaments entre les deux moitiés de l'arc pubien, facilitant cette – descente. La bouche du bébé effleure, comme dans un baiser, les parois dans lesquelles il spirale. Il laisse derrière lui le liquide amniotique qui, d'aliment qu'il était, devient un lubrifiant lui permettant de glisser plus aisément. Le bébé peut alors tourner la tête, ce qui lui évite de se cogner à la protubérance du sacrum. Ce dernier tour lui permet de frotter contre les parois du vagin, frictions qui stimulent, entre autres, son système urinaire, gastro-intestinal et respiratoire. Les ultimes contractions et les plus

fortes, autour de son thorax, l'aident à se vider du liquide contenu dans son estomac, et à commencer à respirer. Avec toute la joie d'un travail bien réalisé, il entre dans le monde. Son premier contact avec l'oxygène n'est ni douloureux ni forcé, mais se fait graduellement par le biais du cordon ombilical qui bat encore, et qu'aucun médecin ou infirmier ne coupe avant que le temps ne soit venu.

Si les eaux matricielles et l'obscurité de la gestation nous unissent à la mère, la lumière que l'enfant découvre et les premières bouffées d'air qu'il respire en sortant du ventre représentent le lien avec le père, souffle et soleil. « L'éternel Dieu forma l'homme de la poussière de la terre ; il souffla dans ses narines un souffle de vie, et l'homme devint un être vivant » (Genèse 2, 7). Ce premier contact avec l'air, où l'on peut apprendre, idéalement, à respirer à pleins poumons et sans contrainte, déterminera plus tard le sens de la liberté : liberté de respirer, d'aller et venir, d'être. C'est l'affirmation de l'individualité, l'échange entre l'air commun à tous et un organisme unique. Dans les mythes grecs, même si une errance douloureuse précède souvent l'accouchement, le dieu ou le héros, sitôt sorti du ventre maternel, bondit vers la lumière dans une explosion de joie : sa naissance est synonyme de liberté et de perfection, telle celle d'Athéna surgie du crâne de Zeus tout armée et poussant un cri de guerre victorieux. Personne ne se mêle de lui frapper sur les fesses, ou de l'empêcher de respirer !

Puis vient le moment de l'allaitement, qui répond à une autre nécessité fondamentale, celle d'être nourri. Idéalement, le lait jaillit des mamelles maternelles comme une explosion de joie. Il en va ainsi dans une des versions de la naissance du dieu indien Ganesha : sa mère Parvati, épouse du dieu Shiva, avait mis au monde (ou reconnu, selon les versions) son premier enfant Karttikeya ; cet événement lui causa un tel enthousiasme qu'un lait sacré jaillit de ses seins ; en le mélangeant à de la pâte de santal, elle sculpta Ganesha. Ce lait sacré, véritable élixir de vie, est celui que pourra produire une femme équilibrée, délivrée des pièges de son arbre généalogique. Son téton s'adapte à la perfection à la bouche de l'enfant, la succion lui provoque des sensations voluptueuses qui, directement liées aux mouvements utérins, permettent à la matrice de retrouver sa place et sa taille initiales. Elle sait spontanément tenir l'enfant dans ses bras, et celui-ci reçoit l'aliment exact que ses papilles et son organisme attendent.

Ces naissances extatiques sont le fait, dans la mentalité populaire, des dieux, des rois, des héros et des prophètes. Tout rituel de renaissance se

fonde sur ce désir de naître dans la félicité.

Le corps parfait

Tous les mythes nous présentent des divinités au corps sans défaut : le corps parfait de Jésus est le véhicule de son esprit parfait ; les sculptures bouddhistes assignent à Bouddha trente-deux marques corporelles qui révèlent sa perfection ; les divinités hindoues présentent des attributs surnaturels correspondant à des capacités miraculeuses (bras multiples, couleur bleutée, troisième œil, lieu du corps par lequel peut être engendrée une divinité secondaire) ; Adam et Ève, dans le monothéisme judéo-chrétien, sont faits à l'image de Dieu et représentent l'origine parfaite de tout corps humain…

Nous avons précédemment émis l'hypothèse qu'au moment de notre conception, il se forme d'emblée le schéma d'un être humain à l'esprit et au corps parfaits, mais que toutes les mémoires de l'arbre généalogique, à travers la psyché et le corps maternels, viennent déformer ce schéma initial en imposant, sous une forme subtile ou organique, la trace de leurs répétitions, ordres, interdictions, châtiments, souffrances et névroses, traumatismes, etc. Nous pouvons donc accepter comme base de travail que pour chacun d'entre nous, la croissance de l'embryon a été déviée de sa perfection originelle. La majeure partie des gens se sentent limités spirituellement et imparfaits corporellement : on peut imaginer que ce sentiment a pour base l'intuition, logée dans le Supraconscient, d'une sorte de corps-esprit originel que nous aurions dû devenir, et dont la trace idéale demeure.

L'arbre généalogique nous forge une personnalité en grande partie artificielle, conforme à ce que la société, la culture et la famille veulent de nous. Mais nous vivons également dans un corps subjectif hérité, qui est, outre notre corps concret objectif (déformé ou non), notre **image de soi**, c'est-à-dire la manière dont l'esprit ressent le corps en conformité avec la conscience limitée. Les cinq sens pâtissent d'une injonction familiale et sociale sur les actes fondamentaux de voir, entendre, sentir, goûter et toucher. Toute notre posture, nos mouvements, notre organisation musculaire se conforment à ce que l'arbre généalogique veut nous voir devenir. Par exemple, une femme originaire d'une société dominée par une idéologie patriarcale vieille de plusieurs siècles ne peut pas vivre son corps

réel sans un travail de nettoyage des impositions. Ce travail s'applique bien entendu à ses organes génitaux (jusqu'à la perception des contractions utérines dont nous avons déjà parlé) mais aussi à toute la posture, au sens de soi dans la vie quotidienne. Nombre de techniques posturales et d'arts martiaux internes ou externes s'appliquent à rendre le corps humain « indépendant de notre héritage », comme le disait très justement Moshé Feldenkrais à propos du judo[6].

Le corps est donc à la fois relié à notre personnalité artificielle (c'est notre image de soi, le corps imaginaire que la plupart des gens vivent au quotidien) et à notre Être essentiel (c'est le corps sublime, le corps tel quel, entièrement humain, que personne ne peut sentir ou vivre dans sa totalité). On peut s'approcher au plus près de celui-ci (cf. exercice en fin de chapitre), mais pour l'incarner purement il faudrait éliminer tous les préjugés familiaux et sociaux ; certaines pratiques spirituelles, comme le tantra, proposent des formes méditatives ou des exercices permettant d'appréhender ce corps « uni à l'espace », résonnant avec le Tout.

Le corps essentiel ne peut pas être modifié. Nous vivons dans la conception que nous avons de notre corps, mais celle-ci dépend à son tour de notre degré de Conscience. À mesure que le degré de Conscience s'élève, nous percevons de mieux en mieux le corps parfait comme une sensation intérieure qui vient se superposer à notre corps réel (déformé). On peut vivre cette sensation même à l'intérieur d'un corps mutilé, amputé, vieilli, malade, etc. – Car dans la sensation de soi, on n'est ni laid ni beau.

Le jugement esthétique sur le corps dépend de la relation sociale, de la manière dont on est vu. La culture occidentale actuelle, fondée sur le culte de l'apparence, voit se développer démesurément la chirurgie esthétique, signe de notre dépendance au regard de l'autre, c'est-à-dire au regard social. Si la société regarde notre corps de manière défectueuse, on peut se trouver contraint de l'adapter à ce regard limité. C'est ainsi que certaines époques produisent des vagues de modifications corporelles, dont la vogue actuelle des prothèses mammaires et des rhinoplasties n'est qu'un ultime avatar. Les modifications corporelles présentes dans la plupart des sociétés primitives ou non (depuis les colliers des femmes-girafes jusqu'aux « retouches » banalisées aujourd'hui par le développement de la chirurgie esthétique, en passant par les corsets des Occidentales et les pieds bandés des femmes dans la culture chinoise) ne sont peut-être que la trace sociale et normative – souvent perpétrée au détriment des femmes dont l'autonomie représente

une menace réelle ou imaginaire – de cette nostalgie d'un corps parfait : on chercherait à en retrouver la réalité en grossissant ou en maigrissant, en se teignant les cheveux ou la peau, en s'épilant, en faisant grossir tels ou tels muscles, en rabotant un os ou un autre, selon l'époque et la mode du temps.

Le corps parfait est virtuellement capable d'actions encore impensables pour l'humanité actuelle. L'humanité se rêve collectivement capable de voler ou de léviter, phénomènes parfois attribués à des saints ou à des magiciens. Or, les récentes découvertes de la science nous confirment que le cerveau humain, lorsqu'il met en branle un mouvement à effectuer, ne prend jamais en compte le poids, c'est-à-dire la gravité. La neurophysiologie et la physiologie de l'action nous confirment donc aujourd'hui que le cerveau humain est organisé pour que nous puissions vivre hors de la pesanteur, ce qui revient à dire que nous sommes virtuellement indépendants de la gravité. Les cosmonautes qui passent plusieurs semaines en apesanteur dans l'espace n'ont d'ailleurs, à leur retour sur Terre, qu'une rééducation musculaire à entreprendre, mais ne souffrent d'aucune lésion cérébrale ni désorientation. Cet exemple illustre le fait que le corps parfait est aussi un corps humain total, virtuel mais dont il est souhaitable de s'approcher le plus possible.

Le prénom

Dans toutes les cultures, la première chose que fait la famille lorsqu'un enfant naît est de le désigner par un ou plusieurs prénoms. Dans certaines cultures, le nom reçu à la naissance peut évoluer à mesure que la personne grandit, mais dans nos sociétés dites « évoluées », nous avons en général un prénom de référence pour la vie. Or ce prénom, que nous répétons et entendons répéter à longueur de temps, de notre premier à notre dernier souffle, fonctionne dans une certaine mesure comme les mantras de la tradition orientale : un son répétitif, qui peut être bénéfique s'il constitue un appel aux forces de vie et à la Conscience, ou au contraire terriblement toxique dans sa puissance hypnotique.

Dans la majorité des cas, le prénom consolide une identité limitée. Les dieux, eux, en ont plusieurs : celui de Jésus-Christ représente à la fois l'incarnation (Jésus) et la nature divine (Christ). Les dieux indiens ont mille noms, parfois ramenés à cent huit, qui les désignent sous leurs divers aspects et forts de leurs diverses qualités. Nombre de dieux sont également

représentés par une périphrase qui renvoie à leur magnificence, c'est-à-dire au caractère extraordinairement sacré de leur nom même : Râ, dieu égyptien du soleil, est Celui-qui-est-en-son-disque ; pour éviter de prononcer le Tétragramme sacré Yod-Hé-Vav-Hé, les juifs l'appellent *Adonaï* (l'Éternel), *Elohim* (le Puissant), etc. Inversement, un objet n'a qu'un seul nom qui désigne ce à quoi il est utile : si une « écharpe » devient « turban », elle change d'essence puisqu'elle change de fonction. Mais pour une personne humaine, tout changement ou ajout d'un nom le rapproche de son essence. C'est dans cet esprit que les Amérindiens recevaient un nouveau nom à chaque étape importante de la vie : celui-qui-est-né-avec-la-pluie devenait, une fois adulte, celui-qui-a-escaladé-la-haute-montagne : il était nommé en fonction de ses actes, de ses aptitudes, et non en fonction du regard que le clan avait porté sur lui une fois pour toutes.

Il convient donc de se demander si le prénom que nous avons reçu rend justice à ce que nous sommes véritablement. Nous développerons dans la partie suivante les mécanismes par lesquels l'arbre généalogique modèle l'identité de l'enfant en lui attribuant un prénom ou un autre.

Pour entreprendre le travail sur la naissance, il faut déterminer dans quelle mesure on peut s'identifier totalement, en tant qu'être réalisé et autonome, au prénom que l'on a reçu. Pour la personne qui ressent la nécessité de faire un travail sur son prénom, trois possibilités se présentent :

- **Le purifier et l'exalter :** par exemple, un prénom faisant référence à la religion dominante (Marie ou Joseph dans la culture chrétienne) peut aussi bien être un facteur de frustration et de limitation si l'arbre généalogique a absorbé une compréhension étroite et mutilante de ces archétypes (Marie comme une vierge frustrée et souffrante, Joseph comme vieillard castré et inexistant) qu'un facteur d'exaltation si l'on retravaille en profondeur sa propre compréhension de l'archétype dont on porte le nom : Marie devient alors la Mère divine sous tous ses aspects et Joseph le saint par excellence, incarnation de la foi, guide et protecteur, symbole de stabilité et de construction de par son métier de charpentier.
- **Ajouter à son prénom une fois exalté un deuxième prénom,** manifeste ou secret, qui le complète. Les disciples occidentaux de gurus indiens portent souvent un prénom sanscrit (ou issu d'une autre langue de l'Inde) en regard de leur prénom de naissance, mais il faudrait se demander si le fait d'être à nouveau baptisé par le maître

spirituel est vraiment une libération : ne vaut-il pas mieux trouver par soi-même et pour soi-même un prénom sacré que d'accepter de se voir à nouveau assigner une dénomination ? En nommant son disciple, le gourou risque de l'infantiliser, prenant une fois pour toutes la place d'une figure parentale.

- **Changer de prénom,** soit en adoptant la formule du prénom d'usage, soit en allant jusqu'à effectuer les démarches légales en vigueur. Nous verrons plus loin, à propos de la guérison psychomagique de l'arbre généalogique, quelle procédure symbolique une personne peut entreprendre pour ce changement de prénom.

Le travail sur le prénom doit être pensé en profondeur et effectué sans précipitation : rien n'est pire que de se retrouver entre deux prénoms, l'ancien et le nouveau, dans lesquels on ne se reconnaît pas. Le prénom est la marque par excellence de l'appartenance de l'individu au clan, et même s'il est parfois nécessaire de faire le deuil de son prénom de naissance (il a une charge tellement toxique et mortifère qu'elle nous empêche de vivre pleinement), c'est un acte qui nécessite courage et détermination.

La mémoire du corps au service de la guérison

Pour guérir la naissance, il faut bien avoir conscience que le travail sur soi consiste non seulement à revivre et identifier les traumatismes passés, mais aussi à faire émerger l'immense plaisir de vivre qui se niche dans la moelle de nos os. De même qu'une plante, pour pousser, enfonce ses racines dans le sol à mesure que son feuillage s'élève vers la lumière, de même **le travail sur soi est à la fois une plongée dans les profondeurs et une élévation**.

Or en ce qui concerne la naissance, les informations négatives qui se sont inscrites en nous dépassent de loin le rationnel : ce sont des mémoires cellulaires gravées dans le corps et dans l'esprit. Aussi faut-il commencer par entrer en contact, autant que possible, avec son corps parfait, puis inscrire dans notre expérience vécue de nouvelles informations psychiques et corporelles qui donnent à la totalité de l'individu, de manière verbale et non verbale, la mémoire d'une naissance bien vécue.

Cette mise en scène de la naissance idéale, que nous appellerons un **psychorituel**, est un acte à la fois thérapeutique, théâtral et religieux (au sens étymologique du terme : qui nous permet de nous relier à une dimension plus élevée). Il permet d'ancrer une réalité nouvelle dans la vie d'une personne devenue adulte en lui fournissant, de manière tactile, expérimentale et verbale, les informations manquantes sur le moment de sa naissance.

L'exercice de récupération du corps parfait et le psychorituel de naissance que nous allons détailler ci-dessous ont pour but de permettre à chacun de récupérer métaphoriquement ces informations endommagées lors de la gestation et de la naissance. Ce travail pourrait sembler à première vue superficiel ou fictif, mais en réalité l'Inconscient accepte la métaphore et s'en nourrit. En effectuant ces deux actes de guérison volontaire, on reconquiert une part de son potentiel et de son intégrité. Cela permet de se libérer un peu plus du piège généalogique et, en prenant de la distance vis-à-vis du clan familial, de l'observer depuis une position relativement indépendante. Cette posture est indispensable pour continuer l'étude des dynamiques familiales et regarder en face les enjeux affectifs qui se tissent sur quatre générations.

Exercice : Ressentir son corps parfait

Vous pouvez enregistrer cet exercice, qui s'apparente à une visualisation, en le lisant à haute voix, puis l'écouter les yeux fermés pour le réaliser avec toutes les ressources de votre imagination active.

Assis ou allongé dans une position symétrique et confortable, de préférence les yeux fermés et la plante des pieds posée sur le sol, prenez trois respirations profondes : la première pour calmer l'intellect, la deuxième pour calmer le centre émotionnel et la troisième pour calmer le centre sexuel/créatif. Vous allez maintenant vous plonger dans la sensation de votre corps, avec l'intention de laisser s'exprimer dans les quatre centres la mémoire du corps parfait, cette forme originelle destinée à être la vôtre et qui est toujours là, en puissance, inchangée, disponible.

Laissez-vous sentir, imaginer, visualiser : quelle est votre taille ? Votre forme ? Comment sentez-vous vos jambes, vos pieds, vos ongles ? Avez-vous deux bras ? Deux mains ? De quelle taille, de quelle couleur, de quelle forme ? Comment est votre pilosité, comment sont vos cheveux, vos yeux, vos oreilles ? Peut-être pouvez-vous sentir vos organes, le battement de votre cœur, le travail inlassable des poumons qui inspirent et expirent ? Quel est votre sexe, votre puissance sexuelle ? Êtes-vous homme, femme, les deux à la fois, pouvez-vous changer de sexe à volonté ? Avez-vous des attributs supra-humains ? Comment est votre énergie vitale ? Que pouvez-vous faire ? De quoi souhaitez-vous vous alimenter ?

Maintenant que vous êtes fermement installé dans votre corps parfait, laissez venir à vous le personnage qui correspond à votre intellect parfait : quel âge a-t-il ? Quelle apparence ? Comment se meut-il ? Laissez ce personnage se fondre à l'intérieur de vous, au niveau de la tête, sachant qu'il est à votre service : quelle énergie intellectuelle émane de vous maintenant ? Visualisez sa vitesse, sa couleur, sa forme, dans quelles directions elle se déploie.

Puis laissez venir le personnage qui représente votre énergie émotionnelle parfaite, accueillez-le et observez-le : son âge, son apparence, sa dynamique… Laissez ce personnage se fondre à l'intérieur de vous, au niveau du cœur, sachant qu'il est à votre service : quelle énergie émotionnelle émane de vous maintenant ? Visualisez sa vitesse, sa couleur, sa forme, dans quelles directions elle se déploie.

Enfin laissez venir le personnage qui représente votre énergie sexuelle parfaite et voyez son âge, son apparence, sa manière de se mouvoir dans l'espace. Laissez ce personnage se fondre à l'intérieur de vous, au niveau du pubis, sachant qu'il est à votre service : quelle énergie sexuelle émane de vous maintenant ? Visualisez sa vitesse, sa couleur, sa forme, dans quelles directions elle se déploie.

Lentement, les yeux toujours fermés, commencez à mouvoir les bras : – comment bouge le corps parfait ? Peu à peu, levez-vous et sentez comment votre corps parfait se déploie, quel est son poids, comment il se tient debout.

Puis laissez venir le partenaire de vie qui vous correspond, car un corps ne vit pas seul : imaginez, visualisez, sentez le corps parfait qui

peut faire couple avec le vôtre et vous accompagner.

De même, un corps ne vit pas dans le vide : laissez donc venir un animal qui vous accompagne, puis laissez pousser à côté de vous un végétal qui vous correspond, et enfin laissez surgir du sol un élément minéral, qui est comme vous une création parfaite de l'univers.

Debout au centre de votre monde, vous pouvez faire quelques pas, quelques gestes avant d'ouvrir lentement les yeux, en goûtant les mouvements de votre corps parfait. Lorsque vous aurez les yeux ouverts, prenez le temps de noter comment vous voyez ce qui vous entoure, quel est votre regard sur le monde maintenant que vous avez repris possession de votre corps parfait.

En vue de la guérison de l'arbre généalogique, qui sera l'aboutissement de notre travail, voici les éléments sur lesquels travailler pour préparer le psychorituel de naissance. À l'aide de ce chapitre et du récapitulatif ci-dessous, vous pourrez concevoir votre propre psychorituel de nativité et imaginer en détail la gestation et la naissance qui auraient pu vous permettre de venir au monde en tant que corps parfait.

- Au premier trimestre, le bébé n'est pas encore perceptible par les parents, il s'agit surtout d'une transformation physique de la femme enceinte. Les attentes et la joie des parents sont des éléments-clés. Le premier mois, de l'œuf à l'embryon, le battement de cœur s'incarne. Au deuxième mois, l'embryon se développe jusqu'à devenir fœtus et les principaux organes se forment. Au troisième mois, le sexe se définit. Tous ces événements sont accompagnés par les parents qui surveillent la gestation.
- Au deuxième trimestre, la mère peut se sentir pleine d'énergie pendant que le bébé commence de se manifester par ses premiers mouvements : sa présence devient tangible. Au quatrième mois, le volume de la tête diminue par rapport à celui du corps, les membres s'allongent, les os se solidifient. Au cinquième mois, le bébé commence à bouger et ses sens se développent ; il commence à percevoir les sons, parmi lesquels la voix des parents ; ses mains s'ouvrent et se ferment. Au sixième mois, les organes sexuels sont complètement développés et le cerveau continue de se former, préparant entre autres la capacité à sentir les odeurs.

- Au troisième trimestre, on prépare l'arrivée de l'enfant : sa chambre est-elle déjà prête ? Comment vont les parents ? Communiquent-ils avec le bébé ? La mère a de nouveau besoin de plus de repos. Durant le septième mois, la peau du fœtus s'épaissit et ses empreintes – digitales se forment. Au huitième mois, l'enfant est déjà formé et prêt à naître, mais il grossit et se prépare ; toutes les informations sonores et tactiles lui parviennent comme s'il était déjà là. Au neuvième mois, l'espace s'est réduit, le bébé n'a presque plus de place pour se mouvoir, et ne peut étirer ni les bras ni les jambes, mais son appareil digestif est formé ainsi que ses poumons et ses yeux ; il s'exerce à sourire.
- Au moment de la naissance, lorsque le bébé est prêt, il se retourne et place sa tête vers le bas. La mère est à l'écoute : c'est l'enfant qui décidera du bon moment pour naître, et elle est prête à collaborer. Le bébé, en naissant, émerge entre les mains du père. Pour lui permettre d'apprendre à respirer sans stress, le cordon n'est pas coupé tout de suite. Le bébé peut être allaité sans qu'on le lave préalablement : la couche protectrice qui le recouvre exhale une odeur délicieuse.

Exercice : Préparer son psychorituel de naissance

Interrogez-vous sur les circonstances de votre conception et de votre naissance :

- Quels renseignements avez-vous sur la rencontre entre vos parents ? Si vous n'en avez pas, comment est-ce que vous l'imaginez ? Quel est le scénario idéal de rencontre que vous aimeriez mettre en scène si vous deviez le filmer ou le décrire dans un roman ?
- Comment votre gestation s'est-elle passée ? Au vu des informations recueillies dans ce chapitre, que vous a-t-il manqué ? Quelle est la gestation idéale que vous souhaiteriez vivre si vous deviez revivre ces neuf mois ? Écrivez ce scénario

où, à chaque mois, correspond un développement supplémentaire aussi bien pour le fœtus que pour les parents.

- Comment êtes-vous né ? Quelle naissance auriez-vous aimé vivre ? Comment auriez-vous souhaité être allaité ? Quels soins auriez-vous voulu recevoir dans vos premières semaines ou vos premiers mois de vie ?

Sur la base de ces éléments et de vos recherches personnelles, composez le scénario succinct qui représente votre gestation et votre naissance idéales.

1- Voir Arthur Janov, *Le corps se souvient*, Éd. du Rocher, 1997.

2- Cf. par exemple Jacques Lacan sur le « complexe du sevrage » : « Mirage métaphysique de l'harmonie universelle, abîme mystique de la fusion affective, utopie sociale d'une tutelle totalitaire, toutes sorties de la hantise du paradis perdu d'avant la naissance et de la plus obscure aspiration à la mort » (article « La Famille », in *L'Encyclopédie française*, tome VIII, mars 1938).

3- Le rituel décrit ici est la transcription de celui pratiqué annuellement par Charlie Red Hawk Thom au mont Shasta, dans le nord de la Californie. Ce medecine-man inspiré et – généreux avait la particularité d'accueillir des personnes issues de toutes les – communautés, amérindiennes ou non, pour cette cérémonie. Elle portait par conséquent, outre les éléments décrits ci-dessus, l'intention de guérir les traces du génocide amérindien en réunissant colons et colonisés dans un même acte de renaissance.

4- Extrait de « La naissance divine d'Hatshepsout », trad. de Claire Lalouette, *Textes – sacrés et profanes de l'ancienne Égypte*, Gallimard, 1984.

5- Françoise Dolto, *Sexualité féminine*, Scarabée/A.-M. Métaillié, 1982.

6- Moshé Feldenkrais, *Higher Judo*, Frederick Warne, 1952. La culture occidentale, en imposant la chaise comme lieu d'assise privilégié, a par exemple massivement déraciné ses membres de leur centre de gravité réel (le *hara* des traditions occidentale) en les privant de la mobilité des articulations des hanches.

Sixième partie
De la triade à la fratrie

Dynamiques familiales

Rivalités entre frères

Le désir le plus profond de tout être humain est de réaliser l'union complémentaire d'une femme et d'un homme idéaux, capables, par leur interaction interne et externe, d'apporter à la société un développement matériel et spirituel. Ce souhait d'un couple où règne une confiance absolue, où chacun accepte l'autre avec joie sans chercher à le faire changer, et dont les deux partenaires avancent vers un but commun, d'une union où l'accord naît spontanément, sans qu'il soit nécessaire de discuter, où la compétition n'a pas cours mais où opère une saine émulation, émerge directement de la nécessité qu'éprouve l'enfant d'avoir une mère et un père parfaits. C'est-à-dire un couple qui soit sa propriété exclusive. Même le dernier d'une nombreuse fratrie considérera que les parents sont « les siens », exclusivement, et se vivra comme le centre du trio père-mère-enfant.

Le fait de ne pas pouvoir compter sur l'adhésion totale des parents provoque une angoisse profonde. Mais dans la majorité des familles, cette adhésion est impossible à obtenir. Depuis l'instant de sa naissance l'enfant exige une attention extrême ; la moindre distraction de sa mère provoque des pleurs ; il vit dans un présent absolu, et exige qu'il en soit de même pour ses parents. Or, ceux-ci sont reliés à leur passé par de multiples nœuds. N'ayant pas résolu leurs obsessions vis-à-vis de leurs propres parents, ils peuvent considérer leur enfant comme un intrus, le transformer en réincarnation d'un grand-parent décédé, projeter sur lui l'identité d'un enfant mort bien avant sa naissance ou d'un frère rival. Mon propre père, à qui son frère cadet Benjamin avait « volé » sa mère, m'a appelé toute sa vie Benjamin au lieu d'Alexandro. Mû par cette projection, jaloux, il s'est comporté avec moi en rival, avec le désir de m'écraser psychologiquement.

Tout enfant se vit comme le centre du monde et exige, à grands cris si nécessaire, en pleurant ou en tombant malade, qu'on le traite comme tel. Cette intense demande d'attention recouvre le besoin d'être vu tel que l'on est, et non caché derrière quelque projection que ce soit. Si on ne voit pas l'enfant tel qu'il est, mais qu'on projette sur lui une personnalité imaginaire, il se sent dévalorisé et à son tour ne se voit pas. Il pense qu'il ne vaut rien, se croit vide et vit en souffrant du poids de ce personnage fictif qu'il doit porter pour être aimé.

Lorsque j'ai commencé à analyser des arbres généalogiques, je me suis rendu compte que la majeure partie de mes consultants, pourtant adultes, vivaient toujours prisonniers de leurs « problèmes de papa-maman »… La plupart des gens ne sont pas eux-mêmes, mais continuent de jouer le rôle que la famille et l'entourage social leur ont distribué. Ils vivent donc avec le désir inquiet d'attirer l'attention sur eux, désirant sans relâche la protection d'un père et d'une mère unis par un amour sublime et absolument présents, qui les traiteraient comme des êtres uniques.

Dans les cultures où la religion vénère un Dieu père, cette soif d'obtenir l'attention parfaite est plus évidente chez les femmes. Les prêtres fondateurs des structures sociales les ont dépréciées. Cela peut s'observer non seulement dans le monde judéo-chrétien (« Tu accoucheras dans la douleur, pour ton homme tu te languiras et lui te dominera », Genèse 3, 16) mais aussi dans les cultures bouddhistes : pour le Bouddha et ses premiers disciples, aucune femme ne pouvait s'illuminer. Elle devait pour ce faire mourir et se réincarner sous une forme masculine… La tradition masculiniste, unie au narcissisme des parents, induit le désir que le premier enfant soit un garçon et non une fille. Si le contraire se produit, le père peut se sentir déçu et la mère coupable. La petite fille grandira en faisant tous les efforts possibles pour s'adapter à l'exigence paternelle, niant son corps, se réfugiant dans l'intellect (attribut traditionnel du masculin, tel que les limitations culturelles de l'humanité le définissent) et imitant des conduites viriles.

Ce besoin d'être vu peut poursuivre une personne toute sa vie, mêlé d'un désespoir impuissant : « Je ne suis rien, je ne sais rien, je ne peux rien », ou au contraire d'une activité incessante pour atteindre la célébrité, que ce soit dans l'art, le sport, la politique ou le crime.

Or, lorsqu'un deuxième enfant naît, l'aîné voit son trio menacé : un envahisseur vient lui voler la place centrale. Même les jumeaux n'acceptent pas le quatuor : dans l'Inconscient, chacun des deux se vit comme un enfant unique, et sent qu'il mériterait d'être le préféré. Face à ce rival (ou à ces rivaux), l'enfant, pour conserver sa place privilégiée, opte pour une conduite agressive, ou choisit inconsciemment de tomber gravement malade, ou encore se comporte comme si le nouvel arrivant n'existait pas, ou au contraire le comble de soins, se rendant indispensable et redevenant le centre de l'attention par son « amour fraternel » ou sa « gentillesse », qui ne sont en réalité que des stratégies. Lorsque la première-née est une fille, et que quelques années plus tard arrive un frère cadet, il n'est pas rare qu'elle profite du développement intellectuel que lui confèrent les années pour créer chez le petit un complexe d'infériorité intellectuelle.

L'étude de l'angoisse et de l'insatisfaction à l'œuvre dans la triade et des conflits qu'engendre, dans la fratrie, cette lutte pour être le centre d'intérêt est un pas important sur le chemin de la prise de conscience métagénéalogique. Les problèmes entre frères et sœurs sont principalement causés par les conflits que le père et la mère du consultant ont vécus dans l'enfance avec leurs propres frères et sœurs. Parmi les différents dangers de la triade, nous pourrions citer comme l'un des plus fréquents la tendance qu'ont les parents à se projeter plutôt sur tel ou tel enfant selon leur place dans leur propre fratrie.

J'ai eu quant à moi quatre fils de deux mères différentes. Au début, je vivais avec deux d'entre eux et Valérie, mon épouse mexicaine, mais un jour, après avoir lu une phrase de l'occultiste Maître Philippe de Lyon : « Les dettes que tu ne paies pas dans cette vie, tu reviendras les payer dans la prochaine », je me suis rendu compte que j'étais le père absent d'un autre garçon. Je décidai d'en finir avec cette irresponsabilité. J'écrivis à sa mère pour lui proposer qu'elle me le confie, et par un de ces miracles qui n'ont pas d'explication rationnelle, elle y consentit. Valérie et moi nous retrouvâmes alors avec le devoir d'éduquer un groupe de trois petits mâles, auxquels vint bientôt s'ajouter Adan, le dernier-né. Chacun d'entre eux avait un caractère explosif. Comment éliminer entre eux les disputes, la compétition, les comparaisons envieuses, la haine, et éveiller l'amour fraternel ?

Après avoir vu le film *La Soupe au canard* de Leo McCarey mettant en scène les Marx Brothers, nous décidâmes de prendre ces acteurs comme exemple pour l'éducation de nos fils. Les frères Marx, bien que membres d'une même famille, étaient très différents les uns des autres : Groucho, le matérialiste agressif, Harpo, le fou poétique, Chico, le clown humble, et Zeppo, le séducteur banal. J'avais toujours été scandalisé de voir des couples entourés d'enfants tous vêtus de la même manière. Je comprends que les uniformes soient nécessaires dans l'armée, mais ils deviennent monstrueux si on les impose dans la famille. Ils manifestent une égalité obligatoire, équivalant à une castration. Au cours de ma longue existence, j'ai vécu en compagnie de nombre de chats : jamais je n'en ai connu deux qui aient le même caractère. Chacun naît et – développe une identité féline qui lui est propre. Il en va de même pour les êtres humains. Uniformiser ses enfants revient à mettre leur créativité dans un moule qui les limite spirituellement.

Valérie et moi avions habitué les nôtres à recevoir une somme d'argent dédiée à l'achat de vêtements. « Tu disposes de tant pour t'habiller, tant pour tes sous-vêtements, tant pour tes chaussures. » Chacun choisissait ce que ses goûts intimes lui indiquaient, sans aucune indication préalable : Teo, par exemple, aimait porter au pied gauche une chaussette qui n'avait rien à voir avec la chaussette du pied droit, Brontis choisissait toujours ses vêtements dans des nuances de gris, Cristobal dans des couleurs vives et Adan manifesta très tôt son goût pour l'élégance. Il en fut de même pour leur personnalité ; chacun déploya des idéaux et des goûts propres : l'un se passionnait pour le sport, l'autre pour la littérature, l'autre encore pour la magie et le quatrième pour la musique.

Même si notre situation financière n'était pas florissante, nous fîmes en sorte que jamais l'un d'eux ne doive hériter ses vêtements d'un frère plus âgé. Notre désir d'affirmer leur individualité, sans pour autant les inciter à l'égoïsme, nous conduisit aussi à acheter les couverts qui leur plaisaient. Chacun put choisir ses fourchettes, ses cuillers, ses couteaux, ses assiettes et ses tasses. Cristobal adopta de la vaisselle noire, Brontis de la vaisselle japonaise, Teo de la vaisselle métallique, Adan des couverts d'argent et des assiettes décorées de têtes de chat. Chacun put peindre sa chambre de la couleur qu'il préférait, choisir ses meubles, coller aux murs tout ce qu'il avait envie d'y coller. Élevés dans une telle liberté, ils développèrent un

caractère fort qui provoqua entre eux nombre de bagarres. La plupart étaient motivées par la jalousie.

Au moment du dessert, lorsque nous coupions le gâteau, mes fils surveillaient la répartition des morceaux : celui qui recevait la plus grosse part était évidemment, à leurs yeux, le préféré. La solution que nous trouvâmes fut la suivante : lorsqu'ils se disputaient, nous décidions que l'un couperait le gâteau et que l'autre choisirait comment distribuer les parts.

À un moment donné de leur croissance, Cristobal ressentait de l'agressivité à l'égard de Teo. Nous créâmes alors un théâtre de marionnettes, où une poupée représentait Cristobal et l'autre Teo. Je leur proposai d'animer ce théâtre, Cristobal manipulant la marionnette Teo et vice versa. Chacun pouvait comprendre de l'intérieur le caractère de l'autre, et la communication entre eux s'améliora nettement.

Puis un jour, Teo inventa une insulte qui mit Cristobal en rage : « nain mental ». Quand Cristobal, avec une grande colère, vint me raconter cela, j'accueillis ses sentiments négatifs au lieu de les repousser. « Évidemment, une insulte comme celle-là a dû te rendre furieux. » Avec un sourire, se sentant compris, il me répondit : « Exactement. »

Une autre fois, Brontis, qui voulait absolument voir un film à la télévision, se bagarrait avec Teo qui avait pris possession de la télécommande. Il se mit à le secouer avec furie. Je m'interposai aimablement, lui demandai de lâcher son frère et, plutôt que le traiter de « violent » ou de « méchant », je lui proposai l'exercice suivant : « Au lieu de frapper ton frère, pourquoi ne passerais-tu pas ta rage sur cette pastèque ? Je te donne la permission de l'écraser à coups de pied ! Ensuite, tu écriras une lettre à ton frère pour lui dire que, quand il accapare la télévision, cela te met très en colère. Il comprendra mieux tes mots que tes coups. »

En général, nous évitions par-dessus tout de faire des comparaisons : « Regarde comment tu salis ta chemise en mangeant ! Même ton petit frère ne fait pas ça. Il est plus propre que toi… » Ce genre de commentaire incite l'enfant qui s'est sali à penser : « Ils aiment mon frère plus que moi. » Au lieu de cela, nous disions : « Regarde, il y a un peu de sauce qui est tombée sur ta chemise. » L'enfant se dépêchait de la nettoyer, sans tomber dans d'inutiles angoisses d'abandon.

Les enfants rivalisent pour obtenir l'affection et l'attention de leurs parents, et lorsque ceux-ci semblent leur préférer un autre, ils sont envahis

par le dépit et s'engagent dans une compétition sans répit pour obtenir la position dominante. La présence de chaque frère ou sœur signifie pour eux un « moins » : moins de temps en tête à tête avec leurs parents, moins d'attention lorsqu'ils subissent une déception ou une blessure, moins d'applaudissements pour leurs succès.

Chaque geste interprété comme une préférence les amène à penser : « Il ou elle est meilleur(e), je vaux moins, ils ne m'aiment pas, je suis en danger. » La mère et le père apportent tout ce dont l'enfant a besoin pour survivre et progresser : nourriture, espace habitable, vêtements, chaleur, caresses, enseignements essentiels. Mais comme l'enfant craint tout ce qui peut menacer son bien-être, prisonnier d'une comparaison constante et angoissante, il vit en rivalisant pour être le meilleur, celui qui reçoit le plus, c'est-à-dire celui qui reçoit tout. Tous les jouets, toute la nourriture, tout l'espace. Il veut se sentir en sécurité, être l'unique aimé…

Comprenant cela, nous fîmes tout ce qui était humainement en notre pouvoir pour améliorer les relations entre nos fils. En donnant à chacun l'occasion de déployer une personnalité différente et de créer un environnement personnel, nous pûmes éliminer l'envie, qui pousse à désirer ce que l'autre possède. Ils apprirent à collaborer et à partager, considérant l'existence de leurs frères comme un plaisir.

On ne nous avait donné, ni à moi ni à Valérie, une telle chance. Dans mon cas, n'ayant qu'une sœur aînée, on ne m'avait pas traité comme le clone d'un modèle idéal, mais le comportement de nos parents avait aggravé l'hostilité entre elle et moi. Elle était le fruit d'une passion, alors que, né plus tard, je n'étais que le produit d'un coït effectué en pleine haine. Mes parents avaient donc fait de Raquel le sommet de la triade et me traitaient, moi, comme si j'étais invisible. À ma sœur, des meubles de qualité, d'innombrables chaussures et vêtements, des cours particuliers de natation et de piano, de fréquentes sorties avec mon père à la patinoire, des petits secrets avec ma mère quand elles s'enfermaient toutes les deux pour se faire des confidences. Pour ma part, j'avais reçu un seul costume, une paire de chaussures, une vieille chaise et un lit délabré ; jamais je n'avais droit à une promenade avec mes parents, jamais une caresse. En quête de tendresse, je ne pouvais me réfugier dans les bras de ma sœur, car son souhait le plus cher était de me voir disparaître. Le moins cruel de ses commentaires était : « Prends ta brosse à dents et va-t'en loin d'ici. Personne ne t'aime. »

À chacune de ses insultes, de ses mépris et de ses gribouillages dans mes cahiers d'écolier, je pleurais. Cela la faisait rire. Ces expériences nocives avaient conditionné ma manière d'agir, de penser, de me considérer moi-même. Malgré mes succès artistiques, jusqu'à quarante ans je sentais que tout ce que je faisais était de peu de valeur. Face à toutes les femmes avec qui je tentais de me mettre en couple, je plongeais dans d'interminables querelles et rivalités. Je travaillais sans cesse pour avoir plus, sans que rien puisse combler mon vide affectif. Devenu metteur en scène de théâtre, j'avais obtenu le succès pour mes actrices, mais au lieu de m'en féliciter, j'en concevais de l'envie : elles étaient belles, talentueuses, aimées du public, toutes choses que je n'obtiendrais jamais…

Mon épouse Valérie, fille d'une mère virile, avait commis la « faute » de naître femme. Son père, un guitariste mexicain, s'était approché du berceau de la petite à peine née, avait regardé avec dégoût son entrejambe et s'était exclamé : « Qu'elle est laide ! Si je dois être père, je ne veux que des fils ! » Puis il avait abandonné le foyer pour toujours. Bien entendu, les trois frères aînés de Valérie, de six, quatre et deux ans, perpétuellement en conflit pour établir qui serait le préféré de la mère abandonnée, avaient fait de la petite dernière leur bouc émissaire : on la traitait de « laide », d'« idiote », de « puante », d'« intruse » ; pas un jour ne passait sans qu'on lui assène moqueries, coups et mépris.

Mon épouse et moi, incapables d'être heureux à cause des blessures émotionnelles provoquées non seulement par les conflits parentaux mais aussi par la rivalité entre frères et sœurs, nous étions proposé de faire sentir à chacun de nos enfants qu'il était un être à part, et qu'il méritait un amour particulier. Nous nous employâmes à les convaincre que notre cœur était vaste, capable d'aimer chacun de manière unique sans rien ôter à personne, et au lieu de nous préoccuper de leurs incapacités, nous nous concentrions sur leurs capacités. C'est ainsi que nous leur enseignâmes les délices de la collaboration, de l'échange, de l'entraide, du respect. Ils eurent le grand privilège de connaître l'amour fraternel.

Dans le même temps, il nous fallut travailler de façon ardue pour guérir notre propre passé. L'incompréhension de nos parents, sourds à nos sentiments, ne nous avait jamais permis d'exprimer l'hostilité fraternelle par des actes créatifs ; ils n'avaient cessé d'établir des comparaisons entre nous, provoquant la désunion ; ils nous avaient utilisés comme leur public et leurs complices dans leurs disputes : bref, ils nous avaient obligés à être

ce qu'ils voulaient que nous soyons, sans prendre en compte notre Être authentique… Tout cela m'avait transformé en un adulte dévoré par le besoin de dominer les autres, quitte à m'épuiser pour être au niveau de ceux qui se comportaient en triomphateurs. Mon épouse, une fois sortie de l'enfance, était devenue une femme qui ne supportait pas la moindre comparaison avec les autres, car cela lui donnait l'impression d'être une mauvaise sorcière.

Innombrables sont ceux qui, à cause de l'agressivité de leurs frères et sœurs, ne parviennent pas à vivre en paix une fois devenus adultes.

Avec patience et persévérance, nous arrivâmes à transformer la compétition entre nos fils en une saine collaboration. Mais le moment venu de les envoyer à l'école, nous nous vîmes parfois obligés de nous battre contre l'éducation qu'on leur inculquait, souvent basée sur la compétition et sur un véritable dressage destiné non à découvrir la Vérité, mais à obtenir des bénéfices matériels.

Pour favoriser la cohésion des quatre frères, je développai chez eux le sentiment de faire partie d'un clan sacré en exaltant notre nom de famille. Je leur montrai que dans « Jodorowsky » brille, comme un diamant, la syllabe *do* qui en japonais signifie la « voie » (comme dans *karatédo*, *aïkido*, *kendo*, etc.). Je continuai en disant qu'en japonais encore le mot *dojo* représente une salle réservée aux exercices spirituels et aux arts martiaux. Le *jôdo* est la doctrine de la Terre pure, qui conseille, comme méditation principale, oubliant le nom personnel, de réciter avec sincérité et foi profonde, sans interruption, le nom de Bouddha. *Jô* est la pureté. *Ky*, en se transformant en *chi*, signifie « connaissance et sagesse ». Dans certaines écoles shintoïstes, qui donnent une signification ésotérique aux couleurs, le jaune, *ki*, rappelle les rayons du soleil : il est donc le symbole du centre, de l'unité, du Créateur.

Sky en anglais signifie le « ciel ». La lettre *w* qui précède *sky*, dans l'occultisme occidental, est prise comme symbole de l'eau céleste, alors que si on la retourne, devenue *m*, elle représente l'eau terrestre. Si le *v* représente numériquement le 5, le double *v* (*w*) représente le 10, nombre qui réunit mâle et femelle, esprit et matière.

Jod (prononcé *yod*) est la dixième lettre de l'alphabet hébreu. Le nombre 10 (qui est aussi la somme des lettres de notre nom de famille) réalise le retour à l'unité : 1 + 0 = 1. Cependant, il y a une différence entre

le 1 et le 10. Le 1 contient l'ensemble des polarités génératrices, inactives tant qu'elles demeurent indifférenciées, mais qui, lorsque l'unité se fractionne et qu'elles se séparent, engendrent les univers. C'est précisément le 10, formé d'un germe masculin et d'une graine féminine, qui représente ces polarités devenues distinctes, le spermatozoïde et l'ovule, le phallus et le vagin, le plein et le vide, l'expansion et la constriction. 1 + 2 + 3 + 4 = 10. 1 et 3 sont masculins, 2 et 4 sont féminins. Dans la civilisation maya, le 10, *lahun* (celui-qui-est-deux-en-un), ne devait jamais être prononcé en raison de son caractère extrêmement sacré. Pour éviter même de l'écrire, on le représentait comme deux fois 5. Dans le bouddhisme hindou, le chemin du bodhisattva comporte dix *bhumis*, ou niveaux de réalisation spirituelle. Le dixième *bhumi* indique que la sagesse réalise la non-identification aux enseignements, à la voie, à la technique. Le bodhisattva cesse de s'identifier au chemin parce qu'il devient lui-même la voie.

Jod est la première lettre, et la plus sacrée, de l'imprononçable Tétragramme, *Yod-Hé-Vav-Hé*, Yahvé (ou Jéhovah). C'est la plus petite des quatre lettres, qu'on marque par un point. Une loi ésotérique affirme que plus un symbole est simple, puis il est puissant spirituellement. La force supplante la forme ; plus la forme disparaît, plus la force apparaît. Si notre intellect apprend à être récepteur, l'ego se contracte et réalise l'annulation du moi : mépris de la conscience de sa propre importance, dissolution de l'existence personnelle dans l'impersonnalité sacrée.

En arabe comme en hébreu, le mot *jod* signifie « main ». La main droite est considérée comme étant de bon augure et la gauche de mauvais augure. L'une est « lumineuse » et l'autre « obscure ». Le *or* de Jodorowsky signifie « lumière » en hébreu. Une main illuminée, la droite, qui n'exclut pas la gauche. Dans le corps humain il n'y a aucun organe simple ; même le cerveau a deux hémisphères et le cœur deux ventricules. On fait prendre parti à l'homme pour la droite ou la gauche. Cela le marque, en imprégnant sa conscience d'une ambivalence de – comportement. Les mains, lorsqu'elles entrelacent leurs dix doigts en prière, ont la faculté d'unir symboliquement ce qui est séparé, perdu ou dispersé. La majorité des mythes mentionnent la perte de quelque chose de précieux qu'il faut récupérer, reconstituer ou remplacer. Cette perte par destruction, disparition ou oubli évoque une intégrité antérieure qui se réfère à un état de perfection primordiale, principalement celui de la langue originale déchiquetée en une multiplicité de langages. La racine de cette langue originale est

l'imprononçable Nom sacré, dont la transmission était secrète à cause de ses vertus surnaturelles. Il n'y a pas une seule école ésotérique qui ne fasse allusion à un Nom suprême dont la connaissance est le Secret parmi les secrets. Les cataclysmes sociaux ont dispersé ce Secret en une multitude de petits pseudo-secrets.

Les écoles initiatiques rétablissent l'union avec le Nom sacré. Dans certaines écoles soufies de l'islam, par exemple, le maître prend la main droite du candidat entre ses deux mains, la droite dessus et la gauche dessous, pour le relier à la racine originelle. Cette « union des mains », qui dure le temps de réciter les formules consacrées, réalise la transmission du Secret ineffable de maître à disciple. Dans le Zohar des kabbalistes juifs, il est écrit : « De la main droite du Saint – béni soit-Il – émanent toutes les lumières, les bénédictions et les libertés. De la main gauche émane la rigueur. En réalisant leur union, toute rigueur disparaît. » Par l'imposition des mains, le prêtre catholique opère le mystère de l'union et de l'amour. Ensemble elles ne s'opposent pas mais se complètent, se convertissent en une seule main de bénédiction et de miséricorde qui transmet l'influx divin. Dans le livre de Job (37, 7), Dieu « met un sceau sur la main de tous les hommes, afin que tous se reconnaissent comme ses créatures »… En symbologie, la main gauche représente le pouvoir temporel et royal, la droite le pouvoir spirituel et sacerdotal. La première est la voie de la Terre, la seconde la voie du Ciel. Les deux voies s'unissent à mesure que le disciple avance simultanément sur l'une et sur l'autre. L'une est la spiritualisation de la matière, l'autre la matérialisation de l'esprit. La main gauche représente le passé, la droite le futur. Lorsqu'elles s'unissent en prière, elles réalisent le présent, *jod-or*, la « main de lumière ».

Ayant ainsi exalté notre nom, j'expliquai à mes fils que nous l'avions relevé de l'opprobre où mon père l'avait enfoncé : lui qui voulait à tout prix être considéré comme chilien s'était inscrit au parti communiste sous le nom de Juan Araucano et haïssait ce « Jodorowsky » qui le signalait comme étranger. Cette expérience leur fut très utile : chaque nouveau concept auquel ils tentaient de s'identifier changeait leur manière de voir le monde et leur attitude envers les autres. Leur nom avait muté, s'était transformé en un objet précieux et secret qui les unissait et leur faisait sentir que la vie, malgré tous les obstacles présentés par la société, valait la peine d'être vécue. Ayant reçu la signification sacrée de leur nom secret, ils

développèrent une inaltérable confiance en eux et une joie de vivre continuelle…

Tous les noms, sans exception, peuvent être exaltés. Prenons un des noms les plus communs en France : Dupont. On peut le décomposer en « du pont », et explorer la signification du pont comme symbole d'union entre la matière et le monde immatériel permettant de passer d'une rive à l'autre, de la terre au ciel, de l'état humain à l'état supra-humain, de la contingence à l'immortalité. En espagnol, un nom également très commun comme Sanchez commence par la racine *san* qui renvoie à la sainteté. Le *che* est la première syllabe de *chela* qui signifie en sanscrit le disciple d'un maître. Cette syllabe a également à voir avec l'Alchimie : *Chemi* était l'ancien nom de la terre d'Égypte, et *cherio*, dans l'Alchimie, est la quintessence, la qualité essentielle libérée de toute impureté.

À moins de s'être intérieurement libéré de l'identification névrotique à un nom et à un prénom qui n'ont pas encore été exaltés, on ne peut se considérer comme libéré du piège généalogique. C'est pourquoi ce travail est indispensable pour chacun d'entre nous.

De la triade à la fratrie

Être unique et vivre ensemble

La nouvelle famille se concrétise à partir de la première naissance (voire à partir de la première grossesse, car même si celle-ci s'interrompt, l'enfant qui a été attendu peut par la suite occuper une place importante dans la mémoire familiale) : deux arbres généalogiques s'unissent, avec leurs pièges et leurs trésors respectifs. Dans les contes de fées, l'influence positive et négative des deux arbres est représentée par les fées et les sorcières qui se penchent sur le berceau de l'enfant pour prononcer bénédictions et malédictions.

Avec l'apparition de la famille commence pour nous l'étude des relations intrafamiliales, d'abord au sein de la triade (mère-père-enfant) puis parmi la fratrie au sens large : comment les enfants se partagent l'attention parentale, et quelles sont les conséquences des dynamiques familiales d'une génération sur l'autre.

Nous entrons ici dans une étude complexe, qui peut inclure une multitude d'individus. Un arbre généalogique entièrement composé d'enfants uniques représente déjà quinze personnes du même sang sur quatre générations, mais si toutes les fratries sont nombreuses, ce nombre peut atteindre la centaine.

Il faut d'abord s'attacher à comprendre la dynamique parents-enfants génération par génération. Nous verrons dans un premier temps ce qui se passe lorsque le couple devient triade, et toutes les variantes possibles de celle-ci avec leurs effets futurs. Puis nous nous intéresserons à la manière dont les conflits de fratrie naissent et sont envenimés par l'incapacité des parents à traiter chacun de leurs enfants comme un être unique. Nous aborderons les phénomènes de projection et de compensation qui amènent

les personnes d'une génération à reporter leurs propres conflits d'enfance sur la génération suivante, par exemple en punissant, consciemment ou non, leurs enfants du mal que leur ont fait leurs frères et sœurs ou leurs parents.

Ce chapitre s'appuiera sur une série de cas pratiques, qui permettront de comprendre plus concrètement les situations-types auxquelles nous faisons référence.

Du couple à la triade

À partir de la naissance d'un enfant le couple devient famille. Pour l'homme, c'est la rencontre avec le nouveau-né qui scelle la réalité de sa paternité, alors que pour la femme l'enfant était déjà concret pendant la gestation. Les premiers temps avec l'enfant sont une période critique, souvent décrite, qui peut aussi bien être vécue comme un moment paradisiaque qu'engendrer de nombreuses angoisses. L'attachement de la femme au bébé est en principe soutenu par la production d'ocytocine naturelle qui commence dès l'accouchement, et qui atteint son pic au moment de la naissance (à condition que la femme ne soit exposée ni au froid, ni au stress, ni à une lumière trop intense, et que son intimité soit respectée). Il a été prouvé que l'injection d'ocytocine dans le cerveau d'un mammifère produit une diminution de l'agressivité, une plus grande résistance à la douleur, une augmentation de l'appétit et, pour les femelles, du comportement maternel. Ces effets durent deux fois plus longtemps pour les femelles que pour les mâles. Cette « hormone de l'amour maternel », comme on l'a parfois appelée, est stimulée par l'allaitement.

Dans le meilleur des cas donc, la mère est entièrement tournée vers son bébé nouveau-né. Mais tout n'est pas rose pour autant, puisque pour l'homme qui partage sa vie, cela peut être déroutant : il voit l'attention de sa femme se détourner entièrement vers l'enfant, qui devient alors pour lui un obstacle ou un rival. La question de la reprise de la vie sexuelle est souvent évoquée aussi. Dans un couple sain et évolué, cette situation trouve une issue aisée : l'homme accepte de perdre pendant un temps l'attention de sa femme qui se dédie au plaisir nouveau (et sexué) de l'allaitement ; il attendra patiemment le retour du désir chez sa compagne. Dans un couple moins équilibré, cela peut causer des conflits innombrables pouvant aller jusqu'au viol ou à l'agression physique.

Le moment où le père reprend des relations intimes avec sa femme est essentiel car il marque la fin de la fusion entre la mère et le bébé, qui est presque une deuxième gestation. En se revendiquant compagnon et amant de sa femme d'un côté et père de son enfant de l'autre, on peut dire que le père met en place une triade équilibrée, où les trois relations (mère-père, père-enfant, mère-enfant) sont d'importance égale. Mais nombre d'éléments peuvent perturber la constitution de ce fragile trio.

D'une part, les parents peuvent entrer en conflit. D'autre part, ils peuvent ressentir l'arrivée de l'enfant non comme un apport, qui les fait accéder à un nouveau stade de leur vie adulte, mais comme une menace, une invasion, une source de fatigue et de frustration. D'un point de vue transpersonnel, nous avons vu que si le fait d'engendrer un enfant nous renvoie à notre propre mort, il nous renvoie aussi à l'immortalité de l'espèce. Mais sur le plan individuel et limité, l'arrivée du petit être peut être une source d'angoisse. Le parent reproche inconsciemment à son enfant de le détrôner, de l'expulser de sa propre place d'enfant éternel et de le priver de son immortalité illusoire.

Ces parents incapables de grandir auront en général des comportements toxiques vis-à-vis de leur enfant : ils lui feront par exemple sentir qu'il gêne, le confieront systématiquement aux grands-parents, faisant de lui une sorte de petit dernier de leur fratrie, l'abandonneront ou le dévaloriseront de diverses manières pour confirmer leur propre position d'enfant-roi.

La question du sexe joue aussi. Une mère saine qui donne naissance à un fils aura le plaisir d'avoir engendré un être humain différent d'elle mais parfait en soi. Si cette femme a été dévalorisée dans sa féminité, le fils peut être vu soit comme une sorte de trophée sur lequel elle projettera sa masculinité frustrée, soit comme un privilégié investi d'une perfection à laquelle elle n'a pas eu accès et dont elle peut devenir jalouse. De même, quand le premier enfant est une fille, un père sain n'est pas déçu narcissiquement : il célébrera la féminité de sa fille, et lui projettera peut-être son *anima*, la part féminine de son être. Mais s'il est névrotique, il peut la mépriser, blessé dans son narcissisme par l'arrivée de cet enfant qui ne lui ressemble pas et le prive de la satisfaction de se voir reproduit à l'identique. Symétriquement, la mère saine aimera sa fille et le père sain son fils comme une personne à part entière et non une copie d'eux-mêmes en plus petit. Ils s'apprêteront à lui donner tout ce qu'ils n'ont pas reçu de leurs propres parents et à accepter que cet enfant les dépasse en tout. En

revanche, la mère névrotique niera l'existence individuelle de sa fille et la traitera comme une prolongation d'elle-même, un tentacule, ou encore comme une spectatrice ; elle sera toute sa vie en compétition avec elle et l'empêchera de grandir. Le père névrotique fera de son fils une prolongation de son ego, « l'héritier du nom », le déguisera en réplique miniature de lui-même et fera tout ce qui est en son pouvoir pour le castrer, fût-ce en le couvrant d'argent et de cadeaux jusqu'à un âge avancé, pour se prouver qu'il reste le chef de famille.

Les parents névrotiques sont toujours infantiles, même sous les apparences de l'autorité, de la dignité et de la respectabilité. Leur action va dans deux directions distinctes aux effets également dévastateurs : soit ils se comportent de manière immature et obligent leur enfant à jouer au petit adulte, le mettent en danger, se reposent sur lui sans lui permettre de vivre pleinement son enfance, soit au contraire ils le maintiennent dans l'enfance, créant un faux paradis familial, l'empêchent de grandir et de devenir autonome, et le culpabilisent en lui interdisant de les abandonner. Toutes les souffrances de l'arbre généalogique peuvent être interprétées comme un refus par les parents de leur mort individuelle (donc de l'immortalité de l'espèce humaine) qui devient une petite mort imposée à l'enfant, lequel devra porter le poids de la parentalité à la place des parents infantiles, au prix du développement de son Être véritable.

Tout l'enjeu de devenir parent tient à cette mutation : soudain, on n'est plus « fils de » ou « fille de », mais avant tout « père de » ou « mère de ». Le parent se voit contraint de sacrifier sa demande enfantine, de passer outre ses propres blessures à vif et ses aspirations irrésolues pour se consacrer à un être vulnérable et dépendant qui exprime l'impérieux besoin de grandir et d'être aimé. Ces enjeux se manifestent dès l'apparition de la vie dans le ventre maternel : la négation de la mort par souci d'individualité ou l'acceptation de la mort, c'est-à-dire de l'être transpersonnel. Devenir adulte, si on continue à se penser comme enfant et que l'on se réfère à ses propres parents, c'est devenir un adulte égoïste qui ne veut pas mourir, mais devenir adulte en devenant authentiquement parent, c'est devenir un adulte transpersonnel qui accepte sa propre disparition comme un élément de continuation de l'espèce.

Il convient donc de se demander quel est le but dans la vie de chacun des parents au moment de la naissance de l'enfant. Sur le plan de l'ego et de

l'Inconscient, l'enfant peut être considéré par ses parents comme ce qui les empêche de réaliser leur but. Cela témoigne d'un niveau de maturité peu élevé. Les parents ont alors un but égoïste, et l'enfant sera considéré comme un gêneur qui vient interrompre leur jeu ou leur rêverie enfantine. Dans de nombreux cas, l'enfant est conçu comme un continuateur de l'arbre généalogique, et on lui demande de n'être qu'un héritier au service du passé. Mais quel que soit le niveau de Conscience des parents, nous pouvons affirmer que sur le plan du Supraconscient, l'enfant vient toujours réaliser l'union entre les deux parents et les inciter à développer, qu'ils y parviennent ou non, leur but véritable. Il est d'ailleurs fréquent qu'un enfant réalise à sa manière une synthèse entre les buts respectifs de ses parents.

Exemple n° 1 : Les deux parents sont orphelins de père. Ce manque fondamental les a initialement réunis, chacun voyant dans la détresse de l'autre le reflet de la sienne, mais il a aussi eu pour effet de les maintenir dans un état immature : ils ont tous deux manqué de la structure éthique et existentielle qu'aurait pu donner le père.

Elle, Ana, est le produit d'une étreinte avec un amant de passage qui a jeté le discrédit sur sa mère avant qu'elle se suicide. Elle est donc « la bâtarde », méprisée par sa famille. En réaction à cette dévalorisation, elle nourrit des illusions de grandeur et rêve de devenir actrice de cinéma. Lui, Juan, devenu orphelin à treize ans, a travaillé pour payer l'éducation de ses frères et sœurs qui ont tous réussi dans des professions intellectuelles, alors que Juan est resté plus bas qu'eux dans l'échelle sociale. Sa finalité à lui, qui n'a pas pu faire d'études, est d'être respecté au même titre qu'un homme cultivé, chose qui lui est évidemment impossible.

Rapidement, le couple se trouve plongé dans l'insatisfaction, puisque la finalité de chacun est irréalisable. Ils rejettent leur fils qui doit grandir seul, dans ce qu'il décrit comme « une sorte de schizophrénie bénigne entre l'enfant qui était en moi et l'adulte qui prenait soin de lui ».

Ce père avide de respectabilité a fini par s'engager au parti communiste, tandis que la mère affamée de reconnaissance s'enivrait de films hollywoodiens. Chacun, enfermé dans son but égoïste, a manqué son évolution vers une attitude transpersonnelle. Mais le fils, surmontant les souffrances affectives de son enfance, est néanmoins parvenu à unir les deux buts de ses parents : c'est un cinéaste universellement respecté.

Exemple n° 2 : La jeune mère de vingt-trois ans aurait rêvé d'être styliste de mode. Le père, vingt-quatre ans, s'imagine grand reporter. Un

fils arrive entre eux « par accident ». Les deux parents, contraints de se marier et de fonder une famille stable pour s'occuper de ce petit être, deviennent elle mère au foyer et lui rédacteur dans une agence publicitaire. Pendant toute son enfance, ils rendent ce premier enfant responsable de leur irréalisation artistique et professionnelle. Celui-ci, après une série de difficultés et un long travail sur lui-même, devient directeur commercial d'une grande enseigne de luxe, et voyage dans le monde entier dans le cadre de son travail. Au moment d'étudier son arbre généalogique (à quarante-quatre ans), il a néanmoins une forte crise de vocation, et remet en cause cette passion de la mode et du voyage qui ne correspond que partiellement à son Être véritable. Il dit avoir littéralement « absorbé » les idéaux déçus de ses parents, et rêver d'une position professionnelle à la fois plus stable et moins mondaine, qui lui permette de fonder une famille. Il ressent aussi le besoin de se tourner vers le commerce équitable et le développement durable.

On pourrait dire que la première partie de sa vie a été consacrée à la réalisation extérieure du but des deux parents (la mode, le luxe et le voyage) alors que, la maturité venant, il réalise dans le cadre de son métier une mission de service et d'authenticité plus proche de ce dont son arbre généalogique a réellement besoin.

Nom et prénom : identité individuelle et identité familiale

Chacun de nous reçoit à la naissance au moins un prénom et un nom de famille, le plus souvent un patronyme (littéralement, « nom du père »). Dans les cultures patriarcales, le nom de famille qui, comme un tatouage, intègre le nouveau-né au clan, marque l'appartenance à la branche paternelle de l'arbre. Ce nom de famille est souvent dérivé d'un lointain ancêtre paternel : Dominguez ou Martinez (descendants de Domingo ou Martin), Vassilievitch ou Nikolic (descendants de Vassili ou Nikola), Paoli ou Franceschi (descendants de Paolo ou Francesco), Adamson ou Mendelssohn (fils d'Adam ou de Mendel), etc. Les patronymes écartent la filiation par la mère, de même que la Bible ne mentionne que les noms des premiers fils[1]. Aujourd'hui, quelques pays permettent que les enfants acquièrent le nom de famille de la mère plutôt que celui du père, mais même ce nom que les mères modernes transmettent à leurs enfants est

imprégné de la culture patriarcale. On pourrait rêver d'une révolution du nom de famille où les femmes transmettraient, par un matronyme inventé, un apport culturel féminin (Raquelez, Natalievna, etc.).

Pour ce qui est du choix du prénom, en revanche, la mère peut intervenir. Ce premier « cadeau » offert au nouveau-né l'individualise au sein de la famille et, d'une certaine manière, le fait exister indépendamment de sa mère. Cependant, **le prénom est chargé de fantasmes narcissiques et de projections parentales**. L'enfant, comme le ferait un animal domestique, s'habitue à ce son avec lequel on attire sans cesse son attention. Il finit par l'incorporer à son existence comme un organe de plus. La plupart du temps, malheureusement, ce prénom résume les aspirations du piège familial, que ce soit sous la forme d'une répétition (on confère à l'enfant le même prénom, c'est-à-dire la même identité qu'un membre de la famille) ou d'un refus (le prénom correspond alors à une malédiction).

Ainsi, des parents ayant conçu un enfant par accident à cause d'un préservatif défectueux l'avaient appelé Pépin, se référant consciemment au prénom du père de l'empereur Charlemagne, mais inconsciemment au sens argotique du mot « pépin » (problème, accident désagréable). De même, le prénom féminin Manon peut être décomposé en « ma » (la mère) accolé à la négation « non » et, sous prétexte d'évoquer l'héroïne Manon Lescaut, recouvrir en réalité une haine tenace pour l'archétype maternel. Si la fille reçoit le prénom d'une amante secrète du père ou le fils celui d'un fiancé perdu de la mère, ce prénom liera l'enfant sa vie durant au secret affectif ou sexuel du parent, créant un lien incestuel dont l'enfant n'est parfois même pas conscient puisqu'il ne connaît pas l'existence de la personne idéalisée dont il porte le nom.

L'attribution des prénoms dans l'arbre généalogique recouvre très souvent le désir de faire revivre des ancêtres, ou de rejouer les relations avec des parents encore vivants. Le prénom est alors une marque supplémentaire, manifeste ou déguisée, de l'appartenance au clan, au lieu de désigner la personne qui vient au monde comme spécifique et singulière. L'Inconscient familial manifestera cette répétition soit de manière directe (comme dans les familles où la tradition veut que l'on donne au premier fils les prénoms de ses deux grands-pères, ou à la fille le prénom de sa mère, etc.), soit sous la forme d'une variation ou d'un anagramme. Carole devient Caroline, Coraline Cornelia ; Elsa devient Isabel ou Elisa ; Maria devient Marlène, Marilyn, Mireille, voire Mario ; Rolando correspond à Arnoldo ou

à Orlando, Noël à Joël ou à Léon, toutes les lettres de Dorothée sont dans Théodore, toutes celles de Julien (ou Julian) dans Jacqueline. Les prénoms changent de culture mais conservent un lien flagrant : Marc est Marek, Paul est Pablo, Raymond devient Roman. Parfois un prénom vient se nicher dans un autre : Ana se retrouve ainsi dans Mariana, Anastasia, Nathanael, etc. On voit aussi de nombreuses répétitions d'initiales (Albina, Alberto, Antonio, Anaïs, etc.). Parfois c'est la première syllabe qui se répète (Jacobo, Jacinto, Jaime) ou au contraire les prénoms riment les uns avec les autres (Brice, Fabrice, Patrice, Béatrice…). Des répétitions de syllabes peuvent voyager dans toute la totalité de l'arbre généalogique (la mère de *Sa*muel est Teres*a* et son épouse *Sa*ndra ; le grand-père s'appelait Osw*al*d, le père *Al*fonso et le fils Pasc*al*).

Les enfants que l'on désigne jusqu'à l'âge adulte par un diminutif (Bobby, Lola, Jeannot, Mimi, etc.) sont sommés par la famille de rester enfants, de ne pas grandir, de ne pas occuper trop de place.

Le prénom peut aussi être la marque des idéaux sociaux, culturels ou religieux : l'enfant sera désigné d'après une star de cinéma, un héros de guerre ou une personnalité politique. Le prénom peut être écrasant (prénoms impériaux ou mythiques comme César, Hercule, Hadrien, Napoléon ou Alexandre ; prénoms renvoyant à des archétypes plus ou moins troubles de l'éternel féminin comme Ève, Vénus, Cassandre ou Marilyn), surtout s'il renvoie à un délire de grandeur de l'arbre généalogique. L'enfant peut alors sentir que l'on exige de lui le génie, la célébrité, ou d'autres exploits qui ne sont pas dans sa nature. Inversement, les prénoms éthérés comme Angélique, Rafael, Gabriel, Célestin, peuvent produire un interdit sexuel et une incapacité à s'incarner. Dans la culture chrétienne, tous les prénoms dérivés de la vie du Christ (Pascal, Dominique, Christophe, Jesùs, Emmanuel, Christian…) peuvent induire une névrose de perfectionnisme et, fréquemment, une tendance à tomber malade, à avoir un accident grave ou à mourir l'année des trente-trois ans.

Il importe par ailleurs de savoir qui a nommé l'enfant. Si ce ne sont pas la mère et le père, cela signifie qu'ils se déchargent de leur autorité parentale sur d'autres, ou qu'elle leur est volée : l'enfant n'est pas voulu, ou encore il est capté par des grands-parents voraces qui ne laissent pas grandir leurs propres enfants. Nommer un enfant correspond symboliquement à se l'approprier, et cette filiation symbolique à des grands-parents, un parrain

ou une marraine, un oncle ou une tante peut donner à l'enfant l'impression d'être mal aimé ou refusé.

L'attribution d'un prénom composé peut révéler une ambiguïté sous-jacente de la part des parents, surtout lorsque les deux prénoms accolés sont de sexe différent (Jean-Marie, Maria-José, Rosa-Alberto, Veronica-Jesùs, Marie-Pierre…). Cela peut induire un problème d'identité chez l'enfant, qui sent intuitivement qu'on attendait un enfant d'un autre sexe. Parfois le prénom composé sert à réconcilier les deux parents qui ne parviennent pas à tomber d'accord sur un prénom simple : si le grand-père paternel s'appelle Charles et le grand-père maternel Henri, le premier fils nommé Charles-Henri, apparemment pour réunir les deux branches de l'arbre généalogique, sera en réalité porteur d'un conflit de pouvoir entre les deux chefs de famille ; de même une jeune femme appelée Marta-Luisa selon les deux prénoms de ses grand-mères intégrera, outre le désir de ses parents de faire revivre en elle une mère sanctifiée (ou insuffisante), un conflit entre les personnalités de ces deux femmes qui se disputent en elle la préséance.

Les prénoms peuvent aussi être des à-peu-près qui évoquent une situation douloureuse ou complexe que l'on a cherché à résoudre en la personne de l'enfant : René (ou Renato) peut évoquer la mémoire d'un disparu que l'on souhaite voir renaître ; en français Sylvie peut être entendu « s'il vit » et faire référence à un fils non né, ou disparu ; Geneviève est l'homonyme de « je ne vis Ève », et peut indiquer une dévalorisation du féminin dans l'arbre généalogique, etc. Sans tomber dans l'excès qui consiste à tout interpréter en fonction de ce type de jeux de mots (autrement appelés la « langue des oiseaux »), il est évident que dans chaque culture l'arbre généalogique, comme une personne, s'exprime aussi à travers certains lapsus.

Les prénoms masculins féminisés sont très nombreux dans les cultures patriarcales, et portent tous en germe la déception qu'a le père (ou la mère) de ne pas avoir un héritier mâle. Forcé de s'identifier à sa fille, au prix de son narcissisme, le père l'affuble d'un prénom qui sonne comme un regret, ou encore la mère signale par ce prénom sa déception de ne pas avoir « donné » un fils à son époux, voire à ses propres parents. Il est plus rare qu'un garçon porte un prénom féminin ou ambigu, mais dans certaines cultures très catholiques l'adjonction de Marie, Maria ou Mario correspond à une projection féminine.

Exemple : Le poète Rilke avait pour prénoms de naissance René Karl Wilhelm Johann Josef Maria et sa mère, à la fois dévote et coquette, sans doute très narcissique, avait pris l'habitude de le travestir en fille pendant son enfance avant de l'abandonner purement et simplement. À vingt-deux ans, il tomba fou amoureux de Lou Andreas-Salomé, de treize ans son aînée, qui fut sa maîtresse et son premier mentor. Celle-ci, considérant que le prénom René était un peu efféminé, lui conseilla d'adopter Rainer comme nom de plume. Nous ne pouvons que sourire en constatant que le poète choisit néanmoins d'y adjoindre son dernier prénom, Maria, ultime lien avec cette mère absente qui l'avait voulu petite fille. La pratique du pseudonyme (qui consiste à devenir père et mère de soi-même en se donnant un nouveau nom) a sûrement contribué à la force et par conséquent à la gloire de nombreux artistes. Citons l'exemple célébrissime de Neftali Reyes devenu Pablo Neruda.

Nombre de sectes, de mouvements religieux et d'Églises nomment ou renomment ceux qu'ils absorbent : outre le rituel du baptême, on peut citer l'intronisation des moines zen qui, en entrant au monastère, se rasent la tête (ils ont alors le crâne chauve, à l'image d'un nouveau-né) et perdent leur nom. Les moines bénédictins ajoutent au changement de nom l'ablution des pieds, qui symbolise le fait de se laver de ses anciens pas, faits et gestes (soit de son arbre généalogique) et leur permet d'entreprendre une vie nouvelle au sein de la Mère Église. Nombre de maîtres indiens baptisent leurs disciples, quelle que soit leur nationalité, avec des noms en hindi ou en sanscrit, les remettant de fait dans la position du bébé qui ne parle pas couramment la langue maîtrisée par le parent symbolique.

Tous les noms que l'on donne à un enfant renferment ainsi des projections et des identifications du groupe familial, qu'il convient de décoder, pour pouvoir s'en détacher, voire, dans certains cas extrêmes, pour envisager un changement de prénom.

L'introjection et la projection

Au moment d'étudier l'influence que va avoir sur l'enfant le contexte familial dans lequel il grandit, il nous semble important de redéfinir les concepts symétriques de « projection » et d'« introjection », forgés respectivement par Sigmund Freud et Sandor Ferenczi, et depuis largement utilisés par les psychanalystes et les psychothérapeutes de tous bords.

L'**introjection** désigne le processus par lequel les parents et les membres de la famille entrent comme des archétypes dans notre Inconscient. La psychanalyse définit l'introjection comme l'absorption par le moi d'une caractéristique ou d'un trait qu'il aura perçu à l'extérieur. Il s'agit donc d'une **appropriation**.

Dans la petite enfance, la seule réalité que nous connaissons est celle de nos parents (biologiques ou adoptifs) et de notre famille. Grandir, c'est devenir eux : nous imitons leur façon de marcher, leurs gestes, leurs sentiments et leur façon de penser, dans le but d'être reconnus par le clan et intégré à lui. Sans l'amour de nos proches, nous ne sommes rien. Nous faisons donc tout notre possible pour les satisfaire. Une partie de notre psyché se transforme en miroir : nous imiterons ainsi non seulement les traits agréables de nos proches mais aussi leurs colères, leurs tristesses, leur dépression comme autant d'angoissants parasites[2].

Le nécessaire processus d'identification commence par une introjection de ce que nos parents projettent sur nous : s'ils nous voient « intelligents », « agités », « lymphatiques », « maladroits », nous intégrons ces qualités, ces défauts, ces qualificatifs comme faisant partie de notre répertoire et de notre personnalité, et nous nous y référons le plus souvent possible, jouant le rôle qu'on nous a distribué pour être reconnus et si possible acceptés. Si tel est le cas, nous continuerons de développer ce que les parents attendent de nous (par exemple rester sage, ne pas gêner avec des pleurs trop bruyants, être propre, affectueux, avoir de bonnes notes, développer les qualités préférées des parents : l'art s'ils sont artistes, le sport s'ils sont sportifs, la cruauté s'ils sont cruels). Si malgré cela nous continuons de nous sentir exclus, nous ferons des efforts surhumains pour devenir ce que la famille aurait désiré que nous soyons, fût-ce au prix de notre vocation ou au mépris de notre identité sexuée : c'est ainsi qu'une femme devient un « garçon manqué » et qu'un excellent musicien devient expert-comptable.

Un enfant accepte toutes les étiquettes qu'on lui impose et s'en sert pour se former son image de lui-même au risque, si les parents sont en conflit, de s'écarteler pour réaliser leurs désirs contradictoires. Si ses parents lui refusent leur amour, il leur trouve des excuses en se disant : « Ils sont en colère parce que je leur ai désobéi, parce que je ne vaux rien. De toutes manières, même si je suis méchant ou fondamentalement mauvais, ils sont là et ils me protègent. Il faut que je conserve cette identité

défectueuse : si je change, ils cesseront de me reconnaître comme un membre de la famille et ils m'abandonneront. »

C'est ainsi, en sacrifiant la souveraineté de nos ressentis authentiques, que se forge notre personnalité acquise : si les études auxquelles on nous contraint ne nous intéressent pas, on est « paresseux » ou « stupide » ; si on répète comme un perroquet les opinions de son grand-père, patriarche de la famille, on est « intelligent » ; si on réprime son énergie et qu'on se plie aux ordres névrotiques d'une mère obsédée par son foyer, on est « gentil » ; on sera « belle » si on ressemble à l'actrice favorite de son père, etc.

La famille attend de nous que nous ressemblions à un ou plusieurs de ses membres : il est mieux vu d'être une copie de ce qui existe déjà que de ressembler à soi-même. Il n'est pas rare de voir le clan, penché autour d'un enfant nouveau-né, faire de lui un portrait digne du monstre de Frankenstein, comme s'il était composé d'un collage de morceaux de cadavres : « Il a le nez de son grand-père, les yeux de sa mère, il gazouille comme sa grand-mère la chanteuse, il est brun comme son grand-père, il a les mains de son oncle… »

Mais il est également possible d'introjecter à l'âge adulte d'autres valeurs que celles vécues au sein de la famille, d'autres situations, d'autres empreintes. On peut interpréter ainsi le succès mondial de la gourou indienne Amma, dont le *darshan* (bénédiction) consiste à prendre les fidèles dans ses bras et à les bercer, transmettant symboliquement l'amour inconditionnel et absolu de la Mère cosmique. Nombre de personnes qui viennent recevoir son étreinte cherchent en réalité à faire enfin l'expérience d'être uniques parmi la multitude (puisque les accolades de cette femme qui se comporte en sainte concernent chaque jour des – milliers de personnes), expérience qui n'a souvent pas pu être vécue au sein de la fratrie.

La **projection**, quant à elle, correspond au fait d'**attribuer à l'autre** des sentiments qui nous sont propres, afin de se protéger d'une situation émotionnelle qu'on n'arrive pas à gérer. On investit ainsi une personne de défauts ou de qualités qu'elle n'a pas, mais qui la façonnent en conformité avec le modèle familial préexistant. La projection réactive dans la vie adulte des jeux de rôle correspondant au vécu du passé : il est fréquent de voir une personne qui, étant enfant, n'a pas été suffisamment écoutée dans sa famille accuser son entourage de trop parler ou de ne pas entendre ce qu'elle dit ; ou encore une personne ayant eu des conflits avec un membre de sa famille

attribuer à un étranger la même agressivité que son père, sa mère, un frère ou une sœur manifestait à son égard.

La projection n'est pas seulement un mécanisme de défense, c'est une énergie active capable de transformer la réalité, comme un colorant transforme la teinte de la matière dans laquelle on le verse. Notre attitude, nos croyances, nos actions modifient significativement la réalité. Si par exemple on a eu un conflit avec son frère, on va conduire toute relation significative avec un homme à des conflits du même genre. Bien entendu, on n'est généralement pas conscient de ces processus d'identification, car ils recouvrent une blessure intolérable. Les découvertes les plus récentes en neurologie nous apprennent que le cerveau humain choisit toujours, dans le cadre des compétences qu'il a acquises (aussi bien cognitives que motrices ou émotionnelles), la solution qui lui semble la plus adaptée à la survie. En d'autres termes, sur le plan émotionnel, on a tendance à réagir de la manière qui fait le moins mal. Pour un enfant maltraité par son père, il est par exemple moins douloureux d'en vouloir à toutes les figures d'autorité masculine (professeurs, supérieurs hiérarchiques, policiers…) et de les considérer en bloc comme des « salauds malhonnêtes », tout en rêvant à la perfection de figures inaccessibles et idéalisées (comme Gandhi, Nelson Mandela, le pape ou le dalaï-lama), que de faire face aux souffrances et aux manques qui ont été ressentis dans l'enfance face à ce père injuste, absent, violent ou sadique.

Conserver la colère, le refus et, au fond, l'agressivité que l'on projette sur l'autre permet de ne pas entrer dans l'immense et irréparable douleur d'un passé que rien ne peut modifier. Car, de même qu'une branche d'arbre coupée ne repousse jamais au même endroit, les manques du passé ne seront jamais comblés. En revanche, pour filer la métaphore, l'arbre peut continuer de grandir dans toutes les directions et d'innombrables nouvelles branches pousser. Identifier nos projections suppose et permet de faire le deuil des réparations qui n'auront jamais lieu, et de continuer à grandir dans les multiples directions qui nous sont aujourd'hui accessibles.

La triade et le destin

Voyons maintenant comment la relation initiale entre parents et enfant modèle le destin de celui-ci.

La pensée antique représentait le Destin comme une divinité aveugle qui déterminait d'avance, de manière précise et irrévocable, le cheminement des êtres vivants. En latin, *destinare* signifie « fixer, assujettir ». Les trois Moires de la mythologie grecque (les Parques, pour les Romains) étaient ses exécutantes implacables : Clotho était représentée filant l'existence de chaque individu ; Lachesis contrôlait les hauts et les bas de cette destinée, en guidant et en mesurant la longueur du fil tissé par Clotho ; enfin, lorsque Lachesis le lui indiquait, Atropos coupait le fil. Rien ne pouvait changer le cours de leur action. À l'origine, chaque humain recevait sa *moira*, c'est-à-dire littéralement sa « part » (de vie, de bonheur, d'épreuves, etc.).

Il convient de nous interroger, dans la perspective métagénéalogique, sur cette notion de destin. Nous pouvons dire que le destin d'un individu présente trois aspects :

- Le premier, la **destinée**, se développe sans intervention extérieure. Devant une graine ou un jeune arbre, un jardinier expert peut prédire ce « destin » : il s'agit de telle espèce, qui se développe en tant d'années, nécessite tel type de soins, etc. De même chacun de nous a un certain nombre de prédispositions biologiques et psychiques.
- Le deuxième aspect correspond à notre **libre arbitre**. Si l'on prévient quelqu'un d'un danger potentiel, par exemple en lui disant : « Si tu conduis ta voiture à telle vitesse dans telles conditions météo, tu risques un accident mortel », il peut changer le cours de son existence par sa propre volonté ou celle d'un intervenant extérieur. La Conscience, qu'il s'agisse de la nôtre ou de celle d'une autre personne, a donc le pouvoir de créer dans une certaine mesure un nouveau destin.
- Le troisième aspect est formé par l'**influence d'éléments extérieurs** (familiaux, sociaux ou culturels) sur les prédispositions psychologiques et biologiques d'un individu (tradition familiale, conflits divers, épidémies, guerres, etc.).

La résultante de tous ces facteurs conduit chacun vers la vie et la mort qui lui correspondent. Face à l'adversité, plusieurs réactions sont toujours possibles, les obstacles peuvent nous annihiler ou nous faire progresser : c'est la qualité de nos réactions qui détermine en partie la manière dont

nous vivrons et mourrons. En d'autres termes, le destin dépend en grande partie des décisions et des actions individuelles.

Nous avons vu, à propos de la naissance, à quel point la vie intra-utérine et l'accouchement peuvent modeler le caractère d'une personne. Toute la psychologie moderne nous indique également que les relations que l'enfant entretient pendant ses premières années de vie avec ses parents modèlent son destin. Dans notre optique, on peut dire que si les parents ont pour priorité d'amener l'enfant à découvrir son trésor intérieur, ses valeurs propres, tout ce qui le rend unique, ils participeront à lui créer un destin positif. Mais si les relations sont négatives, si les parents refusent ou sont incapables de devenir pleinement parents, le destin de l'enfant deviendra une caricature des pires aspects de l'arbre généalogique : il sera la proie du piège du passé.

Quel que soit le nombre d'enfants dans la fratrie, quelle que soit la qualité des liens qui les unissent, chacun de nous est d'abord tourné vers ses parents, et animé par la nécessité fondamentale d'être en lien avec eux. Par conséquent, même s'il a des frères et sœurs, l'enfant considère avant tout ses parents comme **les siens propres**, ce qui l'amène à se vivre en quelque sorte comme un enfant unique, personnage central (héros ou victime) de la saga familiale. Dans la prière chrétienne, l'orant dit : « *Notre* Père » et accepte par ces simples mots son appartenance à la collectivité humaine et la nécessité d'une position transpersonnelle ; dans la vie quotidienne, lorsqu'on évoque ses parents, on dit en général « *mon* père » et « *ma* mère ».

Nous appelons **triade** cette relation primordiale mère-enfant-père. Même lorsque les deux parents sont morts dès la naissance de l'enfant, cette triade existe comme la référence de base de la construction familiale.

Chaque type de triade forge un destin particulier. Rappelons-nous que notre moi personnel et relationnel est le siège de toutes nos blessures, frustrations et maladies psychologiques. Si notre Moi essentiel (Conscience, amour, force de vie) soutient ce que nous sommes et peut plus ou moins s'exprimer à travers notre personnalité, c'est depuis notre moi personnel que nous entrons en relation avec les autres.

Pour exister socialement, tout individu doit donc se créer une personnalité illusoire, laquelle peut le conduire à découvrir son Être essentiel, s'il répond à son appel, ou au contraire à le nier et à se construire

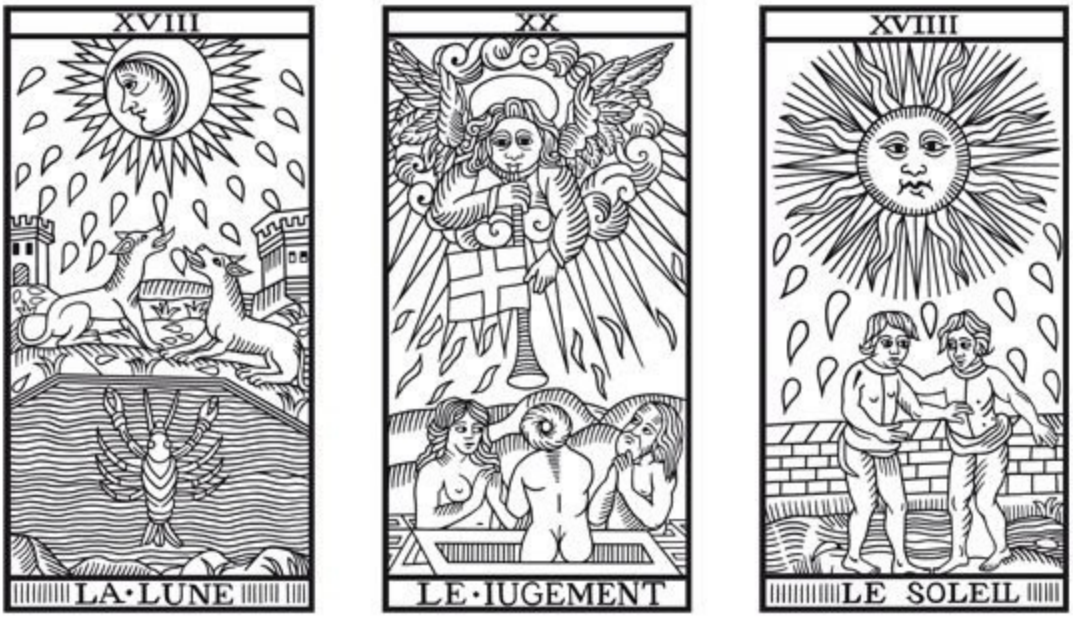
sur un ego voué à répéter les modèles passés. Les angoisses et les souffrances résultent des nœuds névrotiques que nous tissons avec nos semblables, avec tous les êtres vivants et avec le monde en général. À mesure que nous nous rapprochons de l'Être essentiel, les angoisses disparaissent, et on connaît la joie de vivre qui est notre nature véritable. Sur le plan émotionnel, le chemin de la réalisation nous conduit de l'angoisse de mourir à l'euphorie de vivre.

Pour étudier les triades dans l'arbre généalogique, il faut commencer par comprendre la dynamique de la nôtre puis remonter, une génération après l'autre, pour visualiser nos parents et nos grands-parents au sein de leur triade respective.

Les triades s'organisent selon une série de liens que nous allons étudier ci-dessous, recouvrant tous les schémas relationnels avec deux limites extrêmes. L'idéal, jamais atteint, serait l'union totale et parfaite dans les quatre énergies (intellect, affection, créativité sexuelle et vie matérielle) entre les trois membres de la triade, cette « sainte famille » étant le modèle ultime que nous pouvons envisager comme projet futur pour l'humanité. À l'opposé, une triade où la désunion serait totale (aucun lien entre le père et la mère, aucun lien entre l'enfant et ses deux parents). Là encore, cette désunion complète est inimaginable, puisque tout enfant finit par être élevé par quelqu'un, fût-ce dans une institution anonyme où une personne, à un moment donné, établit un lien avec l'enfant.

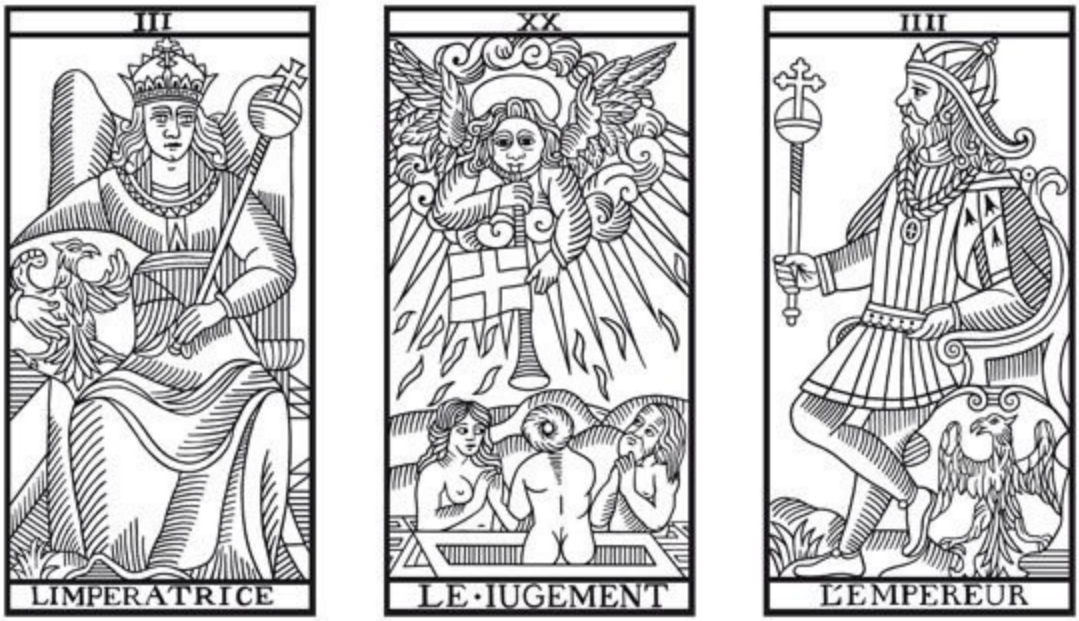
Les huit triades : de l'union parfaite à la désunion totale

La triade de l'union parfaite pourrait être représentée par ces trois cartes du Tarot :

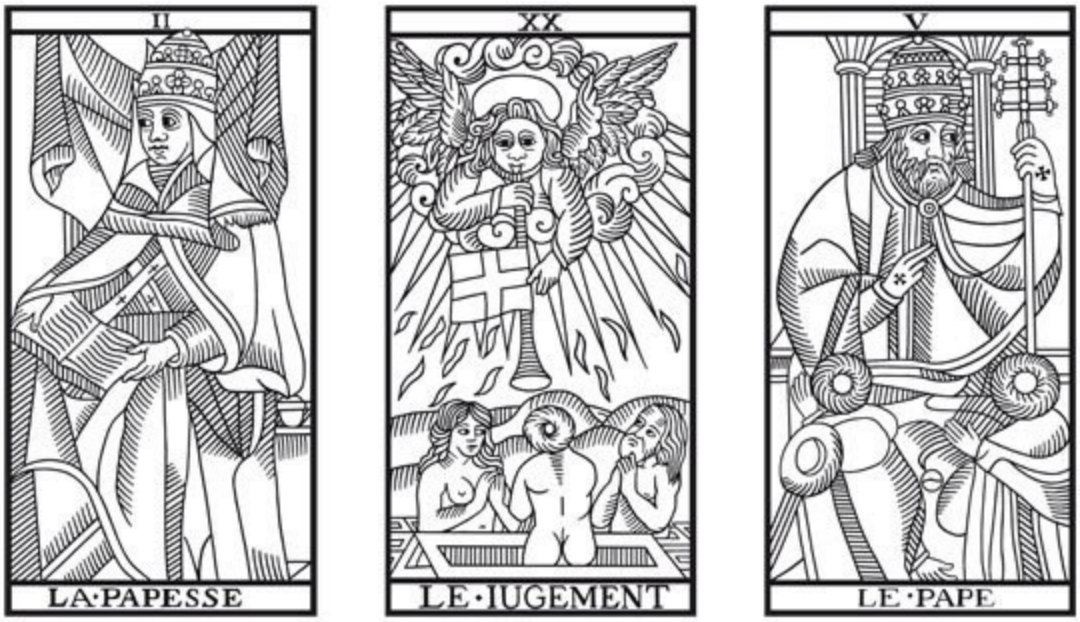


La carte du centre, le Jugement, montre un être qui surgit du fond de la terre : ce qui était en gestation naît. Cette impulsion vers la Conscience cosmique (représentée par l'ange qui lance un appel du haut des cieux) peut avoir lieu parce que les trois personnages se sont mis à son diapason. Père et mère partagent une entente complète aussi bien intellectuelle qu'émotionnelle, sexuelle et matérielle. Du côté de la femme à gauche, qui représente la mère, nous voyons la Lune, archétype maternel cosmique. Du côté de l'homme qui représente le père, nous trouvons le Soleil, archétype paternel cosmique. Entre ces deux astres naît l'être nouveau qui unit dans sa psyché les complémentaires masculin et féminin.

Les autres couples du Tarot représentent des aspects de l'union nécessaire pour que la triade du Jugement puisse avoir lieu :



L'Impératrice et l'Empereur, image du couple humain et passionnel, regardent l'un vers l'autre et se comprennent, chacun régnant sur son propre domaine. Le père a éveillé en lui la femme intérieure, ce qui lui a permis de se relier avec la masculinité de sa compagne : l'Empereur est assis sur un trône où un aigle femelle couve un œuf. De même, la mère a éveillé sa masculinité intérieure (son blason porte un aigle mâle), ce qui lui permet de se relier avec la féminité de son compagnon. Ce couple est uni mais pas renfermé sur lui-même ; il a un but commun : l'amour conscient, qui suppose le respect de l'autre, de soi-même et du monde. L'enfant est alors uni à ses géniteurs dans la joie, tous communiquent entre eux, et la famille, loin d'être une forteresse qui se défend des influences extérieures, devient un lieu à la fois sacré et ouvert, où tous les êtres vivants sont bénis.

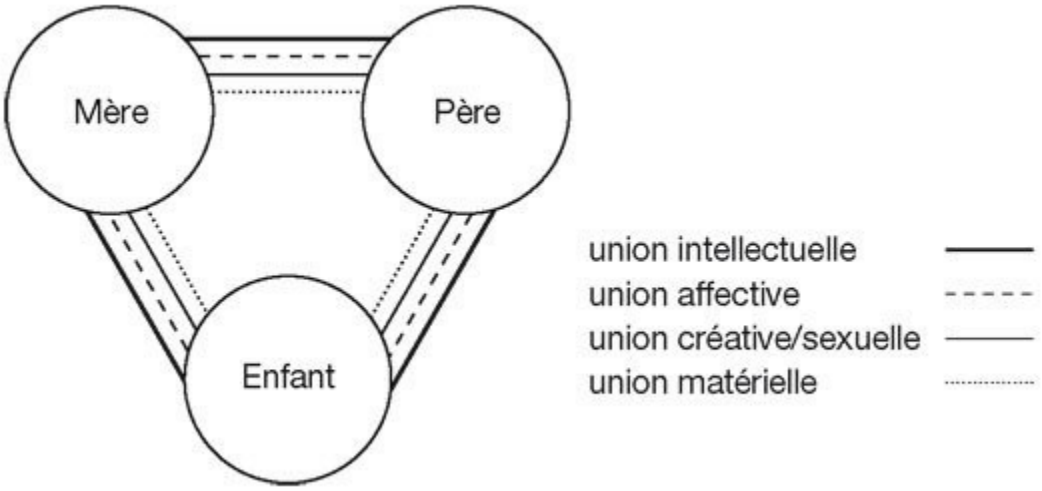


Dans cette triade la mère et le père ont également une action vers l'extérieur : habités par un but spirituel élevé, ils savent que la famille doit s'ouvrir vers le monde, et chacun accomplit son œuvre tout en gardant une complète solidarité vis-à-vis de la cellule familiale. Ces parents, représentés par la Papesse (avec son livre qui peut symboliser l'écriture, l'enseignement, la gestion des comptes…) et le Pape (flanqué de deux disciples qui n'appartiennent pas à sa famille de sang, mais qui peuvent être des élèves, des employés, des sous-traitants…), ne sont pas tournés l'un vers l'autre, mais s'appuient l'un sur l'autre, solidement, donnant à l'enfant l'impression d'appartenir à une communauté à la fois solidaire et agissante vers l'extérieur.

Dans tous les cas, c'est l'arcane du Jugement qui reste au centre, car l'enfant qui émerge entre les deux parents ne change pas : il naît, ouvert à toutes les possibilités, prêt à recevoir la formation que ses parents lui donneront. Si cette formation s'effectue de manière optimale dans tous les centres et à un niveau de Conscience élevé, la triade engendre un enfant réalisé, pourvu d'un destin positif et plein. C'est ce à quoi aspire tout être humain. Mais en raison de l'inertie intense du passé et des forces de répétition agissant sur le plan familial, social et culturel, cette situation est rare.

Nous pouvons représenter schématiquement cette première triade de la manière suivante.

L'union parfaite



Dans cette situation, l'enfant est pleinement uni à ses parents qui eux-mêmes ont réalisé une union complète. Comme nous l'avons dit, cette triade n'existe jamais dans la réalité, mais elle est une référence nécessaire pour la forme de travail que nous proposons ici. Si l'une des quatre relations possibles (intellectuelle, émotionnelle, sexuelle/créative ou matérielle) échoue, on ne peut pas considérer l'union comme parfaite.

Il arrive que dans un couple manque un seul de ces quatre aspects : par exemple, il partage un même territoire et un même budget, s'entend bien sexuellement et s'aime profondément, mais tous les deux sont incapables de se mettre d'accord sur leurs idées, leurs croyances, leur vision du monde ; ou bien ils partagent des idées communes et communiquent de façon satisfaisante, s'entendent sexuellement et matériellement, mais ne sont pas capables de s'aimer, etc.

Pour d'autres couples, deux aspects fonctionnent et les deux autres sont un échec : par exemple, ils s'aiment et se désirent, mais ne cessent de se quereller et de transformer leur vie commune en enfer à cause de problèmes matériels. Pour d'autres couples encore, trois aspects de l'entente manquent

et il ne leur reste qu'un lien intellectuel, matériel ou sexuel alors que tout le reste de leur interaction est dysharmonieux.

Quoi qu'il en soit, tous ces couples souffrent sur un plan ou un autre, et leurs enfants, élevés dans une union défectueuse, héritent d'un destin négatif contre lequel ils devront lutter plusieurs années durant pour réaliser leur projet authentique.

Nous ne nous aventurerons pas ici à donner une description exhaustive de ce que serait la triade parfaite : cette conception peut varier selon chacun, même si certains éléments en sont universels. En réalité, il revient à chacun d'imaginer, selon ses propres critères, quelle pourrait être la relation idéale dans les quatre centres pour les trois protagonistes de la triade. Nous nous proposons simplement d'accompagner votre réflexion dans ce domaine. Comme pour l'exercice de l'union dans le couple, votre description de la relation devrait être valable selon vous pour n'importe quel couple père-mère, pour n'importe quelle relation mère-enfant et pour n'importe quelle relation père-enfant. Cela signifie que votre conception de la triade réalisée peut s'appliquer à vous-même, à vos parents, à tout votre arbre généalogique.

Cet exercice est indispensable car c'est dans l'**écart** entre la qualité de relation idéale que vous pouvez concevoir et la relation réelle qui vous a été imposée que commence la prise de conscience des **manquements** de l'arbre généalogique. On pourrait arguer que seule notre expérience de la famille réelle, avec ses manquements, peut nous servir de base pour imaginer une famille idéale. Mais cet exercice consiste précisément à dépasser les critères issus de la formation familiale, et à convoquer toute votre expérience d'adulte, toutes les informations disponibles et jusqu'à des modèles mythiques, pour réinventer la relation la plus parfaite que vous puissiez imaginer. C'est dans l'effort que vous ferez, et les limites auxquelles vous vous confronterez, que vous découvrirez des éléments jusque-là aveugles de votre formation généalogique.

Par exemple, vous pouvez postuler : « La relation intellectuelle idéale entre un père et son enfant suppose que le père prenne le temps d'écouter l'enfant, de lui expliquer ce qu'il ne comprend pas, de lui parler de son propre métier dans des termes qu'il puisse intégrer, de le soutenir dans son travail scolaire, de lui faire découvrir des thèmes et des théories qui l'intéressent, mais tout en respectant, à mesure qu'il grandit, sa liberté

d’opinion. Le père devrait guider son enfant sans jamais lui faire sentir son infériorité, célébrer à la fois ses qualités de raisonnement et son intuition, et l’accompagner dans ses études tout en lui permettant de développer sa curiosité. » Une fois ce principe établi, vous pouvez alors vous demander quelles relations intellectuelles père-enfant ont existé en réalité dans votre arbre généalogique : vous avez désormais un point de référence pour considérer ces relations comme toxiques, insuffisantes, ou au contraire constructives, même si elles présentent des lacunes.

Exercice : La triade de l’union parfaite

Voici une liste qui vous permettra de travailler chacune de ces relations.

Relation idéale dans l’intellect :

- entre père et mère : communication dans le couple, entente idéologique et morale, langues parlées à la maison, niveau de langage, communication non violente, liberté d’opinion politique et de culte, capacité d’écoute, culture et curiosité des parents, sens de l’humour…
- entre mère et enfant/entre père et enfant : pour ces deux relations, on peut s’intéresser à la manière dont se passerait l’acquisition du langage, comment les parents répondraient aux questions de l’enfant, comment ils lui inculqueraient et lui expliqueraient les règles, quelle relation ils auraient avec son apprentissage scolaire, comment ils le valoriseraient intellectuellement, se demander s’ils auraient avec lui une relation humoristique, s’ils le feraient participer comme témoin à leur travail, à leurs centres d’intérêt, s’ils écouteraient ce qu’il a à dire et le prendraient en compte…

Relation idéale dans le centre émotionnel :

- entre père et mère : marques d’affection, résolution des conflits, absence de chantage affectif, absence de jalousie et de

critiques, relations tendres, capacité au pardon, caresses et baisers…

- entre mère et enfant/entre père et enfant : expressions spécifiques de l'amour paternel et maternel (par des mots, des gestes, des attitudes), faculté des parents à dire non avec amour et à donner à l'enfant des limites sécurisantes, célébration des fêtes, des anniversaires, rituels affectifs mis en place au sein de la famille, manière dont les parents aident l'enfant à structurer ses émotions négatives (le chagrin, la peur, la déception), dont sont traités les amis et les proches…

Relation idéale sur le plan sexuel/créatif :

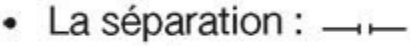
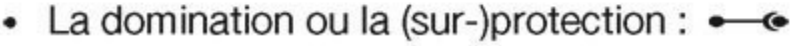
- entre père et mère : imaginez la relation sexuelle idéale de deux personnes qui élèvent ensemble des enfants, comment s'exprimerait la créativité de chacun et quelle serait la complicité des parents dans ce domaine.
- entre mère et enfant/entre père et enfant : on peut se demander comment les parents accepteraient l'identité sexuée de leur fils, de leur fille, quelle image de la sexualité ils donneraient, quelle éducation sexuelle, où seraient les limites et la liberté, comment ils laisseraient faire à l'enfant son exploration de la sexualité, comment ils se comporteraient face à la masturbation, s'ils encourageraient l'enfant dans sa créativité, et comment, s'ils laisseraient à l'enfant le temps de jouer, s'il serait à la fois protégé et laissé libre de faire ses expériences créatives, quelle image serait donnée de l'art, de la créativité en général…

Relation idéale sur le plan matériel :

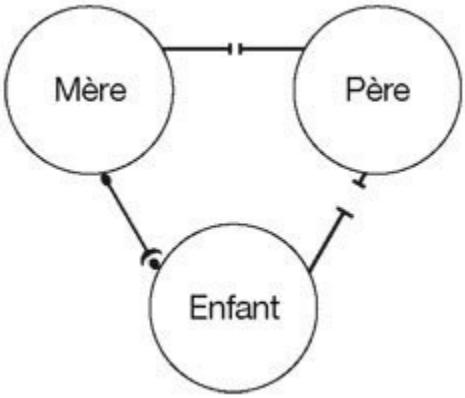
- entre père et mère : comment les deux parents devraient-ils s'entendre pour tout ce qui concerne leurs besoins et ceux de la famille (gestion des comptes, nourriture, partage du territoire) ? Comment serait partagé l'argent disponible ? Quelle conception du confort, de l'argent, du corps, de la santé les parents auraient-ils en commun ? Les parents seraient-ils complètement indépendants de substances toxiques comme le tabac, l'alcool, la drogue, les médicaments ?…
- entre mère et enfant/entre père et enfant : qui gagnerait l'argent du foyer ? Qui s'occuperait de la maison, de la nourriture, des

besoins de l'enfant ? Qui pourvoirait à sa sécurité matérielle, et comment ? Quel territoire lui concéderait-on ? Quel sens de l'ordre, de la propreté, et comment ? Comment se passeraient les repas ? Comment l'enfant serait-il initié à l'argent ? Quelle image lui donnerait-on de son corps ? Quelle serait la relation avec le sport, les vacances, l'activité physique ?…

Il est conseillé de faire ce travail sur la triade de l'union idéale avant de passer aux sept triades suivantes, où seront présentées des situations de coupure entre un ou plusieurs membres de la famille. Cette coupure peut être totale (par exemple, un des parents disparaît) ou partielle (absence de relations concrètes, silence affectif, refus de communication, ou encore, si la coupure se fait sur le plan sexuel/créatif, cela peut être une mère ou un père qui refuse la masculinité de son fils, ou qui nie la féminité de sa fille). Si l'on se réfère à la schématisation des relations telle que nous l'avons évoquée dans la 4e partie à propos des couples, les liens et les coupures peuvent prendre quatre formes distinctes :

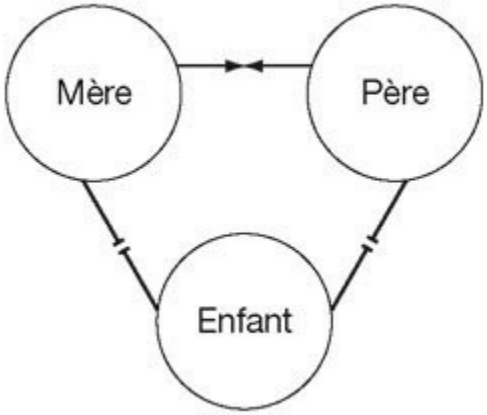
- L'union : 
- La séparation : 
- Le conflit : 
- La domination ou la (sur-)protection : 

Tout ce qui n'est pas une relation saine et incitant l'enfant à grandir correspond à un lien toxique. Par exemple, si le père disparaît et que la mère établit un lien exclusif et fusionnel avec l'enfant, la triade devient schématiquement la suivante :



Dans cette situation, il y a coupure de l'enfant et de la mère d'avec le père, et un lien entre la mère et l'enfant, mais ce lien est douloureux.

De même, si les parents sont tellement absorbés dans leurs conflits qu'ils négligent complètement leur enfant, le lien entre les parents s'exprime sous une forme conflictuelle :



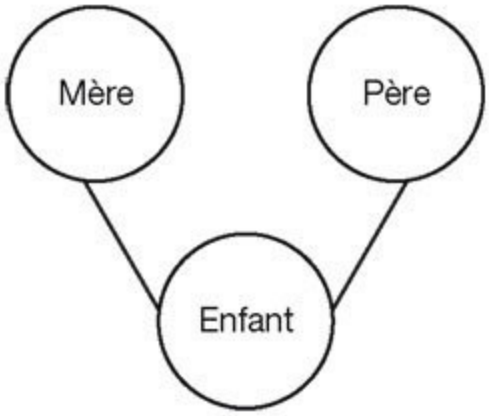
Outre que l'enfant est délaissé, il apprendra à considérer la relation de couple comme un espace avant tout conflictuel.

Les sept triades qui suivent décrivent des situations qui vont d'une coupure psychique, affective, avec un remplacement du parent manquant par un substitut, à des coupures graves (deuil et négation du parent absent ou disparu, abandon, etc.). Il faut garder à l'esprit que rien ne peut combler l'absence d'un père ou d'une mère. Ceux qui en tiennent lieu (grands-

parents, oncles et tantes, frères et sœurs, parents adoptifs…), malgré tout l'amour du monde, ne peuvent empêcher la blessure qui deviendra un obstacle dans la réalisation de la personne. Le fait d'être privé de l'amour du père ou de la mère induit un sentiment d'insatisfaction et d'incomplétude, qu'il faut avant tout reconnaître pour pouvoir combler.

Nous ne détaillerons pas si le lien ou la coupure s'effectue sous la forme d'une séparation, d'un conflit, d'une surprotection ou d'une domination : cela nous aurait entraînés dans plus de détails que ce livre ne peut en contenir. Ces triades représentent des situations prises au sens large, où le lien est rompu entre deux au moins des membres de la famille. Chaque exemple est illustré de deux ou plusieurs cas pratiques, qui ne prétendent par traiter de manière exhaustive la situation évoquée, mais qui vous donneront des pistes pour étudier les triades de votre propre arbre généalogique en termes de relation et de coupure.

L'enfant-pont



Le père et la mère sont désunis. L'enfant, fils ou fille, sert de pont entre eux. Père et mère restent souvent ensemble « pour l'enfant ». Ils communiquent à travers lui, qui est leur seul point d'union.

Exemple n° 1 : La mère est tombée enceinte par ruse, feignant un oubli de sa pilule, pour retenir le père. Celui-ci a accepté le mariage pour ne pas être séparé de sa fille, mais il en veut profondément à son épouse, qu'il trompe d'ailleurs sans cesse. La seule chose qui les retient de se séparer est

l'enfant qui les unit. Dans un premier temps (jusqu'à ce que leur fille ait trois ans), tous leurs efforts pour s'entendre provoquent colère et incompréhension. Ils se murent peu à peu dans le silence, unis par le devoir et sans violence apparente. En cas de dispute ou de mésentente, chacun tente de rallier la petite fille à son parti, et celle-ci se sent mentalement divisée, et toujours coupable de l'amour qu'elle porte à son père comme de celui qu'elle porte à sa mère (chaque fois qu'elle se rapproche du père, la mère l'accuse de la trahir, et vice versa). Elle perd l'énergie de son enfance à tenter de les mettre en contact, de les faire communiquer, mais toutes ses tentatives échouent.

Dans le cas de cette jeune fille, la « mission » impossible l'a conduite à l'adolescence à une tentative de suicide par défenestration – sa chute lui permettant symboliquement d'unir le ciel (paternel) et la terre (maternelle). Heureusement rescapée de cette tentative, elle entamera par la suite un travail de psychothérapie dans lequel l'étude de l'arbre généalogique représentera une prise de conscience importante : tous les couples de son arbre généalogique fonctionnaient peu ou prou sur le même modèle, celui de l'enfant-pont.

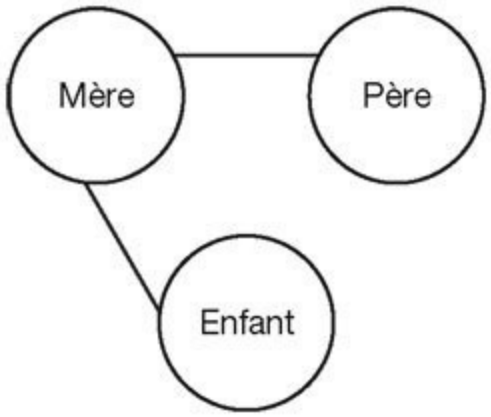
Exemple n° 2 : Dans cette famille, la désunion entre les parents tourne au conflit violent. Le consultant témoigne : « J'avais cinq ans. Mon père et ma mère se querellaient plus violemment que d'habitude. J'ai vu mon père lever le poing pour frapper ma mère qui l'injuriait. Je me souviens avoir pensé clairement : "Ma mère ne devrait pas insulter mon père, elle commet une erreur. Mais mon père n'a pas non plus à la frapper." J'ai couru me placer entre eux et, les bras ouverts devant mon père, je me suis exclamé : "Ne la frappe pas !" Ma mère m'a pris dans ses bras, triomphante, et m'a arboré comme un étendard en criant : "Tu vois, salaud, mon fils me donne raison !" Mon père, avec une grimace de mépris, m'a jeté au visage : "Traître !" Cet événement devait marquer le début d'une névrose qui dura jusqu'à mes quarante ans. » Le père ne peut en aucun cas convaincre l'enfant que sa mère est une ennemie. La mère ne peut pas non plus l'entraîner entièrement dans son camp. Ces tiraillements provoquent une tension qui peut durer des années. Un homme élevé dans de telles conditions aura du mal à trouver une femme qui le respecte, et il pourra développer un caractère tyrannique et possessif. Sa psyché sera divisée en deux personnalités opposées, ses décisions manqueront d'unité, il sera indécis, confus, désirant faire une chose et se décidant au dernier moment

pour une autre. Dans son for intérieur, une voix lui dira, quand il voudra agir : « Retiens-toi ! », et quand il voudra s'abstenir : « Agis ! »

En lui faisant comprendre qu'ils ne restent ensemble que pour lui, qu'ils se sépareront dès qu'il aura atteint l'âge adulte, ses parents lui imposent une responsabilité aberrante. Si les parents divorcent, chacun tentera de s'approprier l'enfant, sans ménagement pour sa vie affective. Ils ne supporteront ni l'un ni l'autre de ne pas pouvoir se l'approprier entièrement, et lui montreront leur déception. Le père, dans son désir d'éliminer la mère, voudra jouer les deux rôles. La mère réagira de la même manière et voudra devenir mère-père. Chacun des deux pourra s'illusionner : « Mon enfant n'a pas de problèmes, je lui donne tout. » Chacun des parents ne supportera pas de voir l'enfant ressembler à « l'autre », à l'ennemi. Si l'enfant est de sexe masculin, il risque de se féminiser et de s'affaiblir à l'âge adulte pour conserver l'amour de sa mère et ne pas ressembler à son père. Si c'est une fille, elle peut devenir une femme phallique pour des raisons similaires.

En réalité le couple ne reste pas uni pour le bien de l'enfant, mais pour se venger sur lui ou sur elle de ce que leur ont fait subir leurs propres parents. Au fond, ils ne désirent pas voir leur enfant se construire, mais le détruire. Ce schéma névrotique peut aller jusqu'à provoquer une maladie grave, voire la mort de l'enfant, comme cela a failli être le cas pour la jeune fille citée dans le premier exemple. Les parents, face au piège qu'ils ont eux-mêmes mis en place, s'accuseront mutuellement sans interroger leur propre relation.

La mère-pont



Le père et l'enfant sont désunis. La mère sert de pont. Le père peut être absent physiquement (abandon) ou psychiquement.

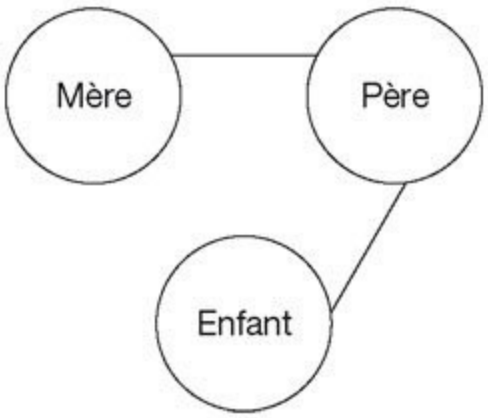
Exemple n° 1 : Le père est physiquement présent mais, se sentant mal-aimé par son épouse, il a coupé les liens avec elle depuis longtemps et fait chambre à part. La femme a reporté toute son affection sur son fils, avec qui elle exhibe une relation très unie, voire fusionnelle, qui a pour effet d'éloigner encore plus le père. Le fils grandit en détestant son père absent, injuste, qu'il considère comme une canaille. Il assume sans s'en rendre vraiment compte le rôle d'époux de sa mère, qui le place au-dessus de tout. En réponse, le père, jaloux et piqué dans sa dignité, redouble d'agressivité : il se moque de son fils, le critique sans cesse, fait tout pour le castrer et l'écraser. Le fils se demande comment sa mère a pu un jour aimer un homme pareil, et surtout s'unir avec lui. Peu à peu, il se met à fantasmer sa mère comme une sainte intouchée, qui au mieux aura supporté passivement l'assaut de ce mari détesté. Il se vit à la fois comme le fils de la Vierge Marie et le produit d'un viol conjugal. La mère, se plaignant sans cesse de l'absence et de l'insuffisance de son mari, exacerbe cette attitude chez son fils et attise sa haine vis-à-vis du père. Le couple symbolique qu'elle forme avec son fils lui permet de se sentir éternellement jeune et capable de dominer un homme. Mais notre consultant, arrivé à l'âge adulte, souffre d'impuissance chronique : sa virilité lui est insupportable, car il refuse la part de lui qui correspond au père par peur de perdre l'amour exclusif de sa mère. L'étude de l'arbre généalogique lui permet de remettre en perspective le lien exclusif qui l'attache à cette femme, et de s'apercevoir qu'elle a été activement responsable de la coupure avec le père.

Exemple n° 2 : Un autre consultant, dans une situation similaire, témoigne : « Voilà une dizaine d'années, une femme m'a lu les lignes de la main et m'a demandé si j'étais orphelin. Je lui ai répondu que non, et elle m'a alors expliqué que je n'avais pas la ligne qui correspond au père. Je me suis souvenu qu'à l'âge de huit ans, je l'avais renié et que plus jamais je ne lui avais adressé la parole. » En réalité c'est le père qui l'a renié. Si le fils cesse de lui parler, c'est parce que le père ne communique pas avec lui. Il est impossible qu'un enfant rejette son père si celui-ci l'aime et le traite tendrement.

Exemple n° 3 : Les parents de cette femme se sont séparés lorsqu'elle était très jeune, et son père a complètement délaissé son éducation. Livrée à une relation exclusive avec sa mère, qui ne s'est jamais remariée, elle a

grandi en apprenant à détester les hommes en général. La description que sa mère lui fait des relations sexuelles la décourage de s'y essayer, elle se croit frigide et les quelques relations qu'elle tente d'avoir avec des hommes aboutissent à un fiasco sexuel : elle fait du vaginisme, la pénétration lui est douloureuse, voire impossible. À trente ans, elle vit donc encore avec sa mère, formant avec elle une sorte de couple affectif. Elle a tenté quelques expériences homosexuelles, dont elle se dit insatisfaite, principalement parce que les deux femmes avec qui elle a tenté de s'unir l'ont trompée (comme sa mère l'a un jour « trompée » avec son père). Les hommes aussi l'ont déçue : consciemment ou non, le fait de s'être sentie refusée par son père la pousse à croire qu'elle n'est pas digne d'être aimée. Le travail sur l'arbre généalogique lui permet de reprendre contact avec son père pour, au moins, entendre sa version de l'histoire, lui exprimer le mal que lui a fait cette longue séparation, et mieux connaître la branche paternelle de l'arbre généalogique, qui lui appartient tout autant que la branche maternelle, la seule qu'elle connaissait jusque-là.

Le père-pont



La mère et l'enfant sont en conflit ou séparés l'un de l'autre, psychiquement ou physiquement. Le père sert de pont et incarne le principe d'équilibre.

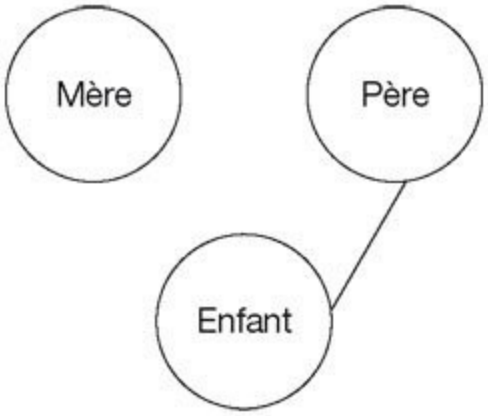
Exemple n° 1 : La mère avait dix-neuf ans lorsqu'elle est tombée enceinte « par accident ». Son compagnon de l'époque, fils de bonne famille, pouvait offrir à leur petite fille un environnement stable, mais les grands-parents ont exigé que la mère abandonne la garde de son enfant. Le père a conservé des liens avec la mère, qu'il soutient financièrement à la condition qu'elle ne cherche pas à entrer en contact avec sa fille. À l'occasion, il est même redevenu son amant. Chez lui, il trône en patriarche et suscite l'admiration naïve de sa fille qui le considère comme le plus grand et le plus beau des hommes. Sous prétexte de la protéger, il lui interdit de communiquer avec sa mère qu'il considère comme une assistée et une incapable. Au fond, il la sépare d'elle-même : la relation avec le parent du même sexe est un des fondements de la construction de l'identité sexuée. À l'adolescence, la fille cherche à revoir sa mère, malgré tout le mal que le père lui en a dit. Elle découvre une femme psychiquement fragile, mais qui n'a jamais cessé de l'aimer, et qui lui ressemble beaucoup physiquement. Elle découvre aussi à cette occasion que sa mère n'a pas choisi de l'abandonner, mais a obéi à ce qu'elle pensait être le mieux pour sa fille. Malgré le caractère discutable des choix que sa mère a effectués, ces retrouvailles la soulagent et coïncident avec la guérison « miraculeuse » d'un eczéma tenace qui la faisait souffrir depuis l'enfance. Le père, se sentant trahi, la culpabilise et la châtie en lui retirant son soutien financier. Pour émerger de ce chaos affectif, la jeune fille va entamer une étude de l'arbre généalogique lui permettant de comprendre les motivations névrotiques de son père exclusif et de sa mère démissionnaire.

Exemple n° 2 : La mère vit avec son fils et son mari, mais elle est dépressive et alcoolique. Le père prend le contrôle de la famille : il exalte son fils, qu'il traite comme un miroir de lui-même, fait parfois de lui son complice pour humilier la mère, mais à l'inverse peut aussi utiliser la mère pour dévaloriser le fils. Ce père narcissique et au fond dévalorisé a besoin de se sentir dominant pour régner sur sa femme et son enfant. Il les sépare pour être le seul dont on reconnaît la valeur, le centre absolu de la famille. Il se nourrit de ce qu'il croit être l'amour de deux subordonnés, alors que l'enfant et la mère se nourrissent de haine. Il est le seul à se sentir aimé, à condition que son fils lui ressemble.

Il est également possible que l'enfant ne puisse pas communiquer avec la mère parce que le père, patriarche infantile, est jaloux de lui et l'en empêche. Nombre d'hommes font cette expérience à la naissance de leur

premier enfant : celle qui était jusque-là « leur » femme devient une mère qui concentre son affection sur le nouveau-né. Souvent ils n'ont pas reçu dans la petite enfance l'attention nécessaire, et devenus adultes, ils compensent en s'arrogeant toutes les décisions importantes et en plongeant femme et enfant dans une obéissance silencieuse. On peut aussi considérer comme une « disparition » de la mère les cas où le père abuse sexuellement de l'enfant, fils ou fille, et où la mère se fait la complice silencieuse de cet abus en feignant de ne rien voir ou en partant pour laisser l'acte incestueux avoir lieu.

Le couple père-enfant



Le père et l'enfant sont en communication, la mère est soit absente, soit expulsée, ou gravement malade, morte, ou encore incapable d'établir une relation avec son enfant.

Exemple n° 1 : La mère est décédée quand son fils avait trois ans. Celui-ci reste à la garde du père. Dans un premier temps ils sont unis dans le deuil, mais le père, une fois son chagrin passé, refuse de se remettre en couple, sanctifiant la disparue et décrétant que personne n'arrive à sa hauteur. Le fils grandit donc dans un foyer purement masculin, soumis à son père et faisant couple avec lui. L'absence de tout référent féminin le conduit à ignorer sa propre réceptivité et son intuition. Il devient, selon ses propres termes, un « macho extrémiste » qui, parvenu à l'âge adulte, collectionne les conquêtes féminines sans qu'aucune puisse le satisfaire émotionnellement. Face à elles, il se montre orgueilleux, méprisant,

indépendant mais maladivement jaloux. Ses seules affections profondes vont à ses amis masculins. Ce fils qui a été séparé de sa mère porte en lui, même s'il a développé une virilité très affichée, la tristesse et la colère de ne pas avoir reçu la tendresse maternelle. Cette colère le pousse à mépriser les femmes, considérées comme des inférieures, à les battre, à les faire se prostituer, à les détruire moralement. Mais en même temps, sous son apparence de surhomme, il établit avec elles des relations d'enfant en quête de mère.

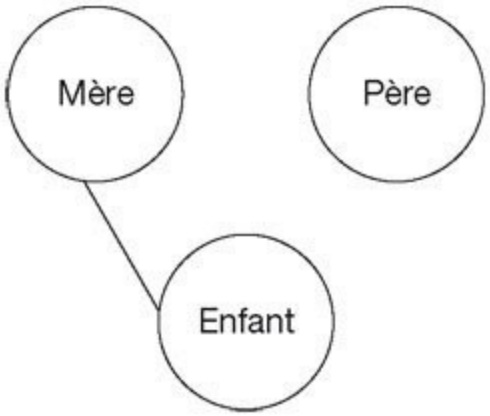
Le travail de l'arbre le rend conscient du fait que toute sa vie tourne autour de cette croyance : « On ne peut pas faire confiance aux femmes. » Il finit par se rendre compte qu'il a toujours cherché l'affection d'une mère, mais que cette recherche était à la fois teintée d'une grande honte et d'une incrédulité fondamentale. Pour se construire, il lui faut maintenant se détacher de l'exemple exclusif de son père.

Exemple n° 2 : La mère a trompé le père sitôt après la naissance de sa fille. Celui-ci s'en est aperçu, et a pris la fille avec lui pour aller vivre dans un pays étranger. Toute son enfance, la petite fille entend des insultes sur sa mère : celle-ci est méprisée, salie et symboliquement éliminée. Cette conception négative du féminin la marque : à mesure que les années passent elle tend à se masculiniser, d'une part en devenant la première de sa classe (le père a un grand respect pour la puissance intellectuelle, considérée comme masculine, et parle de la mère comme d'une « débile »), mais aussi en gardant un corps très androgyne, en adoptant une coupe courte, des vêtements masculins, etc. Elle agit en garçon manqué, et nombre de symptômes corporels cristallisent ce conflit avec la féminité (règles douloureuses, kystes aux seins et aux ovaires…). Son corps obéit à une loyauté inconsciente vis-à-vis du père. L'attirance incestuelle vers le père la conduit à se mettre en couple avec un homme beaucoup plus âgé qu'elle. Elle détestera être enceinte et accouchera difficilement, développera un caractère compétitif, méprisant les femmes et se spécialisant dans un domaine professionnel (la logistique) généralement réservé aux hommes. Elle vient consulter car elle se rend compte que, sous ses dehors de guerrière, elle cherche sans cesse une satisfaction impossible à atteindre et vit en pensant qu'elle n'a sa place nulle part.

Lorsque la mère décède et que le père se remarie, il peut être très difficile pour l'enfant d'accepter sa belle-mère si la défunte a été idéalisée. Il la considérera comme une intruse qui lui vole son père, et souffrira de la

« trahison » de celui-ci. Un fils élevé dans ces conditions peut avoir du mal à être père, car il assimilera le fait de devenir adulte à celui de trahir.

Le couple mère-enfant



C'est un cas fréquent, car il incombe souvent à la mère de s'occuper des enfants lorsque le père disparaît. La mère est unie avec l'enfant mais le père est absent, mort, malade, ou entièrement absorbé en lui-même et incapable de transmettre la moindre directive, le moindre enseignement, de partager la moindre affection ni même de se montrer présent au quotidien. Lorsque le père est éliminé, l'enfant, fille ou fils, apprend à voir le monde par les yeux de la mère, ce qui le conduit à reproduire l'échec familial.

Exemple n° 1 : La mère est tombée enceinte d'un amant de passage, qui n'a pas souhaité assumer la paternité de son fils. La mère ne noue pas d'autre lien durable et le petit garçon grandit en tête à tête avec elle. Cette femme, exaspérée par le refus du père d'avoir quelque lien que ce soit avec son fils, concentre son affection sur « le petit » qui, parvenu à la puberté, ne développe toujours pas de pilosité apparente et prend du poids, gardant jusqu'à dix-sept ans l'apparence d'un poupon. La mère, qui refuse consciemment ou non les hommes, ne souhaite pas voir son fils devenir adulte. Elle vient néanmoins consulter car elle s'inquiète des humeurs dépressives de son « bébé » qui alternent maintenant avec des bouffées de colère. Elle finit par comprendre que si son fils ne trouve pas un modèle masculin digne d'admiration et de confiance, un guide qui remplisse le vide

laissé par l'absence paternelle, il ne pourra pas intégrer la force masculine qui lui fait défaut. Elle reconnaît finalement qu'elle éprouve un certain plaisir à le sentir soumis et dépendant d'elle. Mais motivée par un amour véritable pour son fils, elle accepte d'entreprendre les changements nécessaires pour le laisser grandir et devenir un homme : elle reprend contact avec le père, qui se montre ouvert, elle accepte de fréquenter d'autres hommes, même si c'est dans un premier temps pour une simple relation d'amitié, favorise les relations de son fils avec des modèles masculins stables (dont un professeur d'arts martiaux) et déménage pour que sa chambre et celle de son fils ne soient plus mitoyennes.

Dans de nombreux cas, un fils élevé par une mère seule, possessive et déçue par les hommes, aura toutes les peines du monde à assumer sa virilité et tendra à rester enfant sur le plan émotionnel, sexuel et/ou mental. Cela peut le conduire à être dégoûté par son propre sperme, à souffrir d'éjaculation précoce, ou à éprouver des bouffées de colère et d'angoisse inexpliquées. Il risque de nouer des relations avec des femmes qui le méprisent ou le dominent. Il peut aussi se refuser à avoir des enfants, de peur de se transformer en père absent, à l'image de son propre père. Il lui en coûtera d'arriver à couper les liens avec sa mère, qu'il aime (parce qu'elle représente la sécurité fondamentale) et déteste à la fois (parce qu'elle est envahissante et castratrice).

Exemple n° 2 : Le divorce des parents est intervenu quand la petite fille avait à peine un an. Le père a déménagé très loin, refait sa vie et cessé tout contact avec son ex-femme et sa fille. Celle-ci se retrouve en situation de faire couple avec sa mère, comédienne, qui ne souhaite pas recommencer à vivre avec un homme parce que, selon ses propres termes, « elle a eu sa dose ». La fille peut devenir « son fiancé » viril, si la mère est infantile, ou « sa fiancée » féminine, si la mère est phallique. Dans le cas présent, la petite fille, qui ressemble beaucoup à sa mère, est devenue son double, enfermée dans une relation symbiotique : la mère traite sa fille comme une poupée avec laquelle elle joue, lui fait ses confidences et lui demande d'être son public, répétant ses monologues devant elle et lui demandant son avis. Quand sa fille arrive à l'adolescence, la mère devient sa rivale, multipliant les opérations esthétiques et flirtant ouvertement avec les garçons que sa fille ramène à la maison. Terrifiée par l'éclosion de cette jeune femme qui risquerait de la détrôner, elle la critique cruellement, la dévalorise, lui interdit la manifestation de sa sexualité, et lui inculque la peur des hommes.

Arrivée à l'âge adulte, la jeune fille est toujours prisonnière de cette symbiose dans laquelle elle fait figure de dominée : angoissée, elle a l'impression de ne pas « se trouver », se plaint de sa propre inexistence et cherche sa vocation, se demandant à quoi elle sert. Notre consultante sent constamment le jugement de sa mère peser sur elle et se considère comme « sa copie conforme en moins bien ». Elle se sent envahie par la chair de sa mère, au point d'imaginer, chaque fois qu'elle prend un kilo, que « le gras de [s]a mère [l]'envahit ». Rongée par un besoin obscur de contact avec le père, elle voit sa sexualité assombrie par des affections génitales et urinaires. L'étude de l'arbre généalogique, assorti d'un travail de psychothérapie, l'aidera à rompre cette symbiose avec la mère.

Le couple mère-fille peut prendre un caractère sexuel affirmé. Dans le cas où un beau-père entre dans la vie d'une fille qui a longtemps fait symbiose avec la mère, il n'est pas rare que celui-ci ne fasse aucune différence entre la mère et la fille et finisse par devenir l'amant de cette dernière. Ou encore la fille peut épouser un homme faible et manquant de caractère, et faire avec lui des enfants qu'elle « offrira » symboliquement à sa mère ; à peine nés, elle les lui confiera pour que celle-ci s'occupe d'eux et les éduque ; ainsi, immature, elle vivra comme la grande sœur de ses propres enfants élevés par leur grand-mère.

Exemple n° 3 : Dans le cas d'une famille unie où le père meurt, le fils peut l'idéaliser démesurément. Il aura du mal à devenir adulte, car il sentira le manque d'un maître, d'un guide plus fort que lui. Il ne trouvera pas sa place et se sentira condamné à disparaître.

Un photographe vénézuélien, dont le père, aviateur dans l'armée, s'était écrasé lors d'un combat contre la guérilla, avait pris l'habitude de se photographier déguisé en Simon Bolivar, la tête décapitée flottant un mètre au-dessus de son corps par le jeu d'un habile montage. Lorsqu'il était enfant, sa mère idéalisait son héroïque époux et fleurissait chaque jour son portrait d'une rose fraîche. Pour ce photographe, il était nécessaire de devenir lui-même un tableau, un portrait, déguisé en héros. Ce n'était qu'ainsi, métaphoriquement mort et égorgé comme son père l'avait été dans l'accident, qu'il pouvait obtenir l'amour de sa mère.

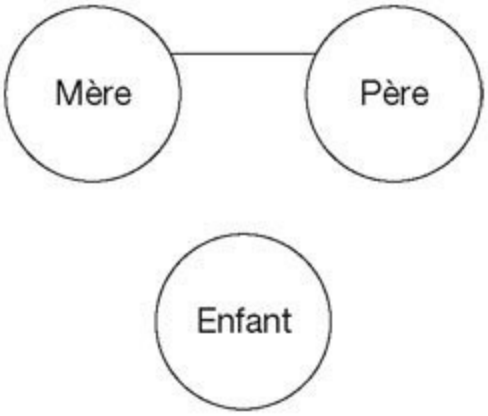
Exemple n° 4 : Quand c'est une fille qui se retrouve orpheline de père, elle souffrira de son absence et, au moment de devenir femme, elle n'aura jamais entendu les phrases tendres et aimantes grâce auxquelles un père peut encourager sa fille à construire sa féminité : « Tu es belle », « Tu es

naturellement gracieuse », « Quelle jolie voix tu as »… Lorsque le père disparaît, la fille peut avoir tendance à se tourner vers « l'autre vie », le royaume des morts, pour le rechercher. Au lieu de son père elle aimera un fantôme. Adulte, elle risque d'engager des relations avec des hommes qui ont du mal à s'incarner, idéalisés, absents ou malades.

Une femme qui ne cessait d'avoir des accidents l'obligeant à faire des séjours à l'hôpital se souvient que lorsqu'elle était enfant, son père, alcoolique, l'emmenait se promener et s'arrêtait dans tous les bistrots du quartier pour boire un verre au comptoir. Il rentrait à la maison sous la conduite de sa fille, ivre et joyeux. La petite, devenue son guide, l'adorait et ne songeait pas à le critiquer. Mais son père tomba gravement malade et dut entrer à l'hôpital où il finit par mourir. L'entrée de cet établissement était interdite aux enfants. N'ayant plus jamais vu son père, elle sentait que l'hôpital le lui avait volé et le gardait prisonnier. Devenue adulte, elle provoquait inconsciemment des accidents pour pouvoir entrer à l'hôpital où elle cherchait la trace de son père chéri.

Exemple n° 5 : Une mère a caché à sa fille que l'homme qui l'a élevée n'était pas son père géniteur. Quand elle devient adulte, sa mère lui avoue la vérité. La fille entre dans une crise profonde, car son père supposé, sur qui elle a projeté un désir incestueux tout en le refoulant, se révèle être un homme comme les autres, avec qui elle pourrait, théoriquement, concevoir un enfant. La découverte de cette non-consanguinité secoue l'interdit de l'inceste : dans l'inconscient de cette jeune femme, les caresses qu'elle reçoit ou a reçues de lui auraient pu être destinées à une maîtresse. Cette ambiguïté pèsera sur sa vie affective.

Le couple parental exclusif



Le père et la mère s'enferment dans une relation de couple qui exclut l'enfant. Cette exclusion consiste aussi à ne pas le voir tel qu'il est en vérité, mais comme les parents voudraient qu'il soit. Les parents qui se comportent ainsi sont incapables d'amour conscient. Soit ils s'enferment dans leur relation narcissique qui leur suffit et ignorent leur enfant, soit ils peuvent s'unir contre lui pour le maltraiter. Cela produit chez le fils ou la fille un manque de confiance en soi qui contaminera tous les aspects de la vie future. D'autant plus que ces parents, dissimulant les conflits à l'œuvre dans leur couple, peuvent se faire passer pour des parents parfaits.

Exemple n° 1 : « Mes parents s'aimaient énormément », explique le consultant en préambule. Il décrit des parents exclusivement tournés l'un vers l'autre, et apparemment idéaux : beaux, jalousés par leur entourage, toujours péremptoires dans leurs opinions. Enfant, il a adhéré à la croyance que ses parents étaient merveilleux et sa famille très unie, car cela lui donnait une impression de sécurité. À force de diviniser ces parents toxiques, il s'est complètement dévalorisé. Son enfance a été une collection d'injustices flagrantes : ils le privaient de vacances, le laissaient à la garde de la femme de ménage et partaient eux-mêmes pour une destination luxueuse ; à l'âge de cinq ans, il restait seul dans la maison toute la nuit alors que ses parents étaient sortis faire la fête chez des amis… Aujourd'hui encore, il est prisonnier du raisonnement enfantin qui le pousse à croire qu'il méritait ces mauvais traitements : « C'est moi qui suis coupable, mes parents sont parfaits, et puisque je suis mauvais ils ont raison de ne pas

m'aimer. » La répétition de ce type d'abus conduit l'enfant à une habitude de paraître qu'il adopte automatiquement chaque fois que des circonstances analogues se reproduisent, personnalité fausse qui s'incruste dans son Être véritable et le conduit à vivre de manière autodestructrice. Dans le cas de notre consultant, il se tailladait la peau à coups de lame de rasoir, soulagé à chaque fois par la douleur physique qui le rappelait à sa propre existence. L'étude de l'arbre généalogique l'a conduit à réviser sa version de l'histoire : il n'était pas le vilain petit canard d'une famille parfaite, mais au contraire la victime innocente de deux égoïstes immatures.

Le fils ou la fille qui a été invisible, sur le plan psychique et affectif, aura tendance à se vivre à l'âge adulte comme un homme ou une femme invisibles. Les parents d'une telle triade sont généralement infantiles. Ils forcent leur enfant à assumer le rôle parental et lui volent ainsi son enfance. Cette négation de l'enfant peut conduire à des abus de toutes sortes : violence verbale, insultes, critiques ou moqueries, cruauté affective et chantages, abus sexuels ou mauvais traitements concernant la nourriture, l'espace vital, les relations sociales…

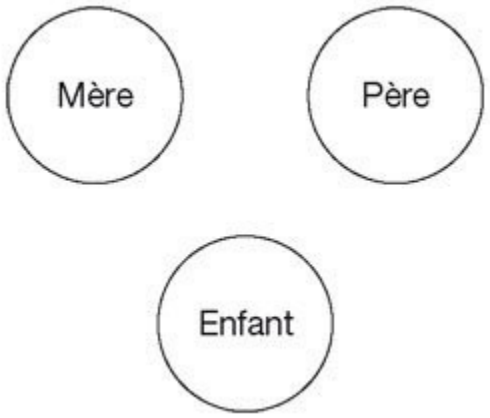
Exemple n° 2 : Un couple va au restaurant et laisse son enfant d'un an enfermé dans la voiture. Il fait une chaleur torride. À la fin du repas, une heure plus tard, ils retrouvent l'enfant inconscient, déshydraté. Furieux de cet incident, ils courent à l'hôpital, maudissant non pas leur propre négligence mais la chaleur.

Père et mère vivent leur vie ensemble, mais l'enfant n'en fait pas partie. Il devra faire d'énormes efforts, une fois sorti de l'enfance, pour accepter qu'on puisse l'aimer (se sentant sans cesse en colère, déprimé ou attiré par la mort). On a tendance, lorsqu'on n'est pas aimé par ses parents qui pourtant s'aiment (ou aiment un de nos frères et sœurs), à se considérer comme essentiellement défectueux et à penser que l'on ne mérite pas de vivre, donc à se haïr soi-même.

Ce peut être un couple de drogués ou d'alcooliques, objets de terreur et de honte pour leur enfant. Ou encore, affaiblis, malades ou profondément déprimés, ils ont obligé l'enfant à s'occuper d'eux, voire à travailler pour gagner leur vie. Ce peuvent également être deux perfectionnistes obsessionnels qui exigent de leur enfant des conduites et des attitudes d'adulte au mépris de son âge. Sous le masque du « parent copain », ils peuvent rendre leur enfant complice de leurs secrets sexuels ou autres, réduisant la relation parent-enfant à une complicité angoissante.

Cette triade peut conduire une personne à s'impliquer dans des relations abusives. L'intimité est associée à la souffrance et à l'abandon. La personne a beaucoup de mal à sentir qui elle est, ce qu'elle ressent en réalité, ce qu'elle désire. Elle craint que l'autre cesse de l'aimer s'il découvre sa personnalité véritable.

La coupure totale



Il n'y a aucune communication entre père, mère et enfant. C'est une maisonnée où chacun vit renfermé sur soi-même, dans l'indifférence ou dans la haine. Cette famille ne sait pas non plus entrer en relation avec le monde. Ou encore c'est un orphelin qui n'a jamais connu ses parents, et qui n'a aucune idée de la relation qui existait entre eux. Il est rare que cette triade existe « à l'état pur » car il y a toujours une relation, même minime, entre au moins deux des protagonistes. Dans le cas d'un isolement complet, cette triade peut engendrer des destins tragiques (schizophrénie, cancers, maladies cardiaques, tuberculose, suicides et accidents mortels).

Exemple n° 1 : « Du plus loin que je m'en souvienne, notre maison était triste. Mes parents s'adressaient à peine la parole, comme s'ils vivaient ensemble par manque d'imagination pure et simple. Ils étaient passifs et pensaient que la seule chose qui leur restait à faire était d'attendre la mort. Plus tard, en lisant le journal intime de ma mère après son décès, j'ai découvert qu'elle nourrissait le rêve qu'un bel inconnu arrive pour la sortir de cette situation. À quarante ans passés, elle rêvait comme une petite fille. Mes parents me nourrissaient et m'habillaient, mais nous n'avions presque

pas d'autre relation. J'ai quitté la maison très jeune et pris la route. D'ashrams indiens en communautés hippies, j'ai enfin fait l'apprentissage de la relation et, même si tout n'était pas rose, je peux dire que c'est la communauté humaine qui m'a appris à vivre et à émerger de cette enfance désolante. »

Dans ce cas, l'enfant a été engendré sans plaisir, sans amour et sans conscience. On ne lui a rien donné de plus qu'un toit, de la nourriture et certaines commodités matérielles. On l'a coupé de ses relations avec les autres, la famille étant une sorte de club privé où les étrangers ne sont pas admis. N'ayant pas pu construire un amour-propre assez solide, il croit n'avoir aucune valeur, aucune capacité, et se sent indigne d'être aimé. Une personne élevée de la sorte peut se réfugier dans la drogue, le vol ou la prostitution. Un hasard miraculeux peut le mettre en contact avec des êtres conscients et charitables qui lui permettront de s'ouvrir et lui apprendront à établir des liens sains avec le monde et avec lui-même.

Exemple n° 2 : « Mes deux parents sont morts dans un accident de voiture lorsque j'étais bébé. J'ai été recueillie par ma tante paternelle, qui m'a élevée dans le culte de son frère (mon père) dont les photos ornaient toute la maison. Elle ne me parlait que rarement de ma mère, et jamais de la relation entre mes deux parents. Cela a été un immense soulagement pour moi, à l'âge adulte, de rencontrer une amie de jeunesse de ma mère qui m'a raconté la rencontre de mes parents, et l'amour qui les unissait. J'ai enfin eu l'impression que je venais de quelque part, que je ne flottais pas au-dessus de ma propre vie. »

Un enfant orphelin de ses deux parents pour cause de maladie ou d'accident aura tendance à les idéaliser démesurément, et à rester émotionnellement figé à l'âge où il les a perdus. Lorsque le décès a lieu à l'adolescence, cela peut produire un blocage sexuel car les parents ne sont pas là pour aider l'enfant à passer le cap de la puberté et l'initier à l'âge adulte. Il peut en découler une immaturité persistante, qui conduira l'orphelin devenu adulte à se comporter de manière infantile, indécise ou irresponsable, à moins qu'il ne choisisse une ou plusieurs figures qui puissent lui servir de tuteurs spirituels.

Un enfant abandonné qui a été recueilli par l'Assistance publique n'a pas d'arbre généalogique. Il rencontre parfois une institution qui l'accueille, des gens qui jouent les rôles de père et de mère, mais il porte toute sa vie une carence qui obscurcit sa conduite. Il est fréquent qu'un orphelin

s’invente un arbre généalogique imaginaire, qu’il conviendra d’étudier au même titre que l’arbre génétique et l’arbre éducateur. Parfois cet arbre imaginaire est démesurément exalté, avec des rêves de grandeur qui contribuent à dévaloriser la famille adoptive.

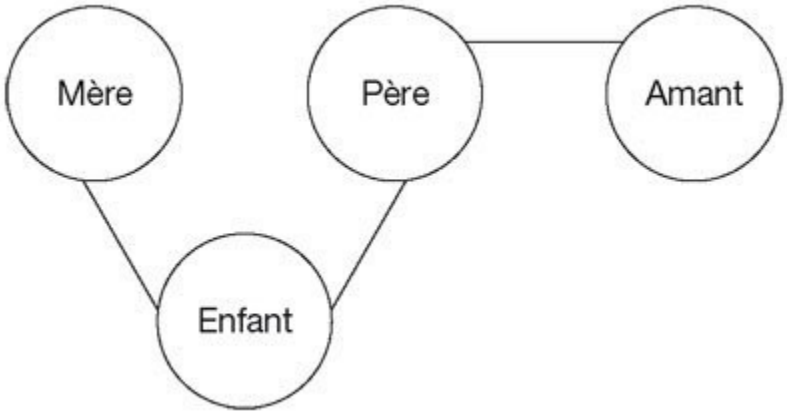
Les enfants abandonnés luttent pour trouver leur place, un territoire personnel. Inconsciemment, ils ne cessent de chercher les géniteurs qui les ont abandonnés, avec l’immense désir de leur pardonner, croyant que par ce pardon ils obtiendront l’amour que ces parents leur doivent. Même si leurs parents adoptifs les traitent aussi bien que possible, ils peuvent nourrir une rancœur inconsciente car l’amour et l’attention que leur prodiguent les parents adoptifs mettent cruellement en lumière le manque des parents biologiques. Il est toujours souhaitable, pour un enfant abandonné, d’avoir le maximum d’accès aux informations de son arbre biologique, et de connaître (en temps et en heure) la raison pour laquelle il a été abandonné. Faute de quoi il aura du mal à accepter l’identité acquise auprès de sa famille adoptive.

Quelques variations sur la triade

La triade peut se complexifier en fonction des situations de vie. Pour quiconque veut établir les triades de son arbre généalogique, il conviendra peu à peu d’apprendre à schématiser les relations de manière plus élaborée.

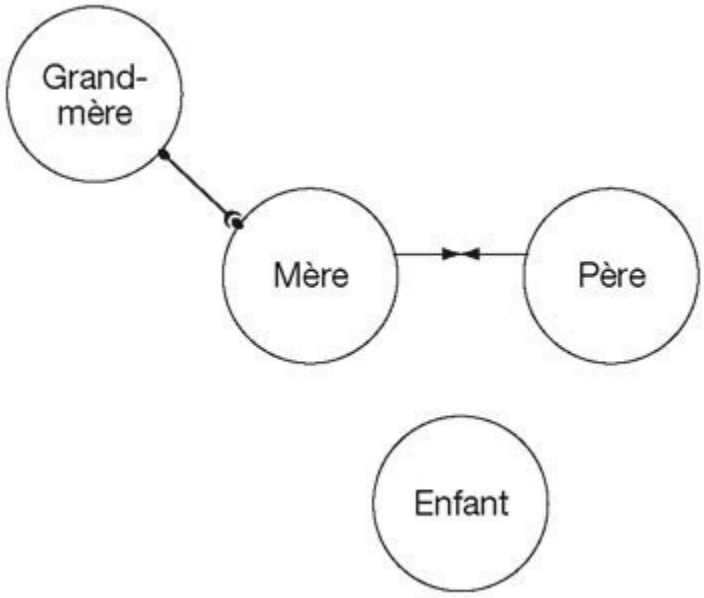
Nous vous donnons ici deux exemples de situations complexes et de leur représentation possible.

Exemple n° 1 : La triade devient quatuor. Ici, le père impose dans la maison un partenaire sexuel qui transforme le couple en trio. La mère renforce son lien avec l’enfant pour compenser l’équilibre et tenter de désavouer le père « coupable » dont elle est pourtant complice.



« Mon père et ma mère, depuis l'origine de leur couple, ne se sont jamais entendus. Lorsque j'étais petite, mon père a reconnu son homosexualité. Il a ramené un homme à la maison et a proposé à ma mère de vivre en trio. Je souffrais de voir mon père avec cet homme et ma mère plongée dans la solitude, mais même si je prenais le parti de ma mère, je n'ai jamais cessé d'aimer mon père. Elle m'a prise pour confidente de sa haine envers lui, qu'elle traitait de "dégénéré". Comme je l'aimais profondément, j'ai commencé à le voir par ses yeux à elle. À mesure que je grandissais, je mettais en doute la virilité des hommes. Mais je ne cessais de tomber amoureuse d'homosexuels que je finissais par haïr car ils me laissaient insatisfaite. Aujourd'hui mon père est en train de mourir du sida. Je m'occupe de lui, ce qui m'autorise à laisser s'exprimer mon amour pour lui. Cela me permet de voir enfin les hommes sans haine. »

Exemple n° 2 : le meurtre dans la triade. C'est un cas extrême mais qui illustre le fait qu'une relation (extrêmement conflictuelle en l'occurrence) peut mener à une séparation (définitive puisqu'il s'agit d'un meurtre) : le père agressif tue la mère, qui est restée liée à sa propre mère. En réalité, dans cette affaire, l'enfant se retrouve coupé des deux parents : de la mère par son décès et du père par sa culpabilité.



« Amédée et Joséphine, mes parents, se sont mariés contre la volonté de ma famille maternelle. Josée, ma grand-mère maternelle, s'y opposait car elle voyait Amédée, alors fiancé à ma mère, la maltraiter. Cette maltraitance n'a jamais cessé… Quand ma mère s'est rendu compte qu'elle était enceinte, elle a ressenti un grand chagrin : elle allait mettre au monde un être destiné à souffrir, dans un foyer en état de guerre civile permanente. Cependant, elle s'y est résignée. La première fois que j'ai pris conscience de l'ambiance qui régnait dans ma famille, j'avais quatre ans. Mon père, un couteau à la main, menaçait ma mère de mort. Cette nuit-là, j'ai subi un choc traumatique d'où est dérivée une épilepsie infantile qui a duré jusqu'à mes douze ans. À partir de ce moment, j'ai commencé à m'opposer à mon père et à défendre ma mère, et ce jusqu'à ce qu'il réussisse à la tuer d'un coup de marteau. Pendant toute ma vie, je me suis défendue des hommes. Je me mets automatiquement en conflit avec eux. Je sais que tout cela a été programmé dans mon Inconscient et que je n'ai pas eu le choix, mais maintenant que je commence à en prendre conscience, j'aimerais changer les aspects de ma vie qui ne me sont pas utiles et qui ne contribuent en rien à ma gaieté naturelle. »

L’arbre généalogique comme réseau de triades

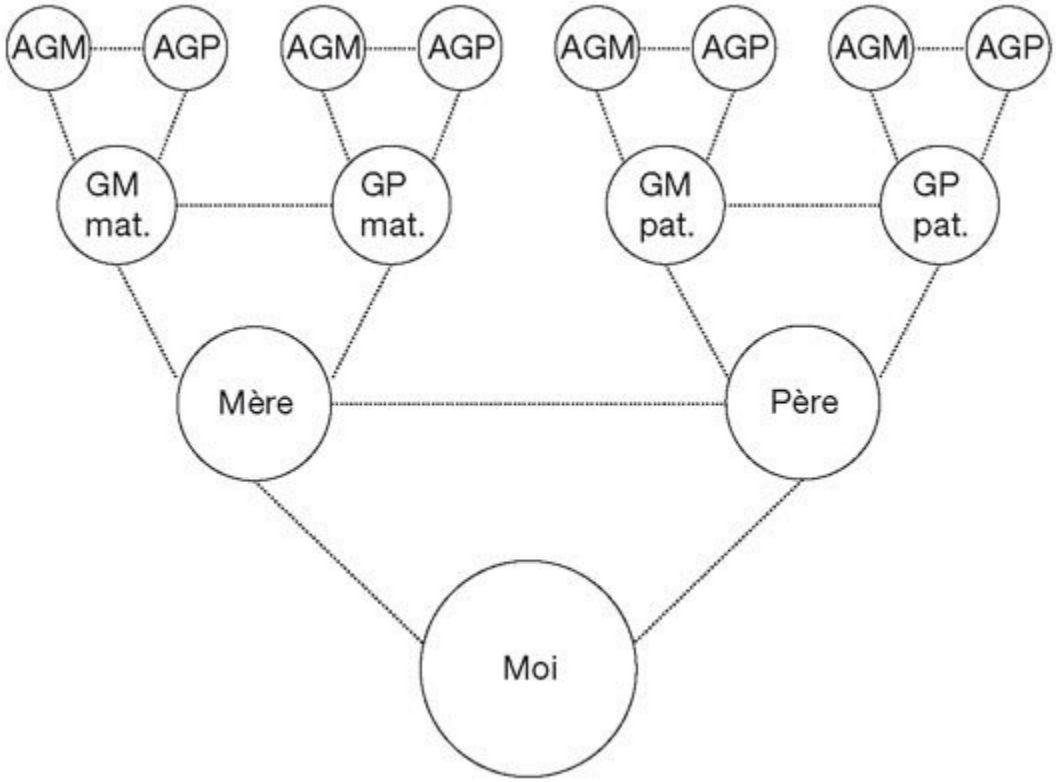
Nous avons vu que la triade peut prendre des formes très élaborées, épousant l’infinie complexité des relations à l’intérieur du trio mère-père-enfant. Néanmoins, il est plus utile de commencer par les schématiser pour l’étude métagénéalogique de l’arbre, à l’inverse de ce que l’on fait dans une psychanalyse ou une psychothérapie. La métagénéalogie simplifie à l’extrême les relations qui nous ont précédés et formés pour mieux pouvoir les désacraliser. Constater que « ma mère n’a pas eu de relations satisfaisantes avec son père » ou que « mon père a été marqué par une symbiose absolue avec sa propre mère » permet de se distancier de ces relations, comme si on assistait au spectacle d’une famille qui n’est pas la nôtre. Comprendre cette « saga », ses rebondissements et ses non-dits est le début d’une prise de conscience qui nous place en adultes indépendants vis-à-vis de l’arbre généalogique.

Nous avons vu que le passé exerce son influence répétitive via une série d’éléments plus ou moins objectifs (prénoms, dates de naissance, âge auquel les personnes ont leur premier enfant, rencontrent leur conjoint ou décèdent, professions, etc.). Identifier ces répétitions permet de se dégager peu à peu du piège de l’arbre généalogique, c’est-à-dire de cesser de penser selon ses croyances, de vivre selon ses lois, et d’être lié à lui par des loyautés plus ou moins conscientes qui sont, on l’a vu, des formes de possession.

L’étude de l’arbre permet d’acquérir une lucidité aussi complète que possible vis-à-vis de son héritage. Pour ce faire, il faut commencer par le « réduire », précisément à cause de l’influence énorme qu’il exerce sur nous. Dans un deuxième temps, toute la complexité de notre propre personne entrera en ligne de compte, pour que nous puissions décider, face à cet héritage devenu intelligible, quels sont les éléments qui pèsent sur nous, lesquels nous décidons pour le moment de conserver ou de laisser en place, et lesquels nous entreprenons de transformer par un certain nombre de moyens créatifs, symboliques et rituels nous permettant d’intégrer une nouvelle réalité, plus conforme à nos aspirations profondes. Un peu comme si nous étions en train d’inspecter tous les meubles et les objets d’une vieille maison de famille en nous demandant ce que nous souhaitons jeter, garder ou transformer.

Pour ce faire, le travail sur notre propre triade va s'étendre à tout l'arbre généalogique : en effet, le destin de l'enfant, forgé et imposé par les parents, dépend du destin dont ceux-ci ont hérité de leurs propres parents, et ainsi de suite. Le schéma des relations dans l'arbre généalogique, sous sa forme simplifiée, prend donc l'aspect d'un réseau de sept triades tel que représenté ci-après (les liens sont représentés en pointillés puisque dans chaque cas il convient de préciser s'il y a union, conflit, séparation ou domination).

L'arbre généalogique comme réseau de triades



Cette première représentation des relations dans l'arbre se fonde sur la transmission en ligne directe : chacun des membres de la famille (moi, mon père, ma mère, mes grands-parents) est vu comme l'enfant unique de ses parents. Si par exemple ma mère a été rejetée par sa propre mère parce que celle-ci lui préférait son fils, il conviendra de noter cette séparation, mais pas encore la préférence vis-à-vis du frère. Dans un deuxième temps, nous apprendrons à schématiser les relations dans l'arbre en tenant compte de tous ses membres (frères et sœurs, oncles et tantes, personnages à

l'influence décisive…). Le but étant d'apprendre à observer comment les liens, les coupures, les agressions, les blessures s'enchaînent et se répètent dans l'arbre généalogique.

La triade concerne en général les sept premières années de vie, à moins qu'un événement déterminant ne se soit produit entre sept et quatorze ans. Le trio n'a pas en effet un caractère permanent : des changements interviennent, produits par des événements extérieurs (guerre, catastrophe, ruine, maladie grave, succès fabuleux, déménagement, exil, divorce, décès d'un des parents…) ou par une prise de conscience des parents ou de l'enfant qui bouleverse les relations. L'essentiel est de découvrir la **première forme** de **la triade**, celle qui va marquer notre chemin pour toute la vie : la réception de l'enfant par les parents dans les cinq ou sept premières années, les liens véritables qui se créent pendant cette période critique. Cela détermine une tonalité de base qu'il nous faut apprendre à reconnaître.

Exercice : L'arbre des triades

Pour chacune des triades de l'arbre généalogique, établissez le schéma relationnel le plus exact possible. Plus on remonte dans le temps, moins on a en général d'éléments sur les relations de couple et parents-enfant, la difficulté pour établir sa propre triade étant plutôt l'excès d'informations.

Pour ce faire, et selon la quantité d'informations dont vous disposez, vous pouvez procéder en trois étapes successives.

- Pour les relations que vous connaissez bien (votre propre triade et, le cas échéant, celle de votre père et/ou de votre mère), définissez la relation enfant-mère-père dans chacun des quatre centres (intellect, émotionnel, sexuel/créatif, matériel). Pour ces douze relations, déterminez s'il s'agit essentiellement d'une union, d'un conflit, d'une séparation ou d'une domination/protection. On définira chaque triade par rapport au climat dominant de l'enfance. Par exemple, si l'enfant a été aimé jusqu'à la naissance de son petit frère et qu'il a ensuite

senti que sa mère s'éloignait de lui, la tonalité dominante est la séparation d'avec la mère. De même, quand un parent très aimé meurt pendant l'enfance, c'est le deuil donc la séparation qui devient la tonalité dominante. Inversement, si à l'âge adulte on a rétabli de bons rapports avec ses parents mais que dans l'enfance ou l'adolescence le mode de relation était essentiellement conflictuel, la dominante sera le conflit.

- Une fois que vous avez déterminé la tonalité relationnelle entre les trois protagonistes dans les quatre centres, résumez ces quatre relations (intellect, émotionnel, sexuel/créatif, matériel) à une seule tonalité dominante. Par exemple, si la relation mère-fils est inexistante intellectuellement, dominante sexuellement, protectrice affectivement et matériellement, la tonalité dominante sera la domination/protection. Si la relation père-mère est unie dans une idéologie commune, conflictuelle dans la vie matérielle et entièrement désunie sexuellement et affectivement, la tonalité dominante sera la désunion.

Pour les triades que vous connaissez moins, tentez de noter aussi exactement que possible quelle était la nature de la relation entre les trois protagonistes.

Chaque triade est maintenant définie par trois relations qui la résument.

- Réduisez encore ces relations à un lien (fût-il lourd, toxique, exclusif, conflictuel…) ou à une absence de lien (séparation, absence, ignorance, conflit intermittent sans continuité relationnelle…), puis reliez les triades entre elles.

Le but de cet exercice n'est pas de représenter l'arbre généalogique avec une exactitude absolue, mais plutôt de commencer à visualiser l'arbre comme une sorte de réseau de canalisations où les flux d'amour, d'attention, de – communication circulent, s'engorgent, s'interrompent selon une logique qui relie les générations entre elles pour le pire et parfois pour le meilleur.

La fratrie : entre conflit et collaboration

Si tout enfant a tendance à se considérer comme unique, la famille en revanche se rêve comme un quatuor. L'image la plus généralement répandue de la famille idéale est en effet celle composée d'un père, d'une mère, d'un fils aîné et d'une fille cadette, conception très liée, comme nous le verrons, à la tradition patriarcale de la transmission du patrimoine au fils aîné. Si la famille s'agrandit au-delà de deux enfants, les parents attendront inconsciemment de nouveau un garçon en troisième position, puis une fille en quatrième, et ainsi de suite. (Bien entendu, en fonction de l'histoire familiale, ce schéma de base comporte des exceptions.)

Dans l'Inconscient collectif, la fratrie est aussi le lieu de la rivalité par excellence et, ultimement, du fratricide. De nombreux mythes nous présentent l'histoire tragique et fondatrice d'une rivalité entre frères qui finit par un meurtre : Romulus tue son jumeau Rémus, avec lequel il a fondé la ville de Rome, parce que celui-ci l'a défié en franchissant un sillon sacré qu'il avait tracé dans le sol ; le dieu égyptien Osiris est tué par son frère jaloux Seth, qui règne sur les contrées stériles.

D'autres mythes, qui concernent une fratrie plus nombreuse, montrent les factions organisées par une partie des frères et sœurs pendant que l'un d'entre eux reste fidèle aux parents. Ainsi, dans la mythologie aztèque, la pieuse Coatlicue, déesse-mère ayant engendré les étoiles et les dieux, tombe enceinte par miracle alors qu'elle est en prière dans un temple. Sa fille Coyolxauhqui, croyant que sa mère s'est déshonorée, pousse ses frères les Centzon-Huitznahuas (étoiles du ciel méridional) à la décapiter. Cet acte barbare est empêché de justesse par la naissance de Huitzilopochtli, dieu du soleil et de la guerre, qui émerge tout armé du ventre de sa mère pour massacrer sa sœur et ses frères félons.

La fratrie est le modèle initial de toute société : agitée par des tensions qui peuvent aller jusqu'à la guerre ouverte, à la torture et au meurtre, elle est aussi la collectivité par excellence, avec son idéal d'amour, de partage et de collaboration fructueuse.

Le mythe de Caïn et Abel[3] peut être interprété de diverses manières ; certains commentateurs y voient même la trace d'une ancienne rivalité entre tribus sédentaires (comme Caïn) et nomades (comme Abel le pâtre). Mais si

nous lisons le texte à la lettre, nous pouvons isoler plusieurs éléments intéressants :

- Caïn est né le premier, et il devient cultivateur : métaphoriquement, il prend possession de la terre, comme l'aîné d'une famille prend possession de tout l'espace physique et psychique disponible. Une des étymologies possibles de son nom en hébreu est « j'ai acquis ». Abel, son cadet (dont l'étymologie pourrait être « existence précaire »), arrive en terrain déjà conquis et devient pâtre : en d'autres termes, il s'organise pour subsister avec ce qui est disponible, s'adaptant et prenant soin d'une multitude vivante.
- C'est Caïn, l'aîné, qui prend l'initiative de faire une offrande à Dieu. Son cadet, Abel, l'imite, mais avec une variante : si Caïn sacrifie simplement « *des* fruits de la terre », Abel, lui, offre « *les premiers-nés* de son troupeau ». On peut l'interpréter en deux temps : en sacrifiant les premiers-nés, Abel sacrifie métaphoriquement son frère, qui est le premier-né, tout en le considérant comme « ce qu'il a de meilleur ». Cela nous renvoie à l'admiration que ressentent les cadets pour leurs aînés, mêlée d'un désir de les éliminer. Mais si Abel sacrifie ce qu'il a de meilleur, Caïn, l'aîné légitime sur le territoire, n'est pas prêt à offrir un sacrifice authentique : le partage est déjà beaucoup pour lui.
- Dieu favorise l'offrande d'Abel, ces vies dont il a versé le sang (préfigurant son propre sacrifice). Cela nous renvoie au fait que le préféré dans une famille est toujours paradoxalement sacrifié, car la préférence est un fardeau qui le coupe de l'affection de ses frères et sœurs.
- Quand Caïn, agité par un mouvement de jalousie, montre un « visage abattu », l'Éternel le remarque immédiatement. Il représente en cela le parent absolument attentif, qui n'ignore rien des sentiments de son enfant. Il lui donne alors le choix suivant : « Certainement, si tu agis bien, tu relèveras ton visage, et si tu agis mal, le péché se couche à la porte, et ses désirs se portent vers toi : mais toi, domine sur lui. »

Ce choix fondamental est celui qui va régir la guerre ou la paix : le premier mouvement, le « péché » la « faute » ou la « bête tapie » (selon d'autres traductions) est celui de la jalousie de Caïn qui va finalement triompher et le porter au meurtre. Mais le choix existe, et la sollicitude que

marque l'Éternel en s'adressant à Caïn inscrit ce choix comme celui de toute l'humanité : si Caïn accepte de sacrifier son ego, son désir de tout posséder, d'être premier en tout (comme l'a fait Abel en sacrifiant ses agneaux), il sera lui aussi distingué et découvrira, en abandonnant la satisfaction personnelle de la possession illimitée, la joie transpersonnelle du partage. D'ailleurs, une fois le meurtre accompli et le bannissement de Caïn prononcé, sa lignée apprendra la leçon puisque toute sa descendance deviendra une tribu d'éleveurs nomades, comme l'était Abel. Et c'est de Seth, le troisième fils d'Ève, que viendra la lignée conduisant à David et à Joseph, le père (adoptif) de Jésus : une fois la lutte fratricide dépassée, le troisième fils, celui qui a appris la leçon, engendrera une humanité consciente.

Ce mythe fondateur de la culture judéo-chrétienne nous renvoie à la fratrie comme **premier lieu de l'altérité et de la complémentarité, de la rivalité et du partage**. La concurrence est au cœur de la fratrie avec un enjeu fondamental : que les enfants apprennent à vivre parmi leurs semblables aussi bien dans l'intimité du foyer que dans leurs premières expériences de socialisation (à l'école ou à la garderie). L'attitude des adultes éducateurs, qui est fonction de leur propre expérience face à leurs frères et sœurs ou camarades, sera déterminante pour favoriser l'adaptation de l'enfant à la vie en société. L'idéal serait que chacun puisse *in fine* se vivre à la fois comme individu souverain et membre d'une communauté. Il est bien rare que l'on arrive à l'âge adulte en état de sérénité vis-à-vis des autres, c'est-à-dire vis-à-vis de sa propre fratrie.

Les conflits de fratrie débouchent ensuite sur les conflits de la vie courante. Les problèmes de rivalité face aux frères et sœurs renvoient toujours à la même demande : être aimé des parents, autrement dit avoir la vie sauve. Or, le besoin d'amour, de sécurité et d'attention d'un enfant se trouve sans cesse contrarié par la multiplicité des défis qui se présentent aux parents (contraintes de la vie quotidienne, accidents divers, difficultés économiques, affectives ou professionnelles…).

Lorsque les parents, dépassés ou malveillants, manquent à leur mission d'éducation et de conscience, ils reportent sur la fratrie leur impuissance, leur colère et leurs solutions éculées venues du passé. C'est ainsi que naissent les hiérarchies fixes (bien utiles en apparence pour faire régner l'ordre mais dévastatrices pour les enfants placés une fois pour toutes en position dominante ou subalterne) ; les comparaisons utilisées comme

moyen de chantage et de pression ; les préférences affichées et les exclusions qui marquent pour toujours le destin des futurs adultes. Chaque fois que les parents omettent de répondre de manière adaptée aux demandes de l'enfant (soit d'y accéder, soit en refusant de le faire de manière constructive), celui-ci cristallise leur manquement comme un élément de son identité névrotique future.

Dans la vie adulte, en vertu des mécanismes de projection dont nous avons parlé plus haut, les anciennes rivalités de la fratrie aboutissent à des conflits entre pairs, toujours orientés vers une autorité supérieure qui représente les parents : ce peut être le chef, au travail, qui « ne sait pas départager les employés », ou encore les parents et beaux-parents que l'on prend à témoin de ses querelles de couple, ce qui revient à faire du conjoint un frère ou une sœur. Ce sont aussi tous les combats au nom d'une entité abstraite (Dieu, la Justice, la Paix…) où les deux factions rivales croient honnêtement, chacune, combattre pour le bien de cet idéal parental.

Nous allons étudier ci-dessous quelques pistes pour comprendre comment les souffrances vécues dans la fratrie traversent l'arbre généalogique pendant plusieurs générations.

Élever une fratrie : les enjeux du partage

Nous avons vu que la fratrie au sens strict commence avec le quatuor (idéalement, un fils puis une fille) qui à la fois menace la triade et la réalise. Le premier enfant a rendu le couple parents pour la première fois. À partir du deuxième enfant, la parentalité mûrit : on n'est pas les mêmes face à chaque enfant, et on n'est pas les mêmes face à une maisonnée où de plus en plus de petits êtres réclament attention et soin. À chaque adjonction d'un nouvel arrivant se pose la question du partage, avec de plus en plus de complexité. Nous avons vu que pour le premier enfant un partage équilibré aboutissait à une triade équilibrée, où chacun est en relation avec l'autre sur les quatre plans (mental, émotionnel, libidinal et matériel). Au sein d'une famille, le partage (du temps, de l'espace, des besoins, désirs, sentiments et paroles) se fait non seulement entre frères et sœurs, mais aussi entre les enfants et les parents.

Si nous revenons aux fondements de la société judéo-chrétienne, deux exemples de partage illustrent le même idéal, non pas de – concurrence, mais de mise en commun dans une abondance illimitée. Pour la pensée

juive, la philosophie talmudique exprime ce partage sur le plan intellectuel : les rabbins réunis commentent la Torah, chacun donne son interprétation, personne ne la réfute, et l'Éternel décide, de manière inconnaissable. Au fond, celui qui décidera sera le lecteur futur du Talmud, ce qui signifie que la responsabilité éthique, intellectuelle et spirituelle de chaque individu est respectée. Il n'y a pas de concurrence entre les opinions diverses (il ne s'agit pas de trouver la bonne interprétation qui fera de tel ou tel le fils favori), mais une abondance de pensée virtuellement illimitée, destinée à l'Esprit par excellence, capable d'accueillir toutes les pensées individuelles.

De même, dans la Cène, le Christ partage symboliquement sa chair et son sang entre douze « fils » qui sont ses apôtres. Dans ce repas il n'y a aucune concurrence car l'amour total y règne, mais chacun des apôtres a sa propre spécificité aux yeux du Christ. Le rituel de la messe reproduit ces agapes (partage d'un repas dans l'amour total) : chacun des fidèles peut à volonté recevoir le corps du Christ, de la main du prêtre qui le représente, sans sentir que l'hostie du voisin le prive de sa part.

Ces deux modèles si différents en apparence et si similaires dans leur principe résument la demande fondamentale de chaque enfant à l'intérieur de la fratrie : il ne veut rien de moins que l'amour total, l'attention totale, la reconnaissance totale. Car le partage authentique n'est pas la division d'une denrée limitée en parts plus limitées encore mais égales, c'est au contraire le morcellement du Tout en une infinité de parties également illimitées qui sont chacune la totalité. On ne peut partager que ce qui n'a pas de limites : **le partage est la démultiplication du Tout** (de l'amour, de l'énergie vitale, du sens…) **et non sa division**.

Toute plainte ou exigence de l'enfant revient à cette demande, que ce soit via un gâteau de plus ou de moins, une minute d'attention, un vêtement, un jouet… Plus la sollicitation est impérative, plus elle signifie que l'enfant ne se sent pas aimé. Face aux manifestations sans fin de cette demande fondamentale, les parents sont sommés d'agir, dans les termes qui sont les nôtres, en Conscience, à partir de leur Être essentiel. Ils se retrouvent peu ou prou dans la situation d'un pratiquant du zen mis en face d'un koan, ces devinettes sans réponse possible qui ne peuvent être résolues que par le dépassement du mental, des limites individuelles.

La tâche n'est pas aisée. Avec les meilleures intentions du monde, de nombreux parents, soucieux d'agir pour le mieux, adoptent sans le vouloir

des attitudes qu'ils voudraient libérées de leur propre éducation, mais qui ne sont en réalité qu'une réaction à celle-ci, et se révèlent malheureusement toxiques. On l'a vu, le piège de l'arbre agit non seulement par reproduction, mais par des formes de répétition plus sournoises que sont en particulier la compensation et l'opposition.

Ainsi certains s'épuisent (et épuisent leur entourage) à répondre point par point à toutes les demandes de leur enfant, soucieux de lui donner tout ce qu'ils n'ont pas reçu. On peut alors aboutir à la situation de l'enfant-roi qui occupe l'espace des adultes, monopolisant la conversation et multipliant les caprices au nom du fait qu'il mérite l'attention générale. Les parents vivent en fonction de l'emploi du temps enfantin, au sacrifice du leur. Pris au piège, ils agissent par compensation et opposition vis-à-vis de leur propre éducation. Ayant été frustrés par des règles strictes et des refus catégoriques, ils se montrent incapables de s'opposer eux-mêmes aux désirs de leur enfant, d'imposer des interdits de manière aimante, de dire non avec amour. Les enfants élevés de la sorte manquent de repères et ont du mal à trouver les limites qui pourraient les rassurer. Cela peut se traduire, par exemple, par des problèmes de sommeil qui trahissent une angoisse profonde liée au manque de structure.

En vertu du même mécanisme, d'autres parents, qui ont souffert d'un manque de communication dans leur propre famille, passent leur temps à surexpliquer les situations à leur tout-petit, et à lui demander son avis sur tout. C'est ainsi que l'on voit certaines mères parlementer longuement avec un enfant de trois ans sur le point de savoir s'il préfère une glace à la vanille ou à la fraise, ou de se lancer dans des discussions sans fin avec l'enfant pour savoir s'il se sent fatigué ou non. En réalité, là encore, ce manque de décision de la part des parents est angoissant pour l'enfant et peut aboutir à des crises de fureur que les parents, désemparés, ne s'expliqueront pas.

Les situations familiales où un enfant est le préféré (par exemple, parce qu'il est le premier héritier mâle) sont également très nocives, non seulement pour les frères et sœurs qui pâtissent de l'injustice, mais aussi pour le favori. En règle générale, un enfant qui n'est pas élevé dans le partage voudra toujours tout pour lui-même. Ses frères et sœurs, puis les membres de son entourage, ses collègues et concitoyens seront toujours des concurrents : il vivra dans un monde de rivalité, de compétition, et comparera sans cesse ce qu'il a reçu avec ce qui a été donné aux autres ; il aura toujours besoin de quelque chose de plus pour se sentir « préféré » ou

« favorisé », c'est-à-dire, en réalité, pour se sentir exister. La frénésie de consommation dans laquelle est plongée notre société actuelle est en grande partie basée sur ce manque de partage et d'équité.

De même que la solution d'un koan zen vient d'une mutation mentale, obtenue par la méditation et la non-identification aux pensées personnelles, la solution au paradoxe du partage (que tout soit pour moi *et* que tout soit pour les autres) ne peut venir que d'une évolution, d'un changement de niveau de Conscience correspondant à une nouvelle naissance. Il faut émerger du niveau de Conscience de sa propre famille pour élever ses enfants dans le partage.

Voyons une situation typique de repas familial. Au moment du dessert, le gâteau est divisé en parts absolument égales entre parents, frères et sœurs. En apparence, tout est parfait. Mais soudain, l'un des enfants réclame plus de gâteau – or, il n'y en a pas plus. Pris dans la contrainte entre la limite matérielle et la demande de l'enfant, qui veut l'illimité, un grand nombre de réactions inappropriées sont possibles (et fréquentes).

Au niveau de Conscience le plus sommaire, les parents agacés et rivaux de leurs propres enfants, que cette demande renvoie à leurs manques personnels, répondront par exemple :

- « Pour qui tu te prends ? Il n'y a pas de raison que tu en aies plus que les autres. »
- « Eh bien, il n'y en a plus. Voilà, c'est comme ça, dans la vie on ne peut pas tout avoir. »
- « Tu n'en as jamais assez ! De toutes manières tu es trop gros(se). »

Toutes réactions agressives, qui mettent l'enfant en cause dans son estime de lui-même.

Au deuxième niveau, les parents bien intentionnés mais incapables de résoudre le problème seront culpabilisés dans leur propre capacité à être de « bons parents » et réagiront par exemple de la manière suivante :

- « Je suis désolé(e), il n'y en a plus… J'aurais dû en faire plus », réaction de bonne volonté, mais qui a l'inconvénient de mettre le parent en faute, ce qui est angoissant pour l'enfant.
- « Tout le monde en a eu autant » (ce qui réduit le partage à un morcelage matériel où chacun reçoit la même chose, donc à une négation de l'identité individuelle).

- « Tiens je vais te donner ma part, je n'ai plus faim » (évidemment, tous les autres sont aussitôt jaloux de cette faveur).
- « Tu veux du chocolat ? Un biscuit ? » (ce qui prévient la demande de l'enfant sans écouter ce qu'il y a derrière, et la réduit à une envie d'aliment sucré).

La réponse d'un parent en Conscience est en réalité un processus d'écoute qui commence par la question : « As-tu encore faim ? » L'enfant, renvoyé à sa souveraineté mais pas à une illusoire toute-puissance, peut alors exprimer de quoi il a besoin.

S'il a vraiment faim, on lui demandera : « Puisqu'il n'y a pas de gâteau, qu'est-ce qu'il te plairait maintenant de manger ? » Une fois nourri (si besoin est), il conviendra d'accéder en outre à sa demande initiale qui était « une part de gâteau supplémentaire », cette fois au sens figuré recouvrant en réalité une demande d'amour. Cette part supplémentaire pourra être matérialisée sous la forme d'un « bon pour une part de gâteau » qu'il pourra échanger à sa guise, et quand il en ressentira le besoin, contre une part d'un autre gâteau, un câlin, un jouet, une demi-heure de dessins animés, ou quelque autre activité de son choix, avec l'accord des parents.

En fait, l'enfant qui demande une part de gâteau en plus ne fait qu'exprimer l'insatisfaction inconsciente des parents, qui les a conduits à retenir, à un moment donné, quelque chose qu'ils auraient pu lui accorder et qui est passé inaperçu pour eux. Pour chacun des enfants, ce fragment illimité du Tout qu'il réclame aura une saveur particulière : l'un utilisera son « bon pour un gâteau de plus », l'autre viendra demander un moment de dialogue, le troisième encore offrira un dessin et appréciera qu'on l'accroche au mur.

Mais sous la demande de l'enfant peut aussi se nicher l'exigence d'être aimé plus que les autres. En effet, quand la famille n'a pas su proposer le partage authentique, chacun est frustré et, à force de manque, développe un besoin névrotique de dévorer l'attention parentale. Il ne s'agit plus d'avoir ce dont on a besoin, mais de « tout avoir ». Si tel est le cas, il convient d'enseigner à l'enfant le sens du partage et de la collectivité. Pour reprendre l'anecdote du gâteau, il peut alors être utile de lui proposer la chose suivante : « Puisqu'il n'y avait pas assez de gâteau, je vais t'apprendre à le faire. Ainsi, à l'avenir, tu pourras en avoir plus si tu le souhaites. » On prend alors le temps de faire les courses nécessaires avec l'enfant, puis dans

la cuisine, avec la participation de ses frères et sœurs s'ils le souhaitent, comme témoins et assistants, on lui enseigne à préparer ce gâteau qu'il partagera ensuite fièrement avec toute la famille.

Là encore, le Tarot nous montre la voie puisque les deux grands archétypes cosmiques la Lune et le Soleil, qui représentent la Mère cosmique et le Père cosmique, éclairent de manière égalitaire et avec une générosité inépuisable leurs « enfants » qui reçoivent tous la même attention, la même qualité d'écoute : aucun ne prime sur l'autre.

Dans le Soleil, ce sont deux frères en situation d'entraide.





Dans la Lune, un paysage où trois animaux se tournent vers elle avec la même demande, à laquelle elle répond sans discriminer.

Par ces différents exemples, il ne s'agit pas de donner des leçons pour l'éducation des enfants, mais une fois encore de comprendre quelle pourrait être la situation idéale pour déceler les blessures et les déformations qui ont marqué les fratries de l'arbre généalogique.

Comparaisons, préférences, hiérarchie, châtiments : la fratrie toxique

Faute de parvenir au partage idéal, les parents prisonniers du piège de l'arbre généalogique agissent vis-à-vis de la fratrie avec quatre stratégies principales, destinées à contenir ce qu'ils ressentent comme un chaos d'individualités ingérables :

- Établir des hiérarchies.
- Affirmer leur préférence.
- Influencer les enfants en les comparant.
- Leur infliger des châtiments corporels.

Toutes ces stratégies ont en commun d'enfermer l'individualité et la richesse de chacun dans un rôle figé, semblable à un cachot. Elles – peuvent produire des lésions psychiques qui aboutissent à l'âge adulte à des comportements agressifs ou autodestructeurs. Les fêtes de famille, d'année en année, voient se reproduire ces jeux de rôle devenus caricaturaux lorsqu'ils sont joués par des adultes. Les personnes extérieures à la famille sont les témoins effarés de ces rituels entre le « favori », le « rebelle », le « gentil », le ou la « mal-aimé(e) », la « belle », le « malade », le « bouc émissaire », le « clone de papa », le « clone de maman », etc. Il est souvent plus aisé d'identifier la comédie familiale des autres que la sienne propre, et cela peut d'ailleurs être un excellent exercice de prise de conscience des dysfonctionnements de son propre arbre généalogique.

Par ailleurs, rappelons que tout conflit entre les parents potentialise les problèmes dans la fratrie. L'enfant, spontanément loyal à ses deux parents (à moins qu'on ne l'oblige à choisir l'un ou l'autre camp), va vivre leur opposition comme un conflit interne. Lorsqu'il s'agit d'une fratrie de deux enfants ou plus, le conflit va se répercuter entre frères et sœurs : les uns prendront fait et cause pour la mère et les autres pour le père.

La hiérarchisation

Elle permet aux parents de confiner chacun des membres de la fratrie à une place et à une fonction précises, et de déléguer une partie de l'autorité aux frères et/ou sœurs les plus « gradés ». Elle est particulièrement pratiquée dans les familles nombreuses où les aînés sont sommés de prendre en charge les petits pour soulager les parents de leurs tâches éducatives.

L'immense inconvénient de cette stratégie consiste à fixer les positions relatives des frères et sœurs pour la vie : « dominants » ou « dominés », « gentils » ou « méchants », « manuels » ou « intellectuels », « serviteurs » ou « pachas », ils seront probablement dans la société ce qu'on leur a enjoint d'être à la maison. Cette conception de la fratrie comme une armée ou un camp de prisonniers peut donner lieu à de nombreux abus sexuels, à des tortures physiques et morales dont les parents évitent soigneusement d'être au courant. Un enfant, même aîné, n'est pas psychiquement prêt à élever un autre enfant : d'une part il n'en est pas capable, et d'autre part il éprouvera toujours une ambivalence devant cette demande, même s'il semble s'en satisfaire pour obtenir l'amour des parents. Il exercera donc fréquemment sa cruauté sur ses cadets, sans les limites morales qu'il acquerra plus tard, à l'âge adulte.

L'uniformisation et la comparaison

Ces deux attitudes vont de pair. Elles viennent du fait que les parents sont incapables d'apprécier chacun des enfants pour ce qu'il est sans chercher à le rendre conforme à un moule.

L'uniformisation est un procédé courant et psychologiquement fort primitif qui consiste à survaloriser la ressemblance : traits communs entre parents et enfants, « air de famille », culture familiale, tics… On voit fréquemment des enfants tous habillés de la même manière, ou chacun contraint d'apprendre un instrument de musique donné pour avoir sa place dans le concert familial : si le dernier arrivé n'aime pas la clarinette, tant pis pour lui, le piano est déjà pris.

Dans l'uniformisation comme dans la comparaison, les parents établissent un canon de perfection qui correspond à leur propre quête, en général insatisfaite. Incapables d'atteindre leur idéal, ils prétendent l'imposer à leurs enfants. C'est ainsi que l'on voit fréquemment la fille d'une mère obsédée par son poids devenir anorexique, pour se conformer aux critères de beauté excessifs de la mère.

Comme l'uniformisation, la comparaison prétend fixer de l'extérieur une règle immuable et objective. Elle sert à convaincre l'enfant qu'il devrait être autre chose que ce qu'il est en lui donnant un modèle extérieur. Cette création de valeurs abstraites déracine l'individualité : la ressemblance (au

reste de la famille, à des modèles arbitrairement établis) est valorisée, et non la différence.

La comparaison est un outil de manipulation classique, qui permet au parent de ne pas exprimer ses propres besoins, sentiments, désirs ou idées à la première personne, donc de ne pas les prendre en charge dans sa relation avec l'enfant, de ne pas risquer d'être contredit ou mis en face de ses propres limites.

La phrase : « Regarde ton frère, il est sage, il a rangé sa chambre ! » impose le souhait des parents (« Nous voulons que tu ranges ta chambre ») comme une condition pour obtenir une part de cette denrée limitée qu'est leur appréciation.

De même, au lieu de dire : « Je pense que tu devrais manger moins », et d'accepter d'entrer en relation avec l'enfant sur ce point, ce qui suppose par exemple de comprendre pourquoi l'enfant mange trop (ou d'accepter qu'en réalité il mange à sa faim et de manière saine pour sa morphologie), on dira : « Regarde ta sœur comme elle est mince ! » (sous-entendu : « Elle représente la norme, à toi de t'y conformer »).

En déléguant ainsi sa propre autorité à un modèle abstrait, extérieur, qui fait figure de norme ou d'idéal, le parent fait en réalité un chantage qui sous-entend que l'autre, celui qui s'adapte mieux au modèle, va recevoir une gratification dont l'enfant « déviant » sera privé. La comparaison entraîne ainsi la compétition : c'est à celui qui saura le mieux se plier aux critères parentaux pour obtenir sa « part de gâteau ». Les enfants élevés dans la comparaison permanente seront plus tard des adultes dévalorisés, envieux et compétitifs, qui auront de grandes difficultés à accepter leur propre individualité et leur propre valeur, et qui continueront d'appliquer à eux-mêmes et à leur entourage des normes réductrices représentant à leurs yeux le jugement parental.

La comparaison conduit non à l'excellence, mais à l'impuissance : il faudrait que nous soyons l'autre pour pouvoir faire ce que l'autre fait, et c'est évidemment impossible. Une histoire zen l'illustre bien.

> *Un moine, soucieux d'atteindre l'illumination, regarde méditer son camarade avec une sérénité qu'il ne parvient pas à atteindre. Il s'en ouvre à son maître qui le conduit dans le verger du monastère et lui dit : « Regarde, tu vois ce pommier ? Tu vois ce poirier ? Chacun produit de bons fruits, et ils ne se comparent pas. »*

La préférence

C'est une impulsion absolument normale, car on n'est pas maître des affinités que l'on ressent vis-à-vis de telle ou telle personne, et les enfants ne font pas exception. Ce qui est toxique, en revanche, c'est de manifester sans frein ses préférences dans la fratrie, alors que chaque enfant a besoin de sentir qu'il est aimé tel qu'il est. Nombre de parents vont reporter inconsciemment sur leurs enfants les souffrances et les manques de leur propre enfance, et tenter de les compenser au détriment de la relation véritable. Nous avons déjà mentionné le fait que le rang dans la fratrie est un élément déterminant.

Exemple : Un père de trois enfants, lui-même troisième de sa fratrie, a été élevé par sa grande sœur (l'aînée) et maltraité par son frère. Il reporte exactement ce scénario enfantin et les sentiments qu'il a engendrés en lui sur ses propres enfants : il donne sa sœur aînée comme marraine à son premier enfant et ressent une hostilité inexplicable pour le deuxième fils, considéré comme un rival, la différence étant que, cette fois, le « rival » est plus faible et vulnérable que lui (alors que dans l'enfance le frère aîné était le plus fort). Cette vulnérabilité permet au père de se venger sur lui sans entrave des mauvais traitements jadis subis. Enfin, il préfère ostensiblement le troisième enfant, sur qui il projette tous ses espoirs et ses ambitions irréalisés.

Dans le même ordre d'idées, une mère qui veut absolument un fils (peut-être parce qu'elle-même a été attendue comme un garçon) peut maltraiter ostensiblement ses trois filles et aduler son petit garçon. De même encore, il arrive souvent qu'un enfant né « par accident », ou né d'une relation sexuelle forcée comme il en arrive parfois au sein d'un mariage, porte toute sa vie le poids d'une culpabilité qui n'est pas la sienne (« Tu m'as privé de ma liberté et à cause de toi j'ai dû me marier », pense le père, ou « Tu as été engendré au prix d'un viol et je ne peux pas te regarder en face », songe la mère), tandis que son frère ou sa sœur né(e) quelques années avant ou après peut très bien recevoir de l'affection.

Qu'il soit plus mal ou mieux traité que les autres, l'enfant, n'ayant aucun moyen de comprendre pourquoi, se retrouve dans une grande détresse psychique et mettra tout en œuvre pour donner du sens à ce traitement injuste. Si on le rejette, il se sentira fondamentalement mauvais, ou se déménera pour mériter un amour qui ne viendra jamais. Si on le

préfère, il peut perdre toute notion de l'autre, ou au contraire mettre sa vie en danger par des actes héroïques pour mériter cette préférence qui le culpabilise.

Parfois, la notion de « préférence » concerne un abus : par exemple, le père s'approche sexuellement de la fille aînée qui « se sacrifie », c'est-à-dire accepte l'abus, pour qu'il laisse sa petite sœur tranquille, mais la cadette, consciente de la situation, vivra elle aussi avec une blessure, mêlant l'idée confuse que son père n'a pas « voulu » d'elle et de la culpabilité vis-à-vis de sa sœur.

Le châtiment corporel

Là encore il s'agit d'un aveu d'impuissance déguisé des parents qui ne sont pas capables d'atteindre l'esprit de leur enfant, de lui proposer la solution qu'ils savent être la meilleure, d'affirmer leur légitime autorité d'une manière acceptable et d'imposer des limites structurantes. Le châtiment corporel combine deux stratégies de manipulation très délétères : la douleur physique et l'humiliation psychique. Il s'agit non pas d'élever l'enfant mais de le dresser, comme on le ferait d'un animal, et de le faire obéir sans emporter son adhésion.

Le parent recourt au châtiment corporel soit par répétition pure et simple de la manière dont on l'a éduqué, soit parce qu'il est incapable de convaincre son enfant, et qu'il n'a plus, pour affirmer sa position de parent (c'est-à-dire la supériorité que devraient lui conférer l'expérience et une structure psychique mature), que sa force physique. Cela révèle de sa part une confusion entre le corps et l'esprit. On frappe le corps en voulant redresser l'esprit, mais en réalité le châtiment ne fait que blesser l'esprit, donc lui imposer un détour ou une torsion supplémentaire. Cela peut aboutir pour l'enfant à un rejet du corps, vécu comme un obstacle, un ennemi, un lieu où sa vulnérabilité se manifeste d'une manière qui ne fait que le rabaisser.

De même, quand les parents laissent un enfant en frapper un autre de manière répétée, ils sont coupables de non-assistance à personne en danger. Même si dans la fratrie ces atteintes prennent la forme de moqueries (critiques corporelles dévalorisantes), on ne peut pas laisser un enfant être régulièrement agressé dans son intégrité physique, au risque d'en faire un adulte étranger à son propre corps. Il faut cependant être vigilant car un

châtiment peut être administré par erreur (par exemple, le père punit le frère aîné, généralement violent avec sa petite sœur, parce que celle-ci pleure, puis s'aperçoit que la petite pleure parce qu'elle est tombée).

La violence physique doit être distinguée des moments de contrainte parfois nécessaires, où le corps mature du parent sert de référence à l'enfant, à condition que le geste du parent (par exemple l'immobiliser, le mettre au lit ou sous la douche pour interrompre une crise de nerfs, lui imposer le « piquet », c'est-à-dire un moment d'immobilité et de silence) soit toujours empreint d'un respect profond pour l'intégrité de l'enfant, et destiné à le ramener au respect de soi-même et de son environnement.

Les situations dans les fratries sont d'une immense variété, mais lorsqu'elles deviennent pathologiques, elles relèvent le plus souvent de l'un de ces quatre dysfonctionnements, voire des quatre à la fois. Il y a aussi le cas, terrible, où les parents abandonnent complètement leurs enfants, leur fournissant tout juste un foyer et de la nourriture. Les relations s'organisent alors entre frères et sœurs comme dans une horde sans guide adulte, où le plus fort impose sa volonté enfantine et les abus nés de son propre désespoir. Mais même dans ce cas, le moindre geste d'intérêt des parents sera pris comme une préférence, et on peut dire que les parents se reposent sur une hiérarchie de fait qui s'apparente à la loi du plus fort.

Quelques dynamiques familiales

Sans prétendre épuiser toutes les situations possibles, nous allons étudier quelques configurations typiques qui pourront vous aider à comprendre les fratries de votre arbre généalogique. La règle, pour y voir clair non seulement parmi nos sœurs et frères, mais parmi nos tantes et oncles, grand-tantes et grands-oncles, est de pouvoir se représenter dans quel contexte chaque fratrie a grandi. Les contraintes sociales, historiques et culturelles pèsent évidemment de diverses manières sur les dynamiques familiales, mais la qualité et l'équilibre des relations affectives au sein du foyer jouent toujours un rôle prépondérant.

À toutes les époques il existe des fratries heureuses dans des familles pauvres, où tout le monde se partage l'espace et la nourriture disponibles avec joie. Inversement, les enfants d'un mariage bourgeois du début du XX^{e} siècle, comblés de biens et d'attention, mais élevés par des bonnes,

peuvent avoir subi des abus, souffert de l'absence de leurs parents, ou avoir été marqués par une honte sociale (scandale, divorce, adultère, internement psychiatrique…).

Le but des exemples donnés ci-dessous est de permettre à chacun d'imaginer ses parents et ses grands-parents, comme soi-même, à l'âge où le partage avec les frères et sœurs détermine en grande partie la personnalité future. Cela permet de mieux comprendre les enchaînements transgénérationnels, ou comment l'enfant d'une génération paie les souffrances de ses propres parents à la génération précédente.

Le cas de l'enfant unique

À première vue, l'enfant unique semblerait être dans une situation idéale puisqu'il a ses parents pour lui seul. Mais encore faut-il savoir pour quelle raison les parents n'ont eu qu'un seul enfant.

L'enfant unique est fréquemment le produit d'une situation où les parents sont narcissiques : les enfants étant considérés comme des intrus dans le couple, on n'en veut surtout pas trop. Parfois, l'enfant a été conçu pour répondre à une nécessité de transmission (de l'entreprise ou du patrimoine familial, par exemple). Une autre situation courante est celle où les parents ne s'entendaient pas et ont très vite fait chambre à part, et où l'enfant a été élevé par un couple qui ne partageait plus qu'un contrat matériel. Dans d'autres cas encore, l'enfant est arrivé très tard ou par mégarde dans la vie de ses parents qui ne souhaitaient pas vraiment en avoir un.

Un enfant unique se trouve en général dans l'une de ces quatre situations :

- L'enfant adulte qui doit élever ses propres parents immatures et multiplie les efforts pour se faire pardonner son existence.
- L'enfant d'un couple désuni qui va former une union exclusive avec l'un des deux parents au détriment de l'autre et souffrir d'avoir été en rivalité avec son père ou sa mère.
- L'enfant enfermé dans une intimité qui est en réalité une grande solitude à trois, avec des parents narcissiques ou dépressifs.
- L'enfant chargé de réaliser toutes les aspirations des parents qui l'ont conçu pour qu'il soit l'Enfant par excellence, condamné à la perfection et donc paralysé par le perfectionnisme.

Il aura souvent une sensation d'incomplétude et se demandera ce qu'il serait devenu s'il avait eu un frère ou une sœur.

Des parents conscients élèveront un enfant unique en le socialisant au maximum, pour lui faire prendre conscience du fait qu'il n'est pas seul au monde dans sa génération. Des cousins, des camarades de son âge peuvent constituer un point de référence important.

Deux enfants

En français, l'expression le « choix du roi » désigne une famille où naît d'abord un fils, puis une fille. Cette tendance à favoriser le fils aîné traverse toutes les cultures patriarcales, mais elle est plus ou moins marquée selon les sociétés et les époques. Elle est en réalité issue d'une nécessité d'organisation qui, en Europe, remonte au Moyen Âge, lorsque la transmission du patrimoine au premier héritier mâle s'est imposée comme un modèle de stabilisation économique et sociale. Tout père se devait donc d'avoir un fils légitime à qui transmettre ses propriétés ; or la seule manière de s'en assurer était de mettre enceinte, du premier coup, une femme vierge, et qu'elle accouche d'un fils, les grossesses suivantes pouvant théoriquement être le fruit d'un adultère (cette incertitude quant à l'identité du père biologique explique aussi la transmission de la judéité par la mère). Les conséquences à long terme sont incommensurables, et à l'origine de maintes injustices, frustrations et souffrances.

Les situations où le couple a deux enfants seront le modèle de base, y compris dans une famille nombreuse, de la relation entre aîné et cadet, même pour le cas où les deux enfants sont jumeaux, puisque ceux-ci ne naissent pas tout à fait en même temps.

La première chose à étudier, dans toute fratrie, est l'**écart d'âge**. Il signale l'âge qu'avait l'aîné (donc son niveau de maturité psychique) lorsque le cadet est arrivé. Mais il serait réducteur de penser que seuls deux enfants rapprochés peuvent pâtir d'une rivalité. La jalousie n'a pas d'âge, et si l'aîné a été négligé par ses parents, il peut devenir férocement jaloux du cadet même si vingt ans les séparent. Cette jalousie s'exprimera directement (on voit souvent des enfants en bas âge essayer candidement de tuer le nouveau-né) ou indirectement, comme dans le cas de ce petit garçon de sept ans qui revenait systématiquement blessé ou amoché des promenades où l'emmenait son frère de dix-neuf ans : l'aîné, sans même s'en rendre

compte, poussait le petit à toutes sortes d'expériences dangereuses que celui-ci accomplissait avec le désir d'être aimé et admiré par son grand frère ; en réalité, le « grand » avait été placé chez ses grands-parents pendant toute son enfance et ne supportait pas de voir ses parents, devenus plus matures, prendre soin de son frère cadet comme il aurait aimé que l'on prenne soin de lui.

C'est une évidence, mais on l'oublie souvent : l'aîné est d'abord un enfant unique qui doit intégrer l'arrivée du cadet, alors que pour le cadet, l'aîné fait d'emblée partie de la famille. Ce déséquilibre doit être compensé par la sagesse des parents : idéalement, l'enfant qui arrive en plus devrait être considéré et présenté comme un apport, un trésor, dont la présence n'engendre ni compétition ni répétition, mais contribue à déployer l'identité de chacun dans toute sa splendeur. L'aîné peut alors devenir dans une certaine mesure le guide du cadet, mais pas un remplaçant de ses parents : il doit conserver son identité, son monde, et sentir que rien d'essentiel ne lui est retiré.

Le deuxième aspect fondamental pour étudier les fratries de deux est de savoir si *chacun des deux enfants a eu toute la place*, ou si les parents les ont considérés comme deux faces d'une même entité. Par exemple, en leur donnant le même prénom (Jean et Jeanne, Laura et Lorenzo…) ou deux prénoms composés des mêmes lettres (Albert et Berta, Marion et Romain, Dorothée et Théodore…), ou encore des prénoms commençant par la même initiale. Il est très fréquent, dans les fratries de deux enfants, qu'il n'y ait en réalité qu'**une place pour deux**. Les deux enfants doivent se partager l'existence, ce qui est très fréquent lorsqu'ils sont du même sexe, mais aussi de sexe différent (ils sont alors les deux faces d'un même être). Tout ce que l'un incarne ou possède, l'autre ne peut ni l'être ni l'avoir. L'un devient un grand commerçant comme son père, l'autre un artiste : le monde est vu comme un bien limité qui ne peut être que partagé en deux moitiés. Cette situation s'observe aussi chez les jumeaux lorsqu'ils ne jouent pas le jeu de l'identité.

Exemple : Ces deux sœurs sont nées à un an de distance. L'aînée, blonde, se prénomme Simone. La cadette, brune, Monique. Elles partagent la même chambre, mais se distinguent en tout : Simone est « la belle » et Monique « l'intelligente ». Simone est ronde et Monique mince. L'une aime la musique classique, l'autre la musique populaire. Lorsque Monique vient consulter, elle a dépassé la quarantaine et se plaint de « ne vivre qu'à

moitié ». Elle est célibataire et sans enfant. Au moment où sa sœur s'est mariée, puis lors de la naissance de son – premier enfant, Monique a fait deux tentatives de suicide, dont elle comprend plus tard que « c'était pour laisser la place à ma sœur ». Pourtant Simone se plaint sans cesse d'avoir été mal aimée des parents, et affirme que Monique était la préférée parce qu'elle était une enfant modèle.

Ces deux sœurs illustrent l'absurdité de cette situation où il n'y a qu'une place pour deux (et une syllabe commune, *mon*, entre les deux prénoms) : chacune des deux sœurs est convaincue qu'elle ne pourra jamais obtenir ce qui « appartient » à l'autre. En réalité, elles continuent à l'âge adulte à vivre dans la croyance où les ont confinées leurs parents, et selon laquelle il fallait qu'elles se partagent le réel comme on partage un gâteau. Le premier pas pour guérir de cette illusion négative est de récupérer la part de territoire que l'on croit appartenir à l'autre (fût-ce, dans un premier temps, par un acte symbolique : par exemple utiliser la puissance métaphorique de l'urine pour marquer son territoire dans des domaines habituellement réservés à l'autre, ou simplement en s'autorisant à pratiquer une activité que l'on s'était jusque-là interdite). Mais cela suppose aussi d'abandonner l'illusion enfantine selon laquelle les qualités et espaces attribués par les parents (dans le cas de Monique, le fait d'être « intelligente » et « sage ») sont des valeurs refuges.

Quand les rôles se répartissent hiérarchiquement entre aîné et cadet, on assiste à une **lutte de pouvoir** entre dominant et dominé, chacun mettant en place des stratégies pour obtenir la victoire, c'est-à-dire une fois encore l'amour des parents. Ces situations peuvent être envenimées par l'attitude de ceux-ci qui dérivent leurs propres pulsions conflictuelles sur les enfants comme le feraient les spectateurs d'un combat de coqs. Souvent, ils se partagent les enfants, comme si chacun pariait sur une équipe différente.

Exemple : Les parents attendaient un fils. Ils ont appelé leur première fille Alberta. Le petit Giovanni est né quatre ans plus tard. Alberta a commencé par tenter de l'étouffer dans son berceau, ce qui a scandalisé ses parents, très chrétiens. Ils l'ont sévèrement punie, et ont surprotégé leur fils. Alberta, comprenant que la violence ne la mènerait nulle part, a donc choisi de dominer son frère par tous les autres moyens possibles. Rapidement, la famille s'est scindée en deux camps : d'une part Alberta et son père, absorbés dans des conversations philosophiques et ne laissant aucune place à la mère ni à Giovanni pour parler à table ; d'autre part, la mère et son fils,

qui prenaient leur revanche dans le domaine matériel : elle lui donnait toujours la meilleure part, les draps les plus doux, et ne le désignait que comme « ce pauvre enfant », – projetant sur lui ses propres insatisfactions. Arrivée à l'âge adulte, Alberta vient consulter car elle souffre d'avoir des relations conflictuelles avec les hommes qui entrent dans sa vie. Ceux avec qui elle s'entend bien sont des intellectuels qu'elle ne désire pas, et qui restent ses amis. Mais dès qu'elle entame une relation passionnelle avec un homme, cette relation débouche sur un conflit. Elle découvre peu à peu l'affection refoulée qu'elle éprouvait pour son frère, et que les conflits familiaux verrouillés dès l'origine ne lui ont jamais permis d'exprimer.

Nous l'avons vu, c'est aux parents et à eux seuls qu'il incombe de gérer les tensions inévitables qui agiteront la famille à chaque transformation de la fratrie. Lorsque la famille n'est pas en paix et qu'un nouvel enfant arrive, le désir de meurtre de l'aîné vis-à-vis du cadet peut tourner à un déchaînement de violence, voire à des passages à l'acte. Si les parents ne parviennent pas à rétablir pour chaque enfant un sentiment de sécurité et de légitimité, cette rivalité ne fera que s'aggraver : aîné et cadet useront de tous les moyens possibles pour s'entre-détruire. L'aîné pourra par exemple tenter d'annihiler psychiquement son petit frère ou sa petite sœur : le dévaloriser, démolir ses jouets, capter ses amis… À l'âge adulte, ces combats occasionnent chez les aînés un fréquent complexe de culpabilité, alors que les cadets peuvent se retrouver submergés par la rancune, la colère, la confusion ou d'autres blocages psychophysiques.

Les stratégies de domination classiques des aînés sur les cadets sont les suivantes :

- Reprendre le rôle de la mère ou du père, souvent avec la complicité des parents, et se transformer au mieux en « petite maman » ou « petit papa », au pire en tortionnaire.
- Rendre le cadet dépendant de soi (parler à sa place, l'aider systématiquement, etc.).
- Devenir serviable, et faire office d'intermédiaire entre les parents et le cadet, au point d'étouffer celui-ci (c'est-à-dire de lui prendre sa place).
- Complexer psychologiquement ou physiquement le cadet en jouant sur ses années de plus pour développer une réputation d'intelligence, d'adresse ou de force supérieure.

- Traiter le cadet par le silence, s'en désintéresser, ce qui revient à nier son existence.
- L'agression physique : l'aîné a l'avantage des années et gagne systématiquement les combats pendant les premières années, jusqu'à ce que le cadet apprenne à se défendre.
- Si le cadet attire trop l'attention sur lui et que l'aîné n'a pas d'autre solution pour exister, celui-ci peut inversement se mettre à tout rater, ou tomber malade.
- L'abus sexuel peut faire partie des moyens par lesquels l'aîné triomphe sur le cadet, en lui imposant l'émergence de sa sexualité mature ou en le séduisant (et parfois en se l'attachant pour longtemps).

Les « petits » ont des stratégies par défaut, qui font plus directement appel à la puissance des parents :

- Le chantage affectif vis-à-vis des parents qui consiste à se plaindre, parfois pour rien, des mauvais traitements supposés de l'aîné.
- L'angélisme (parfois réel, parfois simulé) qui consiste à se transformer en enfant modèle au détriment de sa personnalité réelle.
- La maladie (psychoses, maladies organiques, épilepsie…) pour attirer l'attention.
- La rébellion, la fuite, la fugue.
- Les crises de colère pour monopoliser l'attention.

Deux frères, surtout s'ils sont proches en âge, auront fréquemment une relation physique violente. Les combats durent en général jusqu'au moment où le cadet devient capable de battre régulièrement l'aîné, qui se désintéresse alors de l'agression physique devenue infructueuse.

Lorsqu'un deuxième enfant arrive, les parents devraient s'abstenir de projeter sur l'aîné le plaisir ou le déplaisir d'avoir un frère ou une sœur du même sexe ou d'un sexe différent : c'est la disponibilité des parents à accueillir un enfant de n'importe quel sexe qui va déterminer la disponibilité de l'aîné à aimer le cadet sans réserve. Malheureusement on assiste à une sexualisation de la relation très tôt, une fois encore en vertu du mécanisme de projection (on ne fait pas les mêmes caresses à un fils et à une fille sous la pression sociale, culturelle, familiale).

Quand les deux enfants sont de sexe différent, il n'est pas rare que les parents projettent leur vision du couple sur eux : le frère et la sœur reproduisent alors l'atmosphère entre les parents, se querelleront comme les parents se querellent, ou au contraire seront encouragés à former une sorte de petit couple qui peut même tourner à la relation incestueuse. Ce fantasme couramment répandu selon lequel frère et sœur forment un couple semblable à celui des parents est en réalité une monstruosité : en aucun cas frère et sœur ne sont un couple, mais deux individualités distinctes qui coexistent, comme deux espèces d'arbres ou comme deux planètes du système solaire.

Si la relation entre les parents est coupée ou conflictuelle, la relation frère-sœur devient pathologique. Elle peut tourner soit à la rivalité (chacun choisissant son parti, et s'associant par exemple au parent du sexe opposé), soit devenir incestuelle, parce que les parents sont absents et que frère et sœur reportent leur affection l'un sur l'autre.

Exemple : En apparence la consultante, cadette d'une fratrie de deux enfants, vient d'une famille parfaite, unie, harmonieuse. Elle ne s'explique pas son mal de vivre. Elle parle souvent de son frère âgé de deux ans de plus, dont la perfection semble écrasante : beau, grand, généreux, il a fait de brillantes études, elle le présente comme un modèle. Il porte le prénom de son grand-père paternel (dont leur propre père est le fils aîné) et s'apprête à reprendre l'entreprise familiale. Elle se plaint de n'avoir que très peu de contacts avec lui et dit qu'il lui manque. Un examen plus minutieux de la réalité nous apprend que ce frère si précieux, élevé comme un prince, semble avoir développé une attitude d'hostilité vis-à-vis du monde et perdu la capacité d'entrer en relation avec les autres. À l'âge de trente ans il n'a pratiquement pas de vie sentimentale, et pas d'amis. Notre consultante, qui a passé son enfance à se mettre au service de ce frère idéalisé, cesse peu à peu de le considérer comme un héros et devient consciente des blessures qu'il porte, tout comme elle, dans cette répartition hiérarchisée des rôles. Elle s'aperçoit qu'ils étaient en quelque sorte destinés par la famille à former un couple. À mesure qu'elle se libère et rencontre un homme qui lui convient, son frère lui aussi sort de son armure et s'humanise, puis fait à son tour une rencontre significative.

C'est là un cas typique où, en vertu de la domination masculine en vigueur dans la société, le frère est conçu comme plus sage et plus légitime que la sœur. Ici, cette répartition des rôles socialement acceptés est

nettement exagérée car la fille cumule deux facteurs de soumission : son genre féminin et sa place de cadette. La situation en apparence idyllique fait autant de ravages sur l'un que sur l'autre, et les isole du reste du monde sans pour autant les rapprocher véritablement l'un de l'autre.

Trois enfants

En général, dans les fratries de trois enfants, l'un est sacrifié : c'est celui, du même sexe que son aîné, qui le ou la répète ; ou encore l'enfant du milieu qui n'a ni les prérogatives de l'aîné ni celles du benjamin. Cela dit, toutes les configurations sont possibles dans ce triangle, et il faut également considérer l'impact du sexe des enfants sur leur place vis-à-vis de la famille : si le fils se trouve au centre entre deux filles, de par sa qualité de « mâle » il risque fort de capter l'attention, et la lutte pour exister se déroulera alors entre « la grande » et « la petite ».

Exemple : C'est une fratrie composée d'un frère aîné puis de deux sœurs. La troisième, Irène, est le clone de sa sœur aînée, Béatrice. Elle a été habillée toute son enfance avec les vieux vêtements de sa sœur, alors que celle-ci et le frère aîné recevaient systématiquement des vêtements neufs. Au moment de se marier, elle choisit tout naturellement le frère cadet du mari de son aînée, avec qui elle formera un couple enfantin pendant dix ans avant d'évoluer de concert avec lui. Un travail thérapeutique, couplé avec l'étude de l'arbre généalogique, leur permet de sortir de cette position d'ombre timide (elle de sa sœur et lui de son frère) et de révéler leur personnalité véritable.

Lorsque le « petit dernier » tant attendu est un fils, cela peut redoubler la colère des sœurs aînées, qui se liguent contre lui.

Exemple : « Quand j'étais petit, vers quatre ou cinq ans, je tombais amoureux de filles de tous les âges. Je ne sais pas si c'est normal mais je suppose que oui. Mais j'ai des doutes, justement à cause de ce que je vais vous décrire. Une de mes deux sœurs, de neuf ans plus âgée, me regardait en se moquant de moi, et essayait de me convaincre que j'étais "petit", "ridicule", "minable". Dès que j'exprimais mes sentiments pour ces filles ou que je parlais de ce que je comptais faire en les voyant, par exemple "déclarer mon amour", elle me traitait avec mépris. Elle me disait : "Tu es fou, tout le monde s'en fiche de toi, tu ferais mieux de te taire, tu n'es qu'un

morveux, regarde-toi donc dans la glace, tes cheveux sont noirs, crépus et laids alors que notre cousin, qui est blond, lui, il est beau"… Je ne me souviens pas de toutes ses phrases, ce ne sont que des exemples. Mais à partir de ce moment-là j'ai complètement perdu confiance en moi. Chaque fois que j'étais face à une fille, je ne me sentais pas assez bien. C'étaient justement le mot-clé de ma sœur : elle mettait toujours en question ma capacité à être "assez bien" pour qu'on m'aime… Aujourd'hui, à trente ans passés, je n'ai toujours pas récupéré mon estime de moi-même : je ne me sens jamais "assez bien" pour personne. J'ai eu des milliers de problèmes : pendant quatre ans j'étais accro aux prostituées au risque de contracter le sida, j'ai fait de la prison, j'ai été agressé, etc. Je pense avoir surmonté ces addictions, mais je ne me sens toujours pas assez sûr de moi pour rencontrer une partenaire de vie. Zéro amour-propre. Mes parents, à l'époque, étaient complètement absents. Ils n'avaient ni l'un ni l'autre le temps ou le désir de s'impliquer dans ma vie, même si j'étais tout petit ; ils ne s'occupaient que de nous fournir un toit, la nourriture et l'éducation, et me laissaient entre les mains de mes sœurs aînées pour lesquelles je n'étais qu'un "problème". Je les aimais énormément et je ne comprenais pas pourquoi elles me disaient des horreurs pareilles. Quand elles me parlaient ainsi, je gardais le silence. Parfois je pleurais. Elles se moquaient de mes pleurs et me ridiculisaient. Il m'est impossible de vivre une vie saine et aimante, alors qu'à l'intérieur de moi je ressens encore toutes ces choses. »

Il est également possible qu'un des trois enfants se retrouve entièrement isolé, soit en raison de son âge, soit parce que les autres – forment une coalition dans laquelle il n'a pas sa place, et le laissent à l'écart.

Dans les cas où les trois enfants sont de même sexe, diverses stratégies d'union peuvent avoir lieu, mais on peut assister, comme pour une fratrie de deux, à une situation où l'espace disponible se scinde en trois territoires strictement limités.

Quatre enfants et plus

À partir de quatre enfants, les configurations sont nombreuses.

La première question est de savoir si la famille nombreuse était un souhait et un choix des parents, et s'ils ont réussi à donner leur place à chacun, ou si au contraire les enfants forment une sorte de « masse » ou de « boule » où tous sont privés de l'essentiel parce qu'ils se sentent trop

nombreux, étant effectivement considérés comme tels par les parents. Cela peut engendrer plusieurs problèmes, en particulier une agressivité constante pour défendre son territoire.

Les relations s'organisent généralement par blocs : « les grands » et « les petits », « les filles » et « les garçons »… Il faut également prendre en considération l'écart d'âge entre frères et sœurs. Parfois les relations de préférence ou les unions se font de manière croisée (premier et troisième, deuxième et quatrième, ou encore aîné et benjamin d'un côté, et les deux du milieu de l'autre). Cela change lorsque les trois premiers enfants sont du même sexe et le quatrième de l'autre sexe (souvent tant espéré) ou encore lorsque l'aîné est d'un sexe différent des trois cadets. Dans l'Inconscient, les places impaires sont des places de fils, alors que les places paires sont celles des filles.

Une famille de cinq enfants peut très bien être composée d'un premier trio (trois enfants nés à très peu d'écart), puis d'un enfant isolé quatre ans plus tard, et enfin, dix ans après, d'un petit dernier qui aura vécu pratiquement comme un enfant unique. Souvent, un enfant devient la brebis galeuse ou le bouc émissaire.

À partir de cinq enfants, dans les fratries très nombreuses, les rôles se divisent souvent par tranches, par exemple les trois premiers se répètent dans les trois suivants.

Il n'est pas rare que les derniers enfants d'une fratrie de huit se sentent presque inexistants tant la mère, le père et même les frères et sœurs sont débordés par l'immensité de la famille : personne ne s'occupe d'eux et ils grandissent en se sentant quantité négligeable.

Fréquemment aussi, le premier fils est considéré comme l'héritier de l'arbre généalogique paternel (ressemblance physique avec le grand-père et les oncles paternels, responsabilités, préférences ou conflits qui en découlent) alors que le deuxième est l'héritier masculin de l'arbre maternel.

L'enfant mort, abandonné ou disparu dans la fratrie

Lorsqu'on recueille les informations nécessaires pour établir l'arbre généalogique, les enfants morts, mort-nés et jamais nés (avortements et fausses couches) sont considérés comme des membres de la fratrie. En effet, même si la fratrie est souvent le terrain de luttes acharnées, c'est aussi une **confrérie** au sens le plus sacré du terme dont les membres sont unis par

des liens dépassant la compréhension humaine. En ce sens, il n'y a pas vraiment de « demi-frères » ou « demi-sœurs », ne serait-ce que parce que des enfants partageant un parent sont liés par l'interdit de l'inceste, même s'ils ne se connaissent pas en réalité. Un enfant disparu est donc toujours présent, d'une manière ou d'une autre, dans la psyché de ses frères et sœurs. L'idéal serait de pouvoir évoquer le disparu de manière ouverte, sans lui attribuer un rôle excessif mais sans l'effacer complètement non plus. C'est souvent rendu difficile par le simple fait que la mort, l'abandon ou la disparition d'un enfant est un événement dramatique pour la famille en général, et les parents en particulier.

Lorsqu'une fratrie compte un nombre important d'enfants morts, il faut également en chercher la raison : est-elle externe à la famille (guerre, misère…) ou trahit-elle l'épuisement d'une mère qui ne supporte pas les grossesses multiples, par exemple dans une société où le contrôle des naissances est impensable ? Mais souvenons-nous que la manière dont un fléau social est vécu par une famille a des bases psychologiques : on vit la misère, la guerre ou la famine selon l'héritage familial que l'on a reçu, en termes de conception de l'argent, de niveau de Conscience, de travers, de ressources créatives, etc.

En règle générale, le décès précoce d'un membre de l'arbre (que ce soit pendant l'enfance, l'adolescence ou la jeunesse) cause un traumatisme dans la famille. L'inconscient familial va chercher « le coupable » ou du moins le responsable de sa mort.

Il y a quatre types de responsables :

- **Extérieur à la famille et impersonnel** (une épidémie, une famine, la guerre, la pauvreté…) : il faudra alors s'interroger sur la société où cette famille s'enracine, se demander quels sont ses rapports avec elle, quelle est la force de résilience de la famille par rapport aux événements qui la dépassent. Dans une famille où de nombreux hommes sont morts à la guerre, par exemple, on peut se demander quelle est la conception de l'État que cette famille gardera.
- **Extérieur à la famille et individuel** (le responsable d'un accident, un médecin qui a commis une erreur, le juge qui condamne une personne à mort…) : ce responsable individuel représente souvent, de manière symbolique, une figure parentale (souvent l'autorité paternelle), et il sera utile de relier le traumatisme de cette mort

précoce à la relation qu'ont les personnes en deuil avec l'autorité en question. Par exemple, un enfant écrasé par un train l'est en réalité par le conducteur du train, et il n'est pas rare qu'un ou les deux grands-pères aient été des figures paternelles écrasantes, dont le responsable du drame répète métaphoriquement l'influence dévastatrice.

- **Inhérent à la famille et impersonnel** (une maladie génétique, un accident qui se répète « mystérieusement ») : c'est là que l'on cherche le plus directement les systèmes de transmission trangénérationnelle (par exemple, avait-on donné à l'enfant mort le prénom d'une personne disparue avant lui ?).
- **Inhérent à la famille et personnel** (un geste malheureux, une faute d'inattention d'une personne de l'entourage…) : il faut étudier cette culpabilité parfois imaginaire. Par exemple, un enfant de six ans à qui on donne sa petite sœur de deux ans à garder, et qui pendant un instant d'inattention la laisse se noyer dans un baquet que les parents ont laissé dans la pièce, n'est en réalité que le bouc émissaire de la faute des parents. À l'inverse, quand par exemple une grand-mère paternelle tue un petit-fils « par inadvertance », il convient de se demander quel désir d'assassinat conscient ou inconscient elle réalise avec ce geste : s'agit-il de la répétition d'une mort antérieure, de la – réalisation d'un désir de meurtre vis-à-vis d'un frère ou d'un de ses propres enfants, du désir d'éliminer la descendance de son propre fils ou de sa propre fille, voire d'une haine tenace contre son beau-fils ou sa belle-fille ?…

La place de l'enfant mort dans une fratrie peut être prépondérante. À l'inverse, un enfant mort dont on n'a pas réussi à faire le deuil et que l'on a préféré effacer peut rester présent comme une sorte d'ombre et peser lourdement sur le reste des vivants.

Il faut distinguer plusieurs situations :

L'enfant caché

Un mort dont on ne parle pas, dont les parents (ou la mère) ne mentionnent jamais l'existence. Ce peut être un enfant mort-né, une fausse couche, un avortement, ou encore un enfant illégitime dont on a perdu la

trace et qui est « mort » pour la famille. La cause du silence peut être un deuil impossible à faire, mais aussi une honte (d'avoir perdu le bébé, d'avoir avorté, d'avoir accouché d'un « monstre »…). Or, l'Inconscient personnel et l'Inconscient familial sont étroitement reliés. Les autres membres de la fratrie auront confusément connaissance de l'existence de cet enfant, et l'évoqueront parfois sous une forme symbolique, comme une maladie, un ami imaginaire, etc. La fille d'une mère qui a avorté, vécu une fausse couche ou accouché d'un enfant mort-né peut tout à fait vivre des accidents de conception (avortements spontanés ou non, grossesses extra-utérines) à l'âge exact qu'avait sa mère au moment des faits.

Exemple : Un couple très riche d'Amérique du Nord conçoit son premier enfant avec toutes les précautions possibles, mais le jour de la naissance, la femme apprend qu'elle a accouché d'un enfant trisomique que l'amniocentèse n'avait pas décelé. Incapable d'assumer, elle l'abandonne dès la naissance pour le confier à une famille d'accueil et décide de ne plus jamais en entendre parler. Le petit frère, né deux ans plus tard, va très tôt développer une relation privilégiée avec un ami imaginaire qu'il prénomme, à la stupéfaction de ses parents, comme le bébé – abandonné. Cette relation prenant une place considérée comme alarmante par les psychologues scolaires, le couple finit par comprendre que le secret pesant sur la naissance et l'abandon de l'aîné trisomique est de nature à déséquilibrer le cadet « normal ». Au terme d'un travail jonché de nombreuses résistances, il se décide à mettre en contact le cadet avec son aîné, dont la famille d'accueil fait preuve, en l'occurrence, d'une sagesse et d'une tolérance exceptionnelles, en laissant la famille biologique reprendre des relations régulières avec cet enfant honni.

L'enfant idéalisé

C'est un disparu qui prend toute la place. Mort dans la petite enfance ou la prime jeunesse, il devient le héros de la famille, l'enfant idéal que la mère place au-dessus de tous les autres et en qui elle dépose toutes ses insatisfactions. Le reste des enfants reçoit le message suivant : « Maman (et/ou papa) aime mieux un mort qu'un vivant, je serais plus aimé(e) si j'étais mort(e). » Dans ces cas-là il convient de revenir sur les raisons qui poussent la mère (et/ou le père) à s'abîmer dans ce deuil, à en faire le point de départ d'une dépression interminable et d'une coupure d'avec le reste des enfants. Parfois, pour une mère qui n'a aucune envie d'être mère,

l'enfant mort devient un prétexte de choix pour démissionner de son rôle maternel et refuser aux vivants l'amour qu'elle prétend porter au mort.

Exemple : Un consultant analyse, après avoir étudié son arbre généalogique, les raisons qui ont conduit sa propre mère à « rester une petite fille », craintive et dépendante, qui n'a que médiocrement rempli auprès de lui son rôle de mère : « Ma grand-mère maternelle avait perdu un fils, de la coqueluche ou autre maladie des poumons, lorsque ma mère avait trois ans. Depuis ce jour, elle n'a plus quitté ses habits de deuil. Elle emmenait tous les dimanche ses cinq autres enfants vêtus de leurs plus beaux habits prier et pleurer sur la tombe du petit disparu. C'est la seule sortie en famille que ma mère ait connue pendant toute son enfance. Le soir, avant de s'endormir, elle s'imaginait qu'elle mourait et que tout le village en pleurs, sa mère la première, suivait son cercueil blanc couvert de fleurs. Cette idée la réconfortait. Sa mère ne lui adressait la parole que pour la corriger ou lui demander d'exécuter telle ou telle tâche dans la maison. Il y avait des portraits du défunt partout, elle parlait de lui en l'appelant "mon ange". Quand ma mère a rencontré mon père, elle voulait absolument avoir un fils. Heureusement, mon père s'est opposé à ce qu'elle me donne le prénom de ce frère défunt, et il a aussi refusé Gabriel, sans trop savoir pourquoi. Aujourd'hui je me rends compte que ma mère a projeté sur moi cet "ange" qui absorbait toute l'attention de sa propre mère. »

L'enfant idéalisé constitue pour les autres frères et sœurs un modèle impossible à atteindre, une sorte de divinité qu'ils ne pourront rejoindre que dans la mort. C'est en réalité une forme d'agression passive du parent qui reproche inconsciemment aux vivants de lui rappeler que le défunt n'est plus là.

L'enfant remplacé

C'est le cas assez fréquent où un enfant né après un défunt porte tout ou partie de sa personnalité. Souvent on lui donne le même prénom (masculinisé ou féminisé, s'ils sont de sexe différent). L'enfant de – remplacement peut aussi s'appeler René ou Renato (« né à nouveau »), Sylvie (« s'il vit ») ou encore Pascal (le Christ ressuscité de la Pâque), etc. Nous avons déjà évoqué le fait que porter l'identité d'un mort est une tâche lourde et destructrice, car l'identité réelle du vivant est sacrifiée au profit de la reviviscence du mort. Cela peut produire suicides, comportements autodestructeurs et maladies auto-immunes, ou encore pousser la personne

à se sentir « possédée », sans cesse expulsée d'elle-même par des aspirations qui ne lui correspondent pas. Nous verrons plus loin que des actes de psychomagie peuvent permettre de matérialiser le mort dont on nous a donné la charge et de s'en dissocier une fois pour toutes.

Exercice : L'arbre des triades (suite)

Incluez à présent les frères et sœurs dans les triades de l'arbre généalogique (schéma p. 268). Vous pouvez maintenant commencer à varier la taille des cercles pour signaler l'importance relative des protagonistes.

Souvenons-nous que chacun se sent enfant unique et centre de la triade. Même s'il y a un frère ou une sœur préféré(e), au fond de son âme chacun est le héros ou l'anti-héros de sa vie. Chaque enfant va ainsi établir dans son Inconscient un arbre généalogique différent, sa propre légende personnelle, et sa vision des parents. L'arbre est toujours un point de vue qui dépend de la manière dont on a vécu les événements de l'enfance. Les êtres humains ne naissent pas avec le même « bagage » : ils sont plus ou moins forts, plus ou moins vulnérables, plus ou moins sensibles, avec plus ou moins de capacités intellectuelles, etc. Il est possible que ces différences dépendent en partie de la gestation, de la manière dont les parents traitent les uns ou les autres, mais aussi probablement d'équilibres forgés par la nature. La science est encore perplexe sur ce point : on sait désormais que par exemple certains éléments de l'ADN sont de fait inactifs chez tel ou tel individu selon qu'ils ont ou n'ont pas été décodés par l'organisme.

Ces différences psychologiques et existentielles entre les frères et sœurs impliquent que les événements de l'enfance (acquis ou manques, joies et peines) seront interprétés différemment et produiront des effets différents pour chacun. En retour, le comportement des parents dépendra lui aussi, à long terme, du caractère des enfants ; ils seront plus indulgents ou plus généreux avec certains qu'avec d'autres. De ces variations dans l'attitude et la réception sensible naissent des arbres différents les uns des autres.

Exercice : À la place de l'autre

Pouvez-vous établir la triade de chacun de vos frères et sœurs avec vos parents ? Ou, le cas échéant (si vous êtes enfant unique), les triades de vos tantes et oncles avec vos grands-parents, voire les triades de vos grand-tantes et grands-oncles avec vos arrière-grands-parents ?

Là encore il ne s'agit pas d'atteindre l'exactitude, mais plutôt de faire l'effort de se représenter les relations familiales sous une variété d'angles différents. Même si une sœur, un frère, une tante, un oncle est détesté, pouvez-vous voir la situation de son point de vue sans le ou la critiquer ? Gardez à l'esprit qu'il s'agit aussi de mettre en évidence les répétitions : il est possible qu'en visualisant les triades d'une manière non égocentrique, vous découvriez des mécanismes relationnels qui vous éclairent sur votre arbre généalogique.

1- Cf. Genèse 5, 1-32 pour la postérité d'Adam et Matthieu 1, 1-16 pour la généalogie de Jésus-Christ.

2- Telle cette femme, sculptrice célèbre, qui avait réalisé tout ce qu'elle désirait dans sa vie : prospérité, succès, famille équilibrée… Pourtant, elle était affligée de crises de mélancolie inexplicables qui lui donnaient envie de se suicider d'un coup de pistolet dans le crâne. En réalité cette mélancolie et cette obsession suicidaire ne lui appartenaient pas, mais provenaient de sa mère, une femme à la vocation artistique contrariée. Une fois cette prise de conscience accomplie, un acte de psychomagie lui permit de se libérer définitivement de cet héritage psychologique : elle sculpta un pistolet dans le marbre, le peignit en noir, le porta dans son sac à main pendant un mois lunaire et, au moment de ses règles, l'envoya en cadeau à sa mère accompagné d'une boîte de bonbons en forme de cœur. Nous verrons plus tard comment la psychomagie permet de rendre ces sentiments miroirs à la personne à qui ils appartiennent, sous une forme artistique et non agressive.

3- Genèse 4, 1-15 : « Adam connut Ève, sa femme ; elle conçut, et enfanta Caïn et elle dit : J'ai formé un homme avec l'aide de l'Éternel. Elle enfanta encore son frère Abel. Abel fut berger, et Caïn fut laboureur. Au bout de quelque temps, Caïn fit à l'Éternel une offrande des fruits de la terre ; et Abel, de son côté, en fit une des premiers-nés de son troupeau et de leur graisse. L'Éternel porta un regard favorable sur Abel et sur son offrande ; mais il ne porta pas un regard favorable sur Caïn et sur son offrande. Caïn fut très irrité, et son visage fut abattu. Et l'Éternel dit à Caïn : Pourquoi es-tu irrité, et – pourquoi ton visage est-il abattu ? Certainement, si tu agis bien, tu relèveras ton visage, et si tu agis mal, le péché se couche à la porte, et ses désirs se portent vers toi : mais toi, domine sur lui. Cependant, Caïn adressa la parole à son frère Abel ; mais, comme ils étaient dans les champs, Caïn se jeta sur son frère Abel, et le tua. L'Éternel dit à Caïn : Où est ton frère Abel ? Il répondit : Je ne sais pas ; suis-je le gardien de mon frère ? Et Dieu dit : Qu'as-tu fait ? La voix du sang de ton frère crie de la terre jusqu'à moi. Maintenant, tu seras maudit de la terre qui a ouvert sa bouche pour recevoir de ta main le sang de ton frère. Quand tu cultiveras le sol, il ne te donnera plus sa richesse. Tu seras errant et vagabond sur la terre. Caïn dit à l'Éternel : Mon châtiment est trop grand pour être supporté. Voici, tu me chasses aujourd'hui de cette terre ; je serai caché loin de ta face, je serai errant et vagabond sur la terre, et quiconque me trouvera me tuera. L'Éternel lui dit : Si quelqu'un tuait Caïn, Caïn serait vengé sept fois. Et l'Éternel mit un signe sur Caïn pour que quiconque le trouverait ne le tuât point. Puis, Caïn s'éloigna de la face de l'Éternel, et habita dans la terre de Nod, à l'orient d'Éden. » (Traduction de Louis Segond)

Septième partie
Du lien au nœud

La psychomagie au secours des relations toxiques

Le nœud gordien

En 1937, Tocopilla était un port en décadence. Le grand essor de l'« or blanc », salpêtre vénéré comme une épée à double tranchant, poudre de vie, poudre de mort, d'une part précieux engrais pour les plantes et de l'autre sournois ingrédient entrant dans la fabrication des explosifs, était passé. L'invention par les Allemands du salpêtre synthétique avait mis fin à la prospérité du nord du Chili. Devant le quai de Tocopilla, on ne trouvait plus ces essaims de bateaux de marchandises à l'ancre. La rue Freire, remplie de bars où se nichaient d'exubérantes prostituées, expertes à délester les marins ivres de leur paie, était devenue une couleuvre anémique. Elles, peinturlurées et squelettiques, se jetaient en groupes avides sur le moindre loup de mer qui débarquait, par on ne sait quel miracle, dans le port. Ces combats ne se limitaient pas au crêpage de chignon, on y voyait aussi briller la lame des couteaux.

Le dénommé Lucho fut un de ces rares marins. Il entra à la taverne du Loro Mudo (Perroquet muet), un bouiboui aux murs, aux sièges, aux tables et aux bouteilles uniformément verts, peuplé de putains anémiques habillées de la même couleur, tristes et muettes comme le volatile de plâtre qui, à l'entrée, tendait une patte pour appeler d'improbables satyres. Lucho s'y incrusta, en qualité de protégé de doña Ganga, la vieille tenancière. Il se levait tard, on lui servait le petit déjeuner au lit, on le lavait et le rinçait avec un gant de toilette, on lui enfilait son costume de marin et on le poussait vers le bar pour qu'il serve d'appât au cas où un groupe de navigateurs mythiques, accostant après des mois d'abstinence, emprunteraient la rue en quête d'un délassement. Évidemment, les matelots tant espérés ne venaient pas : les rares clients n'étaient que de vieux avares et des mineurs mutilés.

Lucho, mourant d'ennui, passait ses journées et ses soirées à faire des nœuds avec deux bouts de corde. Il les avait appris dans ses interminables

voyages sur les océans. Avec une rapidité vertigineuse, il tissait les deux cordes en des nœuds complexes que personne ne savait défaire. Puis, aussi prestement, il les désunissait. Parfois, pour prendre un peu le soleil, il allait s'asseoir une heure sur un banc de la place publique. Aussi muet que le perroquet du bar où il s'était échoué, il faisait défiler l'un après l'autre plus de cinq cents nœuds, tous complexes, tous différents. Les habitants de Tocopilla le regardaient de travers en se touchant la tempe de l'index. Moi, avec ma curiosité d'enfant solitaire, j'adorais m'asseoir à côté de lui, dans l'espoir d'apprendre à faire et défaire ces si belles unions. Voyant mon intérêt, il me passait de temps en temps les deux cordes et m'invitait à l'imiter. Chaque fois je les attachais avec force, faisant une seule corde des deux, mais je ne parvenais jamais à démêler cette unité. Les nœuds de Lucho étaient des constructions sages. Il savait les faire et les défaire. Moi, en revanche, je n'arrivais à créer que des nœuds aveugles, qui demandaient un effort angoissant pour cesser d'exister.

Cette expérience enfantine m'aida plus tard à comprendre la différence entre une relation névrotique et une relation saine. Dans la première, nous souffrons d'une situation que nous avons construite et dont nous ne pouvons nous affranchir : nous nous sentons possédés. Dans la seconde, nous nous unissons à l'autre sans crainte car nous savons que nous aurons le courage de cesser la relation, de recouvrer notre liberté. Le lien névrotique se maintient par obligation et par impuissance. Le lien sain se maintient par la volonté et l'amour.

Ces unions me rappelaient les nœuds marins, qui sont le produit d'une corporation. Ils doivent être solides, mais offrir la possibilité d'être défaits en urgence au cas où le navire serait pris dans la tempête. Le nœud psychologique est lui aussi le produit d'une collectivité. Le but de sa dissolution est de s'intégrer dans la société, d'être accepté par elle comme une congrégation accepte un initié. Tant que nous conservons le nœud, nous nous trouvons séparés de la collectivité. Tout être humain a besoin, pour subsister, de s'unir aux autres. Le nœud sain réalise cette intention et mérite d'être conservé tout le temps qu'il est utile. Le nœud aveugle qui nous maintient enfermés dans nos traumatismes doit être détaché pour que nous puissions passer à une relation plus appropriée. C'est-à-dire trouver la paix du cœur et, par conséquent, la joie de vivre.

Un nœud psychologique caché dans les obscurs replis de l'Inconscient se fait sentir en permanence, même si l'on ne peut l'identifier, en nous empêchant de jouir du miracle de l'existence. Il est comparable à un clou dans la chaussure : tapi dans l'ombre, il gâche la totalité de la marche.

Rafaela, une jeune consultante mexicaine, est parvenue à devenir consciente de ses nœuds psychologiques. Elle avait tenté de se suicider en avalant tout un flacon de pilules contre la migraine. Lorsqu'elle commença à se sentir mal, elle appela sa mère et lui demanda de l'emmener à l'hôpital. Après avoir subi un lavage d'estomac, elle tomba dans une dépression profonde. Elle délaissa ses activités artistiques et s'enferma dans la maison de sa mère, veuve depuis onze ans et sans amant. Ne pouvant plus supporter la profonde tristesse qui l'empêchait pratiquement de respirer, Rafaela décida de me consulter. Je lui demandai si elle se rappelait quand sa tristesse avait commencé. Elle me raconta que, quelques mois auparavant, elle était retournée dans une ville des États-Unis où elle avait vécu avec ses parents, et que cette visite lui avait donné envie de se suicider.

« Pourquoi ?

– Parce que je me suis souvenue que j'avais tué mon père.

– Comment ?

– C'est arrivé quand j'avais treize ans…

– Au même âge où tes règles sont venues pour la première fois, je suppose ?

– En effet. Ce jour-là j'ai senti qu'enfin j'étais une femme. Une semaine plus tard, le malheur a eu lieu : j'étais au rez-de-chaussée de la maison et je jouais du piano quand mon père est descendu, pris d'une de ces crises de furie que la boisson provoquait chez lui… Il m'a insultée. Je lui ai crié : "Tu es un monstre, je ne t'aime pas, je veux que tu meures !" Offensé, il est parti de la maison. Au volant de sa voiture il a fait un infarctus et s'est écrasé contre un arbre, il est mort sur le coup.

– Quel âge avait-il ?

– Cinquante-deux ans. Il n'avait jamais eu de problème cardiaque. En revenant dans ma ville natale, je me suis rendu compte que depuis l'âge de treize ans, je vivais avec un atroce sentiment de culpabilité. Ce même sentiment me torture aujourd'hui encore.

– Est-ce que ton père t'insultait toujours de la sorte ?

– Non, même ivre il se comportait très affectueusement avec moi. Je l'aimais profondément. Le jour fatal, c'était la première fois qu'il m'agressait.

– Et avec ta mère, comment se comportait-il ?

– De façon horrible : il ne cessait de l'insulter, de la menacer de la frapper ou de la tuer…

– Rafaela, tu te sens coupable d'un crime imaginaire. Aucune petite fille n'a le pouvoir de tuer quelqu'un par ses paroles. Ce n'est pas toi qui souffres, femme désormais adulte, c'est la petite fille que tu portes en toi. Essaie de tuer un chien ou un chat en lui disant : "Je veux que tu meures", tu verras que tu ne possèdes pas ce pouvoir… Je voudrais qu'aujourd'hui, avec ton esprit de vingt-quatre ans, tu te rappelles comment tu t'es sentie à treize ans ce "jour fatal", comme tu l'appelles, pendant que tu jouais du piano.

– Je me sentais mal, parce que ma mère était à côté de moi. Elle avait toujours voulu être pianiste et chanter. Mais à cause de ma naissance elle a dû renoncer à son art et s'occuper de moi. Chaque fois que je jouais du piano, elle devenait triste et je me sentais coupable.

– Donc tu n'étais pas seule. Qu'est-ce qui a provoqué le fait que ton père soit descendu, comme ça, sans crier gare ?

– Ma mère, en écoutant ce que je jouais, s'est mise à pleurer, puis s'est exclamée : "Ton père a gâché ma vie, c'est un monstre, je le déteste, je voudrais qu'il meure !" Alors il est descendu, croyant que c'était moi qui avais prononcé ces mots, et il a levé la main en menaçant de me gifler. Il a crié : "Ma fille, comment peux-tu proférer des bêtises pareilles ? Tu ne m'as jamais aimé ! Tu es une mauvaise fille !" C'est à ce moment-là que je lui ai dit ce que je lui ai dit.

– C'est-à-dire que tu as répété exactement les paroles de ta mère.

– Oui, c'est vrai.

– Ta mère a-t-elle tenté de rectifier l'erreur de ton père ? Lui a-t-elle dit que c'était elle, et non toi, qui pensait cela ?

– Non. Elle est restée muette.

– D'une certaine manière ta mère t'a possédée, elle a créé une symbiose avec toi.

– C'est vrai. Depuis que je suis toute petite, elle m'a raconté les pires horreurs sur mon père et elle a scellé notre union à toutes les deux contre lui.

– D'après ce que j'ai constaté dans nombre de cas, les gens qui ont des problèmes cardiaques n'ont pas été aimés par leurs parents lorsqu'ils étaient petits. J'ai aussi constaté que la majorité des alcooliques boivent pour compenser le désir d'être allaités par une mère qui ne leur a pas donné la tendresse nécessaire. Quelle relation ton père a-t-il eue avec ses parents ?

– Sa mère ne l'a jamais aimé. Elle le maltraitait cruellement. Son père a très vite abandonné la maison.

– Pourquoi ta mère a-t-elle épousé un homme qu'elle détestait ?

– Peut-être parce que sa mère, divorcée, lui avait inculqué la haine de son propre père. Mon grand-père maternel était alcoolique, lui aussi. »

L'histoire de Rafaela mettait en évidence une répétition généalogique ; son père, qui n'avait pas été aimé dans son enfance, avait épousé une femme, fille d'un alcoolique, qui était demeurée en symbiose avec sa mère, détestait les hommes et était incapable de l'aimer. Lui, attaché par un nœud incestueux, se procurait la jouissance d'une insatisfaction : il était haï, ce qui lui permettait de maintenir le nœud sadomasochiste avec sa mère. Si ce nœud se défaisait, il perdrait la seule chose qu'il ait jamais eue : une mère cruelle.

La mère de Rafaela était dans une position équivalente : habituée depuis l'enfance à voir le monde par les yeux de sa mère, elle croyait haïr son père alcoolique, alors qu'au fond elle était unie à lui par un nœud incestueux. Pour ne pas défaire ce nœud, elle avait épousé un homme émotionnellement similaire à son père. Son couple allait reproduire la situation de tous les couples de cet arbre généalogique : pères absents et mal-aimés, mères possessives, envahissantes, qui faisaient couple avec leur fille, unies à elle par un nœud lesbien.

Rafaela, en répétant les insultes proférées par sa mère, s'était identifiée à elle. Elle exprimait ainsi le nœud incestueux avec son père : elle avait ses règles, elle était devenue une femme, elle pouvait prendre la place de sa mère.

Je lui demandai où était enterré son père. Rafaela me répondit qu'il avait été incinéré. Je lui demandai où les cendres avaient été dispersées. Elle me répondit qu'elles étaient toujours dans l'urne, et qu'elle les gardait dans la penderie de sa chambre chez sa mère.

Ayant compris la trame de nœuds qui agissait sur sa dépression et la transformait en parricide imaginaire, je lui proposai une série d'actes de psychomagie pour pouvoir les dénouer et retrouver le goût de la vie.

Avant tout elle devait se confronter à sa mère et lui montrer comment celle-ci l'avait utilisée au bénéfice de sa névrose, jusqu'à la pousser à maudire son père, comme un ventriloque fait parler sa poupée. Elle lui demanderait en réparation un chèque symbolique de mille milliards de dollars, correspondant au prix à payer pour l'avoir possédée de la sorte et lui avoir fait tant de mal. Si la mère ne reconnaissait pas sa dette, Rafaela couperait les relations avec elle le temps nécessaire, quelques mois ou quelques années. Si elle reconnaissait sa dette, elles iraient ensemble à Teotihuacan, monteraient sur la pyramide du Soleil et la mère serait témoin de la dispersion des cendres, effectuée avec amour par sa fille. Si Rafaela coupait les liens avec sa mère, elle irait répandre les cendres de son père accompagnée par son petit ami.

Après avoir réalisé cela, elle achèterait le rhum préféré de son père, collerait son portrait sur la bouteille et la garderait dans sa chambre, accompagnée d'une bougie, d'un bâton d'encens et d'une fleur. Chaque soir avant de dormir, avec un peu de cet alcool ainsi béni, elle se frotterait la poitrine au niveau du cœur. Une fois la bouteille vide, elle l'enterrerait dans une jarre et planterait par-dessus une plante fleurie.

Rafaela, ayant compris les causes de sa dépression, me dit tout de même : « Maintenant je sais où est la tumeur. Je sais que je dois m'en libérer, "défaire le nœud" comme vous dites. Mais je ne peux pas affronter ma mère. Elle ne comprendra rien, elle dira que je suis folle. Et si jamais elle comprend, cela risque de la tuer. Je ne peux pas non plus répandre les cendres de mon père. Ma mère attend de moi que je les conserve toute ma vie. »

Elle se défendait bec et ongles, décidée à ne pas détacher ses nœuds, même si cela devait lui causer une souffrance continuelle et des échecs répétés dans sa carrière artistique, puisqu'elle ne se permettait pas de réaliser ce que sa mère n'avait pu accomplir.

Je lui répondis : « Rafaela, après avoir étudié ton arbre généalogique et ses répétitions, tu sais très bien que ta dépression est le résultat de nœuds psychologiques qui dénaturent ta vie et t'empêchent d'être toi-même, pour demeurer ce que ta mère et ta grand-mère ont voulu que tu sois : l'exécutante de leur désir d'assassiner l'homme. » Pour lui donner le courage de défaire ses nœuds, je lui racontai alors une anecdote de ma jeunesse.

Mon père, fervent communiste et admirateur de Staline, croyait qu'il avait le devoir de transformer son fils en héros. Avec cette devise : « Un héros se forge dans sa lutte contre le monde », il m'inscrivit au Liceo de Aplicación, un établissement scolaire fréquenté par les enfants des admirateurs du nazisme. À cette époque, je ne savais pas que j'étais juif, car mon père se faisait passer pour russe et, athée comme il l'était, ne m'avait éduqué dans aucune tradition religieuse. Dès le premier jour, mes camarades de classe me fuirent comme un pestiféré : personne ne voulait s'asseoir auprès de moi sur les bancs à deux places. Puis ils commencèrent à me traiter de « Juif errant », d'« expatrié » et de « vautour » à cause de mon nez busqué. Pendant les récréations ils refusaient de jouer avec moi, alors qu'ils organisaient entre eux des compétitions passionnées d'une sorte de jeu de pétanque qui se jouait avec trois boules d'acier. Je mourais d'envie d'y participer, mais j'étais systématiquement refoulé. Un jour, une boule tomba dans une bouche d'égout pleine d'eau croupie et de crachats. Dégoûtés, ils ne voulurent pas la récupérer. Ils restaient paralysés, incapables de reprendre leur jeu. Je remontai alors mes manches de chemise jusqu'au coude et j'enfonçai mon bras dans ce magma pour sortir la boule, pensant que cet acte de courage me permettrait de gagner l'acceptation de mes camarades. Je ne réussis qu'à être encore plus méprisé : « Sale Juif, ce n'est pas parce que tu as mis la main dans la merde qu'on va t'accepter ! Dégage ! » Ils reprirent leur jeu sans même me regarder. J'eus honte de moi et je les détestai. Plein de rancœur, je me dis : « C'est une erreur de vouloir être accepté en réalisant des actes humiliants. Pour qu'ils m'admettent, je dois les dominer et les forcer à m'admirer. »

Je me mis à étudier sans relâche et devins le meilleur élève. Je fondai une académie artistique qui fut applaudie par les professeurs, et je finis par être élu chef de classe. Des années plus tard, pendant ma psychanalyse avec le docteur Erich Fromm, je me rendis compte que la haine envers ces écoliers habitait encore mon cœur. Mais une fois révisée par mon esprit adulte, cette haine devint de la pitié. Ces enfants étaient les victimes d'une éducation qui les avait transformés en êtres limités, égoïstes et agressifs, incapables de « mettre la main dans la merde » pour récupérer cette boule de fer symbole de la force inaltérable de l'Être essentiel. Plonger le bras nu dans l'égout signifiait se confronter consciemment à la souffrance, faire l'effort de se trouver soi-même et sacrifier l'identification à l'ego artificiel créé par la famille et la société. Les idées racistes qu'on leur avait

inculquées, les nœuds auxquels ils demeuraient attachés étaient ce magma fétide. Pauvres êtres incapables de s'en libérer, occupés par des jeux superficiels, condamnés à traîner toute leur vie une infantilité persistante, incapables de développer une âme adulte qui ne soit ni cruelle, ni raciste, ni égoïste. Moi, malgré mes ténèbres émotionnelles, j'avais été capable de sacrifier ma dignité et de vaincre mon dégoût. Ils étaient devenus furieux parce que j'avais fait pour le groupe ce que chacun d'entre eux était incapable de faire.

« Dis-moi, Rafaela, seras-tu un jour capable de cesser de te juger et de plonger ton bras nu dans l'égout pour défaire les nœuds et en extraire ton Être essentiel lumineux ?

– Les actes de psychomagie que vous m'avez donnés m'aideront-ils ?

– Ce clou caché dans la chaussure, qui gâche la totalité de la marche, est bien difficile à extraire. Un nœud psychologique, pour quelqu'un qui comme toi a souffert d'abus dans son enfance, devient une nécessité, car il est le lien qui nous unit à la famille. Tu as peur, en le défaisant, de ne plus être reconnue, de devenir une étrangère, une renégate, une sorte d'orpheline à jamais solitaire. Tu penses que si tu ôtes le clou, tu perdras ta chaussure. »

Il est difficile d'être un bon thérapeute. C'est une tâche que l'on devrait choisir par vocation altruiste, sans chercher l'approbation des autres ni se placer sur un plan supérieur à eux. Lorsque j'ai mis ma main dans le magma, par inexpérience, je n'ai pas pris en compte la résistance des autres. Pour guérir de quelque maladie que ce soit, il faut d'abord accepter le remède. Les nœuds aveugles produisent parfois des résistances psychologiques insurmontables. La personne qui vit avec ces nœuds incrustés dans sa psyché se défend, par toutes les ruses possibles, pour ne pas arriver à les défaire.

Avant de commencer à lire le Tarot, j'ai longtemps assisté à des cours de karaté-do. En essence, outre le fait de parvenir à la maîtrise de soi, la finalité de cet art est d'apprendre à tuer l'opposant. En pratiquant le Tarot, j'ai compris que ces lectures représentaient une lutte similaire, non pour tuer le consultant mais au contraire pour le rendre à sa vie réelle. Dans les deux arts, il faut apprendre à voir les défenses de l'opposant avec respect et non avec haine.

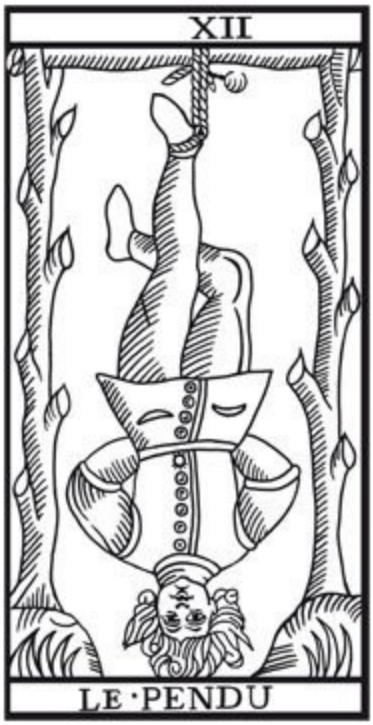
À Mexico, le guérisseur Carlos Said m'a honoré de son amitié et m'a permis plusieurs fois d'être l'observateur de ses thérapeutiques magiques.

Cet être excellent, décédé en 2009, ne travaillait pas en son nom propre mais en celui de doña Paz : je pense qu'il procédait ainsi pour vaincre son ego individuel. Doña Paz était une vieille dame invisible qui, semblait-il, trônait sur un fauteuil doré reposant sur l'autel du temple que Said avait construit dans le salon de son appartement. Elle lui disait : « Cette petite boîte (le consultant) renferme en elle tel mal (un cancer, un cœur en mauvais état, etc.), et je te conseille tel remède. »

Ce dispositif rappelle ce que Jacques Lacan disait à ses élèves : « Vous pouvez être lacaniens, je reste freudien. » Avec Carlos Said, j'ai appris que le thérapeute ne peut pas soigner en son nom propre, c'est-à-dire exalter son ego individuel et tenter de devenir, par goût du pouvoir, un personnage supérieur à son consultant. Le guérisseur travaille toujours avec des alliés… Said, avant de commencer sa tâche, mettait au cou du patient un morceau de corde épaisse attachée en un nœud coulant, et lui disait : « Cette maladie est à toi, elle n'est ni à moi ni à personne, à toi seul. Tu dois avoir le courage de te lier d'amitié avec ton mal et de l'apaiser sans haine, pour qu'il s'éloigne de sa propre volonté, qui est la volonté de Dieu… »

J'ai observé cette même attitude dans l'arcane XII du Tarot, le Pendu, où un personnage est attaché tête en bas par un pied entre deux arbres aux branches coupées.

Par essence, le Pendu s'est attaché volontairement, s'est distancé de ses deux arbres généalogiques, maternel et paternel, s'est enfoncé en lui-même et, héroïquement, est en train de faire face à ses nœuds. J'ai compris que si personne ne peut défaire le nœud de l'autre, au moins on peut l'aider à se rendre compte qu'il existe et à vaincre ses dénégations.



Said théâtralisait cette lutte en donnant, avec un couteau sans fil, de vigoureux coups dans l'air à un centimètre de la peau, parcourant ainsi tout le corps du malade. Puis il le frottait avec un œuf, symbole de la force vitale, pour lui faire sentir l'énergie constante de son Être essentiel. Pour ce « sorcier » nous étions tous sains. Il me disait : « Doña Paz m'a révélé qu'il n'y a pas de malades, rien que des personnes envahies. Je ne guéris pas : j'expulse le mal en découvrant qui l'a envoyé. » Ensuite il asseyait le malade sur un siège et le recouvrait d'un drap. Sous la chaise, dans un encensoir de métal, brûlait une grande quantité de *copal*, l'encens populaire mexicain. C'était une purification spirituelle, peut-être une manière d'effacer chez le patient ses liens avec les souvenirs enfantins. Dans la méditation zen ou la psychanalyse, on parvient au même résultat après des années d'efforts.

Moi-même, après avoir consulté bon nombre de guérisseurs au Mexique et les *machis*, guérisseuses mapuches du Chili, ayant médité cinq ans auprès du maître zen Ejo Takata et passé un an en psychanalyse chez le docteur Fromm, je me suis demandé comment vaincre les défenses plus rapidement, dans ce travail de l'arbre généalogique qui est à la fois moins longtemps puisque le piège de l'arbre doit être démonté en l'espace de

quelques heures. Il m'a été nécessaire de découvrir une solution rapide qui incite le consultant à vaincre ses résistances, en lui donnant les moyens d'être l'acteur de son destin, au lieu de laisser ce rôle à son entourage familial. J'y suis parvenu grâce aux actes de psychomagie où la personne se transforme en son propre guérisseur. Je me suis rendu compte que l'inconscient accepte la métaphore et j'ai commencé à proposer à mes consultants des actes où le nœud était matérialisé de manière symbolique.

J'ai pris pour exemple la légende du nœud gordien d'Alexandre le Grand. À Gordion, capitale de la Phrygie (actuelle Anatolie), les prêtres présentaient aux conquérants des cordes nouées de manière si – compliquée qu'il était impossible de les démêler. Selon la tradition, celui qui réussirait à défaire ce nœud devait conquérir l'Orient. Alexandre résolut le problème en coupant le nœud de son épée : « Le couper ou le détacher revient au même. »

Si par exemple un patient ne parvenait pas à accepter son nœud cannibale[1], je lui proposais un acte psychomagique : peindre une boule de pétanque en blanc (couleur du lait maternel) et la porter dans un sac à dos pendant sept jours, en ne l'ôtant que pour dormir ou se baigner, puis aller la déposer sur la tombe de sa mère. J'obtenais un soulagement qui aurait demandé bien plus de temps en psychanalyse. Il était donc possible de **couper au lieu de dénouer**. Grâce à la psychomagie, la personne, comptant sur un mode d'action rapide contre la souffrance, peut trouver le courage de désactiver ses défenses.

En effectuant les actes que je lui avais recommandés, Rafaela s'est libérée de sa dépression et a commencé à se réaliser comme artiste.

1- Nous verrons à quoi correspond ce nœud.

Liens et nœuds

S'unir en Conscience

La famille est un réseau de liens. Les uns très concrets, comme ceux qui se tissent entre les membres d'une maisonnée, les autres plus abstraits, que l'arbre généalogique noue, à deux ou trois générations de distance, entre un membre de la lignée et un autre.

En étudiant ce réseau de liens accomplis ou brisés, concrets ou symboliques, nous entrons en quelque sorte dans l'**anatomie fonctionnelle de la lignée** : un arbre qui se développe harmonieusement est un arbre où les liens entre les différents membres de la famille sont sains, où les relations se déploient en fonction des besoins matériels, affectifs et psychiques de chacun. Un arbre « tordu » est un arbre où les liens sont devenus des nœuds inextricables, créant des situations stagnantes où les uns et les autres perdent leur vie, leur temps, leur capacité créative, et restent enfermés dans un système de relations mortifères. Par exemple, un enfant à qui on donne le nom d'un grand-oncle mort à la guerre en pleine jeunesse va être « tiré » vers ce grand-oncle, vers ce qu'il représente aux yeux des différents membres de la famille, comme dans un corps humain où il arrive qu'une chaîne musculaire se contracte en dépit du fonctionnement optimal de la posture et que l'on se retrouve immobilisé.

Pour comprendre et dénouer ces contractures transgénérationnelles, nous devons d'abord approfondir la manière dont les liens se tissent entre les enfants et ceux qui les entourent, et comment des nœuds irrésolus peuvent avoir, en vertu du processus de répétition dont nous avons déjà parlé, des répercussions sur plusieurs générations. Ce chapitre se propose d'étudier les principaux nœuds présents dans la plupart des arbres

généalogiques, leur influence sur la vie des individus et la manière de s'en libérer.

Identifier les résistances

Rappelons d'abord les quatre formes de répétition évoquées dans la 3e partie :

- **La répétition pure et simple** est un phénomène de loyauté et d'identification à l'autre où l'habitude s'oppose à la créativité et où la différence est perçue comme menaçante pour l'ordre familial : les membres d'une lignée reproduisent les mêmes actions, aux mêmes dates ou au même âge, portent les mêmes prénoms, exercent les mêmes métiers, etc. C'est une conception du lien qui suppose la répétition du même, la victoire sans équivoque du passé sur le présent et sur l'avenir.
- **L'interprétation** est plus subtile à débusquer. C'est la manière dont une personne, avec son système de références propres, va traduire les éléments que l'arbre généalogique lui lègue, et les adapter d'une manière en apparence individualisée et nouvelle. Tel ce fils, abandonné par sa mère, qui la rêve comme un personnage de roman. À l'âge adulte, en vertu de ce processus d'interprétation, il va tomber amoureux d'une femme écrivain, qui en réalité représentera la mère concrète qu'il n'a jamais eue : la femme de chair qui anime dans son imagination les personnages fictifs.
- **L'opposition** est bien connue. C'est souvent une stratégie adolescente qui persiste à l'âge adulte, et qui consiste à prendre le contrepied des valeurs de l'arbre généalogique, en apparence pour s'en libérer, mais en fait de manière tellement systématique que le résultat produit est le même.
- **La compensation** est une tentative d'obtenir de la génération suivante ce que la génération précédente n'a pas donné. En d'autres termes, c'est le processus par lequel les parents, armés des meilleures intentions, font porter à leurs enfants tous les manques qu'ils ont subis de leurs propres parents (ou de leur conjoint).

Exemple : Le courrier « psycho » d'un hebdomadaire populaire relatait récemment l'histoire d'une femme abandonnée par son mari, qui avait décidé de dormir avec sa fille de quatre ans « pour ne pas

dormir toute seule », disait-elle. Elle s'étonnait candidement que la petite fille se soit mise à uriner dans son sommeil. Le commentaire circonspect du psychologue-journaliste était le suivant : « Elle aussi est traumatisée par le départ de son papa, il faut lui laisser le choix de dormir dans son lit. » Très bien. Mais ajoutons qu'en compensant l'absence du père par la présence de la fille, la mère impose à la petite une tâche impossible à remplir, qui provoque chez elle un conflit insoluble : comment réparer le chagrin que sa mère ressent, comment remplacer le père ? En d'autres termes, comment remplir la tâche qui lui est imposée et cesser d'être elle-même ? Le fait d'uriner, qui revient à marquer son territoire comme un mammifère, est la seule réponse que cette petite fille peut donner à sa mère. Elle rassemble en un geste tout ce qu'elle ne peut pas dire : « Tu m'obliges à jouer un rôle qui ne me correspond pas, tu mets le chaos dans mon âme, mon corps ne peut que te répondre ceci : j'existe, je veux bien dormir avec toi si c'est parce que tu m'aimes, mais me placer à tes côtés pour compenser l'absence de mon père est un véritable meurtre. Grandis, et occupe-toi de moi comme tu le dois. »

Toute la philosophie des XVIII^{e} et XIX^{e} siècles nous apprend que la morale consiste à traiter l'autre comme une fin en soi et non comme un moyen. On peut affirmer que les pathologies de l'arbre généalogique ont une origine commune : le fait que des adultes, à divers titres et de diverses manières, traitent les enfants dont ils ont la charge comme un moyen (une solution, une compensation, une interprétation, etc.) et non comme une fin en soi. Pour ce faire, ils leur imposent des ordres (essentiellement, l'ordre de ne pas être ce qu'ils sont) et des interdictions (essentiellement, l'interdiction d'être ce qu'ils sont).

Ces répétitions toxiques peuvent affecter les quatre énergies de l'enfant : dévalorisation ou flou intellectuel, souffrances et blocages émotionnels, perturbations de la créativité ou du désir, problèmes corporels ou financiers, troubles de l'appétit, du sommeil, etc. Mais quelle que soit la souffrance qui en découle, il est difficile de s'en détacher car celle-ci est la trace du lien que nous avons eu avec les parents ou les adultes éducateurs. C'est alors que les liens familiaux deviennent des nœuds inextricables.

L'étude de ces nœuds demande un grand courage. En effet, tout ce qui nous a manqué devient, dans un recoin de notre être, la source d'une infantilité persistante qui se dissimule sous une série de résistances bien

connues des professionnels de la thérapie. La plupart des approches thérapeutiques ont leur propre manière de dissoudre ou de contourner les résistances de ceux qui viennent à la fois pour guérir (c'est-à-dire pour changer radicalement) et pour être traités (c'est-à-dire pour ne surtout pas changer, mais être pris en charge par un substitut parental, en espérant que c'est de l'autre ou dans l'autre que viendra la mutation tant espérée). Des résistances d'une nature similaire apparaissent dans le travail spirituel et les diverses traditions ont leur manière d'y répondre ; d'autres viennent interférer dans les pratiques créatives, mais là, c'est en général l'artiste lui-même qui se forge un système lui permettant de les dépasser. Les grands pédagogues, en théâtre, en chant, en arts – plastiques, et dans tous les arts, sont ceux qui savent appliquer aux autres les méthodes stratégiques qu'ils ont découvertes pour ne pas rester dépendants de leur héritage, de leur formation, c'est-à-dire de leurs limites.

De même, de nombreuses résistances s'opposent à l'observation des répétitions dans l'arbre généalogique : il faut être prêt à affronter la souffrance que procure la vision sans fard des manquements dont nous avons été victimes, et surmonter une série de peurs (matérielles, sexuelles et créatives, émotionnelles ou mentales). Elles ont toutes la même origine : la terreur fondamentale d'être désavoué par les parents et exclu du clan, ce qui correspond dans la mémoire primitive à un arrêt de mort. Cette peur engendre des résistances qui représentent à la fois une **compétence** (car elles nous protègent) et un **obstacle** (car elles nous lient au passé). Dans l'approche métagénéalogique, nous pouvons affirmer que **la résistance est la manière particulière dont le passé s'incarne dans la personne.** Le danger qu'elle pressent va être incarné soit par sa propre prise de conscience, soit, si quelqu'un l'aide à élucider son arbre généalogique, par lui, qui devra alors s'armer de patience pour l'aider à identifier ses résistances, avant que le travail puisse avoir lieu.

Une personne qui n'a pas fait face à ses propres résistances ne peut en aucun cas être crédible lorsqu'elle dit à une autre : « Il me semble que vous résistez, et ce de telle et telle manière. » Proposons-nous donc d'identifier nos propres résistances, non seulement face à l'arbre généalogique mais face à toutes les situations de vie qui réactivent des situations douloureuses vécues dans l'enfance :

Les résistances peuvent prendre cinq formes principales, qui correspondent à des comportements que les animaux adoptent face au danger dans la nature :

- La fuite, si l'animal se sent plus faible que le danger qui le menace.
- L'attaque, s'il se sent plus fort que lui, ou s'il n'y a pas de fuite possible.
- Le repli sur soi, pour se protéger comme la tortue ou le hérisson.
- Le camouflage, pour ne pas être vu comme le caméléon.
- Dans les cas extrêmes, l'autodestruction, comme le scorpion qui se suicide en plantant son propre dard dans son corps.

Elles peuvent se manifester psychologiquement de la manière suivante :

- **La fuite** : refuser de parler de tel ou tel sujet, s'offenser et partir en claquant la porte, faire diversion, être inattentif et rêver à autre chose, s'endormir, se mettre à pleurer ou à rire sans raison…
- **L'attaque** : manifester de la colère, contredire tout ce qui est proposé, agresser physiquement ou verbalement la personne qui tente de vous aider…
- **Le repli sur soi** : surexpliquer les situations sans communiquer vraiment, rester fermement convaincu de la même chose quelles que soient les évidences extérieures qui nuancent la situation, garder le silence, se paralyser, ne plus rien sentir…
- **Le camouflage** : adopter une fausse personnalité, substituer l'explication intellectuelle au ressenti émotionnel, mentir et se mentir à soi-même, tenter de séduire le thérapeute, aller chercher des explications théoriques et les appliquer arbitrairement sur une situation, se réfugier derrière des conduites du type « Tout le monde fait comme ça »…
- **L'autodestruction** : toutes les formes d'auto-agression physique (se couper, se frapper, s'arracher les cheveux, se ronger les ongles…), se plaindre sans cesse, se dénigrer, s'intoxiquer (drogue, alcoolisme, tabagisme, dépendance au travail ou à la sexualité…), tomber malade, tenter de se suicider…

Bénéfice de la maladie et rôle de la psychomagie

En parlant de « bénéfice de la maladie », Freud désignait le fait de rester attaché à des symptômes névrotiques pour éviter une rupture

affective, obtenir de l'attention ou de l'appréciation, cette « mutilation » de ce que l'on est vraiment étant perçue comme un moindre mal par rapport à un changement qui créerait des tensions insupportables. Nous ajouterons que ces maladies (psychiques ou physiques) servent à ne pas reconnaître les manques dont on a pâti : l'enfant persistant en nous préfère conserver un symptôme douloureux, voire mutilant, plutôt que de s'avouer qu'il n'a pas été aimé. Dans l'Inconscient, la douleur du manque existe, mais pour ne pas y faire face, on la recouvre de l'espérance persistante que le passé va changer, que les choses vont s'arranger par une intervention miraculeuse du parent ou d'une personne qui le représente. En vertu de ce processus, on voit des personnes mûres ou même âgées continuer à rendre visite à leurs parents maltraitants, sans cesse assoiffées d'une reconnaissance qui ne viendra pas, tentant désespérément d'établir un lien qui n'existera jamais. Lorsque le parent décède, nombre d'adultes s'effondrent, confusément conscients que l'amour manquant ne viendra désormais plus jamais, mais certains ont tant de mal à faire le deuil qu'ils iront jusqu'à consulter des spirites pour entendre enfin les paroles qu'ils attendaient : « Mon enfant, je t'aime et je t'ai toujours aimé. »

Il est de fait très difficile de regarder en face les nœuds qui nous ont forgés tels que nous sommes. Pour plaire à un père qui refuse tout signe extérieur de féminité, une jeune fille peut « choisir » inconsciemment de rejeter son propre corps, se réfugier dans l'intellect, subir des règles douloureuses, compromettre ses chances d'arriver à l'orgasme, ou encore se mépriser elle-même et systématiquement rater tout ce qu'elle entreprend, pour ne pas briser le seul lien qu'elle a connu avec son père : refusée, niée dans sa féminité, *mais* identifiée et reliée à lui par cette relation dévalorisante. Il faut oser entrer dans les circonvolutions d'un tel nœud, le retracer de bout en bout pour être capable de le défaire. Mais ce processus peut être désespérant : combien de patients (alors qualifiés de « difficiles » par les thérapeutes de tous bords) passent des années à parcourir les labyrinthes de leur souffrance, à réviser une par une toutes les injonctions toxiques qu'ils ont reçues, sans jamais trouver la sortie ?

Là encore, l'approche métagénéalogique se distingue des thérapies classiques. Faire face aux nœuds est un processus douloureux, qui peut légitimement décourager toute personne de bonne volonté, à moins qu'on ne lui propose simultanément une solution pour résoudre et dénouer les

nœuds en question. Voilà pourquoi nous accompagnerons l'étude des nœuds d'une série de propositions qui permettent de les résoudre – en d'autres termes, la « maladie » et le « remède », ou plutôt le **blocage résistant** et la **proposition créative**, iront de pair.

C'est là que la psychomagie intervient. Cet art thérapeutique s'inspire de la sorcellerie et de la magie anciennes, mais aussi du théâtre, qui utilisent des actions métaphoriques. Il se fonde sur un principe inverse à celui de la psychanalyse : au lieu d'enseigner à l'Inconscient à parler un langage compréhensible par le conscient, on emploie au contraire le **langage même de l'Inconscient** (celui des rêves, des symboles, des métaphores) pour s'adresser consciemment à lui, de manière délibérée et organisée. Les psychothérapeutes prennent en compte le rêve mais l'expliquent, l'interprètent ou le questionnent consciemment. C'est toujours une prise de pouvoir rationnelle sur l'irrationnel. À l'inverse, avec la psychomagie, l'esprit conscient apprend à parler le langage de l'intuition, c'est-à-dire qu'il renonce à sa structure logique en vertu d'autres principes plus paradoxaux, créatifs, organiques et oniriques, et consent à mettre en place les moyens d'agir de manière analogique. La magie primitive à cet égard a compris depuis longtemps le pouvoir de l'analogie : lorsqu'on souhaite qu'il pleuve par exemple, on exécute une danse qui imite le bruit de la pluie par le piétinement des danseurs sur le sol ; lorsqu'on veut tuer quelqu'un, on détruit une statuette à son effigie.

Quand une personne reste prisonnière de décisions enfantines qu'il lui est impossible de mettre en œuvre dans sa vie d'adulte, la métaphore devient un outil privilégié pour résoudre le conflit entre l'impérieuse injonction inconsciente (par exemple : « Je suis nul, je dois mourir pour qu'on m'aime », ou encore : « Je dois rester attaché pour toujours à mes parents ») et l'inhibition de sa mise en œuvre par l'adulte sociabilisé, responsabilisé et conscient qui ne souhaite ni tuer, ni mourir, ni transgresser aucun interdit majeur. Lorsque prise de conscience, pardon, sublimation et autres solutions raisonnables sont inefficaces, la métaphore et l'acte théâtral deviennent le moyen privilégié de réaliser le désir enfantin sans pour autant profaner les tabous de la morale : en dépassant les interdits fondamentaux de manière symbolique et non littérale.

Un acte de psychomagie est donc un scénario théâtral et métaphorique précis, que le consultant doit mettre en œuvre par ses

propres moyens (en choisissant le cas échéant un lieu, des comparses, en fabriquant ou en se procurant des accessoires, etc.). Il peut avoir une ou plusieurs finalités à la fois :

- **Satisfaire** un désir, un besoin, un ordre ou une interdiction ancrés dans l'inconscient et apparemment irréalisables (avoir des relations sexuelles avec un membre de sa famille, mourir, échouer, tuer quelqu'un, devenir une personne du sexe opposé, obtenir une gratification irréalisable, s'approprier un trésor, etc.), pour pouvoir enfin se libérer et passer à autre chose.

  Exemple : Si une personne est aux prises avec un désir coprophage, il n'est pas nécessaire qu'elle mette sa santé en danger en le réalisant littéralement. Elle peut déposer, sur l'anus bien nettoyé d'un partenaire ou dans un pot de chambre propre, du chocolat fondu, et réaliser métaphoriquement l'acte de dévorer des excréments.
- **Intégrer** une information dont le manque rend incapable de progresser (connaître enfin ce qu'est l'amour paternel ou maternel, savoir que l'on peut survivre dans une situation dangereuse, toucher un état de grâce ou de grandeur dont l'arbre généalogique nous a privés, faire le deuil d'un disparu sans corps, se permettre de briser une règle apparemment absolue, etc.).

  Exemple : Nombre de femmes ont du mal à faire le deuil d'un avortement ou d'une fausse couche car le bébé (ou l'œuf) qui leur a été retiré a généralement été jeté dans une poubelle ou un incinérateur. Une femme dans ce cas peut porter sur son ventre, maintenu par une bande couleur chair, un fruit de son choix qui symbolise le fœtus, mettre en scène au moyen d'un(e) comparse déguisé(e) en médecin l'extraction de ce fœtus, et en profiter pour exprimer tout ce qu'elle n'a pas pu formuler au moment des faits. Puis, dans une boîte ornée par ses soins, elle ira enterrer le « fruit de ses entrailles » et plantera sur le lieu de la sépulture une plante, symbole de la vie qui reprend.
- **Désactiver** une programmation négative, elle aussi injectée via une métaphore que l'enfant a absorbée comme étant une réalité. On trouve dans cette catégorie les crimes imaginaires (un enfant qui a souhaité la mort d'un adulte et se culpabilise parce que la personne est effectivement décédée, ou une personne qui par inadvertance a été le témoin impuissant d'un accident qu'elle n'aurait pas pu éviter),

les prédictions négatives (« Vous mourrez à tel âge », « Tu ne seras jamais mère », etc.) et les malédictions, envoûtements et autres possessions imaginaires.

Exemple : Une psychologue professionnelle, à qui son père avait plusieurs fois répété dans son enfance : « Si tu ne fais pas d'études scientifiques, tu vas devenir une clocharde, les autres métiers ne rapportent rien » se sentait limitée dans sa pratique par cette prédiction négative : elle avait peu de patients et sentait que cette « malédiction » l'unissait encore à son père. Son acte de psychomagie consista à se déguiser en clocharde pour recevoir ses clients une journée entière. La réalisation théâtrale de cette prédiction l'en libéra durablement, et sa pratique connut à partir de là un nouvel essor car elle avait cessé de s'interdire d'exercer son métier avec talent et succès.

En termes métagénéalogiques, nous pouvons dire que **l'étude du nœud correspond au travail sur le passé et la psychomagie au travail sur le futur**. Ces deux aspects sont indissociables : il faut à la fois permettre à une personne de comprendre que la manière dont elle se vit aujourd'hui est la résultante d'une série de traumatismes, de concessions faites à une éducation pathologique, et lui permettre, par un acte métaphorique, d'ouvrir son action sur le futur. L'acte psychomagique est une sorte de voyage dans l'avenir qui nous permet d'avoir, ici et maintenant, l'expérience immédiate de la manière dont nous pourrons nous vivre lorsqu'il sera devenu possible de faire, de ressentir, d'expérimenter tout ce que notre formation passée nous interdit. En d'autres termes, la psychomagie nous fait éclore de l'ego artificiel forgé par l'arbre généalogique, au moyen d'actions inhabituelles et toujours empreintes d'une dimension plus vaste qui nous renvoie au génie, au héros, au saint ou au champion que nous pouvons être. La personnalité acquise est une collection d'habitudes que l'acte psychomagique brise en proposant une expérience inédite et fondatrice. Dans la dynamique entre passé et futur, la personne a enfin les moyens de **choisir librement son chemin de vie**.

Nous citerons au long du travail sur les nœuds, l'abus et la guérison de l'arbre généalogique nombre d'actes de psychomagie que le lecteur aura la liberté de s'approprier s'il le souhaite. Mais si la psychomagie est

séduisante, il faut ajouter qu'elle n'est ni un jeu ni un art facile à maîtriser. Un bon acte de psychomagie ressemble à un geste artistique de haut vol (un tableau sublime, un chant pur et authentique, une danse expressive et aérienne…) : il semble facile et évident au point que toute personne qui y assiste le ressent comme quelque chose d'éminemment familier, pourtant chacun n'est pas Michel-Ange, Maria Callas ou Isadora Duncan. Il faut une solide formation, énormément de talent, de courage et d'expérience pour arriver à concevoir des actes de psychomagie vraiment salvateurs, que ce soit pour soi-même ou pour un autre.

Dans les arts non thérapeutiques, un ego envahissant peut être un atout, l'usage de stupéfiants, toléré, et un manque de talent sera immédiatement sanctionné par une réaction négative du public. L'art de la psychomagie, quant à lui, s'adressant à des personnes en souffrance, exige un niveau de Conscience transpersonnel et une hygiène psychique impeccable. Tout débordement d'ego du psychomagicien correspond à une agression pour la psyché du consultant : la blessure de l'autre ne peut en aucun cas être un lieu de jouissance narcissique pour l'apprenti psychomagicien. D'autre part, l'usage de stupéfiants est inacceptable en face d'une personne qui tente de toutes ses forces d'atteindre la clarté. Mais tout manque de talent (ou de pertinence) risque malheureusement de passer inaperçu, car le consultant a tellement besoin d'une solution qu'il appliquera naïvement un acte de psychomagie erroné, espérant que la solution à son problème est au bout.

Un acte de psychomagie imparfait est aussi dangereux qu'une opération chirurgicale effectuée en dépit des règles de l'art : on ne peut pas entrer impunément dans la structure psychique d'une personne pour y déposer des informations négatives qui risqueront par la suite de provoquer culpabilité, angoisse et chagrin.

Par exemple, nombre d'actes de psychomagie concernent un rituel d'enterrement. Symboliquement, cela signifie qu'un passé mortifère peut reposer en paix ou qu'une personne disparue peut trouver sa dernière demeure. Mais si rationnellement nous acceptons la mort comme une fin, l'Inconscient la considère au contraire comme un temps dans un cycle appelé à se régénérer sans fin. C'est pourquoi on n'enterre jamais rien, en psychomagie, sans planter une fleur ou un arbre sur le lieu de la sépulture. On peut alors clore l'acte en paix et sans culpabilité, car une vie croît sur ce qui a été enterré. De même, dans certains cas extrêmes, une personne peut en venir à mettre en scène sa propre mort, ou plus exactement la mort d'une

ancienne personnalité : elle va alors prononcer son propre éloge funèbre devant une assemblée, se coucher dans un trou et être recouverte (sauf le visage) pour laisser mourir, les yeux fermés, tout ce qui ne lui appartient pas vraiment, puis renaître à une vie nouvelle en changeant de prénom[1]. Il s'agit de laisser tomber une peau déjà morte, comme un serpent qui mue, et de matérialiser cette mue par un acte devant témoin. Mais si un psychomagicien en herbe s'avise d'« enjoliver » cet acte en proposant à la personne de faire graver sa propre pierre tombale et de la laisser sur le lieu de l'enterrement au lieu d'y planter un arbre, elle commet une grave erreur : ce qui était le terrau fertile d'une vie future devient un cimetière, et la personne va vivre en sentant qu'une part d'elle reste enterrée et enfermée dans un lieu donné.

Voilà pourquoi nous avons choisi de dispenser ici des conseils aussi généraux que possible, que les lecteurs pourront s'approprier à leur gré. Et voilà pourquoi, même si l'on peut être tenté de conseiller à une autre personne un acte qui a fonctionné pour soi-même, il est préférable de s'en abstenir. Sous des dehors séduisants, la psychomagie est un outil puissant qui peut provoquer des dommages lorsqu'elle est mal utilisée. Elle peut être la voie rapide de résolution d'une fixation ou d'un traumatisme, mais rien ne doit remplacer la souveraineté individuelle d'une personne libre de décider ce qui est bon pour elle.

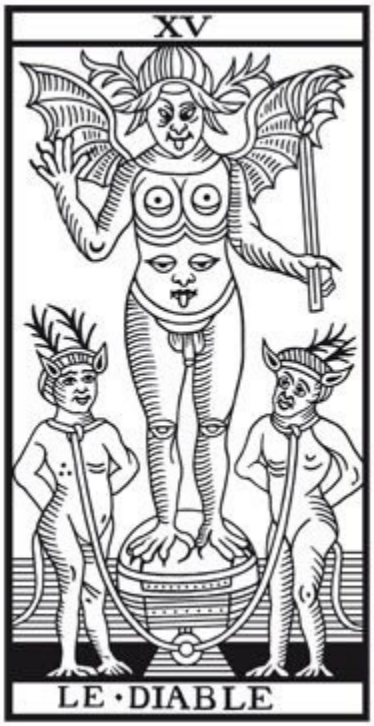
La psychomagie met en mouvement les quatre énergies de l'être humain, que l'on peut rapprocher des quatre principes de la magie : vouloir (l'intellect), oser (le centre émotionnel), pouvoir (l'énergie sexuelle et créative), se taire et obéir (c'est-à-dire vivre l'acte sans exhibition ni profit, accueillir son résultat paisiblement, sans finalité).

Les quatre principes de la magie, comme la psychomagie, consistent à **aligner et unir nos quatre langages** qui ont été dissociés par la formation familiale, sociale et culturelle nous enjoignant, au détriment de notre Être véritable, de nous rendre conformes à un modèle passé qui relève de la tradition, d'une identité déjà connue.

- Une personne qui veut véritablement changer doit **vouloir** se libérer des préjugés, de la tyrannie familiale, pour se réaliser entièrement, c'est-à-dire pour accomplir tout son potentiel et obéir ainsi à une volonté supérieure, celle de la Conscience universelle. Bien souvent cela signifie choisir entre l'intellect et l'intuition, et donner la

primauté à l'intuition au service de laquelle l'intellect se mettra alors comme un fidèle serviteur.

- **Oser**, c'est se décider à briser les limites de sa vie quotidienne et de sa formation affective pour accepter le changement, faire des choses que l'on n'a jamais faites, en dépassant la peur de perdre comme celle d'échouer, se soumettre à des expériences pour se connaître, et même se soumettre volontairement à la douleur émotionnelle pour crever l'abcès. Cela suppose d'être capable d'entrer dans ses émotions négatives avec une qualité d'attention et de présence qui permette de les accepter entièrement, pour pouvoir ensuite les dépasser. Comme le suggère l'arcane XV du Tarot, le Diable, qui est plein d'yeux répartis sur tout le corps, l'exploration de ses propres profondeurs suppose que l'on perde la peur de se voir soi-même. En effet, dans l'acte radical de se voir, le moi quotidien commence immédiatement à se dissoudre.



- **Pouvoir**, c'est se prouver que l'on peut être soi-même et non ce que les autres veulent, faire ce que l'on désire vraiment. Pour cela, le passage à l'acte psychomagique représente le triomphe de l'intention

mise en acte sur l'impuissance. On se libère alors de la jouissance de l'échec, qui provient de l'obéissance aux ordres et aux interdictions de l'arbre généalogique. Dans la magie traditionnelle, le diable est méprisé car il est par excellence celui qui ne peut pas, qui échoue et qui doit recourir à des ruses pour masquer son échec. Devant Dieu il est un perdant. Psychiquement le diable est une image de nous-mêmes en lutte contre notre réalisation. Le magicien ou la magicienne peut, c'est-à-dire qu'il ou elle est capable de se vaincre et cesse de lutter contre soi-même. L'acte psychomagique, avec sa dimension rituelle et artistique, représente un geste unique et inoubliable qui scelle cette victoire sur soi-même, sur l'enfant persistant, sur l'inertie du passé.

- Enfin, **se taire et obéir** c'est faire place au silence. En comprenant que les mots ne sont pas la réalité, que la pensée est l'ennemie de la rencontre avec soi-même, on décide d'arrêter la pensée pour respecter la vie, sentir et remercier. Se taire, c'est aussi ne pas débattre, cesser de nier et accepter de recevoir les fruits de l'acte ; c'est faire taire l'ego qui s'oppose au changement. Le magicien ou la magicienne accepte le cadeau que nous avons tous reçu en héritage : l'univers entier, que nous partageons avec le reste des êtres vivants. C'est là le sens de « se taire » : passer du moi au Nous et devenir un éclat de la totalité, ce que nous avons déjà appelé l'**être transpersonnel**. En calmant l'angoisse individuelle d'une impulsion interdite, en mettant en scène un acte qui la réalise, on arrive à passer de ce moi arrêté dans le temps (à l'âge où se forme le nœud chez l'enfant) au moi adulte qui intègre le présent, la collectivité et l'aspiration de l'Être essentiel au développement futur. C'est enfin, sur un plan pratique, ne pas céder à la tentation du babillage : si l'on décide de réaliser un acte de psychomagie, on le réalisera tel quel, sans marchander, et on n'en discutera pas interminablement avec son entourage avant (ou au lieu) de passer à l'action. Une fois qu'il sera réalisé, on pourra en revanche le narrer rétrospectivement à des personnes de bonne foi que cette expérience peut intéresser.

L’enfant et ses noyaux

Il n’y a pas de famille, de société, ni même d’humanité sans liens. Nous sommes des êtres relationnels. Mais il nous faut distinguer le **lien sain**, celui qui permet d’évoluer et de grandir, du **lien aveugle**, qui nous enchaîne à une situation stagnante. Le concept central à étudier dans toute relation est celui de liberté : la relation ne peut pas consister à exiger que l’autre soit ce qu’il n’est pas. Les parents en particulier doivent procurer à l’enfant la liberté d’être soi-même : liberté de penser, d’aimer, de créer, de vivre, de se mouvoir, d’être un individu masculin ou féminin…

C’est l’interdiction d’être ce que l’on est ou l’ordre d’être ce que l’on n’est pas qui transforme le lien en nœud. Ordres et interdictions prennent en général la forme d’un *manque* ou d’un *excès* imposé à l’enfant par ceux qui l’élèvent.

Pour comprendre la formation des nœuds, il faut d’abord définir la conception que nous avons du développement de l’enfant. On peut dire schématiquement que deux tendances s’opposent et se complètent dans la psychologie traditionnelle : l’une consiste à considérer l’inconscient enfantin comme le réceptacle d’un passé sauvage (nous y reviendrons) et l’autre à exalter l’enfant, comme si l’innocence enfantine était la plus grande des qualités humaines (l’« enfant intérieur » serait prétendument une ressource de créativité, d’innocence, d’énergie sans fin).

La métagénéalogie, elle, considère l’enfance, dans l’expérience humaine, comme un échelon conduisant aux divers degrés de la maturité, pour terminer au plus haut niveau de l’être humain qui est la vieillesse. Car concevoir l’humain comme un **être en progrès constant**, en – transformation, et pourvu d’une finalité, permet d’affirmer qu’il est possible de se développer jusqu’à sa mort, qui vient alors à l’heure exacte, jamais trop tôt, et en état de Conscience intacte. Il est même permis d’imaginer qu’à l’instant de sa disparition, on poursuit encore son développement. Les personnes demeurées en état d’insatisfaction infantile meurent insatisfaites, sans possiblité de développement final. Or, il est impossible de « bien mourir » sans être arrivé à la satisfaction. Pour cette raison la première guérison que l’on doit souhaiter à une personne gravement malade est la guérison spirituelle. C’est aussi la raison pour laquelle il faut se préoccuper de devenir véritablement soi-même pendant qu’il en est encore temps, de rester vigilant (un accident mortel peut arriver

n'importe quand) et de tenter de n'être pas surpris par la mort en état d'insatisfaction. Nous verrons dans la 9e partie que la conscience aiguë de la mort et l'étude de celle-ci dans l'arbre généalogique sont des éléments essentiels du travail.

Revenons à l'enfant. La théorie psychanalytique dominante au XXe siècle est basée sur la notion de « pervers polymorphe » introduite par Sigmund Freud. Pour résumer brièvement la théorie freudienne, rappelons d'abord que ce que Freud nomme « sexualité infantile » n'est pas la sexualité à proprement parler, mais recouvre toutes les explorations effectuées par l'enfant à la recherche du plaisir (sensuel, érotique ou autre) dont les modalités vont plus tard retentir sur la personnalité et la sexualité adultes. Le terme de « pervers polymorphe », qui a tant choqué les contemporains de Freud, signifie que l'enfant explore ce que les psychanalystes appellent des « pulsions partielles », c'est-à-dire des éléments fonctionnels dissociés du corps (succion, contrôle des sphincters, etc.) qui s'unifieront à l'adolescence pour former la sexualité adulte. Le terme « pervers » est utilisé par Freud, en fonction de la morale de son époque, pour signaler que cette activité auto-érotique de l'enfant s'exerce sans culpabilité.

Mais le présupposé de cette théorie revient à définir l'Inconscient (et en particulier le « Ça » conceptualisé par Groddeck et repris par Freud, qui désigne la partie pulsionnelle de la psyché humaine, indifférente à toute norme, à toute réalité, et régie par le seul principe de satisfaction immédiate[2]) comme le réceptacle d'un passé « sauvage » de – l'humanité. Selon la psychanalyse, le Ça serait l'instance dominante chez le – nouveau-né. Quant au terme « pulsion » (en allemand *Trieb*, qui signifie aussi « instinct » et « poussée »), dont Freud a fait le concept de base de son système de pensée, la psychanalyse le définit comme un mouvement intérieur ou extérieur qui vise à une satisfaction.

Les héritiers de Freud n'ont jamais imaginé, pensé ou conceptualisé que le futur puisse être actif dans l'être humain. De même, les scientifiques postulent que l'homme est apparu sur terre par hasard et ne se permettent pas un seul instant d'imaginer qu'il puisse y avoir une intention future, une nécessité pour l'univers de créer de la Conscience.

Si nous nous autorisons, en revanche, à faire l'hypothèse que l'univers a un plan précis avec un but final, quel qu'il soit, et que ce but se reflète dans une instance que nous avons appelée le **Supraconscient** (qui fait partie de l'Inconscient tel que nous le concevons : union du passé et du futur), nous ne pouvons plus considérer l'enfant comme un « pervers polymorphe », mais comme un **être mû par une finalité précise** : participer à sa manière irremplaçable à la formation de l'humanité, à son évolution vers une Conscience totale. Face à cette finalité, l'être humain n'est pas fini, il est en développement. Tous les accidents planétaires (catastrophes écologiques, guerres, problèmes économiques…) peuvent alors être considérés comme émanant d'un manque de Conscience de l'humanité passée, et représentant des obstacles nécessaires pour que l'humanité future puisse arriver à sa pleine réalisation : sans obstacles, il n'y a pas de croissance.

Dans le monde intérieur, qui est analogue au monde extérieur, l'obstacle majeur est l'ego, cette individualité produite par une répétition du passé et formée par la famille, la société et la culture. Cet ego est absolument nécessaire, comme l'œuf est nécessaire à l'éclosion de l'oiseau. L'ego n'est qu'un fragment de l'être, et les pulsions enfantines, loin d'être une répétition des cruautés passées, sont au contraire la matrice des qualités essentielles futures. En d'autres termes, lorsque l'enfant pratique par exemple la masturbation, il crée les conditions d'une sexualité mature complètement épanouie qui pourra se déployer jusqu'à la sexualité sacrée, c'est-à-dire l'union de l'orgasme et de l'extase. Face à cette pratique, la société malade du XIX^{e} siècle cautérisait le clitoris des petites filles, créant des blessures physiques et psychiques durables, ou, dans le meilleur des cas, faisait peser sur les enfants la menace de châtiments infernaux, de handicaps comme la surdité, etc. C'est un exemple typique d'abus collectif dû au manque de Conscience généralisé d'une société donnée.

Si l'on veut employer une image poétique : de même que la vie et la conscience sont là, en puissance, dans l'explosion d'une galaxie, **l'être humain de Conscience est en puissance dans l'enfant**. Ses « pulsions » (pour reprendre le terme de la psychanalyse) devraient être respectées et accompagnées comme le germe d'une qualité future de l'être humain accompli. Mais tout enfant qui naît est accueilli dans une gangue d'idées, de sentiments, de désirs et de besoins acquis par le passé (dans l'arbre généalogique). Si les parents accompagnent le développement de l'enfant à leur plus haut niveau de Conscience, ils vont l'aider à dépasser et

transformer, à sa manière, avec son génie propre, cette formation transgénérationnelle. En revanche, quand ce processus, qui devrait se réaliser dans une ambiance heureuse et équilibrée, est freiné et empêché par une série d'intérêts, de préjugés, de répétitions et d'abus, l'enfant reste prisonnier de tout ou partie de la gangue de l'arbre et développe diverses névroses.

Au terme de « pulsion », qui comme nous l'avons vu désigne au premier chef la relation de l'enfant avec la satisfaction de ses besoins et plaisirs corporels, nous voulons substituer celui de **noyau**, pour désigner **une potentialité encore indifférenciée, s'exprimant de manière à la fois candide et irrépressible**, c'est-à-dire sans autocensure et avec une force impérieuse.

L'étude de centaines d'arbres généalogiques nous a permis d'isoler six nœuds principaux, issus chacun d'un noyau qui lui correspond. Ces six noyaux, qui recouvrent en partie les pulsions décrites par Freud, dépassent le domaine des besoins matériels et des désirs érotiques pour concerner la totalité de l'être humain en puissance qu'est l'enfant : sa relation avec le sens, la morale et le langage (l'intellect), sa relation affective à son entourage (les émotions), sa relation libidinale aux objets qui l'entourent (sexualité et créativité en formation), et aussi bien entendu ses besoins, son corps, son espace (vie matérielle), mais encore les étapes de son développement spirituel (sa Conscience) et, en particulier pour le noyau social, la manière dont sa famille s'articule avec la société dans laquelle il est projeté très tôt, dès son entrée à la crèche ou à l'école.

Un nœud se forme lorsque les parents ou d'autres membres de la famille sont incapables d'accompagner la croissance de l'enfant de manière équilibrée. La formation des nœuds obéit à deux mécanismes principaux : **la carence et l'excès**.

Lorsqu'un enfant est victime d'une carence (manque, absence, abandon, refus, privations, etc.), une part de lui tend à rester fixée à l'âge où cette carence a eu lieu, attendant sans fin qu'on lui donne ce qu'il n'a pas reçu : le nœud se crée alors par défaut du parent. Lorsque, au contraire, un enfant est victime d'un excès (envahissement, relation fusionnelle, prise de pouvoir, demande excessive d'un parent, abus sexuel, – suralimentation, etc.), cet excès donne lui aussi lieu à un traumatisme, qui crée de la même manière une fixation à l'âge où il a eu lieu. L'enfant, incapable de réguler

l'excès imposé par l'adulte, reste fixé au noyau au lieu d'évoluer au-delà de celui-ci.

Ces manques et ces excès des adultes peuvent être provoqués dans des circonstances indépendantes de leur volonté (maladie, mort, exil…), mais en règle générale, ils obéissent bien souvent aux processus de **projection** et de **compensation** dont nous avons déjà parlé : l'enfant représente pour ses parents un autre personnage de l'arbre avec qui un nœud antérieur n'a pas été résolu ; l'adulte décide inconsciemment que ce qui n'a pas été vécu avec cette personne, ou le traumatisme qu'elle lui a infligé, sera compensé dans la relation avec l'enfant, qui se retrouve ainsi privé du lien auquel il pourrait légitimement prétendre, ou au contraire encombré d'une relation qui n'a rien à voir avec lui. Par exemple, il est fréquent de voir une mère qui n'a pas eu de relations satisfaisantes avec son propre père reporter sur son propre fils toute sa demande affective et ses espoirs déçus. L'enfant grandit dans ce climat relationnel imposé qui le « sculpte » littéralement, et le grand-père paternel devient, consciemment ou non, une sorte de modèle idéal ou de repoussoir auquel il est sans cesse confronté.

La plupart de ces déviations relationnelles s'effectuent de manière complètement inconsciente, et malgré les meilleures intentions des adultes. Elles concernent toutes les générations, et il faut commencer par les déceler dans sa propre triade avant de remonter une ou deux générations plus haut. En effet, une erreur (ou une résistance) fréquente consiste à chercher à quatre ou cinq générations d'écart la racine d'un nœud ou d'une blessure, et de relier par exemple le sentiment d'abandon permanent que l'on éprouve à une lointaine arrière-arrière-grand-mère orpheline de ses deux parents, au lieu de clarifier les nœuds relationnels dans les générations les plus proches et d'analyser leurs enchaînements, ce qui permet de voir que les conduites d'abandon sont là, chez les parents et les grands-parents, sous les dehors d'une éducation « normale ».

Nœuds et noyaux persistants : manifestation et résolution

Nous avons vu que les noyaux chez l'enfant sont des potentialités riches en énergie vitale, libidinale, affective et intellectuelle, mais fragiles comme l'est une jeune pousse. Ils ont chacun une fonction et répondent, chez l'être humain encore en développement, à une nécessité réelle. Si au lieu

d'accompagner le développement (et donc l'éclatement) de ce noyau les adultes le figent en établissant un nœud relationnel, le noyau persiste au-delà de l'enfance sous la forme d'une **vitalité stagnante ou calcifiée** qui empêche la personne de vivre pleinement son destin adulte. La plupart de ces **noyaux persistants** sont directement issus d'un nœud formé avec un membre de la famille proche, lui-même affligé d'un noyau irrésolu.

Les six noyaux enfantins principaux sont les suivants :

- **Le noyau incestuel**

Il recouvre la nécessité de l'enfant de se former, dans les quatre centres, à travers un lien d'abord exclusif avec les membres de sa famille, la famille étant le premier référent mental, émotionnel, sexuel/créatif et matériel.

En tant que noyau persistant, nous l'appellerons **noyau incestueux**.

- **Le noyau bisexuel**

Il désigne notre nature bisexuelle initiale, qui conduit l'enfant à explorer avec une grande liberté à la fois sa relation avec le sexe opposé et sa relation avec le même sexe, et ce pour construire dans l'avenir son identité sexuée.

En tant que noyau persistant, nous l'appellerons **noyau homosexuel**.

- **Le noyau sadomasochiste**

Il désigne l'exploration nécessaire que fait tout enfant, au cours de sa croissance, de la douleur comme élément fondamental de la vie. Il s'agit à la fois de la douleur ressentie et de la douleur infligée. Les deux sont source d'une intensité que l'enfant va apprendre à intégrer sainement à son existence.

- **Le noyau narcissique**

Il recouvre toutes les étapes du développement où l'enfant devient son propre référent privilégié, construisant ainsi sa capacité à se différencier (dans un premier temps, de la mère ou de la personne nourricière) en se reconnaissant lui-même.

- **Le noyau cannibale**

Il représente toutes les étapes du développement où l'autre (en général, le parent) est la source dont l'enfant se nourrit matériellement, ou sur le plan sexuel, créatif, affectif et mental. C'est une appropriation légitime par l'enfant de l'énergie psychique ou physique de l'autre.

- **Le noyau social**

Il désigne le processus d'assimilation de l'enfant au groupe, d'abord au sein de la famille proprement dite, puis, via la famille, toutes les étapes de sa nécessaire socialisation.

En tant que noyau persistant, nous l'appellerons **névrose sociale**.

Tous ces noyaux sont idéalement appelés à disparaître pour laisser place à un adulte délivré de ses attachements incestuels et actif dans le monde, paisiblement établi dans son identité sexuée et dans ses préférences érotiques, capable de traverser la douleur sans qu'elle devienne souffrance, narcissiquement stable mais conscient de l'existence de l'autre, capable de trouver ses sources d'énergie sans se transformer en prédateur, de communiquer avec autrui dans un véritable échange, et enfin sociabilisé sans perdre le contact avec son identité essentielle.

L'action limitatrice de l'arbre généalogique est en général liée à la persistance d'un ou plusieurs noyaux, à l'âge adulte, dans un ou plusieurs des quatre centres. On pourrait dire que les noyaux adultes représentent l'action directe de l'arbre généalogique à l'intérieur de la psyché. En général, ces noyaux sont tellement incrustés dans la formation la plus profonde de l'identité que la personne les subit sans les voir, ou proteste : « C'est mon caractère », « Je suis comme ça », « C'est la vie », « C'est ainsi que va le monde », « Je fais comme les autres », « C'est normal ».

Le travail sur les nœuds et noyaux concerne les quatre générations de l'arbre généalogique. Il est évident que les nœuds se transmettent, en se transformant, d'une génération à l'autre. Par exemple, un frère et une sœur, au sein d'une fratrie nombreuse, sont unis par un fort lien incestuel : ils ont toujours compté l'un sur l'autre plus que sur le reste de la famille. Chacun se marie de son côté, mais leurs enfants (son fils à lui et sa fille à elle) vont former un couple : à la deuxième génération, le couple formé par les cousins germains, légal dans certains pays, valide socialement le désir incestueux du frère et de la sœur qui n'a pu être réalisé.

Pour clarifier les nœuds de l'arbre il vaut mieux commencer par sa propre génération et remonter graduellement. Cette clarification a quatre aspects :

- **Comprendre comment un nœud s'est formé**, avec quels membres de la famille et pour quelles raisons.

- **Reconnaître le noyau**. Si c'est celui d'un parent ou d'un grand-parent, il faut se mettre à la place de la personne. Le face-à-face avec un noyau persistant est souvent douloureux, puisqu'il renvoie à un manque ou un excès subi très tôt dans la vie. Pour l'accepter on peut utiliser cette formule : « Je suis formé de la sorte, c'est mon habitude. Je n'en suis pas coupable, mais cela m'a influencé de manière décisive toute ma vie. »
- **Apprendre à mieux connaître le noyau**, lui faire face. Quelle que soit sa nature, c'est une tendance présente dans toute l'humanité, avec des nuances selon les cultures. Il y a beaucoup de documentation sur le sujet, des œuvres d'art ou des témoignages, des pratiques qui s'y relient. Mieux connaître une relation toxique permet de la dénouer, mieux comprendre un noyau permet de lui rendre sa vitalité et de le replacer dans une dynamique de croissance, donc de l'ouvrir. Cette étape est essentielle car le noyau persistant à l'âge adulte nous donne toujours une sensation d'isolement, d'impuissance et/ou de honte.
- **Embrasser le noyau** (éventuellement, comme nous le verrons ci-dessous, au moyen d'un acte de psychomagie) et acquérir l'information qui nous manque : qu'est-ce qui n'a pas été vécu dans l'enfance ? Quelle liberté, quelle réalisation est possible au-delà de ce noyau persistant ?

Bien entendu, il s'agit d'évoluer et non de changer du tout au tout. La trace du noyau restera présente, comme un trait de personnalité plus ou moins affirmé. On peut alors **exalter l'ancien noyau**, c'est-à-dire lui donner une utilité, en faire une force plutôt qu'une faiblesse ou un blocage en l'assumant entièrement. Par exemple :

- Sans une légère persistance du noyau sadomasochiste, il est impensable d'être un bon chirurgien, un bon boucher ou un bon pratiquant de la méditation vipassana.
- Le noyau narcissique est un atout pour les arts de la scène et en général toutes les professions où l'on est en vue.
- Le commerce des antiquités, la sauvegarde du patrimoine et toutes les activités tournées vers l'exaltation des qualités du passé relèvent du noyau incestuel.

- L'érudition, les collections, mais aussi certaines formes de nutrition contrôlée relèvent d'un noyau cannibale exalté.
- Toutes les organisations qui rassemblent les êtres humains par genre (l'armée, la marine, le football, les couvents…) dérivent du noyau homosexuel.
- La passion pour l'activité politique au niveau local ou national peut être une réalisation positive d'un noyau de névrose sociale dépassé, etc.

Nous allons maintenant étudier en détail les six noyaux enfantins, les nœuds qui déterminent leur persistance à l'âge adulte et quelques-unes des résolutions psychomagiques principales pour chaque type de noyau. Pour chacun d'eux nous verrons à quelles nécessités psychiques de l'enfant il répond, comment il est transformé en nœud par une carence ou un excès imposé par l'environnement familial et éducatif, et quelles sont les conséquences de la persistance d'un noyau à l'âge adulte.

Il est impossible d'épuiser, par une série d'exemples, les formes infinies que peuvent prendre les nœuds et noyaux dans l'arbre généalogique. Mais les quelques cas pratiques que nous présenterons peuvent aider à mieux visualiser l'action des nœuds et noyaux et la manière de les dissoudre. Dans certains cas, ils s'accompagnent d'un acte de psychomagie qui a été inventé spécifiquement pour cette personne ; dans d'autres, la prise de conscience suffit à dénouer le nœud et à dépasser le noyau.

Noyau incestuel, noyau et nœud incestueux

Le noyau incestuel enfantin et sa destination

Un enfant est formé à penser, à aimer, à désirer et à vivre dans la proximité immédiate de sa famille (parents, frères et sœurs, parfois oncles et tantes ou grands-parents). Son premier mouvement, dans les quatre énergies, est de s'unir aux membres de sa famille : il parle une langue maternelle, aime en premier lieu ceux qui prennent soin de lui, apprend à désirer et à connaître ses premières satisfactions sensuelles dans le cadre familial, grandit, mange, dort et vit parmi les siens.

Si ce noyau est accompagné par des parents matures, l'enfant pourra un jour **émerger de la famille et prendre sa place dans le monde** : parce

qu'il aura parlé sa langue maternelle, il sera capable d'apprendre des langues étrangères ; parce qu'il aura vécu une relation d'amour partagé avec les parents, il sera en mesure d'aimer une personne extérieure au clan ; parce qu'on lui aura donné des racines, un territoire de base, il pourra explorer la totalité du monde ; parce qu'il aura formé son désir érotique et créatif à l'intérieur de la cellule familiale, il pourra désirer une personne extérieure au clan, créer des œuvres, des objets, des structures indépendantes du clan.

En résumé, la destination de croissance du noyau incestuel est **la découverte du monde, l'union avec lui**, les liens tissés avec l'entourage familial permettant ultimement de quitter la famille.

Le nœud et le noyau incestueux adultes

Ce nœud est très fréquent, car la relation avec les parents est la plus fondamentale, et elle est souvent perturbée dans l'arbre généalogique. L'inceste est à la fois l'un des tabous majeurs de l'humanité et une pulsion universelle. Or, comme nous l'avons vu à propos des triades, l'enfant est absolument dépendant de la relation que ses parents lui proposent. S'ils sont absents, morts, ou qu'ils ont des difficultés à assumer leur rôle – parental, un nœud incestueux se créera, au même titre que si un parent ou les deux imposent à l'enfant une relation trop étroite ou trop exclusive, dominante ou fusionnelle. La personne devenue adulte conservera alors une fixation partielle ou totale envers un ou plusieurs membres de la famille.

Le processus de réalisation émotionnelle pourrait schématiquement se résumer ainsi : d'abord le bébé est en symbiose avec la mère, puis il se découvre et s'identifie comme un être distinct, puis il découvre l'existence de l'autre, et ultimement du Nous, c'est-à-dire de l'identité transpersonnelle. Les nœuds incestuels dans l'arbre généalogique viennent entraver ce processus ; or toute personne qui en a été privée ne peut avoir accès à son Être essentiel et vit dans un état de colère fondamental. Dans la fixation incestueuse, sous les dehors d'un amour démesuré vis-à-vis de la famille, il y a en réalité une haine sous-jacente. La base de l'inceste réside dans la douleur haineuse de ne pas pouvoir devenir soi.

Tout nœud incestueux produit un **enfermement** : si la destination du noyau incestuel enfantin est l'ouverture au monde, l'effet du noyau

incestueux adulte est l'enfermement dans la famille, l'incapacité à se projeter dans le monde.

Le peu de témoignages qui existent de la part de couples incestueux qui ont dépassé l'interdit d'un commun accord et en toute liberté nous apprend que la réalisation de l'inceste produit un sentiment de supériorité immense sur le reste de l'humanité, paradoxalement assorti d'une honte sociale qui va couper le couple en question du reste de la société. Par ailleurs, dans les cas extrêmes de passage à l'acte incestueux violent et abusif, ces « affaires » qui défraient la chronique, on trouve presque toujours une situation d'incarcération de la victime[3].

Le nœud incestueux peut provenir d'une **carence** :

- Lorsqu'un parent meurt prématurément, il est fréquent qu'il devienne un modèle indépassable et idéal, sur lequel l'enfant projette toutes les qualités possibles et imaginables.
- Toute carence relationnelle prolongée engendre un nœud incestueux né du manque. Par exemple, une personne qui n'a jamais eu de relations intellectuelles ni aucun type de communication avec son père peut devenir à l'âge adulte le défenseur fanatique des idées paternelles, ne vivre que selon les croyances et la morale de son père, dans l'espoir inconscient d'attirer son attention (même s'il est déjà mort). De même, une personne qui n'a pas été aimée par ses parents peut compenser ce manque affectif en s'attachant démesurément, après la mort de ceux-ci, à une maison de famille qui devient le centre de son monde : la carence affective (« Je n'ai pas été aimé ») devient un noyau incestueux matériel (« La maison de mes parents remplace l'amour qu'ils ne m'ont pas donné ; je me ruinerai pour cette maison s'il le faut »).

Il peut être la conséquence d'un **excès** :

- Prenons par exemple la situation fréquente où le parent « fait couple » avec l'enfant (par exemple, une femme déçue par son mari reporte toute son affectivité sur son fils). L'enfant grandit avec le poids d'une relation qui ne correspond ni à son âge ni à son statut, et qui le laisse prisonnier d'un nœud (« Je ne peux pas quitter maman, elle en mourrait »). C'est le même processus que dans le passage à l'acte sexuel, qui crée lui aussi un nœud incestueux.

- Lorsque les parents font dormir plusieurs enfants dans un même lit, ils encouragent, pourrait-on dire, le développement d'une sexualité incestueuse, à laquelle ils participent symboliquement en en créant les conditions.

Pour reconnaître un noyau incestueux, selon les quatre centres, voici quelques exemples qui peuvent vous mettre sur la piste :

- **Noyau incestueux intellectuel**

On pense comme son père ou sa mère, on défend leurs idées ; on ne parle que leur langue, on ne parvient pas à se défaire de son accent d'origine en apprenant une langue étrangère ; on fait telles ou telles études pour être reconnu d'eux, ou au contraire on rate ses études pour attirer leur attention ; on adopte le même système de valeurs que ses parents, on vote comme eux ; on demande systématiquement son avis à papa ou maman avant de faire quoi que ce soit ; on se laisse influencer par les opinions de papa, maman, ou d'un frère ou d'une sœur ; on se dispute systématiquement avec les parents pour retrouver la relation conflictuelle enfantine, la seule connue.

- **Noyau incestueux affectif**

L'objet principal de l'amour est papa, maman, une sœur ou un frère. Une sœur épouse le meilleur ami de son frère (inceste par procuration). Un homme laisse sa mère le séparer de toutes ses compagnes. Une fille épouse un homme du même prénom que son père, ou un employé de son père, ou un ami de son père. On ne parvient à tomber amoureux que d'une personne déjà en couple, reproduisant alors le triangle œdipien, où le père ou la mère est le ou la rival(e). Le « chagrin d'amour » de n'avoir pas été aimé par le père ou la mère pousse à rester célibataire toute sa vie, ou à projeter des relations affectives idéalisées sur des personnes inaccessibles (délire érotomaniaque).

- **Noyau incestueux sexuel ou créatif**

Une relation incestueuse passée reste un sujet de fixation (un secret, une honte, un fantasme, un blocage, ou encore il y a un enfant né de l'inceste dans la famille). Un fils reste vierge ou devient impuissant pour ne pas « trahir » sa mère. Une fille devient nymphomane et/ou frigide après avoir été sexuellement approchée par son père qui lui a donné les seuls orgasmes qu'elle ait jamais eus. Sur le plan créatif : le fils ou la fille répète et prolonge l'œuvre artistique du père ou de

la mère, copiant son style, puisant dans son univers, et s'unit incestueusement au parent via cette création.

- **Noyau incestueux matériel**

Un enfant devenu adulte vit de l'argent de ses parents, dort dans le lit de ses parents, porte les vêtements de membres de sa famille, habite jusqu'à un âge avancé avec ses parents (sa sœur, son frère…), ne peut manger que la nourriture préparée par sa mère (ou son père…), travaille dans l'entreprise familiale à un poste qui ne lui permet pas de s'épanouir, etc.

Quelques aspects culturels et religieux

De nombreux mythes fondateurs, dans diverses cultures, se basent sur un ou plusieurs incestes. Cet interdit fondamental ne s'appliquant pas aux dieux, il est logique qu'il ait pu être, dans l'Égypte ancienne, une prérogative royale témoignant de la nature divine des pharaons.

En Occident, le mythe chrétien (par **mythe** nous entendons le récit sur lequel se fonde la croyance religieuse) nous présente lui aussi un inceste fondateur, vécu sur un mode symbolique : une jeune fille vierge, Marie, devient enceinte des œuvres du Seigneur (le Père suprême) ; Dieu le Père a choisi cette femme pure qui n'avait couché avec personne, entre en elle et devient immédiatement son fils (Joseph, l'époux de Marie, ne sera que le père adoptif de cet enfant) ; on peut donc avancer, si Marie est vierge comme l'affirme la religion catholique, que c'est son fils qui la déflore en naissant, comme le ferait un amant. Une fois né, Marie l'accompagne fidèlement, comme une épouse, pourrait-on dire, jusqu'à sa crucifixion, comme en témoignent les Pietà et les Stabat Mater de l'art – occidental. Selon les variantes catholique et orthodoxe du christianisme, elle le rejoint directement au Paradis après sa mort (Assomption ou Dormition de Marie).

Traduit en langage de l'arbre généalogique, ce récit fondateur produit l'injonction, pour les femmes issues de l'aire culturelle chrétienne, d'engendrer un **fils parfait** à travers lequel elles se réalisent, et dont le père doit symboliquement être Dieu lui-même (c'est-à-dire, pour la psyché de la petite fille, son propre père). Si, dans un arbre généalogique, les prénoms Marie et Joseph se répètent sur plusieurs générations, il est probable que cet arbre soit marqué par cette influence culturelle. Le fils parfait ne s'appellera pas nécessairement Jésus (ce prénom n'est courant que dans la culture

hispanique), mais Emmanuel, Pascal, Christian ou Christophe, Noël, Dominique, ou encore Salvatore, Salvador ou Sauveur.

Le père de cet enfant peut être absent, inconnu, mort ou disparu. Lorsque la mère déclare avoir été enceinte d'un « inconnu » dont le visage n'apparaît sur aucune photographie de famille, ou si elle a été abandonnée pendant la grossesse, ou encore si l'homme l'a tant déçue qu'elle l'efface, cela signifie que son désir inconscient est d'avoir engendré cet enfant avec son propre père, réalisant ainsi l'union incestueuse dont elle rêvait dans l'enfance. Si le fils qu'elle met au monde porte comme nom de famille son nom de jeune fille, c'est-à-dire le patronyme de son propre père, ce rêve incestuel se réalise jusque sur le registre d'état civil : symboliquement, le rejeton prolonge la lignée du grand-père maternel. Le passage des trente-trois ans sera généralement crucial pour un homme né sous de tels auspices.

Dans une telle situation, le nœud incestueux est double : entre la mère et le grand-père maternel d'une part, puis entre la mère et son fils, qui « incarne » le grand-père de la même manière que Jésus incarne Dieu le Père.

Résolution psychomagique

On l'a dit, le noyau incestueux est l'un des plus courants. Sa manifestation, sous des formes diverses, revient au désir d'avoir une relation intime avec le père, la mère, parfois le frère ou la sœur. Cette intention enfantine demeure, comme une énergie opiniâtre qui s'est formée un but. Et, pour citer Oscar Wilde, « la meilleure façon de résister à la tentation, c'est d'y céder ».

Par exemple, lorsque parents et enfants (généralement de sexe opposé) ont grandi sans se connaître, au moment de la réunion, si le fils ou la fille est adulte, l'émergence du désir incestueux est toujours d'une très grande intensité. Nombre de filles qui n'ont pas connu leur père sont déçues, au moment des retrouvailles, de le trouver ivre, confus, ou réfractaire à la rencontre, mais ces résistances recouvrent en réalité la panique face au désir incestueux et à son interdit radical, qui est un des axes fondateurs de l'humanité.

L'acte de psychomagie central pour ce noyau permet de **réaliser métaphoriquement une relation intime** (sexuelle) avec un membre de la famille, chose qui doit être accomplie sans autocritique : on n'est jamais

responsable des nœuds dont on porte la trace, cette persistance du noyau ayant été créée par les parents. Si mon père ou ma mère a fait de moi son partenaire affectif ou sexuel, si on m'a fait dormir dans le même lit que mes frères et sœurs, si au contraire je n'ai jamais connu la moindre manifestation d'affection de mes parents, il est absolument légitime que je porte un noyau incestueux, et salvateur que je l'accepte pour lui faire face métaphoriquement.

L'acte consiste à vêtir une personne consentante, le cas échéant, un(e) prostitué(e), avec des vêtements que l'on aura préalablement soustraits secrètement à la mère ou au père. Si cet emprunt est impossible, on peut imprimer un T-shirt avec une photo du parent dessus, et éventuellement écrire le prénom du parent sur le front du partenaire. Une fois le « père » ou la « mère » métaphorique revêtus des vêtements, on prononce le dialogue introductif :

« Pour cet acte de psychomagie, acceptes-tu d'incarner ma mère/mon père (prénom du parent) ?

– Pour cet acte de psychomagie, j'accepte d'être (prénom du parent). »

Ensuite l'« enfant » doit proposer au « parent » l'acte sensuel, affectif et le cas échéant sexuel qui lui convient. À tout moment le consultant peut modifier ou interrompre le cours du rapport intime. Si le noyau a une dimension sexuelle importante (par exemple s'il a produit une inhibition sexuelle), il est préférable d'avoir un rapport sexuel complet, assorti d'un orgasme réel ou très bien imité de la part des deux partenaires. Il est loisible d'utiliser des adjuvants qui facilitent la relation sexuelle (lubrifiant, médicaments, etc.) : l'essentiel est d'ancrer dans la mémoire un acte qui désactive et dépasse les limitations imposées. Dans le cas d'une femme qui a comme fixation de porter l'enfant de son père, il est possible de déposer sous le lit une boîte de chocolats ronde, une pastèque ou un melon qui symbolisera le ventre « rempli » par les œuvres du père, puis de porter ce ventre vingt-quatre heures avant d'aller partager les chocolats ou le fruit avec le père (ou les déposer sur sa tombe s'il est décédé).

Une fois que l'« enfant » considère l'acte comme terminé, il dévêt son partenaire et le remercie par la formule rituelle : « Pour cet acte de psychomagie, merci d'avoir représenté mon père/ma mère (prénom). » Le partenaire est alors libéré, on peut le rétribuer par une somme d'argent s'il s'agit d'un ou d'une prostituée, par un cadeau quelconque s'il s'agit d'un(e) ami(e), ou – simplement le remercier à genoux en lui tenant les mains. Le

choix du partenaire est important : surtout ne pas proposer un tel acte comme un moyen de séduction ou de reconquête d'un partenaire avec qui on a par ailleurs des liens complexes. L'idéal est soit un – partenaire de vie dont on est sûr, soit une personne de bonne volonté avec laquelle la relation affective et sexuelle est par ailleurs très claire. Si l'acte a été effectué avec votre partenaire de vie, il faut pour le clore se baigner ensemble en se savonnant l'un l'autre après qu'il ou elle a dit : « Par cet acte de psychomagie je n'incarne plus ton père/ta mère. »

Les vêtements ayant servi à l'acte (même s'ils sont propres) doivent être envoyés chez le teinturier pour être nettoyés, puis rendus au parent avec un petit présent (pot de miel, chocolats, bouteille de vin). Pour que le parent ne s'étonne pas de ce « cadeau » on peut lui dire : « Tiens, j'avais ça chez moi mais je pense que cela t'appartient. » Dans le cas où la relation avec le parent est très conflictuelle, on peut lui rendre les vêtements (ou le T-shirt) à son insu, et envoyer des fleurs blanches anonymement. Si le parent est décédé, les vêtements seront portés sur sa tombe ou sur le lieu de son incinération avec un pot de miel.

Si un préservatif a été utilisé pour cet acte, ou s'il reste quelque autre trace de l'acte, il suffit de l'enterrer et de planter un végétal par-dessus.

Quelques cas

Cas n° 1 : Le nœud incestueux mère-fils

Restée précocement veuve et sans enfant de son premier mari Salvador, décédé d'une crise cardiaque, Marta se remarie à trente-trois ans avec José, le frère de son époux décédé. De leur union naît un fils, qu'ils appellent Salvador comme le défunt. Juste après cette naissance, Marta décide de faire chambre à part. Ici le nœud incestueux est multiple : entre la mère et le fils, qui représente l'époux décédé, mais aussi entre José, qui se trouve rejeté, et son frère défunt, dont il a épousé la veuve. Il faut également signaler que le père de Marta s'appelait Alvaro (toutes les lettres de son prénom se retrouvent dans Salvador). Le jeune Salvador grandit dans un nœud incestueux affectif et matériel très étroit avec sa mère. À la mort de celle-ci, il vit une grave crise d'identité, puis rencontre Maria, qu'il épouse. Mais pendant la lune de miel, il perd son alliance. De retour chez lui, il la remplace par l'alliance de son oncle Salvador (le défunt), celle-là même que sa mère a gardée précieusement après la mort de son mari. Quelques mois

plus tard, il fait une crise cardiaque dont heureusement il ne meurt pas, mais qui l'incite à commencer un travail sur son arbre généalogique.

Sa première prise de conscience concerne les nœuds incestueux dans son arbre généalogique, entraînant son identification avec l'oncle décédé. Il réalise nombre d'actes de psychomagie, dont l'inceste métaphorique avec la mère, et ira enterrer l'alliance de l'oncle Salvador sur la tombe de sa mère en lui disant : « Je te rends ton bien-aimé. »

Cas n° 2 : Un père incestueux

La mère de cette petite fille est morte quand elle avait onze ans. En réalité elle s'est suicidée mais on cachera longtemps la vérité à sa fille. Le père, médecin et jusque-là très dévoué à une épouse dépressive, subit un véritable choc au moment de cette mort qu'il vit comme un échec personnel. Après les funérailles, il convoque la petite fille dans sa chambre et, sous prétexte de l'instruire, lui montre comment masturber un sexe masculin – le sien. Après ce passage à l'acte, il n'y aura plus d'autre rapprochement incestueux entre le père et la fille, mais celle-ci, devenue adulte, porte un fort noyau incestueux cristallisé par le geste de son père. L'étude de l'arbre généalogique lui permet de comprendre que c'est non seulement de l'abus sexuel et émotionnel qu'elle souffre, mais aussi de la relation à sens unique que son père lui a imposée ce jour-là : il ne s'est préoccupé que de ses propres organes sexuels et de son propre orgasme.

L'acte de psychomagie conçu sur mesure pour cette consultante consiste à ce qu'elle se masturbe avec dans la main une petite photo de son père aujourd'hui décédé. Une fois obtenu l'orgasme qu'il lui a refusé (et réalisé par là même l'échange incestueux que l'Inconscient s'est fixé comme but), elle attachera cette photo additionnée d'un peu de miel à un ballon gonflé à l'hélium et l'enverra métaphoriquement au ciel, c'est-à-dire à une dimension supérieure où réside la figure bienveillante du Père archétypal, ce qui lui permet d'expulser l'obsession passée hors de son psychisme.

Cas n° 3 : Le nœud incestuel mère-père-enfant

Une petite fille, enfant d'un militaire et d'une femme au foyer, frappe une nuit à la porte de la chambre à coucher parentale : elle a très mal au ventre. Les parents, interrompus au milieu d'une relation sexuelle, la réprimandent durement et lui intiment de ne plus les déranger. Adulte, elle

est devenue la maîtresse d'un couple, sans pouvoir sortir de son rôle de troisième sans importance.

Dans le cas de cette personne, c'est l'attention aimante des parents qui a manqué et qui a fixé comme noyau le désir de les séduire sexuellement. Son acte de psychomagie consiste à trouver un couple qui accepte de rejouer la scène mais qui, lorsqu'elle frappe à la porte dans son rôle d'enfant, lui donne les soins et l'attention nécessaires et réalise un massage de son ventre avec une huile parfumée. Parfois le noyau incestueux dévie vers une réalisation sexuelle alors que c'est le besoin affectif qui demeure en réalité insatisfait.

Cas n° 4 : Le couple frère-sœur

Ces deux enfants ont passé leur enfance dans la même chambre, alors que le frère avait deux ans de plus que la sœur. Il n'y a pas eu de passage à l'acte sexuel, mais ils ont grandi dans un climat incestuel, encouragés par les parents qui trouvaient leur « petit couple » tellement charmant. Lui, devenu adulte, épouse une femme qui porte le même prénom que sa sœur, et fait d'elle la marraine de son premier enfant. Elle, à l'âge de vingt-neuf ans, ne parvient pas à trouver « l'homme qu'il lui faut », puisque toute la pression de l'arbre généalogique tend à la convaincre que son partenaire par excellence est son frère.

La réalisation métaphorique de l'inceste, avec un partenaire qui accepte de jouer le rôle du frère, permet à cette jeune femme de se libérer de son noyau. Elle a placé sous le lit deux paires de jumelles qu'elle offrira ensuite à ses parents. Ces jumelles sont la métaphore d'un outil qui permet de voir, puisque les parents, par leur aveuglement, ont constitué le couple incestuel frère-sœur. Une paire « virile », pour la chasse, ira à la mère : pour qu'elle comprenne ce que sont les véritables besoins de son fils. L'autre paire, des jumelles de théâtre plus « féminines » ornées de nacre, sont symétriquement offertes au père, pour qu'il comprenne les besoins et désirs réels de sa fille. Les jumelles sont offertes sans commentaire ni explication. Le T-shirt à l'effigie du frère utilisé pour le symboliser pendant l'acte sexuel sera offert, sans commentaire non plus, mais préalablement nettoyé, à l'épouse de celui-ci.

Cas n° 5 : La famille incestuelle

Les nœuds incestueux sont nombreux dans cet arbre généalogique : la mère et sa sœur vivent ensemble en couple avec le père, qui a été l'amant de sa belle-sœur ; les grands-parents sont cousins germains ; la mère établit une relation exclusive avec son fils et le père avec sa fille… Dans la génération des grands-parents, il y a probablement eu des passages à l'acte incestueux entre frères et sœurs, voire entre un oncle et une nièce. À la troisième génération d'un arbre si fortement marqué par les noyaux incestueux, la famille forme une véritable micro-société où tous les membres sont interdépendants : ils travaillent ensemble, se soutiennent mutuellement, vivent ensemble dans de grandes maisonnées. Lorsqu'une personne extérieure (ami, conjoint) entre dans cette famille, on déclare qu'elle est « adoptée ». Au sein de ce clan apparemment heureux, notre consultante étouffe, ne comprend pas pourquoi elle a tant de mal à se réaliser, et souffre d'angoisses intolérables dès qu'elle quitte sa ville natale ou voyage seule. Elle est en couple avec un homme qui porte le même prénom que son frère et travaille dans la société de son père.

La prise de conscience des nœuds incestueux omniprésents dans son arbre l'éclaire et lui permet de commencer à tracer son propre chemin. Un acte de psychomagie s'y ajoute. Elle doit découper autant de silhouettes en tissu blanc que de membres de la famille, vivants ou morts, auxquels elle se sent attachée par des liens contraignants (elle en choisit quatorze). Puis elle doit peindre avec le plus d'exactitude possible le visage de chacun pour que les marionnettes aient une identité bien définie. La nuit, elle les suspend toutes dans sa chambre et dort avec. Le jour, elle les emporte partout avec elle, enroulées dans une petite valise. Peu à peu, elle commence à se défaire de cet entourage, en commençant par les personnes auxquelles elle est le moins étroitement liée. Chaque fois qu'elle libère une silhouette, elle lui peint sept points dorés au niveau des sept chakras[4]. Ayant ainsi symboliquement béni la personne dont elle se libère, elle l'envoie au ciel attachée à un ou plusieurs ballons d'hélium, dans un espace dégagé (place, plage ou champ) où elle peut la voir s'envoler loin d'elle.

Noyau bisexuel, noyau et nœud homosexuels

Le noyau enfantin et sa destination

À la base nous sommes tous bisexuels, c'est-à-dire que notre besoin d'intimité, d'amour, d'identification est aussi bien tourné vers le père que vers la mère. L'enfant a besoin de se confronter aux deux polarités sexuelles pour s'identifier peu à peu à l'identité sexuée qui est la sienne de la manière qui lui est propre. **L'œdipe est bisexuel** : c'est la base du développement de l'enfant que d'être attiré vers les deux parents. Certains consultants ont le souvenir très vif d'un désir pour le père, dont ils souhaitaient être la femme, pour pouvoir lui faire des enfants ; de même, pour une fille, existe le désir de faire un enfant à sa mère. Il est aussi absolument sain, dans le cours de son développement, que l'enfant traverse une phase où il fuit ses camarades du sexe opposé et se concentre sur les enfants et adultes du même sexe que lui : cette identification à un groupe monosexué renforce l'identité masculine ou féminine. C'est l'âge où les garçons – refusent de jouer avec les filles, où les petites filles ornent leurs chambres de posters représentant des stars ou des héroïnes féminines, etc.

L'identité masculine ou féminine se construit ainsi, à la fois sur la base de la personnalité propre et en fonction des assignations qui nous sont données. À l'âge adulte, on se vit comme un homme ou une femme, mais en réalité chacun de nous, dans les quatre centres, est à la fois masculin et féminin, dans des proportions qui varient. Par ailleurs on peut avoir une attirance inexistante, modérée, forte ou très forte pour les personnes de l'un ou l'autre des deux sexes. Tous ces facteurs déterminent l'identité sexuée et sexuelle de chacun à l'intérieur d'une société où la reproduction est assurée par la rencontre hétérosexuelle. Mais l'**Être essentiel est au-delà du genre**, on pourrait dire qu'il est androgyne au sens où il unit et dépasse les deux polarités sans discrimination.

Si les parents vivent sereinement leur propre identité sexuée, s'ils sont capables d'accepter les divers degrés de masculinité et de féminité présents en chacun, l'enfant dépasse son noyau bisexuel et devient un être pourvu d'une identité organique (mâle ou femelle) qui a accès à son Être essentiel androgyne (part féminine et masculine), et ce quelle que soit son orientation sexuelle. Il est à son tour capable d'agir à partir de son féminin ou de son masculin et d'accepter les deux polarités sexuelles en chacun. Il peut entrer

sereinement en relation avec toutes les personnes, quelle que soit leur identité et leurs préférences sexuelles, et faire face à la mixité du monde.

En résumé, la destination de croissance du noyau bisexuel est l'acceptation paisible de son propre genre et de sa propre sexualité ainsi que de celle des autres, et une **conscience vécue de l'androgyne essentiel**.

Le nœud et le noyau homosexuels adultes

Plusieurs facteurs peuvent créer un nœud homosexuel :

- Un problème lié à l'homosexualité dans l'arbre généalogique (abus homosexuel, interdiction de l'homosexualité, liaison secrète, amour contrarié, etc.).
- Une fixation monosexuelle qui procède par élimination pure et simple d'une des deux polarités dans un des quatre centres (absence affective ou totale du père pour un fils ou de la mère pour une fille, dévalorisation intellectuelle radicale des femmes, haine des hommes, internement prolongé d'un enfant dans un milieu non mixte, etc.).

Si l'homosexualité a été interdite ou considérée comme une perversion par les cultures baignées d'une idéologie hétérosexuelle dominante, il est inversement vrai que la peur et l'interdiction de la sexualité entre hommes et femmes dans les institutions étatiques ou religieuses ont favorisé des situations d'homosexualité de fait, souvent secrètes ou abusives, dans les milieux où la mixité était interdite : armée, couvents, pensionnats, prisons… autant de lieux où l'énergie sexuelle a néanmoins fini par s'exprimer, par goût ou par contrainte, entre personnes du même sexe. Notre propos n'est évidemment pas de stigmatiser l'homosexualité, mais au contraire d'élucider comment, dans l'arbre généalogique, nombre de nos ascendants ont vécu leur identité sexuée et leurs préférences sexuelles de manière contrainte. La domination masculine en vigueur dans la plupart des cultures dites « évoluées » a, de ce point de vue, fait des ravages sur l'équilibre féminin-masculin.

Dès lors qu'une génération établit avec la suivante un nœud homosexuel (par refus, élimination ou dévalorisation d'un des deux sexes, ou par refoulement d'une pulsion homosexuelle) dans un ou plusieurs des quatre centres, la personne concernée reste prisonnière d'un noyau que nous appellerons par généralisation **noyau homosexuel**, c'est-à-dire que la

liberté d'être homme ou femme, homosexuel ou hétérosexuel, est compromise, et que l'accès à l'androgyne essentiel est barré.

Le nœud homosexuel par **carence, refus ou secret** peut se former dans ces situations :

- Dévalorisation systématique d'un genre : l'enfant n'est pas né avec le sexe que l'on souhaitait et va s'employer à singer l'autre sexe pour être accepté (c'est un nœud très fréquent pour les filles dans notre civilisation masculiniste) ; une mère déçue par les hommes ou un père qui méprise les femmes inculque à sa progéniture la haine ou le mépris du sexe opposé.
- Homosexualité secrète ou refoulée, qui pèse de tout son poids sur les relations affectives dans l'arbre.
- Éducation monosexuelle : le père a disparu et l'enfant grandit dans une communauté de femmes ou, à l'inverse, seulement parmi des hommes ; l'enfant grandit dans une pension non mixte… Autant de circonstances qui, à l'âge adulte, conditionnent négativement les relations avec le sexe opposé.

Le nœud homosexuel par **excès ou abus** peut avoir les origines suivantes :

- Interdiction est faite à l'enfant de vivre son développement sexuel de manière épanouie, et on lui impose une série de mesures abusives : surveillance de la masturbation, culpabilisation de la sexualité, interdiction de sortir et de rencontrer des personnes du sexe opposé, etc.
- Un abus homosexuel peut avoir eu lieu dans le cadre du milieu éducatif, de l'église, de la famille…
- Si la société ou la famille favorise ouvertement un sexe par rapport à l'autre, les enfants auront tendance soit à s'identifier à ce sexe « privilégié », soit à refuser leur propre identité synonyme d'oppression (par exemple, dans de nombreuses cultures où le masculin est dit « fort », il a la prérogative de l'argent, de la liberté, du travail, de l'intelligence, et la mère peut se masculiniser douloureusement et transmettre à ses enfants une vision brouillée du féminin).

Voici comment se manifeste le noyau homosexuel adulte dans les quatre centres :

- **Noyau homosexuel intellectuel** : misogynie, ultraféminisme, machisme, mépris de la pensée masculine ou féminine, toutes les théories et les morales qui excluent un genre au profit de l'autre, qui favorisent la pensée ou l'expression d'un sexe au détriment de l'autre. De même la dévalorisation ou survalorisation du rationnel ou de l'intuition relèvent de ce noyau (en réalité c'est la collaboration de ces deux instances qui fait un esprit complet).
- **Noyau homosexuel affectif :** tous les sentiments exclusifs et intenses pour un genre en particulier relèvent de ce noyau : lorsque le père ou la mère préfère ses amis du même sexe à sa famille, on peut parler de noyau homosexuel. Inversement, la haine du genre opposé est aussi une manifestation de ce noyau.
- **Noyau homosexuel sexuel/créatif :** il a pour manifestations le refoulement du désir authentique (hétérosexualité, bisexualité ou homosexualité réprimée), la sexualité haineuse (les viols en réunion sont une manifestation du noyau homosexuel), l'homosexualité par procuration (coucher avec le/la partenaire de son/sa meilleur(e) ami(e), de son chef, etc.), la créativité qui ignore ou refuse l'influence d'une des deux polarités, qui exalte exagérément un sexe par rapport à l'autre (c'est le cas des westerns et films de guerre du côté masculin, des séries du type *Sex and the City* du côté féminin).
- **Noyau homosexuel matériel :** toutes les situations où un sexe est exclu d'un territoire donné relèvent de ce noyau : clubs masculins ou féminins, équipes sportives, monastères, pensionnats de garçons ou de filles, corps d'armée fermés aux femmes, etc.

Quelques aspects culturels et religieux

Comme nous l'avons déjà dit, la culture patriarcale masculiniste a engendré de solides noyaux homosexuels. Le dégoût du corps – féminin considéré comme « impur », l'horreur de la menstruation, l'impératif de la virginité imprègnent tout le judéo-christianisme. Cette exclusion et cette **peur du féminin** justifient le célibat des prêtres et l'impossiblité pour une femme d'arriver au statut d'officiant dans la plupart des religions monothéistes. De même dans les synagogues et les mosquées, les femmes

doivent prier dans un lieu caché (plus petit et moins orné que celui réservé aux hommes) pour que les hommes ne soient pas distraits de leur piété par leur – présence. Depuis des siècles, ces aberrations spirituelles sont communément acceptées, engendrant une **séparation des sexes** qui donne lieu à de nombreuses situations d'homosexualité de fait (dans les institutions religieuses, les monastères), à des abus perpétrés sur des enfants, et bien sûr aussi, dans le meilleur des cas, à l'épanouissement d'une homosexualité assumée. Le bouddhisme n'est pas exempt de cette exclusion d'un genre au profit d'un autre, comme en témoigne ce commentaire de Léon Wieger sur le chapitre 59 du *Récit de l'apparition sur terre du Buddha des Sakya* (compilé par Pao-tch'eng, moine chinois, au temps des Ming) dans *Les Vies chinoises du Buddha* : « Le changement de sexe est un pas vers la délivrance. Aucune femme n'est sauvée étant femme. Le dernier stage est toujours masculin. » Dans le monde entier la gestion de l'économie est encore essentiellement assurée par des hommes, et dans la plupart des arbres généalogiques, l'argent est considéré comme un attribut viril. Il faudra garder ce fait en tête au moment d'analyser le rapport à l'argent dans l'arbre.

Résolution psychomagique

Ce noyau va prendre des colorations différentes selon que la personne est homme ou femme, homosexuelle ou hétérosexuelle. Il s'exprime toujours comme une difficulté à se vivre dans un monde où les deux genres coexistent de manière épanouie. Il concerne aussi, très souvent, un refus ou un refoulement de l'homosexualité comme expression du désir dans l'arbre généalogique.

Le noyau homosexuel féminin est très fréquemment relié à une **dévalorisation du féminin** sous une forme ou une autre. Si les parents (et le père en particulier) souhaitaient voir naître un fils, et que la fille s'est masculinisée pour mériter leur attention, le premier pas pour la consultante consiste à reconnaître sa tendance à se vivre comme un « garçon manqué ». Cela entraîne, pour une femme, un profond manque de confiance en soi qui peut adopter plusieurs formes :

- Virilisation intellectuelle et sociale : « La seule part de moi qui peut se manifester comme entièrement masculine est mon intelligence, ma

– capacité à diriger, à produire de l'argent, à dominer le réel. » La – contrepartie en est une grande insécurité corporelle, sexuelle et créative et/ou affective.

- Refus du corps féminin : comme pour obéir à l'injonction des parents, les signes corporels de féminité s'amenuisent (hanches étroites, poitrine plate, vaginisme, frigidité, pathologies de l'appareil reproducteur, règles douloureuses, fixation anale dans la sexualité, etc.). La – consultante se vit dans la douleur, comme un androgyne mutilé : tout ou partie de sa réalité organique lui est interdit, ou vécu comme un fardeau. Elle peut aussi sentir qu'elle ne vit que dans sa tête et que son corps lui est étranger. Cette incomplétude du sens de soi est douloureuse et pathologique.
- Colère et frustration constante vis-à-vis des hommes, ou au contraire des femmes : en réalité les deux attitudes relèvent du même noyau, comme si un des deux genres était essentiellement « mauvais » ou « coupable ».

On pourra considérer qu'une femme lesbienne porte un noyau homosexuel au même titre qu'une femme hétérosexuelle si elle est victime d'une de ces manifestations. Dans tous les cas, le noyau homosexuel est déjà présent dans l'arbre généalogique aux générations précédentes, et il faut l'identifier. Nombre de pères à noyau homosexuel bride la féminité de leur fille par une attitude misogyne, une préférence affective envers leur fils ou leurs amis. Identifier ces noyaux dans l'arbre est un premier pas.

La psychomagie peut alors agir sur deux plans : restauration de l'identité sexuelle féminine (le corps dans lequel on vit ne peut pas être en soi « mauvais ») et expulsion du phallus postiche, c'est-à-dire de la projection imposée à la fille selon laquelle elle devrait avoir quelque chose qu'elle n'a pas.

Exalter le sang menstruel comme médium créatif

Si la femme est encore en âge d'avoir ses règles, elle peindra un autoportrait d'elle-même nue et en situation de souveraineté au moyen de son sang, puis l'exposera, dans un cadre argenté, dans une pièce de sa maison ou son bureau, sans pour autant devoir s'en justifier. Cet acte de psychomagie restaure le féminin dans sa capacité créative en permettant à la femme d'accomplir un geste qui n'est possible que grâce au fonctionnement

de son utérus. Si elle est déjà ménopausée, elle pourra imiter ses règles trois mois durant avec du faux sang puis, le troisième jour du troisième mois, réaliser ce même autoportrait. Il vaut mieux peindre avec ses doigts qu'avec un pinceau, mais il est possible ensuite d'améliorer les détails à l'aide d'un crayon à lèvres ou autre accessoire féminin.

Valoriser le vagin comme lieu de pouvoir

Contrairement à un mythe répandu dans la culture phallocentriste, la femme n'est pas « privée » d'un phallus imaginaire, mais au contraire dotée d'organes sexuels internes qui ont leur puissance et leur valeur propres. « Avoir des couilles » n'est pas la seule manière de s'affirmer dans le monde. Pour restaurer l'appareil génital féminin comme un lieu de valeur, on peut y déposer, dans un étui de gaze stérile cousu et pourvu d'une ficelle permettant de le serrer à volonté, trois pièces d'or (ou plus), bien nettoyées, que l'on portera quelques minutes, quelques heures ou plusieurs jours d'affilée, selon le confort éprouvé. Ce « trésor » symbolique peut être un appui pour une activité créative, un entretien d'embauche, des – confrontations intimidantes, etc. Lorsque le trésor a fait son effet et qu'il est – intégré à la personnalité, on peut revendre les pièces pour se faire un cadeau agréable, ou les faire sertir en bijou. Le ou les étuis de gaze seront enterrés, et on mettra une plante à fleurs ou à fruits déjà épanouie sur le lieu de la sépulture.

Si la dévalorisation du féminin est d'origine religieuse ou idéologique, on peut également copier un extrait d'un texte sacré sur un parchemin, l'enrouler dans du film plastique alimentaire et le porter à l'intérieur de son vagin en assistant à une cérémonie religieuse.

Se défaire du phallus postiche

Si la famille a projeté sur une fille le désir qu'elle porte des organes sexuels masculins, il faut matérialiser cette projection pour pouvoir ensuite s'en défaire. La consultante peut acheter dans un sex-shop un phallus postiche et l'alourdir en le remplissant de billes de plomb (s'il est creux) ou en l'entourant d'anneaux de métal (s'il est plein). Pendant sept à quarante jours (selon l'intensité du noyau), elle portera cet appendice soit dans son sac à main, soit sur son pubis, et à chaque moment de colère ou d'exaspération le sortira pour en frapper la table, le sol, un mur, etc. Une

fois la période de temps passée, elle l'enterrera et mettra une plante par-dessus.

Outre ces actes de psychomagie, toute activité exaltant le corps féminin (comme par exemple la danse orientale) est fortement recommandée.

Le noyau homosexuel masculin, quant à lui, est semblable au noyau féminin mais différemment coloré par le contexte culturel. C'est souvent une loyauté à la mère qui produit ce noyau : si celle-ci déteste les hommes, il y a fort à parier qu'elle aura projeté sur son « petit garçon » le désir qu'il ne grandisse pas, qu'il ne devienne pas comme « tous ces salauds ». Si les hommes exaltés dans la famille sont des prêtres, célibataires et théoriquement « purs », le garçon peut grandir en se culpabilisant de ses pulsions sexuelles, voire de ses caractères sexuels secondaires. Inversement, nombre d'hommes développent un noyau homosexuel par manque de père[5]. Les abus subis dans – l'enfance ou l'adolescence de la part d'un homme peuvent créer un noyau homosexuel avec à la fois une fixation à reproduire cette sexualité abusive et une honte. Souvent, le petit ou jeune garçon n'a pas pu s'ouvrir de l'abus à ses proches, et le secret entretient le noyau.

Dans tous les cas **la dévalorisation peut être corporelle et sexuelle** (problèmes d'érection ou d'éjaculation, désir d'être possédé analement ou buccalement, accompagné d'une honte de ce désir) **ou psychique** (sentiment de culpabilité, horreur de son propre sperme, impression d'impuissance, de faiblesse). L'argent étant, dans nos sociétés, une prérogative virile, il est possible que ce noyau rejaillisse sur la relation à l'argent (ruine, pauvreté, argent « sale », etc.).

Là encore, le processus de restauration passe par l'exaltation personnelle de l'identité virile et par le fait de se confronter directement au noyau.

Restaurer la dignité du sperme

Si dans la relation avec la mère le sperme a été sali ou dévalorisé, le consultant, quelle que soit l'orientation religieuse de sa famille, ira chercher une bougie votive dans une église, puis sortant la bougie de son logement, déposera son sperme à la base avant d'aller allumer ce cierge devant une effigie de la Vierge, de préférence dans une cathédrale. Le sperme ainsi purifié par une instance supérieure à la mère, il fera ensuite son autoportrait,

en diluant des couleurs à la gouache (ou aquarelle) avec son sperme, puis l'exposera dans un cadre doré. Pour plus de puissance, le consultant peut aussi s'enduire les testicules et la plante des pieds d'une teinture végétale (comestible et non toxique) de couleur rouge, qui symbolise la force de la vie et de la virilité.

La valeur du phallus

Pour désamorcer la sensation d'impuissance ou de castration issue soit d'une relation exclusive avec la mère, soit au contraire de l'absence du père ou encore de l'humiliation par un père rival ou méprisant, le consultant rassemblera une somme d'argent significative (l'argent peut être emprunté). Les billets seront enroulés dans le sens vertical pour produire un tube de bonne longueur, symbole du phallus. Ensuite, dans un tissu ou une peau de chamois, le consultant coudra un étui qui rassemble ce phallus d'argent et deux boules de métal (type « boules chinoises ») symbolisant de puissants testicules. Il portera cet objet de pouvoir contre son propre sexe sous son pantalon pendant trois ou sept jours selon ses besoins. Une fois l'acte accompli, l'argent sera restitué à ceux qui l'ont prêté, les boules et l'étui enterrés en plantant au-dessus un arbuste fort.

Dans un cas très extrême, un consultant qui avait été opprimé par son père s'est défait des boules chinoises en les lançant violemment contre la fenêtre du bureau de son père. Nous ne nous aventurerons pas à recommander une telle conclusion pour cet acte, mais dans le cas du consultant en question, il s'agissait de contrecarrer une tendance suicidaire et ce geste lui a été salvateur.

Pour faire face aux noyaux homosexuels féminins ou masculins de l'arbre généalogique, l'acte sera différent selon que la personne a ou non une orientation homosexuelle dans son désir.

Pour une femme hétérosexuelle

Cela consiste à faire connaissance avec l'homosexualité féminine, par exemple en passant une soirée festive dans un lieu lesbien. Si un fort nœud homosexuel existe avec la mère, une sœur, une grand-mère, on peut inviter la « partenaire » à partager cette soirée, soit en personne (aller danser avec maman dans un club lesbien), soit en photo (emporter une photo de maman

dans sa poche pour aller danser dans un club lesbien, puis la lui renvoyer avec des chocolats et la mention : « On s'est bien amusées ! »).

Pour un homme hétérosexuel

Selon le degré de désir homosexuel réel du consultant, il pourra aller dans un bar ou dans un sauna gay, sachant que le choix du lieu – détermine une plus ou moins grande probabilité d'être sollicité sexuellement. Le minimum est d'aller boire un verre dans un bar gay. Si le consultant est très timide, il peut se couvrir le visage sous un masque réalisé avec une photo d'Oscar Wilde ou autre artiste, écrivain ou philosophe homosexuel célèbre.

Si les parents voulaient un enfant de l'autre sexe

- Parents vivants : Aller les voir en étant vêtu(e) comme le fils ou la fille qu'ils voulaient, avec une paire de ciseaux dans la poche. Leur dire : « Voici le fils (la fille) que vous vouliez, mais ce n'est pas moi ! » Puis exprimer toute la douleur que l'on a ressentie en déchiquetant les vêtements à coups de ciseaux et finalement se présenter nu(e) devant eux en disant : « Regardez-moi. » Selon la réaction des parents, on peut alors partager avec eux un gâteau que l'on a apporté (sans se rhabiller), ou s'ils réagissent mal, partir calmement en sortant nu(e) dans la rue où une personne de bonne volonté attendra avec un manteau. Le gâteau sera alors partagé avec cette personne. Les vêtements déchiquetés restent la propriété des parents. Les ciseaux doivent être enterrés et une plante mise en terre par-dessus.
- Parents décédés : Le même acte est valable, mais devant leur tombe, ou sur le lieu où leurs cendres ont été dispersées, ou, si les cendres ne sont pas disponibles, devant une photo que l'on enterrera ensuite dans la nature. On leur laissera les vêtements déchiquetés avec le gâteau en offrande de paix.

Si les parents n'acceptent pas l'homosexualité de leur enfant

L'arbre généalogique mettra toujours en évidence une homosexualité latente ou déclarée d'une partie de la famille, à laquelle il est important de faire face. Toute la famille sans exception doit être au courant de l'homosexualité du consultant. Pour ce faire, on rédigera une lettre personnelle à chaque membre de la famille, enfants et morts inclus (la lettre

va alors sur la tombe), où se trouve une photo de soi dans les bras de la personne aimée ou autre partenaire symbolisant la réalisation du couple homosexuel. « Sortir du placard » est un processus fondamental pour l'affirmation de soi.

Souvent, une personne homosexuelle a informé la famille de son homosexualité mais n'a jamais présenté de partenaire de vie à ses proches : il convient alors de le faire, de préférence dans un cadre solennel (Noël, anniversaire…) et, le cas échéant, si l'on n'a pas de partenaire fixe, en demandant à un(e) ami(e) de jouer ce rôle. Se présenter comme étant en couple stable face à la famille est un pas salvateur. Si les deux personnes sont effectivement en couple, elles peuvent chacune, sous leur vêtement, écrire le prénom de l'autre sur leur poitrine, pour renforcer l'affirmation du lien.

Quelques cas

Cas n° 1 : Double nœud homosexuel/incestuel

Une consultante raconte ses malheurs provoqués par les hommes de sa vie. Le premier lui a fait un enfant puis a disparu, l'autre l'a trompée, le troisième lui a volé son argent. Elle en est venue à haïr les hommes en général. En outre, son père était alcoolique et a tenté à plusieurs reprises d'abuser d'elle sexuellement. Elle est accompagnée d'un homme de quarante ans, son fils, qui parle et se comporte avec elle comme un enfant. Que s'est-il passé ? Enfant, il voulait être aimé par sa mère, mais elle haïssait tous les hommes adultes qu'elle avait connus. Lui, pour ne pas perdre son affection, est resté comme figé dans l'enfance toute sa vie. La méfiance et la haine que sa mère exprime envers les hommes, leur violence, leur polygamie, etc., ont provoqué chez le fils un complexe du sperme sali. Selon lui, cette « saleté » met les femmes enceintes pour qu'elles soient ensuite abandonnées, ou produit trop d'enfants et condamne une femme à une vie de mère esclave. Les difficultés qu'il éprouve à se lier avec une femme sont directement liées au nœud qui l'attache à sa mère. Il a tenté d'avoir une relation homosexuelle mais s'est aperçu que cela ne correspondait pas à son désir véritable.

Dans ce cas, la mère et le fils doivent tous deux se libérer de leur noyau homosexuel : elle en exprimant une fois pour toutes sa colère et en récupérant son pouvoir, lui en se détachant de la vision maternelle pour

devenir autonome et vivre sa vie. Ils sont d'accord pour collaborer à une cérémonie psychomagique. Dans un premier temps, le fils se travestit en son propre père, qu'il ne connaît que par des photographies, et la mère lui exprime toute sa colère et son désespoir en frappant symboliquement un oreiller. Puis le fils se dépouille de son déguisement en disant : « Je ne suis pas lui. Lave-moi de ses fautes. » Il a préalablement écrit sur sa peau avec un crayon khôl noir le prénom de son père à plusieurs reprises. La mère le lave jusqu'à ce que ces inscriptions disparaissent, puis l'enduit de miel et le lèche comme le font les femelles du règne animal avec leurs nouveau-nés. Ils sortent ensemble de la maison, le fils conduit sa mère jusqu'à la porte d'un club lesbien où elle a pour mission de s'amuser et lui dit : « Je te souhaite de trouver ton bonheur. » Il continue sa route et va à un rendez-vous qu'il a fixé avec une partenaire sexuelle (amie ou prostituée) qui accepte de l'attendre déguisée en homme des pieds à la tête. Il a dans sa poche un médicament favorisant l'érection, à prendre au cas où la malédiction maternelle le rendrait temporairement impuissant. Avec le sperme récolté dans un préservatif, mêlé à de la gouache de plusieurs couleurs, il peint ensuite un autoportrait de lui qu'il offre à sa mère.

Cas n° 2 : Influence du noyau homosexuel de la mère sur sa fille

La consultante a une mère désabusée vis-à-vis des hommes et agressive envers eux. Son père a quitté le domicile conjugal quand elle avait huit ans et ne s'est pas occupé d'elle. Âgée de vingt-cinq ans, elle voit désormais le monde et les hommes à travers les yeux de sa mère et n'a jamais eu l'occasion de vivre ses propres expériences : le peu qu'elle s'est autorisé était toujours teinté de ce filtre imposé. La mère a eu une sexualité prolixe avec des amants de passage, et elle a rendu sa fille complice de ces expériences sexuelles en les lui racontant en détail. Mais dans le domaine affectif, la mère n'a jamais compté que sur sa fille, devenue sa partenaire de vie privilégiée. Une fois adulte, cette jeune femme considère que seule la relation émotionnelle avec des femmes (ses amies) est exempte de danger. « Comment me libérer de la vision de ma mère ? » demande-t-elle.

Son acte psychomagique consiste à se fabriquer un masque à partir d'un agrandissement photographique du visage de sa mère, en pratiquant deux trous au niveau des yeux, et d'aller se promener dans la rue avec ce masque sur le visage en emportant un miroir de poche. Dans la rue, elle doit regarder les hommes puis se regarder immédiatement dans le miroir. Elle se

rendra alors compte que chaque fois qu'elle voit passer un homme, les sentiments qui l'envahissent sont ceux de sa mère, masquant les siens propres. Après cette expérience, elle va, la nuit, coller ce masque sur la porte de la maison de sa mère, puis se laver les yeux trois fois de suite avec une solution d'eau de mer (type solution stérile vendue en pharmacie). Elle se promènera ensuite visage nu, regardant à nouveau les hommes de son propre point de vue et à chaque fois se regardant ensuite dans le miroir. Elle enverra ensuite le miroir à sa mère, sans commentaire.

Cas n° 3 : Influence du noyau homosexuel paternel sur la fille

Un père à noyau homosexuel se sent hétérosexuel parce qu'il n'a aucun désir pour les hommes, mais mentalement, émotionnellement, il préfère les hommes et ne se plaît vraiment qu'en leur compagnie. Cet homme a une fille dont il avoue candidement qu'il aurait préféré qu'elle soit un fils (première de sa fratrie, il l'a appelée Frédérique). Il l'a éduquée en lui inculquant son mépris pour tout ce qui touche au féminin et sa préférence pour les valeurs traditionnellement considérées comme masculines, comme la force physique, le courage, certains sports et une attitude rationnelle. La fille, pour plaire à son père, s'est masculinisée et a éliminé de son corps tous les mouvements connotés comme féminins : la poitrine plate, les hanches étroites et peu mobiles… elle pourrait passer, vue de dos, pour un jeune homme. Mais elle est aussi très dévalorisée émotionnellement, sentant sans cesse qu'elle est imparfaite. Sa sexualité est orientée vers un désir d'être pénétrée analement, elle n'a aucune sensation dans le vagin et se vit comme un homosexuel. Par ailleurs, elle a beaucoup de mal à négocier ses honoraires dans un métier intellectuel où elle doit sans cesse fixer le prix de ses prestations, et elle se sent constamment escroquée.

Dans ce cas, le phallus postiche imposé par le père doit être également vécu comme une source de richesse : la consultante passera sept jours avec un phallus composé de billets de banque, comme dans l'acte de psychomagie généralement réservé aux hommes, puis enchaînera avec l'acte de valorisation des organes sexuels féminins (pièces d'or dans le vagin). Elle aura ainsi satisfait métaphoriquement le désir de son père en assumant ce phallus, avant de reconquérir la dignité de son propre sexe.

Cas n° 4 : Influence du noyau homosexuel paternel sur le fils

Un autre homme à noyau homosexuel a un fils. Celui-ci a été éduqué dans une complicité misogyne, dévalorisant les femmes. Ce jeune homme, élevé dans la « bonne éducation catholique », a tendance à se châtier chaque fois qu'il vit une expérience émotionnelle et sexuelle avec une femme, puisque l'objet de son goût est méprisé par son père. Il passe d'une relation à l'autre en humiliant ses partenaires.

Le père a en réalité maudit le féminin : le consultant doit, pour dépasser cette malédiction, entrer en contact avec des figures féminines admirables dans tous les domaines. Son acte de psychomagie consiste à trouver quatre maîtres féminins, une dans le domaine intellectuel, une autre dans le domaine émotionnel (par exemple la sainte indienne Amma), l'autre dans le domaine sexuel (pratiquante tantrique, sexologue…) ou créatif (artiste, professeur d'art…), et la dernière dans le domaine physique (masseuse, coach sportif…). Une fois cette initiation accomplie, il mettra dans le vagin d'une partenaire consentante un petit œuf de Pâques, pour bénir symboliquement le sexe féminin, puis il le mangera.

Noyau et nœud sadomasochistes

Le noyau sadomasochiste enfantin et sa destination

Dans le cadre de son exploration du monde et de lui-même, l'enfant rencontre à un moment donné sa capacité à subir et à infliger de la douleur, avec tous les processus corporels et psychiques qui accompagnent cette découverte. Il apprend à dépasser les inconforts et les « bobos », mais se confronte aussi à sa qualité de prédateur (par exemple en – comprenant que la viande qu'il mange vient d'un animal qu'on a tué). La – douleur physique est fondamentale pour **faire l'expérience des dangers du monde et de ses propres limites** (l'enfant qui se brûle apprend ainsi à éviter le feu). Simultanément, l'apprentissage de la renonciation et de l'injustice constitue une douleur psychique : on ne peut jamais avoir tout ce que l'on veut, tout ce dont on aurait besoin, et ces limites construisent l'être tant qu'elles sont proposées dans des proportions raisonnables.

L'enfant intègre donc peu à peu que la douleur est inévitable. Si les parents accompagnent cet apprentissage avec maturité, humour et tendresse, il apprendra à gérer toutes les relations complexes qu'engendrent sa propre cruauté et celle de l'autre, les limites qui lui sont imposées, et celles que

l'autre s'impose. Dans un premier temps, si l'enfant fait mal, c'est de façon innocente ; c'est sa propre douleur qui lui apprend que l'autre souffre, tout comme lui. Un être qui n'aurait jamais fait l'expérience de la douleur serait d'une cruauté sans limites. Le noyau sadomasochiste, bien accompagné par les parents, aboutit à ne pas transformer la douleur (nécessaire et inévitable) en souffrance (prolongation inutile et évitable de la douleur). L'adulte mature découvre alors **la joie**, c'est-à-dire la capacité à **se focaliser sur la force de vie à travers les épisodes douloureux**.

Le nœud et le noyau sadomasochistes adultes

Le milieu familial peut créer des nœuds sadomasochistes en habituant l'enfant à vivre dans la souffrance (châtiments corporels, privations, vexations, mais aussi conflits parentaux ou de fratrie, violence physique et verbale, etc.). L'enfant, d'abord victime, aura tendance à imiter qui l'a fait souffrir et à s'identifier à son tour au bourreau.

La douleur est un signal intense qui nous maintient en vie. Cette intensité émane à la base d'un processus de sauvegarde du cerveau qui produit des endorphines en situation de stress, et compense le danger ou la douleur par des substances destinées à nous maintenir actifs. Mais de même qu'on peut devenir dépendant d'une drogue, de nombreuses personnes sont dépendantes des endorphines produites par la répétition de situations pénibles dont elles font un mode de vie.

Le sadomasochisme s'organise en outre autour de **relations – dominant-dominé** qui ont quelque chose de rassurant puisque la complexité de la relation humaine y est réduite à une hiérarchie fixe : la victime d'un bourreau n'est jamais seule car le bourreau a besoin d'elle ; de même, pour le bourreau, avoir la possibilité de réduire l'autre à sa volonté lui donne un sentiment de toute-puissance, voire d'immortalité. Ces relations sont au fond symétriques, puisque **chacun est au service de l'autre**. À ce titre, elles présentent un fort risque de se pérenniser.

Le noyau sadomasochiste peut se fixer par **excès** :

- Le sadomasochisme sera imposé via des violences physiques ou psychiques, des exigences énormes (rapporter les meilleures notes en classe, ne jamais pleurer…), des hiérarchies arbitraires où l'enfant

est toujours au plus bas échelon, à moins de trouver un plus petit que soi sur qui reporter ce qu'on lui fait subir.

- Paradoxalement, un excès de précautions (ou une carence d'expériences normalement douloureuses) peut aussi créer un noyau sadomasochiste persistant : l'enfant élevé dans du coton n'a pas accès à la douleur comme maître, et ne voit aucune limite s'opposer à sa toute-puissance, puisque les parents le surprotègent et se mettent donc en position de subalternes. Il peut alors développer un noyau sadomasochiste qui traduit en réalité un manque d'autonomie persistant.

Ou à la suite d'une **carence** :

- Il peut émerger d'un manque d'informations fondamentales : ni le jeu, ni l'humour, ni la tendresse ne font partie de l'éducation, et l'enfant ne connaît de relations que douloureuses.
- La personne adulte affligée d'un noyau sadomasochiste ne pourra se vivre que dans des relations de bourreau à victime, passant de l'un à l'autre rôle sans comprendre pourquoi le bonheur et la joie ne sont jamais au rendez-vous. On peut repérer un arbre où les noyaux sadomasochistes sont très actifs au fait que la personne énonce comme but « être heureuse » ou encore « trouver la joie » : ces aspirations, qui correspondent à l'expression de l'Être essentiel, sont retenues dans le noyau sadomasochiste.

À l'âge adulte le noyau sadomasochiste a les manifestations suivantes :

- **Noyau sadomasochiste intellectuel** : C'est la critique continuelle, l'agression verbale, les jugements à l'emporte-pièce, les blagues humiliantes, les rapports de domination intellectuelle où l'un répète comme un perroquet ce que l'autre dit. Une personne élevée dans la violence verbale reproduit en général ce modèle dans sa manière de communiquer.
- **Noyau sadomasochiste affectif** : C'est le modèle du couple où l'un est le bourreau et l'autre la victime. Parfois, dans la vieillesse ou à l'occasion d'un accident de vie (maladie, infirmité) les rôles se renversent et l'un fait subir à l'autre tout ce qu'il a lui-même subi. Ces couples sont généralement très durables et très prolifiques, et le travail sur l'arbre généalogique mettra en évidence le fait que telle grand-mère mariée à un « monstre » lui a néanmoins donné huit enfants, est restée toute sa vie à ses côtés, et l'a suivi de quelques

mois dans la tombe. Il est essentiel de se poser alors la question d'un contrat voire d'une complicité entre bourreau et victime. Les relations de domination inhérentes à ce noyau fixent le rôle de chacun et tiennent par là à distance la peur du changement, donc l'angoisse de la mort. Ce qui représente un bénéfice névrotique pour les deux parties.

- **Noyau sadomasochiste sexuel et créatif** : Le monde du BDSM (bondage, domination et sadomasochisme) regorge de pratiques plus ou moins douloureuses, plus ou moins sordides et présentées de manière plus ou moins artistique : limitations visuelles et corporelles, entravement, flagellation, suspension, stimulations à la limite de la douleur ou graduations dans la torture… ; le sadomasochisme sexuel est un genre bien établi sur lequel il sera utile de se documenter si les nœuds sadomasochistes sont nombreux dans l'arbre généalogique. Dans le domaine artistique, on peut citer le tatouage et toutes les formes d'art qui visent à la transformation du corps (*body art*), ainsi que les pratiques artistiques qui exigent souffrance et déformations corporelles (par exemple la danse classique). Le noyau sadomasochiste dans l'art va de pair avec un perfectionnisme intense car il établit une différence entre « supérieur » et « inférieur » (une fois encore, dominant et dominé).
- **Noyau sadomasochiste matériel** : L'éloge du sacrifice et de la privation relève de ce noyau et s'accompagne de la croyance que « la vie est dure ». Les mauvais traitements infligés aux enfants ancrent un noyau sadomasochiste corporel qui, comme Freud l'a amplement décrit, peut devenir sexuel. L'avarice, la dureté, les privations imposées relèvent du sadomasochisme matériel. Certains parents font preuve d'une créativité très grande dans la cruauté. Par ailleurs, toutes les pratiques sportives qui ont pour but l'émission massive d'endorphines, comme le jogging, relèvent du sadomasochisme corporel. La croyance que l'argent doit être gagné au prix de souffrances intenses relève aussi de ce noyau : elle amène à juger négativement et à culpabiliser les réussites professionnelles où les revenus sont le produit d'un talent, d'une passion et stigmatisés comme « argent facile ».

Quelques aspects culturels et religieux

Les figures de héros capables de résister à la torture, aux blessures, aux privations, abondent dans l'Histoire (particulièrement dans un contexte de guerre). La fascination pour l'horreur extrême est une – composante du noyau sadomasochiste : tous les divertissements où le public se repaît des souffrances des participants (comme les jeux du cirque dans la Rome antique) en relèvent, de même que l'Inquisition chrétienne sous prétexte d'édification spirituelle.

Sur le plan religieux, le « Tu enfanteras dans la douleur et tu gagneras ton pain à la sueur de ton front » biblique a un fond éminemment sadomasochiste, et dans les pratiques spirituelles en général, on peut citer tout ce qui consiste à mortifier le corps : on pense bien entendu à la vénération des martyrs chrétiens et aux pratiques (autoflagellation, stigmates, etc.) qui en découlent, mais on peut également citer la méditation extrême dans certaines branches du zen et dans le courant vipassana, les jeûnes, certains excès du yoga, l'ascétisme très poussé, soit toutes les voies où l'illumination est atteinte par l'expérience et le dépassement de la douleur.

Les formules toutes faites du type « Il faut souffrir pour être belle » renvoient elles aussi à un sadomasochisme ordinaire des sociétés dites « développées ».

Résolution psychomagique

Lorsqu'une personne découvre dans son arbre généalogique un nœud sadomasochiste, c'est souvent un soulagement pour elle de comprendre que ce qu'elle a subi, ce dont elle a été témoin, n'est pas la vie, mais un jeu de violence et de cruauté qui lui a été imposé avec des formules mensongères du type « C'est pour ton bien », « Tu l'as mérité ».

Le noyau sadomasochiste persistant engendre une grande colère, généralement refoulée au moment de l'enfance car le consultant était de fait en position de dominé. La violence subie se retourne alors contre soi-même, au risque de devenir dépressif, de souffrir de maladies auto-immunes, de perdre ses dents, son énergie, sa joie de vivre, etc. Le masochisme extrême peut mener au suicide.

Le premier pas est donc de **faire face à cette colère rentrée, pour récupérer la force vitale**.

Identifier et exprimer la colère

Dans un premier temps il faut identifier l'agresseur.

• Si c'est un parent (ou plusieurs), acheter autant de pastèques qu'il y a d'agresseurs (père, mère, frère, sœur), coller sur chacune une photo ou un portrait de la personne, couvrir le sol d'un plastique propre et, en exprimant à haute voix tous ses griefs, détruire les pastèques à coups de – gourdin, de marteau ou de batte de base-ball, voire à coups de pied. Une fois la colère sortie, récupérer la chair des pastèques et la mettre à cuire pour en faire une confiture. Les déchets seront enterrés avec graines et photos, et on plantera un végétal sur le lieu de la sépulture. La confiture sera offerte aux parents concernés ou apportée le cas échéant sur leur tombe.

• Si la colère concerne une personne de notre vie adulte, coller sa photo sur un ballon de plastique (type ballon de football pour enfants) et donner des coups de pied dedans jusqu'à satisfaction. Puis jeter le ballon dans une rivière, enrobé de miel.

Dans les années 1950, la célèbre chanteuse chilienne Violetta Parra, installée au Café Do Brazil, s'est mise en colère contre un journaliste qui la dérangeait avec des questions agressives ; d'un geste elle s'est dressée, a soulevé sa jupe et lui a uriné dessus avant de partir dignement.

• Si la colère concerne une institution, aller la nuit bombarder la porte de cette institution avec une douzaine d'œufs. Dans un cas de colère extrême, déposer ses excréments devant la porte ou les envoyer dans une boîte hermétique. (Les animaux témoignent leur colère en déféquant, c'est un mode très primitif d'expression qui parle à l'Inconscient profond.)

Rendre symboliquement les coups

Si l'enfant n'a pas le pouvoir de remettre en question une relation sadomasochiste, une fois adulte, cependant, il peut rendre les coups reçus et se libérer.

• Il faut acquérir un fouet ou un martinet, symbole du châtiment corporel, ou utiliser une ceinture.

Si les parents sont décédés, aller sur leur tombe ou sur le lieu de la dispersion des cendres, et fouetter la tombe (ou une photo) en exprimant sa colère, sa souffrance. Puis brûler le fouet, enterrer les cendres, déféquer dessus et planter un végétal.

Si les parents sont vivants, aller les voir (ou si l'on a trop peur d'eux, utiliser des personnes qui les représentent) et fouetter le sol en exprimant tout ce que l'on a ressenti. Puis exiger qu'ils enterrent le fouet, assister à cet enterrement et planter un végétal.

• On peut également, pour symboliser le lien que l'on défait, rendre une paire de menottes, une corde ou autre chaîne aux personnes concernées (ou à leur tombe), accompagnée d'une douceur.

• Si on a été victime de violence verbale, écrire sur un parchemin toutes les insultes ou formules méprisantes que l'on a subies, et les rendre aux personnes concernées avec un gâteau ou une boîte de chocolats.

Faire face à sa propre violence : apprendre à tuer pour apprendre à vivre

Les noyaux sadomasochistes produisent fréquemment un déni de sa propre capacité à faire violence. Or qui s'abstient de nuire par impuissance ou refoulement reste potentiellement agressif. Un arbre à noyaux sadomasochistes nous rend faussement « gentils », et pour restaurer sa personnalité authentique, il faut commencer par récupérer sa capacité de tuer, en allant prendre des cours de tir (rapporter alors une cible criblée de balles chez soi, et l'encadrer un certain temps) ou en allant apprendre un art martial qui soit aussi une technique de combat (contrairement à un art martial interne type qi-gong ou tai-chi), et en progressant jusqu'à un niveau où l'on se sent sûr de soi. Une fois devenu capable d'agresser l'autre, on pourra enfin s'en abstenir volontairement et en Conscience.

Apprendre à connaître le sadomasochisme

Pour faire face à des noyaux sadomasochistes dans l'arbre généalogique, il est indispensable de se documenter sur les rituels, les pratiques et les jeux du sadomasochisme sexuel, et ce sans jugement ni préjugé. Il est tout à fait possible que certaines de ces pratiques puissent tenter le consultant, ou lui permettre de se libérer : nombre de rituels BDSM relèvent du jeu théâtral et n'impliquent pas de douleur physique. Ouvrir sa curiosité à des pratiques nouvelles permet, en brisant les habitudes, de défaire certains nœuds que l'on croyait insolubles.

Quelques cas

Cas n° 1 : La petite fille et le martinet

Avant-dernière d'une fratrie de huit enfants, cette femme a été le bouc émissaire d'une mère sadique qui la frappait pour un oui ou pour un non avec la complicité passive du père. Arrivée à l'âge adulte, elle a vécu longtemps comme une « petite souris » silencieuse et soumise. Elle étudie son arbre généalogique dans le cadre d'un travail thérapeutique plus vaste entrepris à la cinquantaine, en raison d'un mal de vivre permanent et d'une série de problèmes physiques affectant notamment sa dentition.

Le travail accompli avec cette consultante lui permet de relier le déchaussement de ses dents à son agressivité refoulée, car toujours victime de coups, elle retient en elle-même une grande colère. L'exploration prudente et raisonnée de rituels sadomasochistes (en particulier, une séance de flagellation où une femme consentante se prête au rôle de la mère pour recevoir des coups de martinet) lui fait trouver son propre rapport à ce noyau et explorer son désir sadomasochiste personnel (assez peu développé en réalité dans ce cas). Son acte de psychomagie consiste à aller sur la tombe de sa mère et à la fouetter en exprimant toute sa colère, puis d'y déposer une paire de menottes, symbole du lien qu'elle décide de défaire, accompagnées d'un pot de confiture de roses, symbole de l'amour sous-jacent à toutes les relations perverties par les noyaux sadomasochistes de l'arbre généalogique.

Cas n° 2 : L'enfant corseté

Le consultant est un jeune homme grand et mince qui a passé toute son enfance et son adolescence à porter un corset prescrit par un médecin orthopédiste en raison d'une forte scoliose. Il a été élevé par son père veuf qui ne le lui ôtait qu'une dizaine de minutes par jour pour sa toilette, sans jamais le masser, jouer avec lui, ni proposer aucune autre activité qui puisse compenser cette contrainte corporelle. Aujourd'hui expert-comptable, il tente d'étudier le théâtre et le chant (sa véritable vocation), mais souffre du fait que chaque fois qu'il respire profondément ou exprime une émotion, cela entraîne des crises de larmes qui le gênent – énormément. Par ailleurs, il se plaint d'une sexualité sans orgasme et d'une forte angoisse, permanente et diffuse, qui le handicape sur de nombreux plans. En travaillant sur son arbre généalogique, il réalise que les nœuds sadomasochistes sont très présents dans son arbre : éducation « à la dure »,

châtiments corporels, couples en conflit, relations familiales marquées par la froideur et la cruauté. Il dit néanmoins avoir une relation « très forte » avec son père, mais lorsqu'on lui demande comment celui-ci le traite, il est incapable de nommer un seul signe d'affection : son père le critique et le corrige sans cesse, leur relation repose essentiellement là-dessus.

Son acte de psychomagie consiste à se procurer un corset orthopédique exactement semblable à celui qu'il a porté, et à prendre rendez-vous avec son père. Il apportera une boîte de chocolats en signe de son affection filiale et lui demandera de les manger pendant qu'il frappera le corset avec une batte de base-ball en exprimant toutes ses souffrances. Puis, en compagnie de son père, il ira enterrer le corset qu'il aura préalablement peint en doré et plantera un végétal sur le lieu de cette sépulture.

Cas n° 3 : Noyau incestueux sadomasochiste

Le consultant se plaint d'une mère froide et sévère qui l'a éduqué sans tendresse et s'est toujours refusée à le défendre des châtiments corporels imposés par son père. Alors qu'il a aujourd'hui quarante ans, la colère qu'il ressent contre sa mère l'empêche d'avoir des relations épanouies avec les femmes et le contraint souvent à l'impuissance.

Son acte psychomagique consiste à demander à une femme de bonne volonté de représenter la mère et, nue, à genoux, de se prêter à une flagellation symbolique. L'homme frappera un coussin avec sa ceinture et à chaque « coup », elle poussera un gémissement de douleur comme si la ceinture avait frappé son dos. Le consultant tracera alors sur son dos un trait de rouge à lèvres simulant la lacération de la peau. Une fois l'acte terminé, il gardera la ceinture devenue l'équivalent d'un « objet de pouvoir » chamanique et enterrera le rouge à lèvres en plantant dessus un végétal. Dans ce cas particulier, le consultant a par la suite épousé la jeune femme qui s'était prêtée à cet acte.

Noyau et nœud narcissiques

Le noyau narcissique enfantin et sa destination

Le narcissisme est avant tout **amour de soi**. En ce sens, il constitue une étape fondamentale pour l'enfant qui, à travers son noyau – narcissique, se défait peu à peu de son identification aux parents et en – particulier à la

mère. Il va peu à peu se reconnaître dans le miroir, affirmer (d'abord par la négation) ses propres idées et ses propres désirs, s'identifier, et faire l'exploration auto-érotique de son corps. Cette première pulsion consistant à expérimenter le plaisir de se toucher soi-même conduit à la masturbation, et introduit une dualité ambiguë car la main qui touche est touchée par le corps, et le corps touché touche aussi la main. Dans l'autosatisfaction tout le corps devient l'autre : si ma main satisfait mon corps, et si mon corps me satisfait, la main devient un corps entier qui prend le plaisir, et le corps que la main touche devient un corps complet qui donne le plaisir. On se divise donc en deux : c'est la base du narcissisme. De là découle le plaisir de se reconnaître dans le miroir, puis dans les autres, avec le désir que l'autre nous ressemble.

Ces étapes sont fondamentales pour aller ensuite en toute confiance **à la rencontre de l'altérité essentielle de l'autre**, et goûter ce qui ne nous ressemble pas mais nous enrichit.

Le nœud et le noyau narcissiques adultes

La manière dont les parents ont vécu leur propre narcissisme est déterminante dans leur capacité d'accompagner l'enfant **de l'amour de soi à l'acceptation de l'autre**. Si un nœud narcissique se crée autour de lui, l'enfant devenu adulte restera partiellement prisonnier de son narcissisme et incapable d'entrer en relation avec l'autre, de partager et de s'enrichir de cette altérité.

Le nœud narcissique se crée par excès de narcissisme ou au contraire à cause d'une blessure narcissique. Par exemple, il est fréquent que les enfants d'un grand artiste, au narcissisme très développé, se vivent comme de pâles copies de leur père ou de leur mère et souffrent d'un sentiment d'inexistence.

La racine profonde du narcissisme est la suivante : l'enfant, pour vivre, a besoin d'être aimé sinon il se sent dépérir, sa personnalité éclate et il se détruit. S'il n'est pas aimé par la mère, le père ou les deux, il se divise et s'aime lui-même. Il devient une forteresse psychique fondée sur deux sentiments-clés : la haine de la mère (ou du père) qui ne l'a pas aimé et la douleur de ne pas être aimé. Par culpabilité vis-à-vis de cette haine et par refus de cette souffrance, il s'enferme dans le narcissisme. Pour en sortir, il faut se défaire de la peur de la souffrance, se décider volontairement à y

faire face et accepter les sentiments négatifs qui fondent les bases du narcissisme.

Le nœud narcissique par **carence** *a les manifestations suivantes :*

- Le nœud narcissique se crée lorsque l'extrême angoisse de n'avoir pas été aimé est compensée par un excès d'amour de soi, comme si la seule personne digne de confiance était soi-même. C'est souvent le cas de personnes très charismatiques, qui se sont « faites toutes seules », mais qui arrivées à l'âge adulte ne reconnaissent que leur propre reflet dans le monde.
- Le narcissique est confronté sans cesse au vide de son être authentique. L'autre n'existe pas, car toute l'énergie du désir, de l'amour, de l'attention est concentrée vers soi-même. Le monde devient un réservoir de matière destinée à « devenir moi », à perdre son caractère étranger et à s'amalgamer à la seule personne existante, soi-même. L'individu narcissique entre dans le monde pour effectuer des activités qui le représentent, qui soient caractéristiques de lui, mais ce avec un mépris profond pour l'humanité, car personne ne peut lui être supérieur. Au fond, tout narcissique est un orphelin.

Le nœud narcissique par **excès** *s'identifie ainsi :*

- Lorsque deux personnes qui forment un couple portent des prénoms similaires (Louis et Louise, Carla et Carlo…), ou encore quand un prénom est l'anagramme de l'autre, ou qu'ils ont un nombre important de lettres en commun (Dora et Aldo, Simon et Noémi…), il est probable que ce couple est uni par des nœuds narcissiques et refuse inconsciemment toute ingérence de l'autre. Le couple narcissique est réuni par un effet de miroir : outre des prénoms à consonance ou signification similaires, les personnes peuvent avoir des métiers identiques, une même origine géographique, etc.
- Dans le cas où le nœud narcissique est très puissant, les enfants seront prénommés à l'image de leurs parents : Jean et Jeanne – élèveront Jean-Paul et Janine, Carlos et Rosa, Carlitos et Rosita. Face à un couple comme celui-ci, les enfants n'existent pas, ils ne sont qu'une pâle reproduction des parents. Méprisés, ils ne peuvent pas grandir car s'ils deviennent adultes (aussi importants que les parents), ceux-ci ne pourront pas le supporter. Cela produit sur les

enfants une grande difficulté à devenir soi-même, à émerger du rôle préétabli de miroir (flatteur ou négatif) des parents.

- Comme nous l'avons déjà dit, le narcissisme suppose qu'il n'y ait personne de meilleur que soi, et le narcissique est toujours un orphelin soit parce qu'il n'a pas eu de modèle parental, soit parce que ses parents ne lui ont laissé que la place d'être leur reflet. Lorsqu'un narcissique rencontre une personne qui lui est supérieure (en beauté physique, en talent…), il considérera cette rencontre comme une injustice et sera la proie d'une envie insupportable. Il pourra aller jusqu'à employer tous ses efforts pour détruire quiconque le dépasse. L'histoire de l'art fourmille de ces rivalités (Salieri contre Mozart, Nicanor Parra contre Pablo Neruda, Dalí contre Picasso, etc.).

Selon les quatre centres, voici comment le noyau narcissique adulte se manifeste :

- **Narcissime mental :** Absence d'écoute, refus (ou dévoration) des idées nouvelles, incapacité au dialogue, incapacité à changer de vocabulaire pour s'adapter à l'autre, complaisance dans la plainte (« Je suis nul, je ne sais rien, j'ai l'esprit confus… »), absence de curiosité intellectuelle, incapacité à embrasser un système de pensée inhabituel, le narcissime intellectuel consiste aussi à monopoliser la conversation sans écouter les autres, à s'écouter parler. Certaines attitudes hypercritiques relèvent du narcissisme : on démolit la pensée de l'autre pour affirmer sa supériorité.
- **Narcissime affectif :** On veut être aimé sans aimer car l'amour de soi prime sur l'amour de l'autre. On refuse des sentiments que l'on ne comprend pas. On recherche de façon effrénée « l'âme sœur » (la personne qui sera notre miroir amoureux). Dans le cadre d'un narcissime blessé, la personne peut aussi passer son temps à se plaindre et à énumérer ses malheurs passés, présents et futurs. Le narcissique peut vouloir absorber l'autre affectivement : « Nous nous aimons, donc tu deviens moi. » Pratiquer la charité de manière ostentatoire pour être admiré relève aussi de ce noyau. Le narcissique projette une image idéalisée de lui-même, mais en même temps s'absente de lui-même au profit de l'image qu'il s'est créée. Dans ses relations émotionnelles, il exige que l'autre personne voie sa personnalité flatteuse, et non son Être authentique.

- **Narcissime sexuel et créatif :** Ces deux formes de narcissisme sont fondées sur la masturbation comme accomplissement créatif ou sexuel maximum : sexualité masturbatoire (exhibitionnisme, utilisation de l'autre pour sa propre masturbation…), art autoréférentiel (– autoportrait, autofiction, célébration de l'ego individuel dans l'art…). Capter l'image de l'autre et lui infliger ses propres souffrances et exigences narcissiques en prenant le pouvoir sur lui est aussi une conduite fréquente dans le narcissisme artistique (photographes de modes, cinéastes, metteurs en scène de théâtre…). Le nœud narcissique est généralement très évident chez certains artistes, qui deviennent spectateurs d'eux-mêmes et se mettent à parler à la troisième personne, comme s'ils étaient devenus une marque. Ils collectionnent également les prix comme preuve de leur splendeur.
- **Narcissime matériel** : La personne entretient une relation obsessionnelle avec son propre corps qui doit être parfait et se plier à des exigences esthétiques précises. Le bodybuilding, le mannequinat et la plupart des arts de la scène (théâtre, danse…) vont puiser dans le noyau narcissique, de même que le monde du sport où les vedettes deviennent de véritables icônes. Le public est alors considéré non comme un interlocuteur mais comme un miroir. Payer très cher pour une sculpture ou un tableau à son effigie, un tombeau grandiose, une demeure impressionnante relève du narcissisme matériel. Un narcissique peut devenir obsédé par les moindres détails de son intérieur, qu'il considérera comme son miroir. Financièrement, le narcissisme consiste à dépenser son argent pour l'ornement de soi-même, de son propre monde, etc.

Quelques aspects culturels et religieux

La société actuelle, pressentie par Guy Debord comme « société du spectacle », et où Andy Warhol (grand narcissique s'il en fut) avait prophétisé que chacun voudrait obtenir ses quinze minutes de gloire, est envahie par des noyaux narcissiques mercantiles où la célébration vide de la notoriété renvoie le spectateur à la fois à sa propre insignifiance et à son rêve d'être, lui aussi, la cible de tous les regards. Les magazines people, les jeux de téléréalité, l'idéal de perfection de plus en plus inaccessible des

photographies de mode retouchées pour créer des corps impossibles accentuent le noyau narcissique de la société occidentale. Les mignons du roi Henri III s'habillaient et se fardaient comme leur souverain : ces phénomènes d'imitation, aujourd'hui encore en vigueur dans la jet-set ou le monde de la mode, sont destinés à flatter le narcissisme d'une personne puissante pour obtenir d'elle des faveurs. Tous les phénomènes de cette tendance relèvent de ce noyau.

Du point de vue religieux, toutes les pratiques fondées sur l'imitation et sur la méditation en miroir en relèvent aussi : imitation du Christ, imitation de la Vierge, pratiques tantriques où le méditant devient la divinité. À l'instar du gourou Osho qui avait inventé de faire porter à tous ses disciples un médaillon orné de sa propre photographie, l'adulation des maîtres spirituels s'appuie sur le noyau narcissique. Le New Age, qui a placé le moi au centre de la quête spirituelle, favorise des dérives relevant de ce noyau, comme lorsqu'un pratiquant particulièrement inspiré exhibe devant ses collègues ou ses élèves un état de transe ou d'extase qui ressemble à s'y méprendre à un orgasme en solitaire.

Résolution psychomagique

Dans ce noyau il faut distinguer deux tendances. Le **narcissique triomphant** souhaite rarement guérir, car il est pris au piège de sa satisfaction. Néanmoins, si son Être essentiel l'appelle (que ce soit via une révélation ou une épreuve, comme une maladie, une mutilation, une humiliation), il peut vouloir sortir de son noyau. Le **narcissique blessé**, lui, est avide de réparer son image de soi, mais peut être emprisonné dans une transe narcissique négative (« Je ne vaux rien »).

Devenir indépendant du miroir, du moi idéalisé

• Pour une personne qui est trop dépendante de son apparence physique, il s'agit de changer radicalement d'apparence : se raser le crâne ou se laisser pousser une barbe épaisse (pour un homme), changer de couleur de cheveux, porter un temps un masque de personne laide et sortir dans la rue « au pire de ce que l'on est » pour faire face au moi caché.

• Pour une personne trop dépendante de sa position, de ses avantages, il s'agit de changer de statut : pour une journée, adopter un métier humble, effectuer un pèlerinage à genoux dans un lieu sacré, oser présenter une

création artistique volontairement minable à un public – bienveillant, effectuer un acte anonyme de bonté (par exemple un don financier) en s'engageant à ce que personne ne le sache jamais.

Restaurer un narcissisme blessé

• Si les parents étaient très narcissiques, fabriquer un masque constitué d'une photo du père ou de la mère dans laquelle sont pratiqués des trous au niveau des yeux, porter ce masque et s'habiller comme le parent, puis passer une journée dans la ville déguisé en copie conforme du parent. À la fin de la journée, faire un paquet du masque et du costume, et le rendre au parent (ou à sa tombe).

• Pour émerger d'une image dévalorisée de soi, faire l'exercice du corps parfait (p. 213-214, 5e partie) : mettre en scène ce corps parfait (en utilisant déguisement, maquillage, perruques et postiches, chaussures à talons compensés, etc.) et sortir, escorté d'un groupe de sept amis déguisés en imitations légèrement imparfaites de soi-même et physiquement plus petits, dans la rue la plus importante de sa ville, pour aller boire un verre ou manger une douceur, comme un souverain avec sa cour. On pourra ensuite utiliser les éléments de costume que l'on souhaite continuer à porter, les autres seront conservés dans une boîte rose (pour une femme) ou bleue (pour un homme).

Quelques cas

Cas n° 1 :

À l'âge de trente-trois ans, un homme vient consulter car il est conscient que son narcissisme, l'obsession qu'il ressent vis-à-vis de sa propre image, l'empêche de progresser. Très décidé, il demande un acte radical.

Il devra briser tous les miroirs de sa maison, en ne conservant qu'un miroir de deux centimètres de haut sur dix de large pour pouvoir se raser.

Plus tard il confirme que le bris des miroirs a annulé l'obsession de son propre reflet. Un jour, en déjeunant avec une jeune actrice en vogue, il s'aperçoit que celle-ci cherche partout son reflet, jusque dans le couteau avec lequel elle s'apprête à couper sa viande. Il se dit très soulagé d'être sorti de ce piège.

Cas n° 2 :

Un jeune acteur obsédé par la réussite vient consulter. Il souffre d'un besoin excessif d'être vu, d'exister aux yeux des autres. L'étude de son arbre généalogique met en évidence d'importants nœuds narcissiques : les parents sont dans une relation en miroir (ils portent le même prénom en version masculine et féminine et se vivent, selon leurs propres termes, « comme les deux moitiés d'une même orange ») où les enfants n'ont pas leur place. Ils n'ont donc prêté aucune attention à leurs deux fils, jumeaux identiques et qu'ils ont parfois du mal à distinguer l'un de l'autre.

Dans un premier temps, l'acteur doit marquer son territoire partout où il souhaite jouer, être vu, être reconnu (dans les principaux théâtres de la ville, les locaux de la télévision, les journaux les plus importants, les lieux mondains, etc.) en y déposant quelques gouttes de son urine qu'il aura emportée dans un flacon compte-gouttes. Dans un deuxième temps, il doit se faire maquiller par un professionnel en homme de quatre-vingts ans, et convier cent huit personnes à une cérémonie imitant la remise d'un oscar pour l'ensemble de sa carrière (il devra fabriquer la statuette de l'oscar, louer la salle, trouver le public, etc.). Un an plus tard, il confirme dans une lettre qu'après ces deux actes sa carrière a pris un tournant décisif ; il est devenu non seulement pleinement acteur mais metteur en scène, et il se sent bien plus sûr de lui.

Noyau et nœud cannibales

Le noyau cannibale enfantin et sa destination

Pour le fœtus, le ventre maternel est à la fois un lieu de vie et un aliment. Lorsque le bébé commence à respirer, il entre dans le monde du père, et l'air (symboliquement paternel) remplit ses poumons. Puis l'allaitement le lie à la mère, pourvoyeuse d'amour et de nourriture. Par la suite, toute son alimentation (mentale, émotionnelle, sexuelle/créative, matérielle) lui viendra de l'entourage familial jusqu'à ce qu'il n'ait plus besoin d'une intervention active de l'entourage pour se charger en – énergie vitale.

On pourrait dire que toute vie humaine émane d'un **processus d'alimentation** : le sperme est lui-même l'« aliment » du vagin, le spermatozoïde l'« aliment » de l'ovule qui l'absorbe. Par la suite, dans la

recherche de l'amour maternel, on trouve la trace de ce **désir de dévoration**.

Bien accompagné par les parents, le noyau cannibale débouche sur une autonomie complète de l'enfant. Si les parents pèchent par manque ou par excès, la personne restera prisonnière de son noyau cannibale et cherchera sans cesse quelqu'un à dévorer symboliquement. Elle ne connaîtra ni l'autonomie ni la satisfaction, et se laissera ballotter sans jamais trouver son propre centre, en proie à une faim insatiable. En ce sens, on peut dire que la victoire complète sur le noyau cannibale consiste à se détacher des identifications familiales, sociales et culturelles, et à **s'identifier avec l'Être essentiel : la part de soi qui ne peut jamais manquer de rien**.

Le nœud et le noyau cannibales adultes

Le nœud cannibale vient du fait que les parents, eux-mêmes insatiables, dévorent leur enfant. Telle la truie légendaire qui dévore sa portée, certains parents toxiques considèrent l'enfant comme une source d'énergie, un réservoir dans lequel puiser. Ils dévorent chez l'enfant tout ce qui ne leur a pas été donné par leurs propres parents.

Cette dévoration peut prendre la forme d'un **excès** : le parent suralimente l'enfant pour acheter son amour, envahit son espace, lui vole son temps, fait de lui son public, son meilleur ami, son confident, etc. Toutes propositions relationnelles qui visent à remplir le parent et non à satisfaire les besoins de l'enfant.

Le nœud cannibale par **carence** vient au contraire d'un refus du parent de se consacrer à l'enfant. Dans les cas extrêmes, c'est la malnutrition, des privations de toutes sortes qui engendrent une faim insatiable. Un enfant que l'on n'a jamais écouté, par exemple, peut nouer avec ses parents un nœud cannibale : devenu adulte, il n'aura de cesse que d'être pris en compte, et refusera d'admettre qu'on l'entend, qu'on lui prête attention. Il ne cessera de réclamer plus.

Certaines personnes arrivent à l'âge adulte privées de toute énergie, vidées d'elles-mêmes, et continuent néanmoins de rester au service de parents qui ne leur donnent rien. Elles ont interprété le nœud en leur défaveur et ont accepté, faute d'un autre choix possible, de devenir la source d'énergie de leurs parents. Dans certains arbres généalogiques, on voit ainsi des enfants sacrifiés, qui n'arrivent jamais à construire une vie

professionnelle ou affective, car ils ont été destinés depuis toujours à être le « bâton de vieillesse » de leur père ou de leur mère.

Les querelles d'héritage font ressortir les noyaux cannibales : certains héritiers voudraient tout pour eux, d'autres se sentent systématiquement floués… À travers les combats à mort pour une maison, quelques meubles ou des parts dans l'entreprise familiale, se manifeste l'ancien noyau cannibale de l'enfant qui veut être nourri, rempli, comblé, aimé.

Dans les quatre centres il se manifeste de la façon suivante :

- **Cannibalisme intellectuel :** C'est un intellect insatiable, conflictuel, fondé sur un besoin excessif d'être entendu. La personne a besoin qu'on lui fasse justice, et cesse complètement d'écouter l'autre car elle a perdu toute réceptivité. Les noyaux cannibales persistants engendrent aussi des imitateurs, voleurs d'idées qui s'approprient sans vergogne les théories des autres, ainsi que des chercheurs insatiables, des lecteurs boulimiques, des assoiffés de connaissance. Ce noyau est aussi celui des prédateurs d'énergie mentale, de personnes qui parlent d'elles-mêmes pendant des heures et se vexent si on les interrompt. Dans l'intellect, le noyau cannibale adulte est l'ennemi de l'échange.
- **Cannibalisme affectif :** La personne est insatiable, elle exige sans cesse qu'on lui donne de l'affection, de l'énergie, mais rien ne parvient à la remplir. L'alcoolisme et la toxicomanie dérivent du cannibalisme affectif, car même si leurs effets sont également corporels, ils sont avant tout relationnels : la personne dépendante de substances toxiques dévore son entourage tout en se laissant dévorer par la substance qui feint de la nourrir. Une personne qui passe son temps à se faire plaindre, à attirer l'attention sur elle par le chagrin, la colère, la peur ou autres sentiments négatifs dévore de même les autres.
- **Cannibalisme sexuel et créatif :** Le cannibalisme sexuel conduit à dévorer l'autre directement ou sous la forme de ses fluides et excrétions diverses. Le fait de boire le sperme dans la fellation peut, si c'est une pratique obsessionnelle, en relever. Plusieurs langues utilisent les verbes « téter » ou « manger » pour parler de la fellation ou du cunnilingus, le sperme ou les sécrétions féminines étant alors la métaphore du lait maternel. Avaler le sperme revient aussi à

dévorer des enfants futurs. Les conduites addictives relèvent aussi du noyau cannibale : insatiablilité, nymphomanie et donjuanisme, addictions sexuelles diverses…

- Sur le plan créatif, le cannibale vole son inspiration aux autres artistes, il devient un commentateur et un imitateur et remplace l'art par la – citation, le collage, l'emprunt. On peut dire qu'un bon faussaire est un cannibale artistique. Certains artistes de scène, avides du regard du public (qui représente en réalité le regard parental), peuvent en arriver à n'importe quelles extrémités pour être vus.
- **Cannibalisme matériel :** On peut ranger dans ce noyau les conduites boulimiques et l'anorexie : dans un cas, il s'agit de tout dévorer et dans l'autre, à force de privations, de se dévorer soi-même. Les collectionneurs insatiables sont également des cannibales (surtout lorsqu'ils collectionnent des objets se rapportant à une personne en particulier). Le surendettement maladif relève de ce noyau : on « bouffe » tout son argent, jusqu'au moment où une structure supérieure (État, organisme d'aide) finit par payer, c'est-à-dire que l'on revient s'alimenter symboliquement des énergies des parents. L'addiction aux jeux a aussi un fond cannibale, surtout si la personne met en danger sa famille en jouant tout son argent.

Toutes les dérives de la société capitaliste relèvent du cannibalisme, comme Zola l'avait déjà vu dans *Germinal* lorsqu'il parlait de la mine « dévoreuse d'hommes ». L'exploitation à outrance est – cannibale, de même que les escroqueries, la spéculation financière et toutes les accumulations sans limites : derrière l'énergie représentée par l'argent, c'est toujours la vie, le temps, la chair des autres que l'on dévore. La formule de référence pourrait être « manger ou être mangé ». De même pirates, voleurs, escrocs sont des cannibales puisque l'argent qu'ils s'approprient représente l'énergie des autres.

Les cannibales de temps dévorent le temps des autres ; les cannibales d'espace n'ont jamais assez de place.

Quelques aspects culturels et religieux

Un fait divers récent, au Mexique : un fou a tué sa mère et l'a dévorée en entier, puis, une fois ce festin terminé, il est mort de faim car il refusait

d'ingérer quoi que ce soit d'autre. Dévorer la mère revient à dévorer une divinité, et l'on pourrait hasarder que l'eucharistie chrétienne, où les croyants absorbent le corps du Christ, est un dérivé sublime de ce type de cannibalisme. Inversement, le mythe grec du dieu Cronos, qui dévore ses enfants pour éviter d'être supplanté par eux, renvoie au désir de vivre éternellement : on mange ses enfants pour rajeunir, ne pas disparaître. Dans les années 1980, la cosmétique a commencé d'utiliser des extraits de placenta dans les crèmes de beauté pour femme, dites « aux cellules fraîches », qui ont eu un grand succès. Les récentes questions d'éthique concernant le point de savoir si l'on pouvait engendrer un fœtus à des fins thérapeutiques relèvent d'un questionnement sur le noyau cannibale.

Sur le plan religieux, la secte qui dévore ses adeptes (par une appropriation de leurs richesses, des abus sexuels ou affectifs, des lavages de cerveau) est symptomatique de ce noyau, au même titre que les totalitarismes, avec leurs camps de concentration où la vie humaine est réduite à une force de travail corvéable à merci (pire encore, l'excès cannibale du régime hitlérien imaginant de créer des savons ou autres objets de consommation courante avec les restes des personnes massacrées dans les camps).

Résolution psychomagique

Ce noyau a deux aspects principaux : **manger et être mangé**. Le premier aspect se manifeste par des insatisfactions tenaces et leur mode de compensation souvent autodestructeur (conduites toxicomanes, – compulsives, autopunitives). Le deuxième renvoie à l'angoisse et au désir inconscient d'être dévoré par l'arbre généalogique. En réalité, toute la tradition des films d'horreur, avec ses zombies, ses vampires, ses prédateurs sans scrupule reflète cette terreur bien réelle.

Manger : se défaire de son propre noyau cannibale

Selon l'importance des besoins qui n'ont pas été pris en compte, la résolution du nœud peut faire l'objet d'un véritable trajet thérapeutique. Il serait vain de prétendre que l'on peut guérir une boulimie ou une anorexie de plusieurs années par un seul acte de psychomagie. De même les dépendances aux substances toxiques (alcool, tabac, drogues) ne peuvent pas disparaître en un jour : il faut entreprendre un véritable sevrage, pour

lequel une aide extérieure sera en général indispensable. Mais un acte de psychomagie peut concrétiser la décision de se défaire d'une addiction, et permettre de faire face aux racines de cette dépendance. Nous ne citerons pas ici d'actes généraux, car dans ce domaine seul le cas particulier est à prendre en compte, les raisons et les modes de l'addiction variant selon les personnes.

Les quelques cas particuliers qui suivent illustrent tous la manière dont on peut **remplacer le besoin artificiel et toxique par un symbole** qui renvoie à la Conscience comme aliment universel.

La toxicomanie

Le consultant est héroïnomane, et vient chercher une « bonne raison » d'entamer une difficile cure de désintoxication.

Son acte de psychomagie consiste à se promener une journée entière en portant sur son dos une grande horloge, pour devenir conscient du temps qui nous est imparti et du poids de la vie.

L'alcoolisme

Cette femme s'est mise à boire comme sa mère, décédée d'une cirrhose du foie. Elle se dit incapable d'arrêter de boire, mais voudrait diminuer ses prises et ne plus tomber dans des excès d'ivresse où elle finit par se mutiler, se mettre en danger, tomber inconsciente, etc.

Son acte de psychomagie suppose qu'elle consacre une bouteille d'excellent whisky (la boisson de sa mère) à la guérison symbolique, sans en boire une goutte : elle collera une photo de sa mère sur cette bouteille, et utilisera ce whisky pour se masser chaque soir avant de s'endormir, tout en priant. Ainsi elle pourra faire alliance avec sa mère, via l'alcool, sans que cela passe nécessairement par des épisodes de soûlerie extrême.

Le tabagisme

Cet homme veut arrêter de fumer. C'est un catholique convaincu, et il ne s'intéresse pas aux raisons psychologiques qui l'ont poussé vers le tabac : il veut simplement sortir de la dépendance.

Son acte de psychomagie consiste à récolter les baguettes de bambou que l'on donne dans les restaurants japonais et à les couper à la taille d'une cigarette. Chaque fois que lui viendra le désir de fumer, il en trempera une dans un peu d'eau bénite et se l'introduira dans la bouche. Ce rituel sert

simplement à ce que le fumeur devienne conscient de son acte, qui peut être éliminé si la personne, au moment de fumer, est dans une totale Conscience, comme pour une méditation : comment on sort la cigarette du paquet, comment on l'allume, le trajet de la fumée dans les poumons, etc.

Pour une autre fumeuse compulsive qui veut arrêter de fumer mais dit d'un air gourmand : « J'aime ça, j'aime trop ça, je pourrais les fumer par deux ou par quatre ! » en parlant de la cigarette, l'acte sera différent dans sa forme mais avec le même but, la rendre consciente de son geste. Elle s'engagera, chaque fois qu'elle a le désir de fumer, à allumer non pas une mais six cigarettes à la fois.

La boulimie

Il s'agit toujours de se poser la question de fond : « Quoi ou qui est-ce que je mange lorsque je grossis ? », puis de le manger métaphoriquement.

Une consultante qui relie clairement sa boulimie à une insatisfaction sexuelle s'introduira dans le vagin un échantillon de la nourriture qu'elle s'apprête à manger – en respectant, évidemment, des règles de prophyllaxie élémentaire, et en utilisant le cas échéant un préservatif.

Une consultante qui se dit dégoûtée par « toute cette merde » qu'elle avale, et qui par ailleurs relie sa boulimie aux habitudes alimentaires de sa famille, se défera de toute la vaisselle héritée de la famille (assiettes, plats, couverts, etc.). Puis, pendant vingt et un jours, elle mangera tout ce qu'elle veut à condition que la nourriture soit préalablement versée dans un pot de chambre propre.

Être mangé : échapper au cannibalisme de l'arbre généalogique

Avec la meilleure foi du monde, certains parents « dévorent » leurs enfants comme le dieu grec Cronos qui craignait d'être détrôné par ses fils. Pour un enfant dévoré, destitué de sa propre place, la reconquête d'un moi sain passe par l'expulsion symbolique de tout ce qui le phagocyte encore à l'âge adulte. Il faut passer du statut de proie à celui de prédateur.

Avoir été un enfant de remplacement

Dès lors que l'on vient remplacer un mort (que ce soit un frère ou une sœur décédés avant notre naissance, ou un autre membre de l'arbre généalogique dont on porte le nom et, partant, le destin), on peut se considérer comme dévoré par l'arbre. En effet, cette privation de l'identité

individuelle correspond symboliquement à un sacrifice humain. L'enfant de remplacement est dévoré à la fois par celui ou celle qu'il remplace, et par l'appétit des membres de la famille qui ont « faim » de leur disparu et utilisent un tiers pour combler cette faim.

L'acte de psychomagie consiste alors à acheter une grande quantité de pâte d'amandes (le poids d'un bébé, entre deux et quatre kilos) que l'on étale sur son corps au milieu de la nuit, de minuit à trois heures du matin. On laisse la pâte d'amandes absorber symboliquement l'identité du défunt par lequel on est colonisé, ainsi que les souffrances que cette substitution a occasionnées. Il est possible de s'endormir, l'acte n'en sera pas affecté. Ensuite, sculpter avec la pâte d'amandes le bébé ou le personnage que l'on portait en soi et le rapporter aux parents pour qu'ils le mangent (ou le laisser sur leur tombe le cas échéant). Si c'est un mort qui n'a pas eu de sépulture, l'enterrer et planter un végétal.

Parents envahissants

Nombre de consultants sentent que leurs parents envahissants les empêchent de vivre, même une fois arrivés à l'âge adulte. Cette invasion peut être concrète (coups de téléphone, omniprésence, demandes incessantes) ou plus abstraite (ce sont alors les opinions des parents, leurs actes, leur attitude qui envahissent la vie psychique du consultant). La solution consiste à reconnaître cet envahissement, sans chercher à s'en défaire, mais à le limiter à une place et à des actions symboliques, pour qu'il n'infuse pas toute sa vie. À ce père ou cette mère qui prend « toute la place », on va accorder un espace réel mais réduit.

On achètera une cage à oiseaux et on y placera une effigie du ou des deux parents en question : soit une photo, soit une petite poupée ornée d'une photo. La cage sera aménagée confortablement, et les parents traités comme des divinités que l'on alimentera quotidiennement, dans de la vaisselle de poupée, avec un peu de la nourriture que l'on prépare pour soi-même. Une bougie, quelques fleurs, un bâtonnet d'encens peuvent compléter cet autel fermé à clé. Dans les cas où les parents sont particulièrement envahissants, on peut doubler la cage avec du grillage à poules. Lorsqu'on part en voyage, il faut trouver quelqu'un pour « nourrir » les parents en cage comme on le ferait pour des animaux domestiques ou des plantes. L'acte durera le temps nécessaire pour que l'on se sente autonome et libéré de cet envahissement. Une fois ce moment arrivé, on

enterrera la cage et les effigies parentales, la vaisselle, tout ce qui a servi à l'acte, et on plantera un végétal par-dessus.

Cannibalisme et dévalorisation

Une personne qui, pendant toute son enfance, a été dévorée par son entourage familial sans rien recevoir en retour se trouve généralement dans un état de grande dévalorisation et se sent privée de force vitale. On rencontre fréquemment de tels consultants, réduits à un travail sans intérêt, privés d'un cercle amical sur lequel compter, vivant parfois tout près de chez les parents (voire dans leur propre maison) et attendant encore d'être pris en compte, nourris, vus et reconnus par eux. Cela peut durer jusqu'à la mort des parents et au-delà. Plutôt que de se sacrifier à ce noyau cannibale, on peut courageusement décider de laisser derrière soi la vieille personnalité, de la même manière qu'un lézard sacrifie sa queue à un prédateur. Un psychorituel de mort symbolique et de résurrection constitue la solution, radicale et efficace : on sacrifie sa vieille peau, pour revenir à la vie en tant qu'Être essentiel sous une nouvelle identité.

Pour ce psychorituel il faut recruter au moins deux alliés (un homme et une femme) ; on peut aller jusqu'à quatorze personnes, de préférence en conservant la parité homme-femme (qui représentent les sept couples principaux d'un arbre généalogique sain). Cet acte s'effectue dans la nature, à une époque de l'année où il fait suffisamment chaud pour pouvoir creuser la terre et s'y allonger. Le consultant arrive vêtu de vieux vêtements qui symbolisent sa personnalité ancienne dévorée sans fin par l'arbre généalogique. Avec l'aide de ses alliés, il creuse un trou dans la terre, assez grand pour pouvoir s'y allonger. Puis il prononce son propre éloge funèbre, en décrivant tous les sacrifices mais aussi tous les échecs et toutes les souffrances de cette personne qui va disparaître. Une fois son éloge funèbre prononcé, il fait mine de mourir (de la manière qui lui convient) et s'enterre dans le trou avec ses vieux vêtements comme linceul. Les assistants recouvrent tout le corps de terre, sauf le visage qui reste libre mais sur lequel on place un voile léger de couleur noire, pour bloquer la lumière mais pas l'air. La personne reste couchée ainsi au moins vingt minutes, plus si elle le souhaite, le temps de laisser mourir tout ce dont elle ne veut plus. Les assistants la veillent, assis autour de la tombe, en silence. Lorsque la personne sent que tout ce qui devait mourir a été absorbé par la terre et que le moment de vivre est venu, elle prononce son nouveau nom d'une voix

forte. C'est le signal de la résurrection. Les assistants l'aident à émerger de la terre où elle laisse ses vieux vêtements, par-dessus lesquels elle plantera un arbre. Les assistants lavent l'être nouvellement ressuscité avec de l'eau bénite (le mode de bénédiction est à déterminer selon sa religion, ses croyances ou sa philosophie). Vêtu de pied en cap avec des vêtements neufs, pourvu d'un nouveau prénom, il va ensuite festoyer avec les témoins de cette résurrection. Pour que les bénéfices de cet acte soient durables, il ne faut plus se laisser appeler par l'ancien prénom (sauf éventuellement par des autorités administratives), et particulièrement imposer à la famille l'emploi du nouveau.

Quelques cas

Cas n° 1 : L'arbre mort

Après l'étude de son arbre généalogique, ce consultant se rend compte que rien, dans les quatre générations qui le précèdent, ne le nourrit. Tout l'arbre est « mort », il n'y a aucune transmission de vie, de sens, d'amour ni de créativité. Il est pris d'un moment d'angoisse à l'idée de faire partie de cet ensemble dévitalisé.

Pour qu'il puisse faire face à sa propre vitalité, et au fait qu'il peut être « nourri » par des forces qui vont bien au-delà de son arbre généalogique, son acte de psychomagie consiste à trouver dans la nature un arbre mort, qu'il se donnera les moyens de déraciner (à la main, si l'arbre est mince, ou avec des moyens mécaniques s'il est grand). Une fois l'arbre sorti de terre, il en fera un feu de joie et invitera un groupe d'amis à manger viande ou légumes grillés, pommes de terre sous la cendre, guimauves rôties, autour de ce brasier. Puis, à l'endroit où était l'arbre mort, il replantera un arbre vivant auquel les cendres du festin serviront d'engrais.

Cas n° 2 : Cordon téléphonique

Dans ce cas en apparence simple et banal, la mère de cette consultante l'appelle plusieurs fois par jour pour des conversations interminables. La fille se dit culpabilisée à l'idée de ne pas répondre ou d'écourter la – conversation, mais avoue aussi que cette mère envahissante lui « bouffe » son énergie. Accessoirement, cette consultante est une psychologue et psychanalyste professionnelle, et a en outre des problèmes de poids, ce qui en dit long sur la puissance du nœud cannibale avec la mère.

Elle commencera par se procurer un téléphone qui présente le numéro de l'appelant, et une boîte en forme de cœur. À chaque fois qu'elle résistera à l'impulsion de décrocher quand sa mère appellera, elle glissera un billet dans la boîte (par exemple dix euros). Si elle décroche mais parvient à écourter la conversation, elle mettra une pièce de monnaie dont la valeur est inversement proportionnelle à la durée de la conversation. Une fois la boîte pleine, elle s'achètera quelque chose qui lui plaît. La consultante a choisi un dîner dans un restaurant gastronomique, qui a marqué le début d'une période de sain amincissement. En outre, elle a réussi à réduire le rythme des sollicitations maternelles à un appel hebdomadaire.

Noyau social et névrose sociale

Le noyau social enfantin et sa destination

Dès sa naissance, l'enfant entre dans un système familial qui est sa première référence et dont une des missions est de le former à **devenir un être à la fois singulier et social**. Toute la relation de l'individu à la société se jouant d'abord au sein du clan, la nécessité initiale de l'enfant est de s'intégrer et de se différencier au sein de ce dernier. Idéalement, la famille devrait inciter l'enfant à être capable de s'insérer dans n'importe quel type de société tout en conservant sa souveraineté mentale, affective, sexuelle/créative et matérielle.

Lorsque l'entourage familial manifeste une névrose sociale fixée sur la couleur de peau, le nom de famille, les origines aristocratiques ou non, les appartenances politiques ou religieuses, l'enfant l'absorbera comme faisant partie de sa formation. Il perdra alors la capacité de se référer à sa vérité propre (ses idées, ses sentiments, ses désirs, ses besoins authentiques) et sera mû, jusque dans sa réalité la plus intime, par les conceptions ou les tensions sociales héritées de l'arbre généalogique, qui se substitueront à son Être authentique et ainsi prendront le pas sur la souveraineté individuelle. On parlera alors d'un **noyau de névrose sociale**.

La tradition relate qu'à la fin de sa vie, le sage chinois Lao Tseu se vit offrir le poste de Premier ministre et que pour toute réponse il courut à la rivière se laver les oreilles : pour lui, la sagesse avait pour vocation de nous élever au-dessus des honneurs.

La névrose sociale comme nœud

Quand les parents sont racistes ou corporatistes, c'est-à-dire quand ils ont horreur de la différence (la leur ou celle d'un groupe en particulier), ils teintent l'atmosphère familiale de leur mépris, de leur sentiment de supériorité ou au contraire de leur humiliation. Cela peut induire chez l'enfant une identification à sa famille et à un groupe en particulier à – l'exclusion de tout autre groupe considéré comme ennemi, dangereux ou méprisable.

Mais les nœuds de névrose sociale les plus puissants sont ceux qui opposent les deux parties de la famille l'une à l'autre, de manière implicite ou manifeste (différences raciales, sociales, économiques, culturelles, religieuses ou intellectuelles entre l'arbre maternel et l'arbre paternel). Il est très fréquent que la belle-famille n'accepte pas le gendre (« minable », « aventurier », « inférieur », « bon à rien »…) ou la bru (« idiote », « arriviste », « paysanne », « femme déjà divorcée », « déshonorée »…). Chaque fois qu'une famille se refuse à accepter le choix amoureux d'un de ses descendants, il est probable qu'une névrose sociale en résultera pour les enfants de ce mariage « mixte ».

Par ailleurs, un père ou une mère qui a souffert, dans son enfance, d'une forte injustice sociale peut transmettre à ses enfants la trace de cette souffrance, soit en lui demandant implicitement de la réparer, soit au contraire en attendant d'eux qu'ils la vivent avec la même intensité que lui : tel cet homme, survivant des camps de concentration, qui avait reconstruit une vie familiale après guerre, mais demandait à ses enfants d'embrasser, tous les soirs, le tatouage du camp qu'il n'avait pas fait effacer de son bras.

Ce nœud est presque toujours **lié à une demande affective dérivée vers une position sociale** : un diplôme, un métier, un engagement, une couleur de peau, un titre deviennent la condition pour se sentir aimé, accepté, investi du droit d'exister.

Exemple : Une fille de famille ouvrière devenue vétérinaire avait en apparence bien réussi sa vie, mais sa famille tout entière, considérant que cette évolution sociale correspondait à une trahison, lui reprochait d'être « passée du côté de la bourgeoisie ». Désespérée par ce désavœu du clan, la jeune femme abandonna son métier et sa passion pour travailler comme caissière dans un supermarché. La famille lui ouvrit de nouveau ses portes.

Ce nœud de névrose enferme l'individu dans sa définition sociale, et lui interdit de se comporter comme ce qu'il est en réalité : un être humain.

Le noyau peut affecter différemment la personne selon le centre dans lequel il s'enkyste :

- **Névrose sociale intellectuelle :** Elle consiste à se définir et définir les autres par les études faites ou non, par le niveau d'éducation – linguistique (grammaire, vocabulaire, orthographe, niveaux de langue…) ; à s'identifier à un dialecte, à un argot particuliers ; à souffrir toute sa vie de n'avoir pas réussi tel ou tel concours ou obtenu tel ou tel diplôme ; à manifester démesurément de l'orgueil ou de la honte pour son nom de famille ; à accorder quelque supériorité ou infériorité que ce soit à une religion, une race, une culture en particulier.
- **Névrose sociale affective :** Relèvent de ce noyau la haine de classe, le ressentiment historique envers telle ou telle puissance, tel ou tel pays ; la peur ou le dégoût irrésistibles pour une classe sociale, une race, un groupe religieux en particulier, et en général tous les sentiments négatifs irraisonnés liés à l'appartenance sociale. Inversement, tous les rêves romantiques liés à la noblesse, à la jet-set, à des positions sociales considérées comme « supérieures » relèvent de ce noyau. À l'extrême, – mondanité compulsive et misanthropie relèvent de ce noyau : la personne est soit incapable d'être seule, soit incapable d'être en compagnie.
- **Névrose sociale sexuelle et créative :** Toute excitation ou dégoût sexuel directement liés à la position sociale de l'autre (qu'il soit « inférieur » ou « supérieur »), à son origine, à son appartenance culturelle et religieuse relèvent de ce noyau. Ne pouvoir désirer qu'un « inférieur » ou un « supérieur ». Pour l'artiste, il y a névrose sociale quand le désir de réussite passe avant l'amour de l'œuvre.
- **Névrose sociale matérielle :** Elle se manifeste par le fait d'être incapable de gagner sa vie par loyauté à l'arbre généalogique (appauvrissement subi), ou au contraire de se sentir obligé de gagner beaucoup d'argent par loyauté au clan (quitte à travailler au-delà de ses forces). Toute ostentation relève de ce noyau (porter des vêtements et accessoires de marque ou leurs imitations, vouloir posséder des signes extérieurs de richesse). L'arrivisme frénétique est aussi le signe d'une névrose sociale, plus ou moins marquée selon les sacrifices qu'il suppose.

Quelques aspects culturels et religieux

Par définition, toute société est injuste envers une partie des individus qui la composent. Toute société induit donc de la souffrance et ultimement de la névrose sociale. En compensation, elle distille des idéaux plus ou moins réalisables, qui s'incarnent toujours dans la classe « dominante » : la cour des rois de France, la haute société noble et bourgeoise telle que Proust l'a décrite ou aujourd'hui la jet-set internationale et le panthéon des stars hollywoodiennes sont des références idéalisées par certains. Les contes de fées anciens ou modernes, la loterie relèvent aussi de la névrose sociale : ils renvoient au rêve impossible de changer de statut par magie.

Les mouvements d'immigration induisent de la névrose sociale dans la mesure où, pour être intégrés, les immigrés doivent accepter dans un premier temps des conditions de vie plus dures à tous points de vue que les natifs du pays où ils s'installent.

Enfin, toutes les religions ou pratiques spirituelles qui ont été brimées par une invasion colonialiste (tels ces anciens lieux de culte sur lesquels, dans toute l'Amérique du Sud, les conquérants chrétiens ont construit leurs églises) peuvent ressurgir teintées de névrose sociale. Certaines branches du chamanisme aujourd'hui, où des « initiés » monnaient très cher aux Occidentaux les secrets de leur tradition, renvoient à une revanche sociale tout autant qu'à un partage des savoirs.

Tout être humain est en réalité planétaire, comme on commence à s'en apercevoir aujourd'hui face aux dangers de catastrophe écologique qui nous concernent tous. Un être accompli ne se définit pas par sa nationalité, même s'il reconnaît avoir grandi à tel endroit, reçu telle langue maternelle, telle éducation, etc. Ainsi peut-on dire que **l'Être essentiel est métasocial**.

Résolution psychomagique

Les actes psychomagiques présentés ci-dessous sont individuels et plutôt destinés à servir d'inspiration. En effet, les visages de la névrose sociale sont variables en fonction des cultures, des sociétés, des époques, mais l'esprit de ces actes est valable pour de nombreuses personnes.

Les études

Lorsqu'une personne souffre au-delà du raisonnable de n'avoir pas pu, à un moment donné de ses études, obtenir un diplôme ou réussir un concours, la psychomagie peut aider à dénouer cette fixation en réalisant métaphoriquement le succès rêvé.

Tout d'abord il faut obtenir d'une personne de confiance qui, elle, possède le diplôme ou le certificat désirés, qu'elle prête ce morceau de papier. On le scannera par ordinateur, y intégrera son propre nom et en tirera une copie qui fasse deux fois la taille de l'original. Puis on l'exposera dans une pièce en vue de la maison (salon) ou dans son lieu de travail. Cet acte a bien sûr pour but de défaire une fixation enfantine, et non de prétendre officiellement posséder un titre que l'on n'a pas !

La peur de la misère

La misère est le point de départ et d'aboutissement de toutes les névroses sociales : une personne dans cette situation est totalement déclassée et déconnectée de la société. C'est pourquoi de nombreux nœuds de névrose sociale sont sous-tendus par la hantise, la peur ou la menace de la misère. Il peut être nécessaire de se confronter concrètement à cette angoisse pour comprendre que l'on existe au-delà des définitions et des contraintes sociales. Vivre une situation de « misère » volontaire pour une journée permet de puiser dans des réserves profondes : celles qui sont en nous (talents, courage, etc.) et celles que la bienveillance du monde peut nous offrir (hasards heureux, générosité inattendue de personnes inconnues, organismes de charité, etc.).

L'acte consiste à prendre un aller simple pour une ville inconnue et à partir sans argent ni ressources (ni carte de crédit ni téléphone), pour vivre vingt-quatre heures dans la situation d'une personne sans moyens et sans domicile fixe. Il faut s'organiser pour rentrer chez soi par – n'importe quel moyen. Il ne s'agit pas de se mettre physiquement en danger, et il faut donc prendre quelques précautions de bon sens. Le but de cet acte est de parvenir à ressentir une sécurité vitale indépendamment de – l'argent et des normes sociales en vigueur.

L'argent

La névrose sociale est souvent reliée à une conception limitée de – l'argent : argent « sale », dur à gagner, argent inaccessible, etc. Pour restituer à celui-ci sa dimension d'énergie vivante et le laver

métaphoriquement de toutes les connotations négatives que l'arbre généalogique lui a imprimées, on peut réaliser l'acte appelé le « bain d'argent ».

Tout d'abord, se faire prêter une somme d'argent très importante (de quoi vivre un an sans travailler), parfumer un à un les billets avec un parfum que l'on gardera par la suite et prendre une « douche », nu dans une baignoire, en faisant couler les billets sur soi pour en absorber métaphoriquement la force par la peau. Puis restituer l'argent « enrichi » de cette odeur agréable à son ou ses propriétaires. Le parfum deviendra un « parfum de pouvoir » comme chez les chamans des Caraïbes : les messages olfactifs ont un impact puissant sur l'Inconscient, et ce parfum rappellera toujours à la personne sa richesse possible.

Quelques cas

Cas n° 1 : Névrose sociale et sexualité

La consultante, affligée d'une forte névrose sociale, se rêve aristocrate. Sa mère, issue d'une lignée décadente (une famille bourgeoise appauvrie depuis deux générations), méprisait son père, un ouvrier enrichi. La petite fille a grandi dans ce conflit, et absorbé les rêves de grandeur de sa mère : elle parle avec un accent distingué, caractéristique de la classe sociale dont elle rêve, mais souffre de frigidité chronique. Ses partenaires sexuels sont toujours des hommes délicats et bien élevés qui ne la satisfont pas. En étudiant son arbre et en la questionnant il devient évident qu'elle désire profondément faire l'amour avec un homme issu comme son père d'un milieu ouvrier. Elle demande un acte de psychomagie. (Il faut noter que cette consultante était très habituée à l'approche jodorowskyenne, et qu'elle s'est fait aider par un bon camarade lui aussi rompu à la psychomagie.)

Habillée en concierge, elle nettoie les toilettes du troisième étage (le chiffre 3 représentant le triangle œdipien). Son partenaire, masseur de profession, âgé de cinquante ans, endosse une tenue d'ouvrier (un bleu de travail), se rend dans l'immeuble en question à l'heure dite, se précipite dans les toilettes et fait mine théâtralement de la violer. (Bien sûr elle est au courant que cela va arriver et a la possibilité de l'arrêter à volonté.) La consultante, ayant décidé d'accomplir cet acte sexuel jusqu'au bout, a éprouvé son premier orgasme partagé à l'âge de quarante ans grâce à cette mise en scène.

Cas n° 2 : Se réconcilier avec ses racines

On l'a vu, lorsque les deux parties de l'arbre sont en conflit ou dans une relation d'inégalité sociale, l'enfant va intérioriser ce conflit dans sa psyché et se sentir divisé. Dans le cas d'un enfant métis, la contradiction des projections corporelles peut être vécue de manière particulièrement douloureuse : aucune des deux parties de l'arbre ne reconnaît le métis comme étant « sien ». Ainsi de cette jeune femme eurasienne, de mère française et de père vietnamien, née en France avec des traits orientaux fortement marqués. Elle se sent inadaptée et souffre en particulier de ne pas ressembler à sa mère, blonde aux yeux bleus, qu'elle considère comme une incarnation de la beauté féminine. Elle refuse la culture de son arbre paternel (n'aime pas la nourriture vietnamienne, ne parle pas la langue, ignore l'histoire du Vietnam…) et se vit comme inutile et sans valeur. L'étude de son arbre généalogique la rend consciente de sa condition de métisse dans un contexte postcolonial, où la France était le référent stable et dominant.

Son acte de psychomagie consiste à faire tremper un noyau de mangue dans l'eau jusqu'à ce qu'il pousse des racines, puis à prendre l'avion pour découvrir le Vietnam qu'elle ne connaît pas et rencontrer sa famille paternelle. Elle plantera le noyau de mangue en terre vietnamienne pour symboliser son appartenance à l'arbre paternel. En arrivant à Hanoi, elle se rend compte avec stupéfaction que ses cousins vietnamiens, qui la reçoivent avec beaucoup d'affection, ont un verger où poussent quantité de manguiers. Elle y plante le sien, passe un excellent séjour au Vietnam, s'aperçoit que là-bas tout le monde repère les traits occidentaux de son physique. Elle revient avec une profonde appréciation de cette culture qu'elle a découverte et acceptée, et qui induit une plus grande appréciation d'elle-même.

Cas n° 3 : Se libérer des horreurs de l'Histoire

Le consultant qui a demandé cet acte est le descendant de deux familles juives ashkénazes dont tous les membres, sauf ses parents qui ont fui à temps l'Europe, sont morts dans les camps de concentration hitlériens. Le poids de cette tragédie historique pèse sur notre consultant qui manifeste une éclatante réussite sociale dans un domaine où il – s'ennuie et souffre. Il travaille soixante-dix heures par semaine pour être « à l'abri du besoin »,

sans jamais sentir que ses efforts sont suffisants pour le libérer du drame démesuré qui pèse sur lui. Il vient voir spécifiquement Alexandro Jodorowsky en lui disant : « Vos origines juives me rassurent, il n'y a qu'à vous que je puisse m'ouvrir de mon problème : je voudrais être débarrassé de la Shoah. »

L'acte de psychomagie est aussi extrême que le poids historique pesant sur ce consultant : il doit porter sur son dos, sur quatre kilomètres, un sac contenant quarante kilos de déchets de boucherie (os, peau, gras et viande) jusqu'à une clairière où il les fera brûler à l'air libre. Puis, enduit des cendres de cet holocauste et vêtu d'un pyjama rayé, il rendra visite à ses parents en leur disant : « J'ai besoin d'utiliser votre salle de bains. » Il se douchera dans la salle de bains de la maison familiale et, vêtu de vêtements propres et neufs, demandera aux parents d'enterrer avec lui le pyjama sur lequel ils planteront ensemble un arbre fruitier. Le consultant, dix ans après, a réorienté sa carrière professionnelle et sa vie personnelle dans un sens qui le satisfait entièrement. Il a par ailleurs entamé une formation de psychanalyste, tout en restant un fervent partisan de la psychomagie et du travail sur l'arbre généalogique.

Cas n° 4 : Assumer son métissage dans un contexte raciste

Le consultant est le fils d'un Africain et d'une Française de Normandie. Les parents se sont brièvement aimés, mais les pressions familiales les ont séparés avant même la naissance de l'enfant : lui, préoccupé par la cause africaine, est rentré dans son pays pour faire de la politique, et elle, issue d'une famille raciste, a accouché en secret dans une ville voisine et n'a jamais présenté l'enfant à sa famille (ses parents sont morts sans savoir qu'ils avaient un petit-fils). Arrivé à l'âge de trente ans, le consultant vit son métissage comme une douleur qui renvoie à ces conflits idéologiques et émotionnels de l'arbre. Il a vécu toute son enfance en souffrant de racisme à l'école, et se souvient particulièrement d'une agression de ses camarades qui l'ont traumatisé en lui collant des confettis blancs sur le visage.

Son acte consiste dans un premier temps à trouver une femme métisse qui souffre d'un problème similaire, et un ami qui puisse les attendre dans une camionnette pour leur permettre des changements de costume et de maquillage. Le couple va arpenter les Champs-Élysées, de l'Obélisque à l'Arc de triomphe, lui avec le visage et les mains entièrement maquillés de blanc et vêtu à l'européenne, elle maquillée en Noire et vêtue en Africaine.

Une fois ce parcours terminé, ils montent dans la camionnette et inversent les rôles : lui en Africain traditionnel, et elle en Européenne blanche, ils redescendent les Champs-Élysées. À la Concorde, la camionnette les attend et ils s'habillent de la manière qui leur plaît le plus, le visage nu, et vont se promener dans la ville pour boire un verre. Par la suite, le consultant a enfin trouvé le courage d'aller à la rencontre de son père, jusque-là inconnu, en Afrique. Sa comparse a enclenché un processus de guérison émotionnelle qui lui a permis de trouver un compagnon stable avec lequel faire un enfant.

1- Cet acte sera décrit plus en détail dans la 9e partie.

2- « Nous donnons à la plus ancienne de ces provinces ou instances psychiques le nom de Ça ; son contenu comprend tout ce que l'être apporte en naissant, tout ce qui a été constitutionnellement déterminé, donc avant toutes les pulsions émanées de l'organisation somatique et qui trouvent dans le Ça, sous des formes qui nous restent inconnues, un premier mode d'expression psychique » (S. Freud, *Abrégé de psychanalyse*, PUF, 1998).

3- Ainsi, en avril 2008, un Autrichien de soixante-treize ans, Joseph Fritzl, a été arrêté pour avoir séquestré sa fille de l'âge de dix-huit à quarante-deux ans, dans un bunker sous la maison. Il lui avait fait six enfants, dont un mort, deux séquestrés et trois élevés par Fritzl et son épouse « à l'air libre ». Les deux enfants cachés n'avaient jamais vu la lumière du jour.

4- Ou plexus énergétiques : sommet du crâne, « troisième œil » entre les sourcils, base de la gorge, cœur, plexus solaire, centre sacré ou *hara* entre le nombril et le pubis, base de la colonne vertébrale au niveau du périnée.

5- Il est intéressant de noter que deux des plus grands écrivains homosexuels français du siècle dernier, Henry de Montherlant et Marguerite Yourcenar, partagent un point commun : d'avoir abîmé (tué, dans le cas de M. Yourcenar) leur mère en naissant. La mère de Montherlant ne se remettra jamais de cette hémorragie utérine. En amont, c'est l'insémination par le père, donc le phallus inséminateur, qui cause la mort de la mère. Pour Montherlant, on peut parler de noyau homosexuel puisqu'il a caché toute sa vie sa pédérastie. L'absence du père est sans doute un élément fort de ce noyau homosexuel comme en témoigne cette citation : « Ces larmes versées sur un inconnu, comme s'il était mon père, simplement parce que cet inconnu était grand. Tout ce qui est grand est mon père, inutilement. »

Huitième partie
Abus et identité acquise

« Je suis comme ça »,
ou le piège ultime de l'arbre

Les fantômes de l'abus et le corps fantôme

En 1947, à Santiago du Chili, j'avais dix-huit ans et j'étais déjà relativement connu pour mes actes poétiques et mon théâtre de marionnettes. Dans mon atelier, j'organisais des réunions amicales où les jeunes artistes montraient leurs créations les plus récentes. Parmi eux, Jorge ne se distinguait pas particulièrement par ses contes, d'un réalisme un peu obtus, mais plutôt par sa beauté physique. Il faisait partie de la classe supérieure, les *pitucos* comme on les appelait, et portait des vêtements de coupe anglaise, des chemises de soie et des cravates fines. Avec son abondante chevelure noire toujours bien peignée, ses traits fins, son nez bien dessiné, sa peau marmoréenne, son corps mince et ses mouvements félins, c'était sans aucun doute le plus beau garçon de notre génération. Sa beauté resplendissante lui permettait de conquérir de nombreuses filles.

Un soir, le gosier ardent du litre de vin qu'il avait déjà bu, il arriva à mon atelier en demandant plus d'alcool. Je lui offris une bouteille de *pisco*. Après avoir englouti une longue gorgée, il balbutia : « Je viens d'avoir dix-huit ans. Me voilà majeur. Mon enfance est terminée. Bon débarras ! » L'ivresse lui déliait la langue. « Je vais te raconter quelque chose que je n'ai jamais dit à personne : à sept ans, mes parents m'ont inscrit dans un internat catholique. Le père jésuite qui me donnait les cours de catéchisme, troublé par ma beauté, m'a obligé à lui lécher le sexe une fois par semaine. Cela l'excitait de m'éjaculer sur le visage. Depuis lors je déteste mes traits. Alors vas-y, donne-moi un coup de poing et casse-moi le nez ! » Comme je refusais de le faire, il chercha à s'écraser la face contre le mur. Je parvins à le calmer. Il pleura longtemps, non pas de peine mais de rage, puis il s'endormit. Le lendemain, il partait en France poursuivre ses études. Je le

revis quelques années plus tard, et j'eus toutes les peines du monde à le reconnaître : alcoolique, vêtu avec négligence, il avait pris trente kilos, perdu ses cheveux et ses dents, sa peau était flétrie et son visage difforme. Il exhibait une laideur agressive. Et cependant, il semblait bien plus satisfait de lui-même que dans sa jeunesse.

Je suis convaincu que la raison pour laquelle Jorge a détruit sa beauté était l'abus sexuel commis par le jésuite. Ce visage qui excitait le pédophile était devenu son ennemi. En même temps, le viol avait conditionné son Inconscient et provoqué des fantasmes homosexuels qui l'incitaient à reproduire l'abus. Dans une certaine mesure, il était resté un enfant, forcé d'être beau pour satisfaire son agresseur. Du moment où il a atteint l'âge adulte reconnu par la société, il s'est senti libéré de cette obligation. Mais conservant la terreur enfantine d'être de nouveau violé, il a fait tout son possible pour s'enlaidir. Une fois ce but atteint, il se sentait enfin en sécurité : personne ne le désirerait, et il aurait vaincu ses désirs homosexuels.

Comme Jorge, j'ai été soumis à un abus, mais pas de nature sexuelle : les abus peuvent aussi être intellectuels, affectifs ou, comme dans mon cas, matériels. J'ai passé une grande partie de ma vie à lutter contre les conséquences de celui-ci.

Pendant mon enfance, ma sœur aînée Raquel était la préférée de mes parents. Ils se préoccupèrent de lui donner une vie « luxueuse, digne d'une demoiselle » : piano à queue blanc, meubles de style Louis XV, multitudes de paires de chaussures, bijoux fantaisie et quantité de vêtements. Moi au contraire, puisque j'étais « un homme et pas un pédé », je n'avais droit qu'à une veste, deux pantalons, deux chemises, une paire de chaussures et un ensemble de sous-vêtements de rechange, rien de plus. Bien souvent mes camarades de classe se moquèrent de mes « patates » (mes talons pâles qui émergeaient d'un trou dans mes chaussettes). Lorsque j'osai demander à ma mère qu'elle me les raccommode, elle le fit avec du fil couleur chair, ce qui, évidemment, ne coupa pas court aux moqueries des autres enfants. Jusqu'à l'âge de cinquante ans, la perspective d'entrer dans un magasin de vêtements me causait une angoisse irrépressible. J'étais capable d'utiliser la même paire de chaussures pendant plusieurs années, en faisant religieusement remplacer les semelles usées ; je n'avais jamais plus de deux chemises et deux costumes de la même couleur. Je me justifiais en disant : « Je suis contre les ornements et la séduction, je dois faire comme mon

maître zen qui ne possède que deux costumes de moine : un pour le printemps et l'été, un autre pour l'automne et l'hiver. » Tricheries psychologiques destinées à conserver intacte mon identité infantile.

Lorsque j'ai commencé à analyser des arbres généalogiques, j'y ai découvert nombre d'abus auxquels mes consultants refusaient de faire face. Ils me demandaient en général de faire disparaître leur souffrance, mais non la cause profonde de leur malaise. Ils s'accrochaient à leur mal, car celui-ci leur conférait une identité. Je leur expliquais pourtant : « Guérir, c'est devenir ce que l'on est et non ce que les autres ont voulu que l'on soit. Depuis l'enfance on nous a imposé ordres et interdictions. Nous avons dû faire des choses que nous ne voulions pas faire, et ne pas faire ce que nous désirions. Nous avons subi des abus qui se sont peu à peu incrustés dans notre esprit, dans nos comportements, et que nous prenons pour notre "identité". Une fois adultes, nous nous imposons ce qu'on nous a jadis imposé, et nous nous refusons ce qu'on nous a refusé. Et pourquoi cela ? Parce que le clan ne nous accepte que si nous correspondons à la vision qu'il a de nous. Même s'il nous inflige des mutilations, des répressions douloureuses, nous les considérons comme essentielles : ce sont elles qui nous attachent à la famille. Si nous coupons ces nœuds aveugles, si nous expulsons ce qui est artificiel pour développer notre essence authentique, nous risquons de perdre l'union pathologique que nous confondons avec de l'amour. Et cet "amour" est pour l'enfant ce qui le maintient en vie, ce qui lui fournit nourriture, abri et protection. Il pense que s'il change, on l'expulsera du clan, qu'on le condamnera à la solitude et qu'il sera exposé à tous les dangers. Plus encore, il craint que sa rébellion puisse causer aux membres de sa famille un tort irréparable, voire les tuer. »

Ces discours ne me servaient guère. La personne qui souffre, affligée d'une surdité psychologique, filtre le contenu des paroles et les réduit à des sons que la mémoire n'enregistre pas. Aucun langage oral ne peut l'aider. La seule façon possible de la sortir de son marécage émotionnel est d'**agir directement sur le corps**.

J'ai appliqué cette méthode avec un homme de quarante-neuf ans, issu d'une bonne famille, qui m'avait demandé de l'aider à analyser son arbre généalogique. À peine avions-nous commencé à travailler qu'il me raconta sa vie, sans aucune émotion apparente, comme s'il parlait d'un autre que lui. Au bout d'un moment, il évoqua les châtiments corporels infligés par son père. Il les décrivait avec indifférence, se réfugiant dans une

superficialité ludique : « Oh, c'était l'habitude de l'époque ! » Cependant, cet assassinat méthodique de sa volonté par la volonté plus forte et écrasante du père était justement ce qui le maintenait dans un état d'insatisfaction constante : manque d'autorité (il se plaignait de ne pouvoir se faire respecter dans son travail), créativité limitée (il évoquait avec nostalgie son ancien désir de peindre, activité qu'il avait abandonnée sous prétexte qu'il n'avait « aucun talent pour ça »), blocages corporels et enfermement dans soi-même (il avait beaucoup de mal à exprimer son affection et se sentait coupé de ses enfants).

Il m'apparut évident que ces limitations étaient la conséquence des mauvais traitements et des humiliations qu'il avait subis à plusieurs reprises dans l'enfance, de sa colère encore réprimée, et de l'identité intellectuelle et distante qu'il s'était forgée pour pouvoir survivre. Que faire pour le guérir ? Dans une psychanalyse classique, cette personne pourrait se libérer de son identité artificielle et faire face à ses traumatismes après une longue thérapie, où le temps investi, les techniques employées, l'intensité du transfert, la plus ou moins grande compétence du thérapeute seraient quelques-unes des variables conditionnant le succès d'une cure fondée sur le langage. N'étant pas psychanalyste, je choisis de procéder comme un acteur sacré, en adoptant le rôle du père cruel.

Sans que le consultant s'en rende compte, tout occupé qu'il était à parler de lui-même, je reculai jusqu'à un coin de la pièce et je défis ma ceinture. Puis je me mis à frapper violemment le sol en vociférant des ordres : « Obéis ! Viens ici ! À genoux ! » Le consultant se mit à trembler et, saisi de terreur, s'effondra dans le sofa. Je continuai un moment mes coups féroces contre le plancher, puis je m'approchai de lui et le pris dans mes bras en le berçant avec la plus grande délicatesse possible, pour lui transmettre les informations qui lui manquaient : le père est une source de tendresse, de protection et de compréhension.

Après cette « comédie », nous pûmes continuer le travail de manière bien plus utile que si nous nous étions limités à employer le langage seul : nous avions ainsi économisé des années de thérapie.

Ce qui m'a poussé à réaliser des actes de ce type fut l'expérience que j'avais acquise auprès de divers guérisseurs, rebouteux et chamans. Au Mexique, j'avais accompagné Pachita dans un grand nombre de ses « opérations » magiques où, utilisant un couteau de chasse qu'elle ne se

donnait pas la peine de désinfecter, elle éliminait cancers, viscères malades et toutes sortes de pathologies. Je m'étais également fait masser par doña Magdalena, une sainte mystérieuse qui transmettait par ses mains des états spirituels sublimes. À Temuco, au sud du Chili, j'avais participé à des rituels où les *machis* mapuches guérissaient des malades en fortifiant leur esprit grâce à l'énergie solaire. Ces thérapies primitives m'avaient permis de constater que le corps accepte métaphores et symboles comme des éléments réels…

Les opérations de Pachita, que nombre de gens considéraient comme « miraculeuses », étaient peut-être des simulacres : un pincement lui permettait de créer l'illusion qu'elle ouvrait le corps de son couteau, le sang qui coulait ne sortait pas de la blessure supposée, mais d'une fiole cachée dans sa manche. Le malade, allongé sur une table, éclairé par une bougie vacillante, avait auprès de lui cette femme imposante, vêtue d'une cape aztèque, qui parlait d'une voix d'homme et en état de transe… Tout cela lui inspirait une terreur qui le faisait régresser à un niveau enfantin, et provoquait en lui la certitude d'être opéré pour de bon. Lorsque la *machi* demandait à son patient de lever les mains vers le soleil et de recueillir dans ses paumes l'énergie divine, pour ensuite frotter les parties malades de son corps, elle usait avec sagesse de cette sensation qu'a le corps, en tendant les bras, d'établir un lien réel.

Pendant le tournage de mon film *El Topo*, j'ai vécu huit semaines avec deux acteurs exceptionnels : l'un n'avait pas de jambes, l'autre pas de bras. Tous deux m'ont confié que, bien des années après avoir perdu leurs membres, ils les sentaient encore. Le cul-de-jatte avait sans cesse mal aux jambes et le manchot sentait de fréquentes démangeaisons dans ses bras. Ces témoignages m'ont convaincu qu'il existe dans notre cerveau un **corps fantôme** tout entier, invisible mais bien réel dans la sensation. J'ai appris plus tard que des mutilés peuvent sentir une oreille fantôme, un nez fantôme, des seins, un pénis fantômes. Mais c'est l'ouvrage de V.S. Ramachandran, directeur du Center for Brain and Cognition de l'université de San Diego, Californie, qui a achevé de me convaincre que ma théorie était juste, et que ce corps fantôme n'était pas seulement la mémoire d'un corps passé et vécu : dans *Phantoms in the Brain* il cite le cas d'une petite fille née sans avant-bras qui avait des mains fantômes quinze centimètres plus bas que ses moignons, et qui se servait de ses « doigts » pour calculer et résoudre des problèmes d'arithmétique. Mon hypothèse est que le corps

fantôme est en réalité notre double subjectif, à la fois réceptacle des expériences vécues et potentiel du corps parfait dont nous avons parlé dans la 5e partie de cet ouvrage : en quelque sorte, **le corps de l'Être essentiel**.

C'est le corps fantôme qui accepte les symboles et les actes métaphoriques, identifie un élément avec un autre et lui donne ses qualités. Tout changement qui se produit dans le corps fantôme se reproduit dans l'organisme réel. C'est ce dont les chamans se servent pour accomplir des guérisons surprenantes chez leurs clients primitifs et superstitieux. Dans la langue mapuche, « pratiquer la médecine » se dit *ampin*. *Pin* signifie « exécuter une guérison », et *am* désigne le second corps, subtil et éthérique, conçu comme une copie exacte du corps physique. Pour les Mapuches, l'altération ou le déséquilibre exprimés par une indisposition ne réside pas dans l'organe malade, mais dans son double animique qui est responsable de maintenir l'être en vie.

Pachita, pour faire croire qu'elle extirpait une tumeur avec son couteau sans fil, montrait un morceau de viande trempé dans du sang de poulet. La *machi* arrachait la maladie de l'abdomen de son patient sous forme de pierres, épines, petits têtards ou reptiles. J'ai déjà raconté comment le guérisseur Carlos Said donnait, à quelques centimètres de la peau du patient, d'énergiques coups de couteau pour couper les liens invisibles avec la personne qui, selon lui, lui avait envoyé la maladie.

C'est ainsi que pour vaincre les résistances des consultants rationnels enfermés dans leur abus, je me suis proposé d'appliquer des techniques semblables, mais sous une forme qui ne soit pas superstitieuse.

J'ai alors découvert que même si l'intellect ne croit pas à ces « illusions », le corps, qui se passe de toute logique, leur fait confiance. J'ai obtenu de bons résultats avec des personnes déprimées en leur demandant de visualiser leurs expériences négatives et leurs sentiments douloureux collés à leur corps, formant une membrane qui les empêchait de communiquer avec le monde. Ensuite, avec un coupe-papier en os ou un couteau en plastique, je leur raclais la peau, centimètre par centimètre, comme pour décoller cette membrane étroitement amalgamée à leur corps. Ce grattage du corps entier, effectué avec une attention et une conviction intenses, pouvait durer jusqu'à trois heures. Que le consultant ait ou non été incrédule au départ, il ressentait une grande libération.

Parfois il m'est arrivé d'avoir recours à des tatouages pour résoudre des nœuds émotionnels, psychologiques ou physiques. J'ai ainsi proposé à un consultant qui souffrait d'une scoliose douloureuse de se faire tatouer dans le dos un enfant heureux. À une survivante du cancer du sein, j'ai suggéré de tatouer une belle rose sur sa cicatrice. À un convalescent terrifié d'avoir subi une attaque cardiaque, j'ai conseillé de se tatouer sur cette région du corps un dragon, fort symbole de pouvoir qui l'aiderait à se maintenir en bonne santé.

Durant mes conversations avec les deux acteurs d'*El Topo*, quelle ne fut pas ma surprise d'apprendre que Juan sentait toujours sa montre à son poignet et que Pedro sentait à ses pieds les bottes qu'il portait le jour de son accident. J'ai ainsi découvert qu'un objet, s'il reste un certain temps serré contre le corps, est absorbé par le double psychique qui le considère comme faisant partie de lui.

J'ai appliqué cette hypothèse pour créer ce que j'ai appelé des **opérations psychochamaniques**. Ayant constaté que ce qui est perçu par les yeux peut l'être d'une autre manière par le toucher, j'ai éliminé tous les artifices de prestidigitation destinés à tromper la vue et l'ouïe et je me suis directement adressé aux perceptions reçues par la peau. Ma consultante pouvait bien voir que l'entaille que je prétendais faire dans son corps n'était que la pression d'un couteau en bois, que ce que je lui présentais comme du sang n'était que de l'eau tiède, et que la tumeur que je feignais de lui ôter était en réalité un morceau de bifteck que je venais de presser contre son sein pendant huit minutes, mais elle sentait que je tranchais véritablement dans ses chairs, que du sang réel en surgissait et que je faisais disparaître une véritable tumeur.

Un homme est venu me consulter : en Algérie, il avait été témoin de l'assassinat de ses parents, et depuis il souffrait d'une douleur aux yeux qu'aucun traitement n'avait pu calmer. Je lui ai proposé de nettoyer ses yeux de ce souvenir qui les infectait. Pour ce faire, j'ai plongé deux petites éponges dans du lait de riz tiède, et, lui demandant de ne pas ouvrir les yeux jusqu'à ce que je l'y engage, j'ai placé ces éponges sur ses paupières, en les y appuyant pendant quelques minutes. Puis je lui ai annoncé qu'avec un couteau, j'allais lui sortir les globes oculaires pour les laver. En appliquant le manche d'une cuiller sous les éponges, j'ai fait le geste de creuser, millimètre par millimètre, jusqu'à faire mine de les sortir de leurs orbites avec un certain effort. Près d'une de ses oreilles, je tenais un verre plein

d'eau, et de l'autre main j'y ai introduit les éponges. Je les ai lavées et essorées en faisant le plus de bruit possible. Je lui ai ensuite posé les éponges propres et plus légères sur les paupières, j'ai appuyé comme si je les remettais dans les orbites, puis je les ai escamotées dans la paume de ma main. Enfin je lui ai demandé d'ouvrir les yeux, en lui disant qu'ils étaient désormais lavés de leur douloureux souvenir. En soulevant les paupières, il a constaté que sa douleur avait disparu. Il a éclaté en sanglots. Une fois calmé, je lui ai demandé d'aller enterrer les deux petites éponges et de planter par-dessus une plante fleurie.

Pour un autre consultant, j'ai introduit de la viande de porc dans son anus puis j'ai fait mine d'extraire des excroissances internes dont il craignait qu'elles soient d'origine cancéreuse. Les excroissances ont rapidement disparu.

Ces opérations fictives se sont ensuite enrichies d'aspects théâtraux qui résolvaient des problèmes de l'arbre généalogique. Par exemple, un homme souffrait depuis dix ans d'une douloureuse inflammation du genou droit. En analysant son arbre, je me suis rendu compte qu'il portait un conflit irrésolu avec son père. Je lui ai demandé d'acheter à la boucherie un os à moelle symbolisant son genou enflammé. Je l'ai fait se coucher nu et j'ai pressé l'os à moelle pendant huit minutes contre son genou. J'avais demandé à un assistant, vêtu d'un T-shirt où était imprimée la photo du père de mon consultant, de s'agenouiller devant lui, le front touchant le sol. Pendant que, muni d'un couteau denté, je faisais mine de scier l'os, de l'ôter et d'en mettre un autre à la place, le consultant devait donner des coups de poing sur le dos de son « père » (protégé par un coussin) tout en poussant des cris et en proférant des insultes. Les imprécations se mêlaient à des sanglots. Une fois l'opération terminée, le consultant a pris son « père » dans ses bras. La douleur qui l'avait torturé pendant dix ans a disparu pour toujours.

On parle abondamment de l'amour pour le père ou la mère, mais on évite de mentionner un autre sentiment intense qui accompagne toujours l'amour : la terreur. Dans la Bible, Jéhovah est terrifiant. Le peuple mexicain a transformé la bienveillante et aimante vierge de Guadalupe en Sante Muerte (Sainte Mort), la dépouillant de sa chair pour la transformer en un squelette effrayant. Kali, l'autre face de la blanche et douce Parvati, est l'Obscure, la Noire, la Déesse suprême des hindous, épouse terrible et implacable de Shiva qu'elle incite à batailler et à détruire. Jésus-Christ n'est

pas seulement pacifique : il a le pouvoir, par la pensée, de faire sécher un arbre ; il enferme des démons dans des porcs et les pousse à se suicider, et à la synagogue il admoneste avec une grande violence un esprit immonde qui possède un homme, et l'expulse de son corps.

Il est possible que la création de dieux à la fois aimables et terrifiants prenne racine dans l'amour et la terreur inspirés par les parents, représentants principaux du clan. À Temuco, lorsque j'ai demandé à une *machi* réputée quel était le premier pas de ses guérisons, elle m'a répondu : « Je demande avant tout qui est le propriétaire du malade. C'est généralement quelqu'un de sa famille, qui doit payer pour sa guérison. S'il n'a pas de propriétaire, je ne peux rien faire pour lui. » L'esprit se libère le premier de cette appartenance à la famille, mais le corps reste lié au clan, parfois durant toute la vie. La *machi* a ajouté : « Pour guérir, la première condition c'est que le patient veuille guérir. » De même dans l'évangile de Saint Jean (ch. 5), Jésus, avant de guérir le paralytique en lui disant : « Prends ton grabat, lève-toi et marche », lui demande : « Veux-tu guérir ? » Une fois que le malade lui a répondu par l'affirmative, le Christ peut produire le miracle. Quelle est la base essentielle de ce désir de ne pas guérir ? Quel rôle joue la terreur dans notre vie ?

Pendant le tournage de mon film *Tusk*, en Inde, j'ai vécu avec un groupe d'éléphants domestiqués. Les jeunes pachydermes destinés à la domestication restent étroitement unis à leur mère jusqu'à l'âge d'au moins quatre ans, et ne laissent personne les approcher. Au moment du sevrage, ils luttent férocement pour ne pas être séparés d'elle. Lorsque les éleveurs finissent malgré tout par détacher l'éléphanteau de sa mère, il devient triste et cesse de s'alimenter. Au bout de quelque temps (parfois des semaines), il choisit entre accepter la séparation et mourir. S'il se décide à vivre, il commence alors à travailler avec le groupe d'éléphants adultes.

Nous autres humains sommes terrifiés, dans l'enfance, non seulement par les nécessités matérielles et l'existence des autres, mais aussi par le mystère que représente le fait d'être en vie dans un monde infini où tout est éphémère. C'est aux parents qu'il revient d'implanter des limites dans l'esprit de l'enfant, chose absolument nécessaire sans laquelle il deviendrait fou, se voyant plongé dans l'impensable. Lorsque j'avais cinq ans, j'ai subi un abus de la sorte. Un curé m'avait offert une médaille de la Vierge Marie. Je suis allé la montrer à mon père, tout heureux, mais il m'a pris par la main, m'a entraîné vers les latrines et a jeté la médaille dans la cuvette en

disant avec rudesse : « Dieu n'existe pas et les déesses non plus ! Un jour tu vas mourir et tu pourriras ! Il n'y a rien d'autre ! » Ces paroles m'ont arraché à l'enfance et enfoncé dans une angoisse qui devait durer jusqu'à mes quarante ans.

S'il est vrai que les limites reçues par le cerveau enfantin sont nécessaires, elles correspondent aussi au niveau de Conscience limité du clan. Les Jeunesses hitlériennes, en inculquant le nazisme à des enfants de six ans, ont commis un abus intellectuel majeur, le même qu'en toute bonne foi commettent certaines communautés dites « spirituelles » en inculquant leurs croyances à des enfants en bas âge. Ce type d'éducation est si fréquent que l'on peut dire que les abus intellectuels commencent dès la naissance, à la crèche, à l'école maternelle, pour se poursuivre tout au long de la scolarité.

Si en devenant adultes nous conservons ces limites infantiles, elles nous amènent à ne pas nous aimer, à vivre insatisfaits, sans liberté, dans des espaces limités, avec l'angoisse de vieillir et de tomber dans la misère, voués à la compétition, tentant de paraître au lieu d'être, consommant des biens inutiles, acceptant comme une fatalité les guerres, la faim dans le monde et les différences sociales, gaspillant l'énergie commune, empoisonnant la planète, nous droguant de mille et une manières pour oublier que tout est passager, que l'espace est infini et le temps éternel, que la mort est un mystère inévitable.

L'adulte infantile, par terreur vis-à-vis du monde, s'accroche aux principes inculqués par la famille. Même si le clan l'a maltraité et l'a soumis à divers abus, il lui a aussi fabriqué une individualité qui le sépare du Moi profond qui l'unit à tous les autres, l'isolant de l'univers menaçant et incompréhensible. Cet enfant persistant, qui a peur d'être ce qu'il est et non ce que ses parents voulaient qu'il soit, est habité par une terreur plus grande encore : la terreur de soi-même. Car se reconnaître comme adulte signifierait se désidentifier de l'intellect, cesser de juger, changer de système de croyances, accepter que rien n'est personnel, qu'avant d'être individu on est humanité.

C'est ce désir de demeurer enfant pour ne pas assumer la responsabilité et la Conscience cosmique de l'adulte qui provoque chez tout malade la résistance à guérir. Accepter le Moi profond, l'Être essentiel et transpersonnel, sans fanatisme patriotique, sans définition sexuelle, ni âge,

ni nom, ni étiquette, se défaire de la soumission à la famille et atteindre la liberté est une perspective angoissante.

Le psychochaman, acteur sacré dépourvu de sadisme et du désir de dominer, mais aussi de tout doute et de toute peur, incarne le possible Moi supérieur du consultant, et comme une mère-père terrible, fait émerger des profondeurs de l'Inconscient la terreur enfantine cachée. En même temps que cette terreur surgit la douleur réprimée consécutive à l'abus familial. L'identité infantile se présente soudain telle qu'elle est : un ensemble de limites artificielles. On lui donne, grâce au châtiment métaphorique, la possibilité d'exprimer sa colère. Cette prise de conscience restaure l'identité réelle. L'adulte, dévalorisant les représailles de la famille, cesse de se faire du mal. En démolissant la carapace de ses préjugés, l'ego infantile se fond dans l'Être essentiel.



Dans l'arcane XXI du Tarot de Marseille, le Monde, nous voyons quatre personnages symboliques : trois pourvus d'une auréole (un ange, un aigle, un lion) et un quatrième sans auréole, un animal de couleur chair, identifié par la tradition comme un bœuf, un taureau ou une vache.

Les personnages auréolés représentent des énergies spirituelles. Le ruminant est l'animal du sacrifice (c'étaient des bovins que l'on sacrifiait de préférence sur les autels de l'Antiquité). Il est le symbole de l'ego dont le rôle consiste à s'effacer peu à peu : lent sacrifice au bénéfice de la part divine, source vitale de notre être.

Pour recouvrer la santé il faut **se libérer de l'ego infantile, mais pas l'éliminer**, comme le recommandent certains thérapeutes-gourous. Cet ego offre des limites empêchant la psyché de se perdre dans l'immense océan mental qui renferme une multitude de personnalités, des abîmes remplis de pulsions inconscientes, des rêves angéliques mais aussi des cauchemars, des sentiments sublimes et des désirs destructeurs. Lorsqu'on ne donne pas à l'ego la possibilité de se transformer, il lutte pour se maintenir et enfle de manière démesurée. Au lieu de se laisser guider par l'Être essentiel, il lui impose ses limites. Cela produit des désirs confus, une insatisfaction incessante, un égoïsme cynique, des souffrances, des peurs, de l'envie, des colères, des maladies. L'ego infantile est un mystificateur, il nous maintient à la surface de nous-mêmes en nous faisant croire que nous sommes ce que nous voyons de nous. Bien dompté, il finit par offrir son énergie à l'Être essentiel. C'est l'instrument indispensable pour que nous développions notre Conscience divine, que nous cessions de nous vivre comme des victimes.

Alors que pour l'homme occidental la maladie est un événement corporel, dans le chamanisme on la considère comme une **errance de l'âme**. Le chaman doit retrouver l'âme perdue, la rendre au corps et procéder à l'expulsion des démons. La récupération des forces physiques dépend étroitement de la restauration de l'équilibre des forces spirituelles. L'égoïsme se transforme en générosité, en gratitude envers l'univers entier, en compassion pour tous les êtres vivants, en confiance en soi et dans l'humanité, en reconnaissance de la Conscience divine.

De l'erreur à l'abus

Émerger des conditionnements de l'arbre généalogique

La notion d'abus est à la fois soumise à l'appréciation individuelle (comme dans la formule « Je trouve que tu abuses ») et à celle de la culture et de la société : selon les époques, les lieux et les coutumes, ce qui est considéré ici comme un abus sera ailleurs une pratique courante. C'est ainsi que le travail des enfants, l'union sexuelle entre adultes et adolescents ou préadolescents, les châtiments corporels, les mesures de rétorsion imposées aux prisonniers politiques ou civils, le statut social ou familial de la femme, l'esclavage ou le servage, pour ne citer que quelques exemples, peuvent être considérés ici comme des pratiques fédératrices et là comme des débordements abusifs, punis par la loi.

Au moment d'aborder l'abus et ses conséquences dans la perspective métagénéalogique, il nous faut donc préciser ce terme. L'étymologie latine du mot nous renvoie au verbe *abutor* dont la plus ancienne signification est « user jusqu'à disparition complète, épuiser », puis « user librement de » et « faire dévier l'objet de sa destination première ». Cicéron l'emploie déjà pour désigner l'acte de « détourner un mot de son sens » et César pour « abuser de la vie de ses soldats » (c'est-à-dire les envoyer au massacre).

Dans le langage courant, le terme d'« abus » désigne aujourd'hui encore un usage excessif ou mauvais de quelque chose, un désordre, une déviation. Ainsi, pour la loi française, l'« abus de pouvoir » est l'acte d'un fonctionnaire qui outrepasse son autorité, et l'« abus de confiance » un délit que l'on commet en trompant la confiance de quelqu'un. Mais il nous faut

aussi considérer l'usage vieilli du verbe « s'abuser » : « se tromper », encore en vigueur dans la locution française « si je ne m'abuse ».

On voit donc que la notion d'abus renvoie en creux à un usage modéré, juste, équilibré ou pertinent : tout ce qui n'est pas erreur ou excès.

Pour déterminer les abus dont ont souffert les membres d'un arbre généalogique, et jusqu'aux abus qui nous ont marqués personnellement, il est donc nécessaire d'établir ce que serait la relation juste et pertinente entre les membres d'une famille dans les quatre centres. C'est ce que nous avons fait jusqu'ici, en nous proposant de redéfinir ce que pourrait être idéalement le lien familial et les conditions d'éducation d'un enfant.

Dans cette logique, nous appellerons **abus** tout ce qui s'éloigne radicalement de cette relation idéale, que ce soit en excès ou en manque. En d'autres termes, nous allons redéfinir l'abus dans les quatre centres comme **le fait de ne pas avoir reçu ce qui nous correspondait à un moment donné, ou au contraire avoir été confronté trop tôt, ou dans des proportions exagérées, à quelque chose que l'on n'était pas prêt à recevoir.**

Le champ est vaste, car en vertu de cette définition, chacun d'entre nous a vécu des abus à un moment ou à un autre.

Précisons donc certains points.

- L'abus ne peut concerner que des faits infligés à un enfant vulnérable et non autonome par les adultes qui en ont la charge. En d'autres termes, si un frère aîné de dix ans frappe de manière répétée un frère cadet de huit ans, l'abus est en réalité à imputer aux parents, qui n'ont pas su gérer le conflit entre les deux enfants. Si on se sent abusé à l'âge adulte par un conjoint, un collègue, une personne de son entourage, un thérapeute, il est utile de chercher quel abus précédent cette situation reproduit : c'est toujours l'enfant persistant qui est abusé par l'adulte. À ce titre, les relations avec une « personne de pouvoir » (chef, gourou, thérapeute) sont souvent l'occasion de revivre et reproduire des abus vécus dans l'enfance dont on n'a pas forcément conscience.
- La responsabilité du parent ou de l'adulte éducateur vis-à-vis de l'enfant détermine sa participation à l'abus, au même titre que ses gestes directs. Ainsi, toute complicité silencieuse (par exemple, la mère qui « ferme les yeux » sur l'abus sexuel perpétré par son mari

ou son conjoint sur les enfants) est abusive. Il s'agit d'un abus par défaut, de l'ordre de la non-assistance à personne en danger. De même un parent qui s'autodétruit par les drogues, l'alcool ou tout autre moyen face à son enfant est un parent abusif, puisqu'il ne remplit pas ses fonctions parentales.

- L'abus concerne soit un acte traumatisant ayant eu lieu une ou quelques fois, soit un acte en apparence « innocent » mais dont la répétition et/ou la combinaison avec d'autres actes de même nature finit par créer un climat abusif bien déterminé. À l'image du supplice de la goutte d'eau où une seule goutte frappant au même endroit des milliers de fois peut entraîner la mort, des plaisanteries agressives ou des humiliations quotidiennes dirigées toujours vers le même enfant représentent un abus aussi grave qu'une blessure ou un viol.
- L'abus n'est pas forcément volontaire ou délibéré ; une erreur peut avoir des conséquences graves, et la persistance dans une erreur peut constituer un abus. Par exemple, un parent qui « ne sait pas » certaines choses, ou qui applique aveuglément les règles d'éducation caduques et toxiques qu'on lui a infligées le fait en général avec les meilleures intentions du monde, mais le climat d'éducation de l'enfant n'en est pas moins abusif.

Dans la perspective métagénéalogique, on pourrait dire que **tout abus vient d'un manque de Conscience**, et que toute éducation vécue de la sorte comporte immanquablement des abus. Nous allons voir en détail, dans ce chapitre, comment reconnaître les abus qui nous ont été infligés, comment ils s'incrustent en nous jusqu'à faire partie de notre identité, et comment s'en libérer aussi bien sur le plan psychique que sur le plan corporel, car le corps garde les traces de tout abus qui n'a pas été résolu. Pour sortir durablement de l'abus, il faut retrouver son corps essentiel, un corps vivant où les mémoires négatives sont remplacées par des informations pertinentes, et qui sert d'ancrage dans le présent.

Principes de l'abus

La notion d'abus, dans la psychologie contemporaine, renvoie principalement à l'abus sexuel : c'est en général un acte par lequel un individu physiologiquement mature séduit ou contraint une personne encore immature à avoir avec lui des relations sexuelles. Il est paradoxalement plus

aisé à identifier que d'autres formes d'abus, car il évoque d'emblée un décalage physique. Cependant son impact psychique est considérable même s'il est plus délicat de mettre en évidence le hiatus entre la psyché en formation d'un enfant et celle, déjà stable, du parent qui lui impose un mode de relation destructeur (que ce soit par des coups, des actes humiliants, l'obligation de travailler au-delà ses forces, ou en abusant de sa dépendance psychologique pour lui imposer des confidences ou des conflits que l'enfant est incapable de gérer de manière autonome).

Tout abus crée, dans le psychisme de l'enfant qui l'a subi, une sorte de **possession** : il marque la victime et devient une **obsession**, une phobie ou une fixation que la personne, incapable de se détacher du traumatisme qu'elle a vécu, tend à reproduire soit directement (en se faisant subir de manière répétée ce qu'on lui a fait subir, ou en le faisant subir à d'autres), soit indirectement (en cherchant à s'en éloigner par tous les moyens et, ce faisant, en maintenant l'abus au centre de ses préoccupations).

Or, comme nous l'avons vu, nous reproduisons en permanence l'ambiance émotionnelle de notre enfance : nous nous traitons nous-mêmes comme on nous a traités. La plupart des problèmes apparemment insolubles peuvent être interprétés comme une répétition d'une situation enfantine (conflits sans fin, impossibilité d'être heureux en couple, tendance à se lier avec des personnes absentes ou incapables d'aimer…), les archétypes familiaux de l'enfance se projetant sur des personnes du présent.

En vertu du processus de répétition, une personne qui, enfant, a été traitée durement, recherchera des partenaires de vie qui la traiteront avec la même dureté, pour s'employer de toutes ses forces à les rendre aimables. Si par miracle elle obtient le résultat voulu, son partenaire perdra toute grâce à ses yeux et elle le quittera. De même, on s'entiche d'un homme ou d'une femme marié(e), projetant sur cette personne son parent de sexe opposé auquel on est lié par un nœud incestueux, mais si cette personne se sépare de son conjoint, on s'en désintéresse.

Les sentiments enfantins, le traitement qu'on nous réserve forment notre individualité. Même si ces expériences sont douloureuses, elles sont le lien qui nous unit à la famille. Quelque terrible et dramatique que soit la vie familiale, elle nous offre le plaisir et la sécurité essentiels d'appartenir à une tribu. Avoir un père insensible, une mère dominante ou destructrice, des parents toxiques, sont autant de plaisirs : le plaisir d'être attaché, d'être uni. Plaisir inconscient et paradoxal qui modèle la psyché enfantine et, partant,

la construction de l'individu : une fois devenu autonome et mature, celui-ci sera poussé à reproduire avec les autres (en particulier ses enfants) ce qu'on lui a fait subir et ce qu'on ne lui a pas donné.

En résumé :

- Je me fais ce que l'on m'a fait. Je ne me donne pas ce que l'on ne m'a pas donné.

Exemples : Une personne abusée sexuellement se masturbe compulsivement sur des scénarios rappelant l'abus. Une femme qui a eu un père alcoolique et violent épouse un homme alcoolique et violent.

- J'inflige à d'autres ce que l'on m'a infligé. Je suis incapable de donner à d'autres ce que l'on ne m'a pas donné.

Exemples : Une personne abusée sexuellement dans l'enfance grandit habitée par une pulsion pédophile et passe à l'acte sur des enfants de son entourage. Une femme abusée par son beau-père et que personne n'a aidée ou écoutée à l'époque « ne se rend pas compte » que sa propre fille née d'un premier mariage revit exactement la même histoire, vingt ans plus tard, avec son deuxième mari. Un homme qui n'a eu aucune relation avec son propre père, disparu au moment où sa mère était enceinte, devient à son tour un père absent.

- Je m'interdis pour toujours ce qui me rappelle de près ou de loin l'abus. Je coupe les autres de ce qui me rappelle de près ou de loin l'abus.

Exemples : Une femme violée en réunion par des adolescents à l'âge de douze ans passe trente ans en thérapie sans réussir à trouver le chemin de l'orgasme. Une personne ayant eu des parents alcooliques interdit de manière implacable à son conjoint et à ses enfants de boire la moindre goutte d'alcool.

Pourquoi ces répétitions ? Parce que en réalité l'enfant abusé est un être assoiffé de tendresse, d'attention, habité par la nécessité fondamentale d'être pris en compte. L'abus familial devient le seul lien connu, la seule manière de se relier à ceux dont on espère l'amour. L'enfant, pensant qu'il mérite tout ce qui lui est infligé, intègre l'abus à sa propre identité puisque c'est la seule manière qu'il connaisse d'appartenir au clan. Si l'abus est la relation principale que l'on a eue avec un parent ou un proche, il est à la

fois **insupportable et voluptueux**. Insupportable parce que la Conscience se sait flouée, mais voluptueux parce que la répétition de l'abus a durablement pris la place des archétypes parentaux, indispensables à l'équilibre psychique.

Mon « père » ou ma « mère » intérieurs sont cette violence, ce trouble, cette colère, cette insatisfaction, cette interdiction, cette douleur, cet envahissement, etc., que je tends à répéter. La répétition est à la fois rassurante (rien ne change, l'ambiance des années enfantines n'est dérangée par aucune innovation angoissante) et douloureuse, car elle s'accompagne d'un sentiment de culpabilité et de honte. Tous les abus obéissent peu ou prou au même mécanisme : ce qu'on nous a fait, nous continuons de le faire, et ce dont on nous a privés, nous en perpétuons la privation. C'est tout le piège de l'arbre généalogique, de ses erreurs et de ses manques, qui se concentre dans le processus de l'abus.

Les parents immatures

L'abus peut provenir de trois sources :

- **Une erreur,** c'est-à-dire un manque de Conscience. Cette erreur a lieu à un moment donné (par exemple, le parent inflige à l'enfant une punition injuste) et n'est pas réparée (le parent oublie ce qu'il a fait, alors que dans l'esprit de l'enfant l'injustice demeure).
- **La persévérance dans l'erreur :** de manière répétée, croyant bien faire, on impose des actes, des croyances, des modes de relation contre lesquels l'enfant va protester à sa manière, mais on refuse de voir cette protestation, ou on est incapable de comprendre à quoi elle s'adresse. En réalité, cette persévérance dans l'erreur relève d'une incapacité des parents de remettre en question leur propre héritage. On peut dire qu'ils choisissent la répétition contre la nouveauté, et qu'ils s'interdisent d'essayer d'autres modes de fonctionnement ; or essayer, même au risque de se tromper, est un processus qui conduit à la maturité.
- **L'abus délibéré :** le parent est en réalité conscient d'accomplir un acte nocif pour l'enfant, mais il « ne peut pas faire autrement ». Soit il constate son impuissance (dans le cas d'une addiction par exemple), soit il se justifie avec des phrases toutes faites : « Moi aussi j'ai souffert de la même chose et je n'en suis pas mort », « Les

enfants, il faut les dresser », « C'est de sa faute, il ou elle est insupportable », etc. Ces abus sont toujours des répétitions ou des dérivations d'un abus subi par le parent dans sa propre enfance, et sur lequel il n'a jamais pris le temps ou la peine de revenir. L'enfant devient la solution d'un conflit psychique ingérable.

Tous ces abus proviennent en réalité de l'incapacité des parents à devenir véritablement adultes.

La majorité des abus sont perpétrés de manière involontaire ou inconsciente. Les parents sadiques, délibérément cruels, sont relativement rares, et pourtant nous avons tous été abusés d'une manière ou d'une autre. Il convient de faire la distinction entre les **abus délibérés** (tortures physiques, enfants martyrs, enchaînement de violences dans l'arbre généalogique qui crée un climat de sadisme matériel ou sexuel) et ce que nous appellerons les **abus ordinaires**, perpétrés en toute bonne conscience par des parents inféodés à leur propre généalogie et aux diktats de la société de leur époque. Des parents qui n'ont jamais remis en question les abus dont ils ont eux-mêmes souffert et qui se bornent à passer le relais sans reconsidérer ce qu'ils transmettent peuvent être considérés comme immatures du point de vue de la Conscience.

Il convient ici de faire la distinction entre l'**esprit d'enfance**, plein d'innocence et de créativité potentielle, et l'**infantilité**. Toutes les idéologies artistiques et psychologiques de l'« enfant intérieur » peuvent devenir toxiques si elles font l'apologie d'une infantilité persistante et stagnante. Ce que le zen appelle l'« enfant intérieur » est un appel à conserver l'impulsion primaire de l'imagination enfantine tout en la développant. L'enfance est une étape, de même qu'une graine ou un noyau est appelé à devenir un arbre. On ne peut exalter cette graine que si on se souvient qu'elle n'est en aucun cas supérieure à l'arbre.

Se permettre l'immaturité en tant que parents est la racine de multiples abus. Il n'y a rien de pire pour un enfant que de devoir se comporter en adulte, et rien de plus névrotique pour un parent que de se comporter en enfant vis-à-vis de ses propres enfants. En général, lorsqu'un adulte demeure infantile et névrotique, c'est à la suite d'un traumatisme ou des abus qu'il a lui-même subis dans son arbre généalogique. Mais on peut postuler que chaque génération a le devoir d'accomplir son travail de Conscience et d'arriver à la maturité.

Lorsqu'un adulte infantile devient parent, il a tendance à se décharger sur son enfant des manques qu'il a lui-même subis, et l'oblige donc implicitement à se comporter en parent dès sa naissance et tout au long de son enfance. Mais un enfant n'est pas psychiquement prêt à assumer de telles responsabilités. Il s'agit toujours d'un **vol d'enfance** : l'enfant est arraché à son activité principale, le jeu, qui lui est physiologiquement et psychologiquement indispensable, pour se retrouver projeté dans un monde trop complexe pour lui, forcé de résoudre des problèmes insolubles, ou plus concrètement (dans le cas des enfants que l'on oblige à travailler) d'assumer des tâches trop lourdes pour ses forces.

Cet abus fondamental a pour effet d'étouffer le développement de l'imagination. Faute de l'avoir développée, l'enfant ainsi abusé deviendra plus tard un adulte incapable d'utiliser d'autres ressources mentales que ses capacités rationnelles, et manquant de confiance dans les forces profondes de son Inconscient.

L'immaturité parentale peut prendre plusieurs formes :

Parents enfantins et enfants adultes

Ce sont toutes les situations où les parents se déchargent de leurs responsabilités : ces parents peuvent être irresponsables, alcooliques, drogués ou en dérive, obligeant les enfants à assumer toutes les tâches nécessaires à leur survie physique et psychique. Ce peuvent aussi être des parents obsédés par leur subsistance matérielle, qui forcent leurs enfants à travailler dès leur plus jeune âge, ou encore des parents restés émotionnellement enfantins qui se prétendent le « meilleur ami » de leur fils ou de leur fille et lui imposent avant l'heure des conversations ou des responsabilités émotionnelles hors de proportion.

Tous les enfants vivant cette situation souffrent d'un vol d'enfance. Le piège de ces situations est que l'enfant est généralement fier d'être « utile » aux adultes qui abusent de lui.

Parents enfantins et enfants martyrs

L'immaturité des parents va jusqu'à une totale irresponsabilité. Les enfants vont souffrir directement de cette démission, soit par défaut (les parents ne pourvoient pas à leur éducation, les abandonnent, les confient à d'autres personnes), soit parce que les parents les agressent avec une cruauté plus ou moins consciente (comme dans le cas des enfants

maltraités, torturés, enfermés, systématiquement punis pour des fautes qu'ils n'ont pas commises).

Outre les souffrances endurées, les enfants abusés de la sorte grandissent avec un sentiment d'insécurité constant et une colère souvent rentrée, puisque les parents, irresponsables ou disparus, se dérobent à la confrontation.

Parents enfantins hypernormatifs

Ces parents n'ont pas forgé de vision du monde qui leur soit propre et se bornent à transmettre des normes d'éducation fossiles : interdits sexuels, méfiance vis-à-vis de la créativité, morale caduque et inapplicable, esprit de sacrifice ou méfiance excessive vis-à-vis de l'inconnu… Toutes ces normes mutilantes ne peuvent en aucun cas servir de guide à leur progéniture, et ont pour effet de les attacher à la maison familiale jusqu'à un âge avancé.

Dans certains cas, les normes sont si dures que la séparation est bienvenue : les enfants partent dans le monde expulsés du foyer comme leurs parents l'ont été avant eux, mais restent psychiquement dépendants de la famille (dont l'opinion, la morale, la religion, les croyances les envahissent même à distance).

Dans d'autres cas, les parents exigent une loyauté sans faille au clan familial et créent des liens de convenance qu'il est interdit de remettre en question (un certain nombre de coups de téléphone ou de visites par jour, par semaine, par mois…).

Parents enfantins et enfants infantilisés

Ces parents créent un foyer de contes de fées, en forme de cocon : leur seule manière de devenir adultes est de jouer aux « parents parfaits ». Apparemment idyllique, cette structure familiale ne donne en réalité aucune solution pour émerger de la famille et faire face aux défis de la vie adulte. C'est le syndrome de la « maison idéale » où le goûter est toujours prêt et où l'enfant rentre avec soulagement après une journée d'école qui représente pour lui une angoisse insurmontable. Les parents créent dans la psyché de leurs enfants une haine ou une peur de la société et des adultes, avec le but inconscient de les retenir près d'eux, comme si le développement de la Conscience était une aberration et demeurer enfant la finalité même de la vie. Ils oublient que l'enfance n'est qu'une étape du développement de l'humain. Attachés à la cellule familiale qu'ils ont créée

et incapables de vivre le changement que suppose le départ des enfants, ils peuvent exercer un chantage plus ou moins déclaré : « Si tu me quittes, je mourrai. » Ils font alors peser sur leurs enfants une culpabilité insurmontable, puisque grandir et quitter le foyer leur est interdit.

Les abus institutionnels et leurs conséquences

De même que l'individu répète les abus de l'arbre, l'arbre répète les abus que la société et la culture lui font subir : injustices sociales, misère, morales caduques, régimes totalitaires influent directement sur la famille lorsque celle-ci n'a pas la force d'interrompre le flux toxique de ces abus. Inversement, un arbre toxique, des parents abusifs font du mal non seulement à leurs enfants, mais à travers eux à de vastes groupes sociaux : on peut considérer que les abus dont Hitler ou Staline ont souffert dans leur enfance ont été payés par des millions de gens.

Ainsi, chaque génération conserve des traumatismes qui se reporteront, aggravés, sur la génération suivante. Nombre des problèmes dont souffrent les individus trouvent leur origine dans la **morale**, qui à quelques générations d'écart va se traduire par des souffrances corporelles, sexuelles, créatives ou émotionnelles. La morale est le produit de la **religion**, une loi transcendante s'exprimant par des commandements et des interdits (les Dix Commandements pour les chrétiens, les six cent treize mitsvot pour les juifs, qui spécifient les règles à suivre ; dans le Coran également, nombre de sourates peuvent être interprétées comme des commandements ou des interdits). Mais le plus souvent, les sociétés qui se basent sur ces traditions se bornent à les imposer à l'individu tout en les ignorant dans la gestion de la collectivité : par exemple, les individus n'ont pas le droit de tuer, mais les gouvernements s'arrogent ce droit, via les guerres, la peine de mort, etc. ; on interdit au citoyen de voler, mais les banques, les grandes industries ou d'autres institutions (parmi lesquelles des partis politiques) ne s'en privent pas ; le mensonge est stigmatisé, mais la publicité et la communication politique sont fondées sur le mensonge ; l'habileté d'un avocat ou les moyens financiers mis en œuvre par un plaignant peuvent influer sur la « vérité » qui émergera d'un procès.

Un grand abus de la tradition juive a été d'autoriser les hommes à étudier alors que les femmes devaient rester incultes, absorbées dans les tâches ménagères, sous prétexte qu'elles portaient les textes sacrés dans leur

chair ; l'étude de la Torah était masculine. De même la culture catholique a interdit aux femmes d'officier dans les rites religieux. Cela a produit dans nombre d'arbres généalogiques un abus que nous appellerons **culturel** : on permet de préférence aux fils de s'orienter vers les études en vue d'agir dans le monde, alors que l'on propose aux filles comme valeurs la beauté, la docilité, l'intuition, les préparant nommément ou non à s'occuper des tâches ménagères. Sur le plan sexuel, nombre de traditions diabolisent les pulsions naturelles, mais la vie des puissants ou des vedettes échappe à ces interdits. Certaines religions stipulent qu'il ne faut pas prononcer en vain le nom de Dieu, mais on l'utilise pour justifier et bénir le terrorisme.

La morale, avec ses racines religieuses et superstitieuses, s'oppose à toute guérison individuelle. Devenue une coquille de mots vide de tout investissement personnel, elle peut en venir à défendre l'inverse de ce qu'elle promeut. À force de simplifier les commandements et les interdits, elle rend impossible la prise en compte de la complexité individuelle. Par exemple, comme nous l'avons vu avec l'étude des noyaux et nœuds, ce n'est pas un péché ni un crime que de désirer sexuellement un membre de sa famille : c'est un fait auquel il convient de faire face et qu'il faut accepter pour pouvoir le résoudre, sans pour autant le concrétiser. Ce n'est pas non plus un crime ou une honte, après un abus sexuel, de sentir le désir compulsif de le répéter sous des formes plus ou moins dérivées : c'est une fixation sexuelle qu'il faut accepter et résoudre. Il n'est pas répréhensible de désirer la disparition, voire la mort, d'un frère ou d'une sœur qui accapare la préférence des parents : ce sont des sentiments créés par l'ambiance délétère que les parents font régner dans la famille, en manifestant leur préférence de manière flagrante, et qu'une fois encore il convient de reconnaître pour les résoudre.

Lorsque des prêtres ou officiants d'une religion se retrouvent dépositaires de ces situations complexes, ils peuvent être tentés d'appliquer des solutions toutes prêtes (une fois encore, la répétition du passé contre la salvatrice créativité du futur) à des problèmes individuels. Lorsque, dans le confessionnal, un prêtre baptise « péché » un désir réprimé, il ne lui reste plus d'autre solution que de prétendre l'effacer par l'absolution. Mais dans la plupart des cas, il restera dans l'esprit de la personne une honte persistante et l'incapacité d'accepter ses pulsions telles qu'elles sont.

Il est fréquent que les tenants de la morale religieuse soient eux-mêmes responsables de l'abus. Si de nombreux cas d'abus sexuels sont désormais

répertoriés dans l'Église catholique, on a toutes les raisons de croire que les autres traditions religieuses, dans la mesure où elles imposent une morale sexuelle ultrastricte, favorisent des passages à l'acte du même type. Mais l'abus peut être plus subtil, indirect, et néanmoins ravageur.

Exemple : Une femme vint consulter car depuis l'enfance elle secouait la tête en permanence comme pour dire « non ». En réalité, ce tic avait commencé dans le confessionnal, alors qu'âgée de dix ans, elle avouait des fautes sans gravité. Le prêtre, bien plus intéressé par d'éventuels péchés mortels, la questionnait avec insistance sur ses « pratiques impures ». Elle avait commencé à se masturber depuis quelques mois et, sentant confusément qu'il ne fallait pas en parler au prêtre sous peine de voir cette pratique culpabilisée, elle avait gardé le silence. Mais on lui avait appris que mentir lors de la confession était un acte grave qui risquait de la conduire directement en enfer. Le prêtre, devinant sans doute qu'elle ne lui disait pas tout, avait insisté : « Si tu mens, tu perdras la vie éternelle ! » Le résultat de cet abus (que l'on pourrait à la fois qualifier d'**abus sexuel** et d'**abus spirituel**) était devenu ce tic, un geste compulsif de négation, comme si toute sa vie elle devait s'opposer à la curiosité malsaine d'un prêtre friand de confessions sexuelles. Dans le cas de cette consultante, le traumatisme était si ancré que la prise de conscience de l'origine du tic ne pouvait pas suffire à le désamorcer. Il fallut mettre en scène un acte psychochamanique où, devant une assemblée de témoins, un homme investi d'une autorité morale (en l'occurrence, Alexandro Jodorowsky) reprit le rôle du prêtre. La consultante se résolut à confesser sa masturbation et reçut en conséquence une bénédiction : « C'est parfait, je te bénis de cet acte sain et naturel qui te permettra d'avoir de nombreux orgasmes. » Le tic disparut instantanément et ne revint pas.

La présence du groupe est cruciale dans un acte comme celui-ci, car une assemblée de personnes de bonne volonté, qui se portent témoins de l'établissement d'une nouvelle morale, est indispensable pour contrecarrer la force du groupe social qui pèse derrière toute morale religieuse.

Dans un cas comme celui-là, on peut dire que le curé a été responsable d'un abus (sa curiosité insistante, revêtue de toute l'autorité de l'Église), mais que les parents se sont faits le relais de cet abus en confiant leur enfant à une autorité religieuse sur laquelle ils se sont déchargés de leur propre rôle éducatif. C'est une fois encore un acte d'immaturité parentale.

Identifier l'abus en soi

La conséquence principale de l'abus est un manque de joie de vivre. On peut dire que **l'abus interrompt le mouvement spontané de la vie et de la Conscience**, et nous coupe peu ou prou de ce qui est notre nature véritable.

Cependant, il est souvent plus facile de déceler les abus chez les autres qu'en soi-même. Nous avons vu que l'abus se présente comme une facette de notre identité, et que nous le répétons sans même savoir, la plupart du temps, que nous aurions pu vivre une situation différente. En général, la croissance psychique s'interrompt à l'époque où s'est produit l'abus. Toute une partie de l'individu se bloque à l'âge du traumatisme. On peut donc, par exemple, avoir un âge physiologique de quarante ans, mais réagir émotionnellement comme un enfant. Cela aussi rend l'identification des abus difficile.

Aussi peut-on entamer un travail d'investigation personnelle consistant à se demander : « Quel âge ai-je dans chacun de mes quatre centres ? » Nous avons en effet un âge intellectuel, un âge émotionnel, un âge sexuel et créatif et un âge physique, tous les quatre indépendants de notre âge officiel. On peut par exemple garder en étant adulte un physique de gros bébé. Intellectuellement, on peut être plus jeune ou plus vieux que son âge. On distinguera aussi l'âge avec lequel on fonctionne dans la vie courante de celui auquel on retombe lorsqu'on est confronté à un problème ou à un stress, par exemple, lorsqu'on se met en colère, lorsqu'on est bloqué dans une situation qui nous angoisse, lorsqu'on se retrouve en compétition avec d'autres, etc.

Mais une fois ce profil établi, au moment de se demander quels abus elle porte encore, toute personne de bonne volonté se heurte, plus fort que jamais, à l'idéologie officielle de l'arbre généalogique. En d'autres termes, toute la famille telle que nous l'avons intégrée à l'intérieur de nous s'insurge : « Qui es-tu pour appeler "abus" ce que nous t'avons transmis ? » L'enfant maltraité rétablit l'équilibre en s'imaginant qu'il est coupable des mauvais traitements qu'on lui inflige. Mais si les parents abusifs ne sont pas capables de nous voir comme nous sommes, nous aurons toutes les peines du monde à l'âge adulte à nous voir nous-mêmes. Si on ne m'a pas vu, je suis incapable de me voir. Si on ne m'a pas aimé et accepté, je suis incapable de m'aimer et de m'accepter moi-même. Par ailleurs, ceux que

l'on n'a pas vus, pas aimés, pas acceptés sont incapables de voir, d'aimer, d'accepter qui que ce soit.

Dans le domaine de l'abus, l'arbre pratique le **déni**, et chacun d'entre nous a intégré un certain nombre de dénégations.

Voici une liste non exhaustive de ces **dénégations** et des **réponses** qu'on peut leur opposer en Conscience :

- « C'est comme ça qu'on faisait/qu'on vivait à l'époque. » Mais pas dans toutes les familles. Que ferait-on, en son âme et conscience, si on était aujourd'hui confronté à la même situation ?
- « Mes parents croyaient bien faire. » N'a-t-on jamais protesté ? Comment a-t-on réagi ? Comment ont-ils pris en compte nos protestations ?
- « Ils n'avaient pas le choix. » Pas même celui de changer un détail ? D'expliquer, d'alléger, de communiquer, de présenter des excuses ?
- « Ce n'est pas de leur faute : alcoolisme, drogue, c'est la substance qui parle, ou un responsable extérieur d'une situation qu'ils subissent. » Et qui s'est adonné à cette substance au lieu de se consacrer aux siens ? Qui a subi le joug de ce dictateur, de ce patron, sans trouver de solutions pour l'atténuer ?
- « Mes parents n'ont rien à voir avec cela, ils n'étaient pas au courant d'un abus perpétré par une personne de l'extérieur. » Si la responsabilité des parents est de veiller sur leur enfant, comment pouvaient-ils ne pas être au courant ? Quelle qualité de dialogue existait dans la famille ? Pourquoi n'a-t-on pas pu parler de ce qui nous arrivait ?
- « J'étais un enfant difficile. » Si on visualise un enfant dans la même situation, avec le même caractère, en tant qu'adulte comment le traiterait-on ?
- « Je ne me souviens de rien. » Si on devait écrire une histoire, une fiction sur cet âge ou cet époque, que raconterait-on ?
- « Je l'ai bien mérité. » Ferait-on subir les mêmes punitions à un enfant que l'on aime ? Imaginons les conséquences que cette punition aurait sur sa vie.

En résumé, tout abus se manifeste par une stagnation intérieure : nœud, peur, angoisse, honte, compulsion, tous ces éléments qui nous donnent

l'impression d'être coupés de nous-mêmes, coupables, mutilés, incapables… En général, tout développement empêché correspond à un abus. Pour retrouver son potentiel et pouvoir se déployer dans toutes ses directions, il est donc nécessaire de comprendre quels abus ont laissé leur trace dans nos quatre centres.

L'abus dans les quatre centres

Nous avons vu que la famille est à la fois productrice d'abus, nés de ses conflits internes, et qu'elle se fait également le relais intime de l'abus institutionnel. Nous allons maintenant détailler autant que – possible – comment ces abus se déclinent dans les quatre énergies. En effet, comme tout autre concept, l'abus peut être mieux compris si on l'applique aux quatre dimensions de l'humain. Certes, l'abus sexuel est grave et reconnu, mais qu'en est-il des autres ? Nous allons tenter d'en donner le maximum d'exemples pour illustrer dans chaque centre quels sont les droits et les besoins réels d'un enfant ; quelles attitudes outrepassent pathologiquement ces besoins et négligent ces droits ; quelles conséquences cela peut avoir sur une personne adulte.

Pour étudier l'enchaînement des abus dans l'arbre généalogique, il faut prendre en compte le facteur suivant : nous avons dit que la personne abusée, une fois arrivée à l'âge adulte, a tendance à répéter l'abus car elle reste inconsciemment marquée par le désir de l'acte ou du scénario abusifs. Mais il arrive qu'un abus dans un centre produise un abus dans un autre. Par exemple, une personne qui a été battue et humiliée physiquement peut se tourner vers la violence verbale et abuser intellectuellement de ses enfants. Certains pères qui abusent sexuellement de leurs filles n'ont jamais subi d'abus sexuel, mais ils ont été privés de toute forme de tendresse ou d'amour dans leur enfance et n'ont connu la proximité affective qu'une fois arrivés à l'âge adulte, dans leur sexualité : cet abus émotionnel a produit ensuite un abus sexuel, car devant la tendresse d'une petite fille, ces hommes marqués par une ignorance affective profonde réagissent avec un désir sexuel irrésistible.

L'abus intellectuel

Nombre d'abus intellectuels viennent d'une application aveugle de la morale sociale et religieuse à laquelle se rattache le clan familial.

L'abus consiste à inculquer à l'enfant des concepts qui ont été utiles à une autre époque mais sont devenus caducs (comme certaines morales religieuses antiféministes, racistes ou ancrées dans des interdits désormais dépassés). Ces concepts vont encombrer l'esprit de l'enfant sans jamais lui servir à rien. Les idées reçues peuvent demeurer agissantes pendant une vie entière.

Toute idée doit être modérée selon l'époque et le lieu où elle a été émise, et selon la personne qui les a émises. Par exemple, le concept de liberté représente deux vérités distinctes pour le gouvernant d'un grand pays et pour un esclave. Les concepts changent selon la classe sociale, le climat, le genre, l'orientation sexuelle, etc., où ils sont formulés. Par exemple, le sacrement du mariage instauré au Moyen Âge concernait une population dont l'espérance de vie dépassait rarement la quarantaine. Maintenir le dogme moral de la monogamie stricte dans une société où on vit jusqu'à cent ans suppose une tout autre organisation sociale, familiale, psychique, etc.

Certaines croyances présentées comme des « vérités » renvoient à une idéologie dérivée d'une époque donnée : par exemple, le colonialisme et l'esclavagisme qui ont engendré des idées reçues du type « Les personnes à la peau plus sombre que la mienne sont moins intelligents que moi » ; la position des Juifs dans la société occidentale du XIX^{e} et du XX^{e} siècle, l'idée reçue que « les Juifs sont avares » ; la phallocratie inhérente à l'organisation politique, économique et sociale partriarcale de l'Occident, l'idée reçue selon laquelle « les femmes sont dépendantes et doivent s'occuper de la maison et des enfants ».

L'abus intellectuel peut être comparé à une étiquette que l'on colle sur le cerveau de manière indélébile, et qui produit une **rigidité mentale** : « Si je suis un homme, je dois penser comme un homme, si je suis blanc, je dois penser comme un Blanc. » La base de cet abus identitaire consiste à confondre une personne avec ses activités, son statut, voire avec une erreur qu'elle a commise une fois dans sa vie : « Untel est médecin », « Untel est un imbécile », « Untel est un voleur ».

Par ailleurs, il existe des abus intellectuels propres à une famille en particulier : insultes, critiques, violences verbales… tous les cas où la parole est utilisée comme une arme. Si les coups blessent le corps, les paroles peuvent blesser l'esprit plus durablement encore.

Inversement, avec les meilleures intentions du monde, les parents qui prétendent faire de leur enfant un génie ou un surdoué en lui imposant des apprentissages précoces et envahissants commettent en réalité un abus. On voit ainsi des parents brandir devant des nouveau-nés des cartes illustrées pour leur apprendre du vocabulaire alors qu'ils n'ont même pas commencé à parler, ou imposer à un tout-petit l'apprentissage précoce d'une langue étrangère. L'enfant n'a pas le temps de jouer, d'explorer son propre processus d'apprentissage, il est littéralement envahi par la formation intellectuelle de ses parents. Cela peut provoquer soit des dyslexies, soit une grande agilité intellectuelle mais couplée avec un angoissant manque de confiance en soi.

D'autre part, pour que l'esprit d'un enfant se développe sainement, il est essentiel de laisser se développer sa curiosité. Les parents ou les aînés commettent un abus fréquent en rejetant ou en jugeant les questions que posent les petits : « Tu n'as pas à savoir cela ! », « Laisse-moi tranquille avec tes questions ! », autant d'agressions qui masquent une perplexité, un manque de disponibilité, ou la répétition d'un schéma d'abus vécu par le parent lui-même.

De même, il convient de respecter l'enfant en ne méprisant pas le niveau de développement intellectuel où il se trouve, au lieu de le traiter d'« imbécile » ou de se moquer de lui parce que, par exemple, sa prononciation ou sa syntaxe ne sont pas encore au point. Lorsque les aînés sont jaloux des cadets, ils tentent parfois de les écraser intellectuellement, et les parents doivent être vigilants à ne pas laisser cette rivalité se transformer en abus.

Le mensonge et les promesses non tenues font également partie des abus intellectuels, car ils créent un manque de confiance dans la parole.

L'abus émotionnel

Les abus émotionnels les plus graves concernent **le manque d'amour des parents envers les enfants**. Lorsqu'on projette sur un enfant des sentiments négatifs (haine, colère, jalousie…), cela produit une sorte de

court-circuit psychique. L'enfant ne peut pas accepter (ni « métaboliser » psychiquement) le fait que ce parent qu'il aime sans réserve soit incapable de lui rendre son amour. Il va donc construire un système de défense psychologique fondé sur sa propre culpabilité : « On ne m'aime pas parce que je suis fondamentalement mauvais. » La souffrance de se savoir « nul » ou « méchant » est moins insupportable que le fait de ne pas être aimé, car l'enfant peut alors imaginer qu'au prix d'un effort ou d'un changement radical, il pourra un jour obtenir l'amour de ses parents.

De même, toute situation où les parents privent l'enfant de leur temps et de leur compagnie en le confiant à d'autres personnes est abusive. Même quand ces personnes (famille proche, grands-parents ou nourrice) se comportent avec beaucoup de tendresse vis-à-vis de l'enfant, le résultat est pathologique, car l'enfant recherche avant tout la proximité de ses parents.

Dans le même ordre d'idées, nous avons vu à propos de la naissance qu'il est traumatique pour un enfant de téter un biberon ou le sein d'une autre femme que sa mère : le lait n'est pas le même, les seins ont des consistances différentes. L'instinct animal du bébé exige le sein maternel donné avec amour.

La plupart des abus émotionnels, dans la famille apparemment « normale », viennent des préférences des parents. Dès lors qu'un enfant est ostensiblement préféré aux autres (soit en raison de son sexe, soit en raison des affinités ou des ressemblances avec les parents eux-mêmes, soit parce qu'il est malade, plus faible ou plus petit, etc.), on risque de créer un abus émotionnel. Il ne s'agit évidemment pas d'uniformiser l'amour que l'on porte à ses enfants, mais si une préférence existe, il est urgent de la reconnaître pour équilibrer consciemment la manière dont on traite les uns et les autres.

Tout chantage affectif est également un abus. L'enfant a besoin d'être aimé pour lui-même et non en récompense de ses actions. Toutes les attitudes du type « Je t'aime si tu es gentil, je ne t'aime plus si tu désobéis » ou « Je t'aime parce que tu es bon à l'école » relèvent du chantage, et conduisent l'enfant à sentir qu'il doit mériter ou acheter l'amour de ses parents.

Un autre abus émotionnel consiste à ne pas verbaliser les changements familiaux et les causes de stress, et à prendre l'enfant par surprise ou à refuser de communiquer avec lui. Par exemple, dans le cas d'un déménagement, d'un deuil, mais aussi lors d'une naissance, il est essentiel

de communiquer avec l'enfant, d'écouter son ressenti. Dire à un orphelin : « Ta maman est partie en voyage » est à la fois un abus intellectuel, car c'est un mensonge, mais surtout un abus émotionnel, car on contraint l'enfant à attendre l'impossible retour de la défunte et à se perdre en conjectures sur les raisons de son abandon.

Au moment de l'adolescence, les interventions des parents dans les relations affectives des enfants doivent être mesurées : obliger son fils ou sa fille à se marier contre son gré est évidemment un abus émotionnel et sexuel majeur, mais critiquer sans nuance les amis ou les relations amoureuses de ses enfants est également abusif.

Cacher à un enfant que son père n'est pas son père ou que ses parents l'ont adopté relève de l'abus émotionnel autant que de l'abus sexuel. On touche en effet au tabou de l'inceste : au moment où l'enfant devenu adulte découvre la vérité, il réalise que tous les gestes de tendresse, tous les élans d'amour qu'il a ressentis envers ceux à qui il se croyait lié par le sang s'adressaient en réalité à un homme ou à une femme avec lesquels l'interdit de l'inceste, au sens procréatif strict, n'avait pas lieu d'être. Cela peut créer une confusion durable entre l'amour et la sexualité.

Demander à un enfant de prendre en charge les problèmes émotionnels de ses parents comme s'il était un adulte capable de contenir leur désarroi, leur deuil, leur sentiment d'abandon, est également un abus grave. Dans le cas d'un divorce par exemple, il y a abus lorsque les parents reportent sur leurs enfants à la fois leur rage contre le conjoint dont ils se séparent et leur besoin d'être aimés.

Dans les querelles de couple, obliger l'enfant à prendre parti est un abus émotionnel grave. En règle générale, reporter sur un enfant la colère que l'on éprouve contre son conjoint est abusif (ce peut être le cas d'un enfant né d'un viol conjugal ou simplement d'un mariage entre deux personnes qui ne s'aimaient pas).

Enfin, l'absence de communication émotionnelle, qu'elle soit motivée par l'indifférence ou par un blocage non résolu de la part des parents, est un abus grave, quoique silencieux.

L'abus sexuel et l'abus créatif

L'**abus sexuel** est désormais un sujet d'étude en psychologie, alors qu'il a été longtemps un non-dit majeur. Face à l'arbre généalogique, il faut

évidemment en envisager la possibilité, mais sans chercher forcément à les débusquer, car ce sont parfois des blessures émotionnelles, intellectuelles ou créatives qui pèsent sur la généalogie.

L'abus sexuel consiste dans l'acte par lequel **un adulte ou un adolescent contraint un enfant à une expérience sexuelle avant le temps juste, ou/et l'empêche de connaître cette expérience au moment juste**. Dans tous les cas, l'abus est produit par des parents ou des adultes qui voient l'enfant ou l'adolescent comme un objet sexuel, avec ou sans passage à l'acte. La définition de l'abus sexuel est vaste : ce peut être tout geste ou comportement susceptibles de nuire au bon développement de la personne.

L'abus sexuel peut donc consister en un viol ou une séduction, avec ou sans douleur, avec ou sans plaisir. Il passe aussi par des gestes et des regards apparemment inoffensifs (entrer dans la salle de bains quand l'enfant se lave, l'épier, lui montrer des images pornographiques…) ou par des paroles (imposer à l'enfant des confidences sexuelles). Mais l'interdiction et la culpabilisation de la sexualité sont également des abus : les parents qui surveillent et punissent la masturbation sont abusifs. Tout abus de cet ordre révèle que les adultes voient l'enfant comme un objet sexuel et non comme un **sujet sexué**.

Il faut noter que l'abus sexuel dans le cadre de la famille est souvent dénué de violence et plus comparable à la séduction. L'enfant en manque d'attention et d'amour s'accroche à cet échange, car c'est souvent la seule relation étroite qu'il a avec les adultes de son entourage. Cela le conduira à se sentir complice et coupable de l'abus, ou du secret qui pèse sur ce dernier. Par ailleurs tout abus sexuel engendre une insatisfaction durable : l'enfant soumis à une relation de ce type attend toujours l'amour que l'adulte ne lui donnera pas ; il risque alors, dans sa vie future, de reproduire les circonstances d'un abus similaire, attendant sans fin le même amour qui n'est pas venu dans l'enfance.

Dans la relation mère-fille, l'abus sexuel peut venir d'une absence du père, car c'est à lui qu'il revient d'établir la différence, de couper le lien symbiotique entre mère et enfant et d'informer sa fille qu'elle n'est pas le miroir de sa mère. Lorsque le père a été manquant, pour cause d'absence, de divorce ou de décès, la fille tend à se retrouver en symbiose avec sa mère, et il est fréquent que l'amant de la mère soit tenté de devenir l'amant de la fille, comme si elles partageaient un seul corps, une seule sexualité.

Dans ce cas, comme nous le voyons, les responsables de l'abus sont en réalité au nombre de trois : l'amant adulte qui séduit la fille, la mère par manque de vigilance et acceptation tacite de la symbiose, et le père par son absence.

De même, quand un parent utilise son enfant comme confident de sa vie sexuelle, il établit avec l'enfant un lien incestueux.

Dévaloriser ouvertement le féminin devant une petite fille ou le masculin devant un petit garçon relève aussi de l'abus sexuel : on impose à l'enfant une vision négative de sa propre identité sexuée, qui va le conduire à réprimer l'expression de sa féminité ou de sa masculinité.

En résumé, lorsqu'on parle de l'abus sexuel, il convient de déterminer quelles parties du corps sont concernées ; dans quelle(s) situation(s) l'abus a été perpétré ; quelles paroles et quels gestes l'ont accompagné ; et enfin par quels moyens le responsable a dominé sa victime (menaces, subterfuge, force, violence physique ou verbale, séduction, « prostitution », en offrant sucreries ou divertissement en échange de la relation…).

On parle encore très peu de l'**abus créatif** qui consiste à **interdire à l'enfant de rêver, de développer son talent ou, au contraire, à lui imposer une pratique artistique rigide et à le soumettre sans cesse à la critique**.

En d'autres termes il revient à empêcher une personne de déployer ses capacités, quelles qu'elles soient, et à lui enjoindre des projets ou un destin dictés par le niveau de Conscience limité de l'arbre généalogique.

Les êtres humains ont des talents variés. Une des erreurs récurrentes de la famille est de penser que tous doivent avoir les mêmes talents. Lorsqu'un enfant est différent, il n'est pas rare qu'il soit traité de « taré » ou « traître », et exclu du clan.

Mais inversement, imposer à un enfant l'étude d'un art ou d'un instrument de musique en particulier, le confronter à un modèle d'excellence normatif sans lui laisser développer son goût pour la beauté constitue un abus : on cherche à lui extirper du talent ou du génie, on en fait un petit prodige dont, bien souvent, les réalisations servent surtout à alimenter la soif d'attention des parents. Aucun enfant ne peut se comporter comme un artiste complet avant d'avoir atteint sa maturité psychologique.

Un manque d'attention et d'écoute peut également déboucher sur un abus créatif : chaque enfant est une créature à part, qui doit passer par son

propre processus d'apprentissage, de découverte, au risque de se tromper. Forcer le rythme d'un enfant, le presser ou le ralentir, constitue toujours une intrusion dans la formation de son génie propre.

Il est également important de laisser un enfant développer son goût (par exemple en le laissant s'habiller et décorer sa chambre de la manière qui lui plaît) sans le critiquer. La relation au beau est intime et particulière, et c'est une erreur qui peut devenir un abus que d'imposer à l'enfant ses propres critères esthétiques.

L'abus physique et matériel

Frapper un enfant et lui inculquer la peur des coups, l'éduquer par la terreur, marque durablement son rapport à son corps. De même, les moqueries concernant son apparence physique, son poids, la couleur de sa peau ou ses traits est un abus. Aimer ou détester un enfant en raison de ses ressemblances avec d'autres membres de la famille revient à nier le caractère unique et précieux de son existence incarnée. Un geste en apparence aussi anodin que de lui couper les cheveux contre sa volonté ou de lui imposer des vêtements inconfortables peut représenter un abus.

Sur le plan de la nourriture, sous-alimenter ou sur-alimenter un enfant est un comportement abusif, de même que le forcer à manger (avec des menaces, des châtiments ou des coups) des aliments qu'il déteste.

Tout enfant doit avoir son espace et son temps à lui, ne serait-ce qu'un coin protégé : le fait de tout devoir partager avec les autres et d'être en permanence envahi représente un abus. Enfermer un enfant, l'empêcher de connaître le monde, ou au contraire le brinquebaler en permanence d'un endroit à l'autre sont des comportements abusifs en ce sens qu'ils ne respectent pas le besoin qu'a toute personne d'avoir un territoire de référence tout en étant capable de s'ouvrir sur le monde.

Des parents qui adoptent devant leurs enfants des conduites toxiques et autodestructrices (comme fumer, se droguer, boire excessivement en leur présence) sont en réalité abusifs.

Lorsque l'enfant est malade ou a besoin de soins, le parent qui l'expose de manière excessive à la douleur ou à l'angoisse est un parent abusif : l'enfant doit sentir qu'il peut recouvrer la santé dans une atmosphère protégée.

En règle générale, l'abus physique dépend aussi de la manière dont le partage s'effectue au sein de la maisonnée : l'enfant n'a pas besoin d'être traité comme un roi, mais **de manière juste par rapport aux conditions de vie des autres membres de la maison**. Si on profite de sa faiblesse pour le traiter ostensiblement moins bien qu'un aîné ou un cadet, quelles que soient ses conditions de vie, l'enfant gardera l'impression d'avoir été abusé et floué. Nombre de querelles d'héritage dans de grandes familles industrielles sont fondées sur ces inégalités et préférences enfantines : il arrive qu'un empire financier s'effondre à cause de ces abus passés qui ont marqué la fratrie.

Sortir de l'abus : récapitulation et confrontation

Nous avons vu que l'abus est une sorte de **tatouage psychique**, le dernier piège de l'arbre généalogique, qui nous contraint à répéter des comportements radicalement opposés à la vocation de notre Être authentique.

Face à la multiplicité des abus dans notre propre histoire comme dans celle de nos aïeux, il nous faut adopter une double position : celle de **défenseur** pour soi-même et celle de **témoin** pour les abus que nous décèlerons dans l'arbre généalogique. À ce titre, il est important de comprendre comment on peut, de l'extérieur, aider, écouter et comprendre une personne victime d'abus, non dans le but de s'improviser thérapeute, mais pour pouvoir jeter un regard dénué d'angoisse sur les abus subis par nos parents ou nos grands-parents.

De même que pour pouvoir pratiquer la méditation, il est utile de comprendre le fonctionnement de l'esprit humain, et se déculpabiliser du « dialogue intérieur » incessant qui nous assaille dès lors qu'on s'assoit au calme, de même il faut comprendre le processus de l'abus, qui est universel et présent dans tous les arbres généalogiques, pour pouvoir le débusquer et le dépasser dans notre propre histoire.

L'abusé : un rôle à part entière

Toute personne témoin d'un abus a tendance à réagir à partir de ses propres peurs et de ses propres limites : il est difficile d'entendre un récit d'abus (surtout lorsqu'il s'agit de torture, d'abus sexuel violent, etc.) car on

a tendance à s'identifier à la fois avec la victime et avec l'abuseur. On est fasciné ou horrifié, honteux de sa propre curiosité, on tend à nier les faits ou à se solidariser sans nuance avec la victime. C'est une des raisons pour lesquelles il est très difficile, pour une personne ayant subi un abus caché, de s'en ouvrir à ses proches : la plupart des gens ne savent pas écouter et accueillir un tel récit.

Or la première chose à faire, pour soi comme pour l'autre, c'est d'être capable de **faire face au scénario de l'abus** dans tous ses détails.

Une écoute pleine de compassion (que ce soit l'écoute de soi-même ou celle d'un autre) permet à la personne abusée de vaincre sa honte. La qualité de cette écoute, qui doit à la fois être dénuée de toute curiosité malsaine et de tout jugement, mais rester attentive aux détails de ce qui s'est passé, amène la personne à dérouler ses souvenirs et à sortir du secret lié à l'abus. Bien souvent la personne abusée minimise ce qui lui est arrivé (« Ce n'était pas si grave ») ou le schématise de façon à ne pas se remémorer les détails (« On m'a violé », mais dans quelles circonstances ?). Ainsi la douleur ou les sentiments négatifs produits par cet abus doivent faire partie du récit car ils sont essentiels dans sa – reconnaissance.

Une fois que les faits et le ressenti de la victime sont clairement pris en compte, on a enfin la possibilité d'entrer dans la dimension la plus cachée de l'abus : la personne peut reconnaître en quoi cet abus lui a procuré du plaisir (ou de la fascination, de l'orgueil, un sentiment de grandeur, etc.), en quoi et comment elle se sent poussée à le répéter pour connaître de nouveau cette exaltation. Il n'est pas rare que le scénario de l'abus revienne comme un fantasme (qui accompagne la masturbation dans le cas de l'abus sexuel) ou en rêve. Nous avons parlé de plaisir dans le cas de la victime : si ce terme paraît choquant, il faut le comprendre comme **la manifestation de ce qui en nous cherche la vie et le sens à tout prix**, un écho lointain de l'Être essentiel, de ce qui redeviendra, une fois la guérison accomplie, l'inaltérable joie de vivre. À ce titre l'enfant abusé par un adulte incapable d'établir une relation d'amour véritable participe à la relation qu'on lui propose pour en tirer un réconfort, si minime soit-il.

Pour un écrivain ou un artiste en général, un abus subi peut être une source d'inspiration qui s'ajoute à son imagerie personnelle. Pour une personne mondaine et sociable, il peut se traduire par des plaisanteries récurrentes évoquant des situations semblables à celle qu'elle a vécues, ou au contraire des déclarations de haine envers les personnes qui réalisent des

actes similaires (par exemple une homophobie intense dont la racine est un abus homosexuel).

Dans le cas de l'abus sexuel en particulier, il est essentiel que la personne qui va narrer l'abus à un proche ou à un thérapeute puisse clarifier les circonstances exactes de l'acte ou des actes qu'elle a subis, et dans quelle mesure elle a le sentiment d'avoir participé à cet acte. La guérison, c'est-à-dire le fait de pouvoir laisser l'abus derrière soi, dépend de cette prise de conscience.

Nous avons vu que tout abus sexuel produit plus tard le désir inconscient de le reproduire, de le rejouer, fût-ce, dans le cas d'un abus violent, pour pouvoir infliger une vengeance à l'agresseur. La victimisation des personnes ayant subi un abus sexuel est à double tranchant, car en se limitant à la position de pures victimes (en général sous l'égide d'un thérapeute frileux et honteux qui se range du côté de la morale et ne peut pas envisager cette **adhésion involontaire de la victime à l'acte de son agresseur**), ces personnes risquent de ne pas avoir accès à la clé qui les libérera une fois pour toutes de l'abus, et leur permettra d'interrompre les scénarios de répétition (soit dans leurs relations avec des personnes qui représentent métaphoriquement l'abuseur, soit dans l'annulation pure et simple de leur sexualité).

De ce point de vue, toutes les formes d'abus doivent être traitées sur le modèle de l'abus sexuel : **pour sortir du traumatisme, la victime doit reconnaître la part qu'elle y a prise**, et le plaisir psychique, émotionnel ou physique qu'elle y a ressenti.

La confrontation pour entamer le travail sur l'abus

Toute une branche de la psychologie moderne, fondée en particulier sur les groupes de parole et de soutien, s'est intéressée à la réparation des abus. Nous ne citerons ici que l'excellent ouvrage de Susan Forward, *Parents toxiques*, où cette psychologue américaine a popularisé le principe de la **confrontation**. Se confronter physiquement ou par lettre à la personne qui a commis l'abus est en effet une étape indispensable : par cet acte, la personne abusée dans l'enfance prend sa propre défense en tant qu'adulte et se place d'égal à égal avec celui ou celle qui lui était naguère supérieur(e) en âge, en force ou en influence.

La confrontation telle que nous la préconisons en métagénéalogie est toujours, avant tout, **destinée aux parents**. Si une autre personne de l'entourage nous a abusés (oncle ou tante, frère ou sœur, grands-parents, proches de la famille), il sera également temps de se confronter à elle une fois que la responsabilité initiale, celle des parents, aura été prise en compte.

La confrontation se fait en terrain neutre : ni chez les parents ni chez soi. Elle se fait en tête à tête : même si les parents sont inséparables, il faudra trouver une ruse pour éloigner l'un des deux pendant que l'on convoque l'autre. Si on se sent trop nerveux, on peut prendre un calmant léger. Si on a peur de la personne à qui on se confronte, on peut demander à des amis ou alliés de se poster à une courte distance du lieu de la confrontation et d'être prêts à intervenir pour nous aider.

Si les parents sont décédés, la confrontation peut se faire devant la tombe, ou sur le lieu de dispersion des cendres, ou encore, si quelqu'un dans la famille a conservé les cendres de la personne décédée et refuse de les céder, devant une photo du parent. Les cinq étapes que nous détaillerons ci-dessous doivent toujours être respectées.

Enfin, si l'on a vraiment trop peur de se confronter (soit parce que le parent est considéré comme « terrible », soit au contraire parce qu'il est très âgé, malade, faible, etc.), on peut commencer par le faire soit par lettre, soit avec l'aide d'un thérapeute qui joue le rôle du parent. Néanmoins il est toujours plus efficace d'accomplir, au bout du compte, la confrontation réelle. Même si le parent est malade ou souffre d'une dégénérescence de ses facultés cognitives, la confrontation peut avoir lieu sans violence, avec une calme fermeté : en visant le niveau de Conscience le plus élevé que cette personne est capable d'atteindre, on ne risque en aucun cas de la tuer ou de lui faire du mal.

On peut commencer par prévenir la personne en lui disant : « Je vais te parler d'une manière inhabituelle, mais c'est important pour moi. À la fin je te donnerai l'occasion de me répondre. » Ensuite on formulera l'abus qu'on a subi, les sentiments qu'il a induits, ses conséquences dans notre vie, les souffrances que l'on en garde et enfin la réparation qui nous est due. Sous une apparence de simplicité, c'est un processus qui demande clarté, fermeté et Conscience. On peut le comparer à une sorte de procès où l'on est **à la**

fois la victime et l'avocat, et dont le but ultime est que l'accusé sorte libre et lavé de ses erreurs après s'être acquitté d'une amende.

Nous allons en détailler chaque étape, assortie de deux situations où un fils devenu adulte se confronte à son père, dans le premier cas, pour des abus intellectuel, émotionnel et créatif, et, dans le cas suivant, pour un abus sexuel.

1. « Voici ce que tu m'as fait (et ce que tu n'as pas fait) »

Tel un avocat prenant la défense de l'enfant passé, la personne qui a été abusée récapitule les **faits** et recense de manière exhaustive toutes les circonstances de l'abus. Que ce soit un abus unique (sexuel, émotionnel ou autre) ou une série d'abus ayant émaillé l'enfance, il s'agira de mettre la personne responsable en face de ce qu'elle a **fait et/ou négligé de faire.**

• Abus intellectuel, créatif et affectif : « Tu m'as toujours critiqué, mes actes n'étaient jamais assez excellents pour toi, tu ne me parlais ni ne m'écoutais que pour corriger mes devoirs scolaires, tu étais absent de la maison la plupart du temps et, lorsque tu rentrais, tu ne me manifestais aucune affection. J'étudiais le dessin mais tu ne t'es jamais intéressé à mon art. Jamais je n'ai eu de louanges de ta part. »

• Abus sexuel : « Quand j'avais huit ans, tu as fermé les yeux sur le fait que le voisin m'obligeait à avoir avec lui des rapports sexuels oraux. J'ai tenté de t'en parler mais tu n'as rien voulu entendre. Cela a duré quatre ans, jusqu'au moment où j'ai enfin trouvé le courage de le menacer de tout dire. Il m'a intimidé en prétendant que si je parlais, la honte retomberait sur moi, mais il n'a plus osé m'imposer ces fellations. Tu n'as jamais voulu entendre ce qui m'était arrivé. Tu étais pourtant responsable de moi. »

2. « Voici ce que j'ai ressenti »

L'expression du **ressenti** est extrêmement importante, et demande un travail préalable où la personne devra rentrer en contact avec ses sentiments de l'époque et ce qu'il en reste aujourd'hui. En effet, tout abus suppose que l'abuseur nie tout ou partie du ressenti de l'abusé, sans quoi la relation redeviendrait équitable et l'abus serait impossible. La victime se trouve alors obligée de refouler son angoisse, sa douleur, sa colère ou sa fascination, son plaisir, etc. Ce refoulement perdure jusqu'à l'âge adulte et coupe la victime d'elle-même. Dans la confrontation, il est essentiel de

restaurer la subjectivité de l'abusé et de mettre la personne responsable en face de ce ressenti qu'elle n'a pas voulu prendre en compte à l'époque.

• Abus intellectuel, créatif et affectif : « Je me suis toujours senti nul, j'avais une grande angoisse chaque fois que je parlais avec toi. J'étais aussi très triste que tu ne m'aimes pas, mais chaque fois que tu me parlais, même si c'était pour me critiquer, je me sentais exister, donc j'en venais à attendre tes critiques. J'avais, et j'ai toujours, le sentiment d'être une personne mauvaise et sans intérêt, que personne ne peut aimer. Je porte au fond de moi un grand désespoir. »

• Abus sexuel : « J'avais peur. J'étais dégoûté et souvent j'avais l'impression d'étouffer. Au début, j'étais surtout terriblement en colère, mais comme ça ne servait à rien, j'ai fini par ne plus rien sentir. En même temps, d'une certaine manière j'étais fasciné par ce secret qui m'était imposé. Vis-à-vis de toi et du reste de la famille, j'avais honte et surtout je me sentais coupé de vous. »

3. « Voici ce que cet abus a provoqué dans ma vie »

Paradoxalement les **conséquences** à long terme peuvent être néfastes ou positives : une part de nous est toujours résiliente, et il est possible qu'après un abus on devienne par exemple le premier de la famille à entreprendre une thérapie, à exprimer sa créativité ou à se consacrer à une activité caritative. Mais cette résilience s'accompagne aussi d'obstacles, de souffrances, de blocages directement engendrés par l'abus : il s'agit de mettre la personne responsable en face de **tout ce que l'abus a produit** dans la vie de sa victime.

• Abus intellectuel, créatif et affectif : « Je suis moi-même devenu un père froid et distant, à ton image. Je me suis détourné de ma créativité, j'ai tout misé sur ma profession et sur l'excellence. Et puis un jour j'ai senti que j'allais mourir si je continuais à me nier de la sorte, et j'ai osé entamer un travail sur moi. C'est alors que j'ai découvert l'étendue des dégâts, et le manque de confiance en moi que tu m'avais inculqué. »

• Abus sexuel : « J'ai eu très longtemps une sexualité axée sur la masturbation. Je suis tombé dans la drogue, et puis j'en suis sorti. J'étais très en colère contre toutes les figures d'autorité, jusqu'à ce que je comprenne qu'elles représentaient à la fois ce voisin plus fort que moi, et toi, mon père, qui n'avais pas su me protéger. J'ai sorti une part de ma rage en devenant ceinture noire de karaté, mais je suis encore très coléreux. »

4. « Voici ce dont je souffre encore aujourd'hui »

Au jour de la confrontation, l'individu abusé est devenu assez sûr de lui, assez fort, assez mature pour faire le **bilan** de ce qu'il a subi et se confronter au responsable de cet abus. Mais si la confrontation est nécessaire, c'est parce qu'il reste dans sa psyché un nœud, un obstacle, une souffrance, une obsession qui ne peuvent être résolus que par cette confrontation. La personne responsable doit faire face à **ce dont sa victime souffre encore aujourd'hui.**

• Abus intellectuel, créatif et affectif : « Je veux changer de métier et être capable de mieux aimer mes enfants, mais ton exemple se dresse entre moi et mon désir comme un mur. J'en souffre tous les jours. »

• Abus sexuel : « À trente-cinq ans, je n'ai jamais eu de relation de couple qui puisse durer. Je ressens une grande violence. Ce n'est pas comme ça que j'ai envie de vivre. »

5. « Voici la réparation que tu me dois »

Il ne peut y avoir de pardon si le responsable de l'abus n'est pas conscient de ce qu'il a fait et ne reconnaît pas sa **dette**. Tout pardon unilatéral de la victime n'a aucune valeur du point de vue de – l'Inconscient : soit il y a eu abus, cet abus est reconnu et pardonné, et la réparation permet de le dissiper ; soit le coupable persévère dans l'abus en refusant de reconnaître sa responsabilité, et le pardon généreux est impossible. Il faut alors couper les liens jusqu'à ce que la douleur de l'abus soit entièrement dissipée, c'est-à-dire jusqu'à ce que le responsable nous soit devenu indifférent.

Si le parent est doté d'une conscience adulte altruiste, une fois arrivé à ce point de la confrontation, il n'aura qu'un souhait : réparer l'abus et pouvoir ainsi le transformer rétrospectivement en une erreur qui peut être dépassée. La personne abusée doit donc postuler que ce niveau de Conscience existe, en réalité ou en puissance, chez son interlocuteur, en lui signifiant quelle réparation peut solder la dette à son égard. Même si l'abuseur s'enferre dans le déni et rejette en bloc tout ce qui lui est reproché (ce qui est possible), le fait d'énoncer le prix de la réparation sera bénéfique pour la personne abusée : que ce soit une somme d'argent, des excuses publiques ou tout autre acte ou objet, il est essentiel, pour dépasser l'abus, de **lui donner une valeur concrète**. Si le parent refuse d'accorder la

réparation, la vie s'en chargera d'une autre manière, comme nous le verrons plus loin.

• Abus intellectuel, créatif et affectif : « Je sais que tu ne changeras pas, mais tu me dois deux choses : achète-moi, au prix que je fixerai, l'un des tableaux que j'ai peints pendant mon adolescence et accroche-le dans ton salon. Et viens avec moi une journée dans un parc d'attractions, nous y emmènerons ensemble mes enfants, et nous leur donnerons la plus belle journée dont des enfants puissent rêver. Je serai là pour m'assurer que tu te comportes en bon grand-père. »

• Abus sexuel : « Tu me dois des excuses pour non-assistance à personne en danger, et un million d'euros en réparation symbolique du mal que tu m'as fait. »

Comment formuler la réparation juste et est-il essentiel de l'obtenir ?

Le travail sur la réparation est sans doute le point le plus délicat de ce processus : **réparer une action passée n'est pas changer le passé**. Il ne sert à rien de dire à une mère alcoolique ou à un père violent : « À partir d'aujourd'hui, voici ce que j'attends de toi. » Cela reviendrait à demander au parent de changer, de devenir le parent dont nous aurions eu besoin. Or ce miracle n'aura pas lieu ! Le passé est irréversible, et toute relation saine suppose que l'on n'attende pas de l'autre qu'il change.

Ce que la confrontation nous pousse à faire, c'est **le deuil de notre demande enfantine d'amour pour pouvoir vivre dans l'amour adulte**. Souhaiter que les parents changent, c'est s'obstiner à vouloir obtenir ce que l'on n'a pas eu. Or, si les parents se sont comportés de la sorte, c'est en raison de leurs propres nœuds, de leurs névroses, de leur incapacité à fonctionner à un niveau de Conscience élevé. S'ils avaient travaillé sur eux-mêmes, ils auraient trouvé comment s'amender.

Outre leur proposer une prise de conscience accélérée, la seule chose que l'on peut donc faire est d'exiger une réparation, non pas en promesses de bons sentiments, mais en actes concrets, de la même manière que la justice humaine condamne une personne à une amende, à des travaux d'utilité publique ou à une peine d'emprisonnement.

Mais toute la question est de trouver **quel acte peut réparer l'abus**, c'est-à-dire nous laisser avec le sentiment d'avoir été dédommagés. Il faut

que cet acte soit court, clair et décisif, car sinon on s'expose à des déconvenues, comme cette consultante : à la fin de sa confrontation avec sa mère qui l'avait abandonnée enfant, elle avait conclu : « Désormais tu m'appelleras tous les dimanches pour me demander de mes nouvelles. » La mère avait acquiescé, promis, pleuré, mais bien entendu, dès le dimanche suivant, elle avait complètement « oublié » de téléphoner à sa fille. Une telle demande met le consultant dans la position enfantine d'attendre des marques d'amour ou d'attention qui ne viendront pas. La réparation ne consiste en aucun cas à se piéger de la sorte. Elle doit représenter un acte unique, symbolique ou concret, par lequel la personne responsable accepte de prendre l'abus **à son compte**, c'est-à-dire de reconnaître sa responsabilité passée en tant qu'adulte, et de libérer l'enfant de la culpabilité d'y avoir pris part.

La dette peut être évaluée en argent. Si le chiffre en est faramineux (des milliers de millions d'euros ou de dollars), le paiement sera métaphorique, au moyen d'un chèque ou d'une lettre-contrat, sans valeur légale ou bancaire, mais qui symbolise une reconnaissance de dette. On peut donc dire à la personne : « En réparation, tu me signeras un chèque de dix millions d'euros » et recevoir le chèque tout de suite, non pour le mettre à la banque mais pour le « toucher » comme une réparation symbolique (que l'on peut même accrocher au mur dans un cadre).

Mais la réparation peut être un geste, un acte, un cadeau : un consultant ayant déclaré à son père : « En réparation, tu dois accepter qu'à mon tour je te donne une gifle » a eu la surprise de voir celui-ci lui répondre : « J'en mérite deux ! » et tendre l'autre joue ; une jeune fille dont la mère avait fermé les yeux sur l'abus sexuel répété que son père lui avait fait subir a demandé à sa mère une voiture décapotable, et celle-ci, malgré son salaire modeste, a immédiatement contracté un crédit pour satisfaire la demande de sa fille.

Une fois la réparation accordée, le parent concerné a le droit de rester exactement qui il était (nul, pas plus un enfant qu'un adulte n'est tenu de changer par amour pour ses proches). Car du fait que le parent accepte le principe de la réparation, **c'est la relation qui change** : elle n'est plus obscurcie par l'abus, et devient la relation équitable de deux adultes consentants, enfant et parent, libres d'être qui ils sont.

En revanche, en cas de refus, un éloignement plus ou moins long est nécessaire pour permettre que la relation change : en affirmant la nécessité de se distancier de la relation abusive, et en ayant justifié cette nécessité par la confrontation, la personne abusée parvient à émerger de la relation toxique. Pour reprendre la métaphore du procès, si l'« accusé » refuse de payer son « amende » ou s'il n'est pas « solvable », il reste la solution de lui infliger un « châtiment » consistant à couper toute communication avec les parents, à leur interdire de s'approcher, de téléphoner ou d'envoyer des messages pendant un temps.

Refus de réparation et jeûne familial

Les enfants qui ont été aimés et bien traités n'ont aucune difficulté à partir de chez leurs parents, alors que les personnes les plus maltraitées dans l'enfance ont toutes les peines du monde à couper les liens. Ce paradoxe apparent tient au fait, on l'a dit, que nous avons tous tendance à espérer que les manques de l'enfance seront un jour résolus à l'âge adulte, et donc à reproduire la situation enfantine dans l'attente vaine de voir le passé changer.

La solution de nombreuses névroses consisterait à rompre la relation avec les parents, mais peu de gens sont capables de s'y décider. S'ils sont conscients du mal qu'on leur a fait, ils continuent de subir à la fois leurs propres projections et la poursuite d'une relation basée sur la non-reconnaissance des abus : une partie d'eux persiste dans l'enfance. Ils attendent sans se l'avouer la mort de leurs parents pour devenir adultes tant il leur paraît impensable de couper les ponts avec eux.

Cette difficulté a des racines historiques, elle est le produit d'une mentalité religieuse, aussi bien occidentale qu'orientale, dont la morale exige le respect total des parents et des ancêtres. Quelles que soient les erreurs qu'ils aient commises, on est censé leur pardonner parce qu'« ils nous ont donné la vie ». Mais, répétons-le, en réalité les parents ne donnent pas la vie à leurs enfants : ils la leur transmettent. L'être qui s'incarne n'a pas été créé par eux, mais **par la nécessité qu'a l'humanité de se reproduire**. Personne ne crée la vie, tous la reçoivent. Les parents ne mettent pas les enfants au monde pour eux-mêmes, mais pour le monde. Ils engendrent non pas des enfants mais de futurs adultes, et il ne s'agit pas de les emprisonner dans le cadre du foyer, mais de leur laisser la liberté de

construire d'autres foyers, même si ce doit être très loin des racines familiales.

Pour se libérer d'une névrose, d'une fixation enfantine et recouvrer toute sa santé mentale, il est ainsi parfois nécessaire de dynamiter la morale traditionnelle imposée : couper les branches malades de son arbre généalogique est une solution extrême et parfois nécessaire. Si même après une confrontation les parents n'acceptent pas de reconnaître leur erreur, il peut être temps de rompre avec eux, ou du moins de s'éloigner d'eux un moment, pour poursuivre son chemin vers la santé et la réalisation.

Au moment d'effectuer cette coupure ou ce **jeûne familial**, toutes les résistances enfantines vont se mobiliser. La première, comme nous l'avons vu, consiste à minimiser les abus que l'on a subis, en vertu de cette tendance à penser que l'on mérite ce que l'on nous a fait. Par ailleurs, la personne qui se décide à couper les liens va devoir lutter contre le désir persistant d'obtenir ce que les parents lui ont refusé dans l'enfance. La confrontation sert à se rendre compte que non seulement on n'obtiendra jamais ce « trésor », puisqu'il est trop tard pour changer notre formation psychique, mais qu'en outre on ne souhaite pas l'obtenir, puisque le lien même est fondé sur l'abus et le plaisir de souffrir. En résumé, on agit comme les toxicomanes : tout en sachant qu'on se détruit, on continue à se procurer le même stimulus vers lequel converge toute intensité connue.

Voilà pourquoi il convient de procéder comme pour une cure de désintoxication : se proposer, comme dans certains traitements de l'alcoolisme, de couper les liens familiaux non pas pour toujours, mais pour un laps de temps donné. Dans cette période d'« abstinence », la règle du jeu consiste à ne communiquer ni par lettre, ni par téléphone, ni à accepter le moindre cadeau, bref à refuser toutes les tentatives de rapprochement des parents. D'autres mesures sont possibles :

- Cesser de fréquenter les lieux où ils se rendent.
- Rassembler leurs photographies et autres documents dans des boîtes recouvertes de papier noir.
- Écrire des lettres de rupture et les envoyer par la poste à une adresse métaphorique : l'enveloppe portera le prénom réel de la personne et comme adresse « Centre de l'Univers » ou « Conscience de Dieu », « Temple du Passé », etc., et, bien entendu n'indiquer aucune adresse de retour.

Cette période d'éloignement permettra de se vivre, le temps nécessaire, comme un être indépendant du groupe familial, et de **faire le point sur sa relation avec soi-même**.

Psychomagie de l'abus

L'abus violent ou traumatique imprime dans la mémoire un scénario qui se répète fantasmatiquement, comme une sorte de cérémonie intérieure. Pour dissoudre cette obsession, un acte de psychomagie peut être bénéfique, soit pour accompagner une confrontation, soit pour remettre en scène le scénario connu tout en lui donnant une conclusion différente de la réalité.

Le but du travail sur l'abus est de **faire cesser la répétition** : ne plus s'infliger ce que l'on a subi et se permettre enfin ce dont on nous a privés. Mais plus avant, cette guérison permet de **s'ouvrir sur le monde** et de commencer à donner ce que l'on n'a pas reçu.

Une partie des actes de psychomagie que nous avons évoqués pour la résolution des nœuds peuvent se retrouver ici, car de nombreux nœuds viennent d'un abus, et inversement, un abus que l'on n'a pas résolu tend à créer un nœud à la génération suivante. Les nœuds cannibales, en particulier, sont généralement liés à un abus.

Enterrer les parents du passé

Choisir une statuette représentant une divinité masculine et une féminine, ou un saint et une sainte (selon la culture dans laquelle on a été élevé). Écrire sur la statuette féminine le mot « maman », la peindre en argenté et y coller une photo de la mère ; sur la statuette masculine, peinte en dorée, on écrira le mot « papa », et on collera une photo du père. Puis les enterrer et planter un végétal. Ce ne sont pas les parents réels (éventuellement encore vivants) que l'on enterre ainsi, mais le concept enfantin du « papa » et de la « maman » tout-puissants.

Cet acte de psychomagie donne à la personnalité l'espace de muter.

Se libérer de la violence verbale

Critiques, malédictions, insultes, sarcasmes et autres paroles toxiques répétées représentent un abus intellectuel et émotionnel durable. Les paroles

blessantes restent incrustées dans la mémoire et, – symboliquement ou concrètement, dans les oreilles : une personne qui a été fréquemment insultée ou critiquée tend à filtrer tout ce qu'on lui dit dans un sens négatif, comme si ses oreilles ne pouvaient entendre que les paroles toxiques prononcées par la famille.

L'acte de psychomagie consiste à recueillir, sur des morceaux de papier de différentes couleurs, toutes les phrases agressives, méprisantes ou insultantes qui demeurent dans la mémoire et réémergent à chaque instant. Une fois que ce recueil est terminé, c'est-à-dire une fois qu'on n'a plus aucune phrase en tête qui ne soit notée, on va se confronter aux parents responsables en leur restituant une boîte pleine de ces papiers assortie d'une confiserie, et en disant : « Ces mots vous appartiennent, je vous les rends. »

Puis le consultant demandera aux parents (ou à deux personnes qui acceptent de les représenter) de lui laver tendrement les oreilles avec de l'eau spirituellement purifiée. Quelle que soit la religion d'origine, l'eau peut être sanctifiée : eau bénite, eau d'une *puja* indienne, ou encore de l'eau qu'on aura exposée devant le portrait d'un saint ou d'une divinité, ou aux rayons de la lune et du soleil… Dans un troisième temps, les parents réels ou métaphoriques doivent enduire de miel les oreilles du consultant (la mère l'oreille gauche et le père l'oreille droite) et lui murmurer des paroles positives, le cas échéant en prononçant un texte écrit d'avance par le consultant.

Se dépouiller des rôles qui ne nous appartiennent pas

Un abus très fréquent consiste à ne pas voir l'enfant tel qu'il est, mais à projeter obstinément sur lui un personnage ou un rôle qui finit par lui coller à la peau, et l'empêche, une fois adulte, de vivre son destin propre. Pour réaliser cet acte, on doit avoir identifié le personnage ou le rôle auquel on a été assigné : il peut s'agir d'un autre membre de l'arbre, ou bien les parents voulaient un enfant de l'autre sexe, ou encore on était considéré comme un « démon », un « ange », un « enfant parfait » (le Christ ou une sainte), etc.

L'acte consiste à rendre visite aux parents (ou à aller sur leur tombe) déguisé en ce personnage que l'on n'est pas, en leur disant : « Voici l'enfant que vous auriez voulu que je sois, voici le rôle que vous avez projeté sur moi. » On peut à cette occasion faire une mini-confrontation, à la fin de laquelle on se dépouille du costume pour se montrer nu (ou, si l'on est très

pudique, en sous-vêtements couleur chair) en disant aux parents : « Voici l'être authentique que je suis », puis s'habiller avec des vêtements neufs et seyants. On quittera le lieu de rendez-vous en laissant aux parents le costume de l'ancien personnage, qui leur appartient ; à charge pour eux d'enterrer ce costume et de planter un végétal par-dessus. (Si les parents sont décédés, on abandonnera son costume du passé sur leur tombe.)

Exemple : À trente-deux ans, bientôt trente-trois, Christian se sent déprimé et angoissé. L'étude de son arbre généalogique confirme ce que son prénom suggère : il est le seul fils de ses parents, un « enfant christique » en quelque sorte. Sa mère, Marie-Blanche, voue un culte à son propre père, considéré comme un surhomme, et le père de Christian (dont le deuxième prénom est Joseph) est un homme faible et silencieux, absorbé par son travail et souvent absent. La mère est donc devenue envahissante. L'acte de psychomagie de Christian consiste à fabriquer un christ de plâtre de la taille d'un enfant de sept ans, et à le pousser dans un chariot de supermarché pendant douze jours. La nuit du douzième jour, il doit le briser avec rage contre une église proche de la maison de sa mère, et en apporter les morceaux à celle-ci avec un chocolat en forme de cœur.

Se défaire de l'identité d'un fantôme

Un des abus fréquents perpétrés en toute innocence par les parents et le reste de la famille consiste à donner à un enfant le même prénom qu'un enfant mort avant lui, voire le prénom d'un membre de la famille mort prématurément dans des circonstances tragiques. C'est un abus essentiel, au sens où il prive l'enfant de son identité et le réduit à être une coquille vide où vient se nicher l'âme du défunt. Le bénéfice névrotique de l'abus, pour les parents, consiste à ne pas avoir à faire leur deuil, et à ne pas avoir non plus, au milieu de leur douleur, à accueillir un être encore différent, encore nouveau, auquel il faudrait faire l'effort de s'adapter, « reproduire » le mort étant plus confortable à la fois pour nier son absence et pour ne rien changer aux habitudes relationnelles déjà établies. Tout cela s'effectue au détriment de l'enfant qui verra son énergie vitale, sa créativité, ses affects, ses pensées, toute son existence encombrée par ce cadavre à l'intérieur duquel on l'a métaphoriquement enfermé. Nombre de personnes dans ce cas passent des années à chercher en vain leur individualité, à se sentir mal

aimées, voire persécutées par une présence invisible semblable à un vampire. Certaines perdent leur vie à tenter de consoler des gens inconsolables, à soigner ceux qui ne veulent pas l'être. On trouve parmi elles beaucoup de codépendants à un conjoint alcoolique ou drogué.

Nous vous renvoyons pour ce cas à l'acte de psychomagie décrit p. 370. Si l'histoire liée au défunt que l'on porte est particulièrement tragique, ou si sa mort a été violente, on peut aussi le symboliser par le cadavre d'un petit animal comestible (lapin, chevreau) ou un organe significatif (cœur de veau) que l'on portera dans un sac à dos noir pendant trois jours, à l'intérieur d'un sac en plastique où aura été écrit le prénom de cette personne. Il faudra ensuite enterrer le défunt symbolique et planter un végétal sur le lieu de la sépulture, puis confier le sac à dos (qui symbolise la partie de nous-mêmes qui a « porté » l'autre pendant des années) à un fleuve, dans le sens du courant, en versant dans son sillage le contenu d'un pot de miel.

Le vol d'enfance

Nous avons vu comment les parents infantiles qui contraignent leur enfant à devenir trop tôt adulte le privent de son enfance, et du temps qu'il aurait dû passer à jouer pour que son imagination et sa créativité se développent.

Si l'on sent que son enfance a été volée et que l'on a été privé du plaisir gratuit du jeu, il faut commencer par faire une confrontation, puis réunir une respectable somme d'argent (dans la mesure de ses moyens), aller dans un casino, l'échanger contre des jetons de faible valeur et les jouer jusqu'à tout perdre. Il ne s'agit pas de jouer pour gagner, mais de jouer pour perdre, c'est-à-dire pour le pur plaisir du jeu. On continuera à jouer aussi longtemps que l'on gagnera. Si l'on accumule une fortune, on restera dans le casino jusqu'à ce qu'on ait tout perdu. De cette façon, on découvrira le plaisir d'agir sans but utilitaire.

Deux cas individuels d'abus sexuel

Il serait très délicat de donner un acte générique pour guérir de ce type d'abus, car les scénarios sont innombrables et viennent s'enraciner à divers niveaux de la psyché. Les deux exemples ci-dessous illustrent néanmoins

un principe général : quand un abus sexuel a eu lieu, on peut le remettre en scène puis le faire dévier vers une résolution positive où la victime prend le pouvoir sur la situation et obtient ce qu'elle désire (satisfaction, réparation, amour…).

Exemple n° 1 : Abusée par son père à l'âge de quatre ans, cette consultante choisit un homme en qui elle a confiance, thérapeute de son état, subtilise des vêtements à son père (qui est encore vivant) et en revêt le thérapeute qui jouera le rôle du père. Elle-même se déguise en petite fille. Le « père » réitère le scénario de l'abus sexuel : il entre dans la chambre de la « petite fille » et propose le même geste que son père lui imposait (en l'occurrence, une fellation). La consultante commence à reproduire le geste, mais au moment où elle va découvrir le sexe de l'homme, elle lui dit : « Je préférerais que tu m'emmènes me promener au jardin zoologique et que tu t'occupes de moi, que tu m'achètes une barbe à papa. » Le père métaphorique renonce alors à son désir sexuel, et les deux sortent se promener en réalisant exactement le scénario que la consultante a proposé. Puis elle enterre ses vêtements d'enfant et plante un végétal par-dessus. Elle enverra le costume du père chez le teinturier et le lui restituera une fois nettoyé (s'il était décédé, elle irait le déposer sur sa tombe).

Exemple n° 2 : Il s'agit d'un homme qui a été abusé sexuellement par son cousin, plus âgé que lui de sept ans, sous le regard pratiquement complice du père. Celui-ci l'obligeait en effet à dormir avec son cousin chaque fois qu'il venait leur rendre visite. Le consultant a acheté un saucisson, dans lequel il a pratiqué un trou (une sorte de canal qui court sur toute la longueur), ainsi que deux testicules de bœuf. Il donne rendez-vous à son père pour une confrontation, mais au moment d'évoquer la réparation, il lui substitue une sorte de happening psychomagique : il pose sur la table le saucisson dont le centre a été rempli de lait concentré, ainsi que les testicules de bœuf, et écrase le tout à coups de marteau. Puis il sort en laissant son père face à la signification indéniable de l'objet posé devant lui : le père devra jeter ou enterrer ce phallus métaphorique qu'il a voulu ignorer à l'époque.

L'abus est le dernier verrou de la transmission et de la répétition dans l'arbre. Seul l'ego peut être abusé, car l'Être essentiel est inviolable. Nous

verrons dans les deux parties suivantes, consacrées à la guérison de l'arbre généalogique, comment la prise de conscience des abus peut servir de base à la restauration de l'identité essentielle et, avec elle, de la joie de vivre.

Neuvième partie
Corps familial et corps essentiel

L'arbre généalogique et la mémoire du corps

Du corps à l'âme

De ma naissance à l'âge de quatre ans, je n'ai longtemps gardé que cette information : j'étais un petit garçon aux longues boucles dorées. Le reste se noyait dans un lac noir. Comme premier souvenir marquant, seuls résonnaient dans mon esprit le cliquetis de la tondeuse du coiffeur japonais qui transforma un jour ma longue crinière blonde en un triste crâne rasé, et mon père s'exclamant « Fini les boucles féminines : tu n'es ni une fille ni un pédé ! ». Je revins à la maison avec Jaime qui, d'un air de défi, me présenta à ma mère. Elle lança un cri de désespoir et m'effaça aussitôt de ses illusions : dans sa légende personnelle, elle était l'enfant posthume d'un beau danseur russe doté d'une longue chevelure dorée, qui était mort dans un accident absurde. D'une certaine manière, par la couleur et l'ondulation de mes cheveux, j'étais la réincarnation de son père. La vue de mon crâne pelé anéantit ses rêves. Sans même s'en cacher elle me renia, m'expulsant vers le monde des mâles vulgaires et, lorsqu'elle vit que mes cheveux repoussaient couleur châtain foncé, elle cessa pour toujours de me toucher… Je grandis sans plus connaître ni les caresses ni les baisers maternels. Et encore moins paternels. « Les hommes ne pleurent pas et ne se touchent pas » : devise favorite de mon géniteur.

Au cours des années, privée de ces tendresses nécessaires, ma peau sembla s'endurcir. Mes relations intimes avec les femmes (que je choisissais toujours incapables d'aimer) se résumaient à des prouesses athlétiques sans aucune sensibilité, à d'implacables actes de domination : « Tu ne m'aimes pas, mais je te fais fléchir ! » Malgré ma satisfaction sexuelle (qui restait localisée dans mon membre), le reste de mon corps sollicitait ardemment des caresses. Pour mon père, ex-boxeur et trapéziste de cirque, toute démonstration de sensibilité chez un homme révélait sa nature homosexuelle. Pas question d'accepter les caresses, de parler avec

délicatesse, de manger avec de bonnes manières. De même, il considérait comme des « pédés » les danseurs, les peintres, les acteurs et les poètes. Le corps n'était qu'un instrument de travail, une arme de conquête, un organisme qu'il s'agissait de dompter héroïquement en l'habituant à supporter la douleur.

Pour lui plaire, je me retranchai dans mon esprit, utilisant mon corps comme un instrument recouvert d'une peau de rhinocéros. J'adorais démontrer que je résistais aux coups aussi bien qu'aux chatouilles. Je me sentais coupable d'écrire des poèmes. Et de danser, de jouer, de chanter, de dessiner, bien que je fusse très doué pour toutes ces activités. Lorsque je tentais de m'exprimer sous quelque forme artistique que ce soit, dans mon esprit apparaissait le visage gigantesque de Jaime qui me criait avec mépris : « Pédé ! » Avec le désir impuissant d'être moi-même, et non celui que mon père voulait que je sois, je m'enfonçai dans le monde « normal », transformant mon organisme en marionnette dépourvue de sentiment.

Ma rencontre à Mexico avec la guérisseuse doña Magdalena[1] fut essentielle. Grâce à ses massages, je découvris un univers sublime qui m'avait été interdit depuis l'enfance.

Cette femme d'une grande sagesse, initiée par les Indiens Mazatèques de Oaxaca, avait fait du massage un véritable art. Par ses mains elle procurait non seulement du bien-être au corps, mais elle transmettait de profondes connaissances spirituelles. Elle utilisait une pâte composée de vaseline et de plantes psychotropes réduites en poudre. Au début de notre relation, doña Magdalena m'avait dit qu'il s'agissait de marijuana, mais quelque temps plus tard elle me confessa qu'elle employait une plante sacrée appelée en mazatèque *ska pastora* ou en espagnol *hojas de la Virgen* (feuilles de la Vierge). « Elles sont difficiles à trouver, me dit-elle, elles n'ont pas de graines, et ne poussent que dans la *sierra mazateca*. C'est là que je dois me rendre pour les trouver. C'est une plante divine, née du sang menstruel que les Indiennes versent sur la terre. Avant de la couper, je m'agenouille et je prie. Si je ne le fais pas, les feuilles perdent leur pouvoir. »

Quand pour la première fois elle m'enduisit le corps de cette crème mystérieuse et promena ses mains sur ma peau en exerçant une légère pression, dans un mouvement continu, comme si elle les faisait glisser sur un chemin infini, je découvris la sensibilité corporelle. Avant cette

expérience, je n'étais pas un corps conscient mais un intellect qui vivait à l'intérieur d'un organisme ennemi, terrorisé par ses menaces de maladie, de vieillesse et de mort.

« Laisse venir les souvenirs qui absorbent ta vie, ils sont accroupis dans tous les recoins de ton corps, enfant chéri de l'âme », me murmura Magdalena.

Je ne sais si ce fut sa caresse continuelle ou le timbre velouté de sa voix, ou les effets psychotropes de la *Salvia divinorum*, mais le fait est que des sensations venues du plus profond du temps commencèrent à émerger dans ma chair. Dans ma bouche se forma le mamelon de ma mère, large comme le petit doigt, robuste, généreux, versant un lait épais et tiède d'une saveur si délicieuse qu'elle me fit trembler des pieds à la tête. Mes bras eurent soudain l'impulsion d'enlacer le corps maternel et de ne plus jamais le lâcher. Le voile obscur qui maintenait dans l'oubli mes quatre premières années de vie se déchira. Une époque heureuse, où j'avais reçu une tendresse sans limites, tétant chaque jour l'ambroisie laiteuse, où j'avais été lavé, caressé, parfumé par une femme aimante qui embrassait mes boucles d'or en les mouillant de ses larmes. Et soudain la coupure cruelle, l'expulsion du paradis : en sentant sur mon cuir chevelu le froid de la tondeuse métallique qui me dépouillait sans pitié, je commençai à pleurer de rage et d'impuissance, d'une voix enfantine. Cette rage et cette impuissance, je les portais dans la plante de mes pieds, là où nichaient les fantômes de mes grands-parents, sauvagement expulsés de leur village russe, condamnés à marcher jusqu'à un pays inconnu, le Chili, toutes racines coupées. Je sentis collé à mon visage le visage moqueur et rancunier de Jaime, un masque où se succédaient sans cesse des grimaces exprimant sa haine du monde. Dans ma nuque, je sentis le poids de l'humilation subie par ma mère, orpheline méprisée par ses demi-frères et par un mari qui prenait son ignorance politique pour de la stupidité. Je commençai à avoir mal aux jambes : c'était la souffrance accumulée par des générations d'émigrants, expulsés d'un pays à l'autre, sans jamais trouver un lieu où dire : « Voici la terre où je veux être enseveli. » Dans mon ventre éclata d'un coup la douleur d'une arrière-grand-mère morte en couches. Mon corps entier était le nid où mes nombreux ancêtres s'accrochaient à la vie, à ma vie. Où que j'aille, je portais incrusté dans ma chair un arbre généalogique souffrant.

Doña Magdalena continuait sa caresse infinie.

Mon corps commença à faire émerger les souffrances qui m'avaient jadis saisi et que, pour éviter d'y faire face, j'avais enterrées dans un oubli dense. Dans le pénis je portais la honte de l'époque où, dans les douches du lycée, après le premier cours le gymnastique, mes camarades de classe s'étaient moqués de moi parce que je n'avais pas de prépuce. Dans mes oreilles résonnait encore le coup de revolver avec lequel mon père, sous mes yeux, alors que je n'avais que trois ans, avait fait sauter la cervelle de Pepe, mon cher chat gris, pour le punir d'avoir dormi avec moi : « Ces sales bêtes donnent la tuberculose ! » Dans mes mains s'agitaient deux petits poings désireux de casser à grands coups ces dents cyniques qui se moquaient de mes larmes. Dans ma poitrine je sentis s'ouvrir un puits obscur et sans fond, le même qui m'avait perforé le cœur le jour où, sans crier gare, on m'avait subitement arraché de Tocopilla pour m'emmener vers Santiago, m'obligeant à laisser derrière moi pour toujours mes amis, ma bibliothèque municipale, mon océan, mes collines et mon monde magique.

Doña Magdalena cessa de me masser et me prit dans ses bras avec une immense tendresse, caresse primordiale de mère que toute ma vie, sans l'avouer, j'avais désiré recevoir. J'eus l'impression de devenir tout petit. « C'est l'enfant insatisfait qui vit encore en toi. Ceux qui enterrent leur douleur dans l'oubli cessent de grandir, et sous le tapis de l'amnésie et de la douleur, ils accumulent de la colère. Fais-moi confiance, enfant chéri de l'âme, laisse sortir tes plaintes. »

Je me mis à trembler, j'agitai bras et jambes, un fleuve de cris sortit de ma bouche, je proférai des insultes, je voulus casser les murs, démolir le monde, une terreur paralysante m'envahit, je murmurai : « Voilà tout ce que j'ai accumulé au cours de ma vie, comme un poison. Comment être moi-même si je suis possédé par un clan de fantômes ? »

Sa voix descendit jusqu'à mon cœur comme une avalanche : « Ne confonds pas ce que tu contiens avec ce que tu es. Tu contiens ta famille mais tu n'es pas elle. Pense à toi-même comme à un livre aux pages blanches : nombre de gens y ont écrit, mais ces lettres ne sont pas la réalité. La réalité, ce sont les pages blanches. Tel est ton corps : ne le vis pas comme s'il était les symboles qui y sont tracés. Deviens conscient du langage qui te recouvre et qui t'empêche d'être ce que tu es en vérité. »

Doña Magdalena m'expliqua que les événements relatifs à la branche paternelle de l'arbre généalogique pouvaient se manifester du côté droit du corps sous forme de douleurs, de maladies et aussi d'accidents. Du côté gauche s'exprimaient les parents appartenant à la branche maternelle. La tête était le symbole du père, le ventre le symbole de la mère. Du côté droit se situaient les frères et les oncles, les sœurs et tantes du côté gauche. Les articulations pouvaient être considérées comme des ponts entre deux âges : au niveau des pieds apparaissaient les problèmes de l'enfance (manque d'amour, d'allaitement, abus, perte de territoire, divorce des parents, absences, deuils…), dans les chevilles demeuraient l'angoisse du changement et le refus de grandir, et à partir de là jusqu'aux genoux, l'enfance avant la puberté. Les genoux manifestaient les problèmes inhérents à l'apparition de la sexualité ; de là jusqu'aux aines, les conflits de l'adolescence et l'entrée dans l'âge adulte ; au niveau du ventre, uni aux vertèbres lombaires, s'accumulaient les colères contre les autres et contre soi-même par impuissance à les exprimer ; dans la région de la poitrine, en même temps que dans les vertèbres dorsales (ainsi que les poumons et le cœur), se manifestaient selon elle le manque d'amour et la sensation de ne pas avoir le droit d'exister.

« Un dos qui n'a pas été caressé par les parents est osseux, dur et sec. Les épaules qui se soulèvent de manière incontrôlée révèlent une dévalorisation et une tendance à l'échec. La nuque se plie sous le poids des culpabilités et des responsabilités excessives. Les éruptions sur la peau dénoncent des conflits avec des personnes indésirables. Une difficulté à respirer, le refus d'un père écrasant. Une difficulté à avaler le refus d'une mère envahissante. Lorsque la voix résonne dans le nez, le père est absent. Un enrouement chronique signale une mère absente. Des problèmes au sein gauche une négation de la maternité. Tumeur aux testicules : châtiment de désirs interdits. Douleur au gros orteil : le désir de fuir une relation angoissante. Douleurs aux pouces : on croit qu'on ne mérite pas de vivre. Problèmes dans les genoux et les coudes : difficulté d'intégration sociale. Eczéma sur les mains : avoir mal choisi. Douleurs d'estomac : conflit dans la vie quotidiennes et émotions "pas digérées". Les humiliations que nous ne pouvons pas intégrer affectent le foie. L'impossibilité de nous défaire de situations qui nous pèsent produit de la constipation… Mais ne fais pas une méthode de ce que je t'enseigne, enfant chéri de l'âme. Ne fabrique jamais de recettes à vendre en gros. Fais attention : ce que je te dis ne s'applique

pas à tout le monde. Nous sommes semblables mais jamais absolument identiques aux autres. Les maladies et les douleurs dont nous souffrons portent un sceau personnel. “La” grippe n’existe pas, il n’y a que “ma” grippe, “ta” grippe ou “sa” grippe : chacune avec des manifestations et des conséquences distinctes. Il en va de même pour les langages symboliques : ce que je t’ai révélé n’aura pas le même sens si la personne qui souffre est gauchère, si ses parents ont une identité sexuelle confuse (mère masculine et père féminin), ou si la personne a été élevée dans son enfance par des grands-parents ou des tuteurs. Il ne sert à rien que je te dise qu’une tumeur est la concrétisation d’un non-dit si tu ne vas pas ensuite chercher dans la vie de tes parents et des membres de ta famille, vivants ou morts, quel est ce secret qui lutte pour émerger en pleine lumière. Le corps, outre ses fonctions organiques, est une mémoire cellulaire : dans la chair et dans les os, nous portons la mémoire de notre tribu. Les souvenirs positifs ont été vénérés sous forme de légende familiale, et apportent de l’énergie vitale, mais les souvenirs négatifs qui ont été refoulés pendant plusieurs générations pour éviter de faire face à la souffrance morale et émotionnelle se manifestent sous la forme de maux et de douleurs. Ces afflictions, comme un caillou dans la chaussure, t’empêchent d’avancer avec jubilation vers ta réalisation, et te poussent à refuser constamment de te connaître. »

Doña Magdalena, agitant les mains comme les ailes d’un oiseau, et soufflant pour imiter un vent fort, commença alors à me « balayer » la peau. « Le vent, dont on ne sait ni d’où il vient ni où il va, m’aide à nettoyer cette mémoire tenace qui se colle à toi comme une cuirasse. Sois vaillant, mon enfant, accepte le changement. Comment sens-tu tes pieds maintenant ? Concentre toute ton attention sur eux. »

Je sentis que mes talons étaient fragiles, incapables de s’appuyer fermement sur le sol. La voûte plantaire et le cou-de-pied se mêlaient en une masse archaïque, enfermée dans un temps qui ne coulait pas. Et mes orteils, rigides, recroquevillés, comme empêchés d’avancer par un mur d’acier, je les sentais imprégnés par la peur du monde.

« N’entortille pas le présent dans la tunique du passé, tu n’es plus un enfant et encore moins un fœtus. Tu t’es libéré d’une terreur que tu portais collée à ta chair depuis le moment où ta mère a voulu avorter de toi : tu as le droit de vivre, avance donc ! C’est toi-même, tel que tu es en réalité, qui t’attendras au bout du chemin. »

Libéré de la sorte, je sentis immédiatement la puissance de mes talons : deux centres osseux, sacrés, qui avec force m'offraient un point d'appui sûr pour me révéler que j'étais maître de la terre. Appuyé de la sorte sur le sol, ma voûte plantaire sentit la chaleur terrestre en même temps que mes cous-de-pied me transmettaient l'énergie du ciel. Mes orteils commencèrent à s'allonger, acceptant sans angoisse et avec délectation que le chemin à parcourir soit infini. À chaque pas, mes pieds ouvraient la route vers l'immortalité de l'esprit. Le mur qui me séparait du monde entreprit de se dissoudre et se révéla tel qu'il était : une vieille illusion.

« Concentre-toi sur tes jambes ! »

Jamais je n'avais saisi comme en cet instant l'énergie animale de ces extrémités. Je compris l'origine du mythe du Centaure, symbole de la double nature de l'homme, l'une bestiale et soumise aux instincts sauvages et l'autre divine, qui comme une cavalière dominait ces forces élémentaires. Ma tête, mon cou, mes bras et mon tronc, chacun à sa manière, donnaient des ordres à mes jambes : « Emmenez-moi là où je puisse étancher ma soif et apaiser ma faim, satisfaire mon sexe, respirer de l'air pur à une température propice, loin de tout ennemi. » En même temps mon âme leur disait : « Au bout du compte vous m'emmènerez au lieu-temple où vous deviendrez racines, pour que, ayant vaincu les désirs, je trouve le repos de l'absolue vacuité. » Mon tronc, lui, respirait, digérait, produisait du sperme, de torrentielles circulations sanguines, des battements colossaux, des stimuli nerveux, des apports glandulaires, et soutenait le coffre où, sans cesse, rêvait mon cerveau.

« C'est la première fois que tu te sens, n'est-ce pas ? J'ai nettoyé ton corps de ses parasites, tu as cessé d'être le territoire où se manifestent tes parents, ton corps n'exprime désormais plus personne d'autre que toi. Concentre ton attention sur lui. Tu découvriras le miracle de la vie. »

Comment décrire en mots ce que je ressentis alors ? Dans mes pieds vibrait une soif monumentale de chemins, l'espérance d'avancer jusqu'à la fin des temps, mes jambes étaient deux animaux puissants pleins de fidélité et d'obéissance, mon sexe un calice sacré qui transportait un élixir d'immortalité, mes viscères fonctionnaient transis d'un amour infini, mon cerveau, récepteur avide, se donnait tout entier au cosmos, et dans les os de mon squelette circulaient d'incessantes vagues de félicité… Envahi par ces sensations sublimes j'ouvris les bras et m'étirai en éclatant de rire, comme si je m'étais libéré d'un énorme poids. Puis je me mis à pleurer.

« Tu n’es pas habitué au bonheur. Cet enfant qui pleure, ce n’est plus toi. Laisse-le partir… »

Les nœuds aveugles s’étaient défaits, il ne restait plus rien de la douleur léguée par l’arbre, enfin j’avais laissé mourir mes morts… Que me restait-il d’eux ? Un remerciement sans limites, voilà ce qui me restait. Ils m’avaient donné la vie, et maintenant, enfin, je pourrais la vivre.

1- Cette rencontre est narrée en détail dans *Mu, le maître et les magiciennes*.

Du corps familial au corps essentiel

Massage initiatique, psychorituel, psychochamanisme

Le travail sur et par le corps est un élément indispensable dans la guérison de l'arbre généalogique. Histoire individuelle, transmissions familiales, interdits et fantômes de la lignée, tout se vit pour chacun de nous sur un mode incarné et se loge au bout du compte dans notre existence corporelle quotidienne. Notre passé individuel et généalogique constitue ce que nous pourrions appeler le **corps familial** : tensions musculaires, habitudes alimentaires, addictions, « faiblesses » organiques ou prédisposition à certains maux, maladies, mais aussi image de soi, conception de sa propre force physique ou de sa propre énergie, toutes ces représentations relèvent du corps familial, c'est-à-dire de la manière dont s'incarne notre personnalité individuelle, acquise et limitée.

Le corps nous est concédé pour le temps de cette vie, c'est la part éphémère de nous qui est appelée à disparaître. Cependant, il est dépositaire d'une sagesse immémoriale, la sagesse de l'univers, et renferme des mystères aujourd'hui encore insondables. La science actuelle explore des questions irrésolues : pourquoi vieillissons-nous, pourquoi mourons-nous, comment nous rendons-nous malades ? La vieillesse, la maladie et la mort furent les trois grands chocs auxquels Gautama, le futur Bouddha, se trouva confronté en s'échappant du jardin où son père le tenait reclus pour lui éviter de connaître la souffrance humaine. Il fonda le bouddhisme pour dépasser ces trois grands malheurs, mais il nous appartient de penser que même cette conception est momentanée et que, dans un avenir plus ou

moins lointain, l'humanité sera capable de vaincre le vieillissement, la maladie et peut-être la mort.

Le travail corporel, dans la perspective métagénéalogique, a pour but d'éveiller la sensation de la santé absolue, de la jeunesse éternelle et de l'immortalité, qui sont les attributs de l'esprit mais pas encore ceux du corps tel qu'il est vécu dans notre vie quotidienne et dans notre passé familial et social. Le corps peut en effet apprendre ces qualités inhérentes à l'esprit, alors que, symétriquement, l'esprit apprend à disparaître (mourir), à reconnaître son ego, son individualité, comme une maladie (reconnaître la formation limitée, névrotique) et à se considérer comme étant en perpétuel changement au lieu de vouloir rester fixe (donc à vieillir, c'est-à-dire à évoluer).

Le travail sur le corps nous amène au point où la **guérison individuelle** et la **relation d'aide** se rejoignent : le travail individuel rencontre toujours à un moment donné un point aveugle, une impasse où l'aide de l'autre devient nécessaire. Inversement, une personne arrivée à la guérison, c'est-à-dire devenue elle-même, est souvent tentée de partager ce qu'elle a découvert, et de devenir à son tour un éclaireur, un thérapeute, un enseignant, bref de se consacrer à la relation d'aide.

Or, idéalement, toute personne qui a charge d'âme, que ce soit un parent, un guide, un enseignant, un thérapeute, un officiant spirituel, devrait être libérée de ses propres abus et capable de n'en commettre aucun. Toute irréalisation, qu'elle soit intellectuelle, émotionnelle, sexuelle et créative ou matérielle, conduit à l'abus car on tend alors à utiliser l'autre comme moyen au lieu de se vivre soi-même comme fin en soi.

La dynamique de l'abus pose un problème de fond : la personne abusée a besoin, pour sortir du piège, de l'aide ou de l'intervention d'un autre dont les qualités transpersonnelles (écoute, attention, amour inconditionnel) soient suffisamment solides pour que la relation thérapeutique permette au consultant de dépasser l'abus et d'intégrer des informations positives. C'est en ce sens que les grands thérapeutes disent ne jamais **guérir** les autres, mais leur **permettre de se guérir** : ils ne sont que le miroir ou un catalyseur des capacités d'autoguérison du consultant, car ils le ramènent à la source de ce qu'il est vraiment. La plupart des voies thérapeutiques et spirituelles, chacune avec leur vocabulaire et leurs techniques propres, sont fondées sur ce **rappel à soi** qui est à la base de toute réalisation, de toute guérison. Mais comment s'assurer que le thérapeute, le guide, la personne à qui l'on se

confie dans la relation d'aide soit elle-même libérée de ses compulsions abusives ? Les champs de l'éthique, de la déontologie, du cadre thérapeutique sont fondés sur cette question. Rien n'est plus aisé pour un thérapeute, un enseignant ou un guide que de réitérer les abus subis qui, comme nous l'avons vu, tendent toujours à se reproduire.

La même question se pose lorsqu'on veut entamer la guérison de l'arbre généalogique, et devenir dans une certaine mesure son propre thérapeute : comment accepter la guérison et se vivre au présent dans un corps libéré des abus de l'arbre généalogique ?

La première clé est une liberté d'esprit radicale, une **amoralité** qui n'est pas immorale, mais qui se fonde sur l'**acceptation radicale de ce qui est**, sans discrimination. Cette attitude est aussi bien valable dans la relation à soi-même que dans la relation à l'autre : il s'agit d'accepter les nœuds présents dans cette personne (moi, ou mon consultant) tels qu'ils sont, sans les qualifier de « perversions » mais en les comprenant comme des **déviations d'une impulsion naturelle**, ayant dû s'adapter à un milieu (la famille) où elles n'avaient pas d'autre choix pour survivre. Nous avons vu que lorsqu'un nœud se forme, il n'y a pas moyen de le sublimer. Il faut le réaliser de manière figurée, théâtrale, comme la mise en scène d'un rêve dans la réalité : le nœud se défait en devenant un rituel, c'est-à-dire une action inscrite dans un temps et un espace que l'on a préalablement sacralisés, en leur donnant une valeur symbolique qui leur permet d'accueillir une transformation profonde de l'être.

Ces rituels peuvent prendre la forme d'actes de psychomagie, mais au même titre que le reste de notre histoire, les abus que nous avons vécus restent inscrits dans la mémoire du corps et contribuent à figer une conception limitée de soi. Le corps familial est un corps du passé, soumis aux forces répétitives du clan, qui ne se vit que fugitivement au présent. Le travail sur le corps, et en particulier le massage initiatique dont nous allons ici dessiner les grandes lignes, constitue un moyen de se libérer de ces limites et de vivre pleinement son incarnation présente, qui devient alors le véhicule de l'Être essentiel. La personne qui vit dans son **corps essentiel** est à la fois moins vulnérable aux abus, et moins susceptible d'abuser l'autre.

Des méthodes comme le yoga, les arts martiaux internes et diverses disciplines tantriques se proposent d'arriver au même but : libérer le corps de ses limites, de ses héritages névrotiques et réaliser l'union du corps avec

l'univers. Toutes ces disciplines considèrent le corps comme clé sur le chemin de la Conscience.

Seul l'ego individuel peut commettre et subir des abus : l'être transpersonnel est incapable d'abuser qui que ce soit, et ne peut être affecté par l'abus. Tout abus suppose une prise de pouvoir d'une personne sur une autre, et se joue dans la dimension personnelle de la relation. Dès lors que l'on arrive à la Conscience transpersonnelle, il devient possible d'enrayer toute velléité abusive en soi-même et chez l'autre.

À chaque instant la vie continue de nous proposer sa dynamique accidentelle. Elle met sur notre chemin des alliés, des facteurs d'enrichissement, mais aussi des accidents, des catastrophes et des obstacles. La société, comme la famille, crée des relations abusives, c'est-à-dire des relations qui ne se jouent pas d'être à être, mais qui se déroulent comme des jeux de pouvoir, des chantages, des oppressions ou violences diverses. Une fois le travail sur l'arbre accompli, le chemin continue : chacun peut choisir de répéter les pièges et les solutions frelatées de l'arbre généalogique, ou d'établir une relation à soi-même et à l'autre qui contrebalance les abus et les violences par des apports essentiels.

Cette relation éclairée à soi-même et à l'autre, une fois encore, ne saurait être théorique ou abstraite. Elle passe par le corps, par le toucher, par l'acceptation concrète de notre présence ici et maintenant. Nous avons choisi de développer ici les bases du massage initiatique non dans le but de former, par des explications livresques, des professionnels de la thérapie corporelle, mais plutôt pour proposer à chacun un chemin concret lui permettant de développer des relations enrichissantes, et de pouvoir intervenir dans la vie des autres comme un apport positif, tel le vieux sage ou la bonne sorcière des contes de fées : **chacun, à chaque instant, peut décider d'être une source de Conscience**.

Identifier le corps familial et réintégrer le corps essentiel

De même que la société et la culture créent des expériences corporelles négatives (la naissance surmédicalisée, par exemple) ou des maladies institutionnelles (liées aux conditions de travail très dures, dans les régions minières par exemple, ou tout simplement à la pollution), de même l'arbre

généalogique nous transmet des maladies familiales réelles ou symboliques : ainsi des générations de fumeurs peuvent souffrir d'insuffisance respiratoire, certains modes d'alimentation favorisent des ulcères, des dysfonctionnements du foie ou du pancréas, ou encore on peut « avoir ses nerfs » comme telle grand-mère ou souffrir du cœur comme toute la branche paternelle de l'arbre généalogique, etc. Ces transmissions sont à la fois des abus subis (on ne choisit pas, enfant, l'air que l'on respire ni la nourriture que l'on absorbe) et des marques d'appartenance au clan : les maladies nous unissent à nos ancêtres aussi sûrement que le choix d'un métier ou le respect de traditions religieuses.

À cela s'ajoutent les conceptions du corps que nous avons reçues dans l'enfance : « beau » ou « laid », « fort » ou « faible », « lent » ou « rapide », « gros » ou « maigre », notre identité physique a été l'objet de commentaires et de critiques que nous tendons à absorber comme faisant partie intégrante de notre identité. Or le corps réagit dans une large mesure selon la conception que l'on se fait de lui, et on peut même faire l'hypothèse que les organes fonctionnent selon la conscience que l'on a d'eux.

Toutes les possessions de l'arbre généalogique et de la société ont donc une influence décisive sur notre santé et notre être au monde. Face à ces possessions, nous avons évoqué plusieurs techniques de recentrage, d'imagination et d'attention consciente sur lesquelles nous revenons ici plus en profondeur.

La sensation volontaire de soi

Pour désamorcer les idées reçues sur notre corps, nos capacités et notre apparence, nous pouvons entreprendre un travail de sensation volontaire : il s'agit de se défaire du regard des autres et d'arriver au regard personnel sur soi-même, c'est-à-dire de pouvoir capter l'Inconscient et le Supraconscient à travers le corps. Ce regard personnel n'a rien à voir avec le fait de se regarder dans le miroir : il s'agit de *se sentir* en débarrassant la sensation de ses inscriptions passées, donc de spiritualiser la matière. Cela permet de rectifier, à travers des expériences volontairement induites, la sensation que nous avons du corps, le sens de soi, et de découvrir nos potentiels insoupçonnés. En effet, nous avons tendance à nous juger par rapport à des qualités arbitraires qu'il faudrait atteindre pour rivaliser avec les idéaux de la société ou de l'arbre généalogique. Or, il est possible de sortir de ce piège

et de **nous libérer de notre habitude de nous sentir**. Il existe tout un univers de sensations que la plupart des gens ne cultivent pas : au lieu de se définir de l'extérieur, on peut se sentir à volonté fort ou délicat, jeune ou vieux, agile ou maladroit, léger ou lourd, beau ou laid, rapide ou lent, etc.

Par ailleurs, nous avons tendance à traduire en sensations propres les opinions que les autres ont de nous, c'est-à-dire la manière dont ils nous voient, mais aussi dont ils nous ressentent. En d'autres termes, nous intégrons comme sensation corporelle et sens de nous-mêmes ce que notre entourage proche a projeté sur nous lorsque nous étions enfants.

L'exercice se fait en deux temps :

• Identifier les sensations acquises, fermez les yeux et décidez : « Je suis (tel personnage de l'arbre généalogique : mère, père, etc.). Je *te* sens de telle manière. » Et ressentez comment le jugement de ce membre de la famille a influencé votre sensation corporelle.

• Définissez préalablement une sensation que vous rechercherez ensuite, les yeux fermés : « Je suis fort. Tout mon corps est imbibé de cette force. Je suis capable de porter n'importe quel poids, de pousser n'importe quel objet, d'accomplir n'importe quel exploit… » En vous concentrant sur cette sensation, déambulez dans la pièce, les yeux ouverts ou mi-clos, et faites l'expérience du corps tel que vous avez décidé de le sentir. Si vous êtes poursuivi par une sensation négative (lourdeur, laideur, faiblesse), commencez par exagérer cette sensation, puis arrivé à l'extrême de la lourdeur, de la faiblesse ou de la laideur, commencez à ressentir la qualité opposée (légèreté, beauté, force…).

La sensation du « corps parfait »

À ce stade, vous pouvez approfondir l'exercice proposé p. 213-214. En vous concentrant sur la sensation du corps parfait que ressentez-vous, que visualisez-vous ? Certaines parties de votre corps ont-elles évolué ? Avez-vous plus de facilité que précédemment à laisser venir la sensation du corps parfait ? Quelles limites ressentez-vous encore pour vous accepter dans votre perfection ?

Cet exercice est en progrès constant et il est possible que votre corps parfait change à chaque fois que vous reviendrez vous concentrer sur sa sensation : l'Inconscient utilisera différentes images, différents ressentis pour vous rappeler la mémoire de ce potentiel. Si vous êtes malade,

imaginez dans l'exercice que l'organe affecté fonctionne de manière optimale : foie parfaitement sain, poumons pleins d'énergie, articulations souples et capables de danser, etc.

Qui habite dans mon corps ?

Il s'agit maintenant de travailler plus en détail sur le corps familial tel que nous l'avons reçu.

Allongé sur le dos, vous pouvez avoir à côté de vous, si nécessaire, un exemplaire de votre arbre généalogique avec tous les noms et prénoms de vos ascendants, pour vous sentir symboliquement accompagné par le travail accompli jusqu'ici. Parcourez mentalement les régions de votre corps : vos membres, votre musculature, vos organes, les os de votre squelette… À chaque étape, prenez un moment pour vous poser la question : « Qui habite encore ici ? » et laissez venir la réponse. Il est possible que plusieurs ancêtres, ou des mémoires fragmentaires de votre arbre généalogique, résident à plusieurs endroits de votre corps.

Dès lors que vous entrez en contact avec un personnage, une phrase, un ressenti, un épisode, restez ancré dans la sensation du corps et demandez : « Qu'as-tu à me dire, à me montrer ? » Il est alors probable que cette région du corps, ou le personnage qui l'habite, vous propose soit une image, soit une phrase ou un mot. Vous pouvez laisser cette image ou cette phrase flotter devant vous un moment, se transformer ou se développer, puis se dissoudre.

Si vous sentez que cette région particulière du corps vous demande plus d'attention et que cette mémoire ne peut pas se résoudre pour le moment, dites : « Merci de t'être manifesté à moi. Je reviendrai. » Vous pouvez alors recommencer l'exercice le lendemain, ou une semaine plus tard.

Le toucher : un tabou de la culture occidentale

Le travail individuel sur le corps a ses limites. En effet, dès la naissance nous apprenons à nous sentir non pas seuls mais à travers la manière dont nous sommes touchés, caressés ou punis : le bébé, dépendant de ceux qui l'élèvent pour survivre, forge en partie sa sensation corporelle par le toucher donné et reçu. La première chose que touche un enfant lorsqu'il est allaité est le sein maternel, ou au moins la peau de la personne qui s'occupe de lui.

On peut imaginer que notre plus grand désir est que le monde ait la consistance de cette peau maternelle…

Or la région du corps qui évoque cette interdépendance des êtres humains est une petite zone du dos située entre les omoplates que l'on ne peut pas (à moins d'une souplesse exceptionnelle) caresser soi-même. Dans la mythologie nordique, c'est le seul point resté vulnérable sur le corps du héros Sigurd : celui-ci ayant tué le dragon Fafnir, dont le sang a le pouvoir de le rendre omniscient et invulnérable, il se baigne dans son sang, mais une feuille de tilleul tombe entre ses omoplates, laissant une zone fragile par laquelle, un jour, il mourra d'un coup de lance. La « feuille de Sigurd » est à la fois la région où la main maternelle soutient le bébé dès ses premiers instants de vie et pour l'adulte un point aveugle : pour chacun de nous, son propre dos est invisible (rares sont les personnes qui ont une conception claire de leur propre dos) et la région des vertèbres dorsales supérieures est, chez la plupart des gens, la moins mobile, bien qu'elle soit déterminante pour la qualité de la – posture. C'est le lieu inconscient par excellence, celui où la réception émotionnelle d'un geste de réconfort nous touche directement.

Toute relation par le toucher nous renvoie à cette intervention extérieure, **à la part de nous qui dépend de l'autre pour se connaître**. Il nous paraît indispensable de raffiner notre relation à l'autre comme élément de guérison de l'arbre, aussi bien pour aider que pour être aidé. Apprendre à se relier à une autre personne sans entraîner dans la relation les déchets et les abus de notre généalogie fait partie intégrante de notre évolution.

Améliorer la qualité du toucher n'est pas seulement une affaire de délicatesse ou de précision. Comme nous l'avons vu, tout abus vient d'une irréalisation dans l'un des quatre centres, et le corps (donc la main et notre qualité de toucher) va aussi bien exprimer notre identité matérielle (plus ou moins lourd ou léger, plus ou moins chaud ou froid…) que notre sexualité, notre créativité, nos sentiments ou nos idées. Lorsqu'on touche, on convoque dans ce contact tout ce que l'on est consciemment et inconsciemment.

Le toucher est également affecté par des a priori culturels et sociaux. En Occident, ce sens a été diabolisé en même temps que l'expression de la sexualité était globalement refoulée. Une hiérarchisation des sens s'est opérée : la vue et l'ouïe, considérées comme indispensables, ont droit de

cité, le goût et l'odorat sont acceptés dans certaines limites, mais le toucher déclenche un soupçon d'intrusion sexuelle, d'agression, voire une peur d'être sali ou contaminé.

Le contact corporel est fréquemment connoté sexuellement, ou comme une ingérence, une agression : les tenants de l'ordre ou les bandits se permettent de toucher l'autre sans égard, de manière utilitaire ou dominante (on pense par exemple au toucher du policier, du gardien de prison, du vigile de sécurité, qui vérifie la non-dangerosité d'un individu pour la société). Le contact tactile tendre et attentif existe avant tout dans la relation de couple, à l'intérieur du cercle de famille, voire avec les amis. Hors de la sphère intime, le toucher culturellement accepté est celui du médecin, qui traite le corps comme une machine sans âme : froid et intellectuel, il est destiné à diagnostiquer la maladie. La plupart des psychologues et psychanalystes évitent de toucher leurs patients, la cure devant s'effectuer exclusivement par la parole. Dans quelques niches particulières on trouve diverses catégories de massage, à vocation soit « médicale », soit de « détente ».

Mais le toucher est très rarement utilisé avec l'ambition d'une **transmission d'âme à âme**, **d'esprit à esprit**. Pourtant le niveau de Conscience d'une personne est aisément détectable à sa manière de toucher les objets et les gens. Les Évangiles nous présentent – l'imposition des mains comme la méthode favorite de transmission de l'Esprit : le toucher peut communiquer une vérité que la parole n'est pas capable de véhiculer, il met directement la personne touchée en contact avec le niveau de Conscience de la personne qui touche. Nous verrons plus loin comment, dans le chamanisme comme dans d'autres transmissions spirituelles, l'officiant (prêtre, chaman en transe, etc.) peut même devenir le canal par lequel s'exerce le contact avec une divinité. De même, lorsqu'une mère sereine et aimante touche son enfant, elle lui transmet un amour qui la dépasse : l'amour maternel sous sa forme universelle.

Il y a donc un écart immense entre le toucher dont nous avons soif et celui que nous pratiquons dans la vie quotidienne. Par exemple, on peut aisément aborder un inconnu pour lui parler, mais il est beaucoup plus difficile, dans notre culture, de le toucher d'emblée.

Pour développer votre qualité de toucher essentiel, voici donc quelques exercices, à faire de préférence avec un ou une partenaire avec qui l'on

pourra échanger ses expériences. Il s'agit de **développer la Conscience dans le toucher**, l'écoute, la subtilité et la capacité à sentir et induire des nuances. Le toucher révèle plus ou moins consciemment la conscience corporelle de la personne qui touche : du bout des doigts, ou avec le bras entier, mais déraciné du reste du corps, ou dans le cas d'un toucher plus ancré, c'est le corps tout entier qui, par le truchement de la main, vient faire contact avec la personne touchée.

- **Toucher des inconnus.** Il peut s'agir aussi de personnes avec qui le contact tactile est socialement « inapproprié », par exemple des collègues de travail ou des personnes rencontrées dans la rue.
- Ce contact ne devra pas être perçu par l'autre comme une invasion, un accident, une agression, une tentative de séduction ni une prise de pouvoir. Votre toucher devra être aussi naturel que le serait une parole aimable.
- **Le bruit du cœur.** Cet exercice consiste à faire écouter son propre cœur et à écouter le cœur de l'autre, l'oreille directement collée à la poitrine (le premier rythme que l'on entend est le cœur de la mère). Lorsque vous offrez votre cœur à l'autre, comment le touchez-vous ? Quelle est pour vous la bonne qualité d'enlacement : ni trop près ni trop loin, ni trop serré ni trop lâche, ni trop pressant ni trop léger…
- Faites l'expérience symétrique lorsque vous écoutez le cœur de l'autre : comment souhaitez-vous être soutenu, accompagné ?
- **Faire ses « gammes de toucher ».** De peau à peau, de musculature à musculature, de squelette à squelette, voire de Conscience à Conscience, d'où touchez-vous, et que touchez-vous chez l'autre ?
- Cet exercice requiert une communication calme, non violente, et la capacité d'exprimer objectivement ses éventuelles remarques ou suggestions, dans le but d'aider l'autre à raffiner la qualité de son toucher.
- **Toucher depuis chacun des quatre centres.** Avec un partenaire, de manière similaire, observez comment sont vos mouvements et votre qualité de toucher lorsque vous ancrez les mains successivement dans l'intellect, dans le cœur, dans le centre sexuel, puis comme si elles avaient des racines dans les pieds, pour que le toucher soit le produit du corps entier.

Le massage initiatique

Nous avons déjà évoqué le fait que l'éducation familiale et sociale limite les mouvements corporels des enfants, entre autres en établissant des stéréotypes de mouvements considérés comme « masculins » ou « féminins », ou encore en imposant très tôt l'immobilité, la position assise et les diverses contraintes corporelles des systèmes éducatifs en vigueur. Arrivés à l'âge adulte, les enfants soumis à ce « dressage » ont perdu la capacité d'utiliser leur corps dans toute son extension : ils vivent enfermés dans une sorte de corset somatique composé d'une vingtaine de mouvements habituels qu'ils répètent tout au long de leur vie. On peut ajouter à cela une tendance à imiter les mouvements corporels des membres de la famille, dont on ne peut déterminer quelles sont la part génétique et la part mimétique, mais qui est observable dans la plupart des cas. Certes quelques expériences, particulièrement dans la jeunesse, peuvent constituer une reconquête de la liberté de mouvement, mais souvent dans un but défini : la danse peut éveiller le plaisir sensuel, le sport est généralement orienté vers l'excellence, et la plupart des techniques corporelles proposent avant tout un répertoire normatif de mouvements considérés comme « corrects » ou « beaux ». À l'adolescence, il arrive aussi qu'un jeune homme ou une jeune fille, pour émerger du corps familial, se mette à imiter les mouvements ou la façon de parler d'un(e) ami(e) à la forte personnalité, mais cela ne représente que l'absorption d'un autre arbre généalogique.

Il faut aller plus avant dans la recherche du lien entre mouvement et esprit pour rencontrer des disciplines qui aspirent à éveiller des zones cognitives plus vastes. Citons par exemple les différents courants du yoga, les arts martiaux internes comme le qi-gong ou le tai-chi, la technique Alexander, la méthode Feldenkrais, les danses créées par Gurdjieff, la *tensegrity* de Carlos Castaneda, les massages spirituels de doña Magdalena, les *mudras* secrets des taoïstes chinois ou encore les gestes rituels des magiciens Eliphas Levi et Aleister Crowley.

Le massage initiatique est une discipline qui se propose, à travers le contact corporel, de faire découvrir au consultant des aspects de son esprit qu'il ne connaissait pas. Le **toucher conscient** du masseur initiatique, dont nous allons plus bas définir les composantes, doit permettre de dissoudre une illusion tenace : « Le monde est comme je me sens », c'est-à-dire que notre sens de nous-mêmes détermine notre conception de tout ce qui nous

entoure. Le contact avec les mains du masseur initiatique est là pour nous révéler que l'autre ne perçoit pas notre corps comme nous l'imaginions. En d'autres termes, le toucher conscient permet de nous désidentifier de nos habitudes de sentir, et donc d'**émerger de notre personnalité acquise**.

Tant que nous vivons dans le corps familial et social, notre toucher transmettra les valeurs mais aussi les violences et les scories diverses de notre milieu d'origine. Que nous en soyons ou non conscients, nous serons le canal de notre arbre généalogique et de notre culture. De même qu'il y a des niveaux de Conscience, il y a des degrés de Conscience dans le toucher. Nous appelons **corps essentiel réalisé** le corps arrivé au plus haut niveau de Conscience, et qui devient capable de transmettre ce niveau de Conscience par le toucher.

En effet, **deux êtres qui se touchent forment une unité**. On peut le constater en observant les comportements des animaux. Prenons pour exemple une femme qui nourrit les oiseaux dans un parc ; les moineaux ont confiance en elle et lui mangent dans la main. Si cette personne prend un enfant ou un adulte par la main, les oiseaux viendront alors picorer dans la paume du nouveau venu sans la moindre méfiance. Dès que la femme lâche la main de l'inconnu, les oiseaux s'éloignent de celui-ci. De même lorsqu'on entre dans une maison gardée par un chien, la réaction de ce cerbère change du tout au tout si le maître ou la maîtresse de maison accueille l'invité en le prenant par la main.

Ce chapitre ne prétend pas être un manuel de massage : une méthode corporelle ne peut s'apprendre que par la pratique. Nous avons cependant tenu à détailler quelques étapes indispensables pour la préparation du toucher conscient, ainsi que les principaux massages initiatiques qui peuvent intervenir en complément d'un travail sur l'arbre généalogique.

La préparation du masseur initiatique

Comme pour tout type de massage ou d'intervention physique sur une personne, le masseur doit être d'une propreté scrupuleuse, veiller à ce qu'aucune odeur corporelle ne puisse déranger son consultant, avoir l'haleine fraîche, les cheveux propres, les ongles bien taillés, la peau des mains exempte de cals et de rugosités. Le lieu où le massage se déroule devra être calme, propre et neutre, et offrir un sentiment de sécurité

(personne ne peut faire irruption dans la pièce, aucun bruit violent ne vient interrompre la séance, la température est agréable, etc.).

Le masseur aura effectué l'exercice du corps parfait proposé dans la 5e partie. Par ailleurs, pour ne pas tomber dans une ambiguïté sexuelle qui serait catastrophique vu les interdits culturels liés au toucher, il est essentiel d'aborder tout contact de manière androgyne et méta-sexuelle, hors de toute ambition de pouvoir, de tout désir individuel et de toute frustration, et sans aucune insinuation de quelque nature que ce soit. **Le rôle du masseur initiatique est de toucher le corps pour le révéler à lui-même**.

On peut se préparer en outre grâce aux exercices suivants.

Comment employer les mains

Il est important de comprendre la symbolique des doigts de la main, également à l'œuvre dans la pratique des *mudras* (gestuelle symbolique accompagnant la méditation). Mais la grande différence est que dans le *mudra* on recherche le contact avec le Soi essentiel et on s'isole de l'autre, alors que dans le massage ces mêmes mains sont utilisées pour communiquer un niveau de Conscience.

Sur le plan symbolique, la main gauche représente le féminin réceptif et la main droite le masculin actif. Le pouce, opposable à tous les autres doigts et donc capable de communiquer avec eux, symbolise la Conscience. L'index, doigt qui indique, désigne et comprend, symbolise l'intellect. Le majeur, le doigt central, symbolise le cœur. L'annulaire, que l'on bague lors du mariage, symbolise le centre sexuel-créatif. L'auriculaire, le doigt extérieur qui s'unit au tranchant de la main, symbolise le corps et toute la vie matérielle. La paume est le lieu où la cinquième essence et les quatre éléments s'enracinent dans le même espace, communiquant avec les viscères et l'intérieur du corps : c'est la partie avec laquelle on peut donner et recevoir. Le masseur – initiatique devra travailler sur la flexibilité et la sensibilité de la paume, mais aussi rendre sensible le dos de la main, aussi bien en l'utilisant pour se masser lui-même que pour masser l'autre. Le dos de la main, qui représente symboliquement le dos (la colonne vertébrale : la part la moins consciente du schéma corporel), est en effet partie intégrante de la main au même titre que la paume et doit ultimement s'unir avec la totalité de celle-ci. De même que le squelette est à la fois solide et articulé,

aussi mobile qu'un serpent au niveau de la colonne vertébrale, le dos de la main doit devenir un lieu fluide et capable de communiquer.

Selon la manière dont on utilise la main on obtiendra divers effets :

- En massant avec le bout des doigts, on entre dans le corps de l'autre, on le stimule et le réveille.
- La main posée à plat constitue un appui, un accompagnement, une reconnaissance de l'autre.
- La main qui glisse sur le corps du consultant rappelle la caresse initiale, maternelle ou paternelle.
- On peut également masser avec le poing : selon la position du pouce, ce poing représentera un œuf (si le pouce est à l'intérieur, vulnérable, vivant dans le poing comme un germe) ou une pierre (si le pouce ferme le poing de l'extérieur, comme dans les arts martiaux, le rendant ainsi invulnérable).
- Un massage avec le poing – œuf peut être un massage de purification, de la même manière que les chamans mexicains utilisent un œuf ou un citron pour faire une *limpia*, un nettoyage énergétique ou émotionnel du corps de l'autre. De même que le *curandero* (guérisseur) casse l'œuf ou le jette une fois le nettoyage accompli, il faudra alors secouer la main ouverte et la laver pour symboliser que le travail de l'œuf est terminé.
- Lorsque le poing est fermé et dur comme une pierre, il permet de communiquer avec les os du consultant, auquel il fait symboliquement référence : l'os est la partie solide du corps, équivalent de l'élément minéral dans la nature. Le poing fermé communique de la force. Pour l'Inconscient, le poing fermé représente un ennemi : masser de manière bienveillante avec le poing offre un immense soulagement, car l'ennemi potentiel devient un allié, et il n'y a alors plus de danger. Cela peut servir pour effacer la mémoire des coups reçus par le passé.
- Les ongles sont une survivance des griffes dans la nature sauvage. Le masseur ne peut pas avoir les ongles longs : il a limé son agressivité et dompté le fauve. Mais il peut exceptionnellement utiliser les ongles dans le massage pour renvoyer le consultant à sa propre nature sauvage, si nécessaire. L'ongle gratte, il peut créer des centres de concentration de l'attention : où l'on concentre l'attention peut

apparaître la Conscience. Pour cela, les cinq doigts s'unissent en pointe, ou comme un bec d'oiseau, et les cinq ongles pressent en même temps sur une région du corps. Il est important que les ongles soient unis et non séparés, sans quoi on a de nouveau affaire symboliquement à une patte qui griffe.

Voici deux exercices pour raffiner le toucher :

- **Connecter la main au corps entier.** Seul ou avec un partenaire, prolongez un à un chacun des doigts de vos deux mains jusqu'à votre *hara* ou centre de gravité, situé environ deux doigts en dessous du nombril.
- Cette prolongation des doigts peut se faire à la fois par le toucher (à même la peau) et par l'imagination (le trajet passe alors par l'intérieur du corps, et aboutit aussi à l'intérieur du ventre).
- **Sentir ses mains.** Cette méditation a pour but de préparer la main au massage.

Sentez vos mains, les yeux ouverts ou fermés selon votre préférence. Regardez-les ou sentez-les telles qu'elles sont. Puis imaginez-les petites, comme des mains d'enfant et sentez-les comme telles. Régressez jusqu'aux mains du fœtus et plus loin encore, aux mains de primate. Voyez jusqu'où vous pouvez sentir vos mains dans le passé : jusqu'à quel animal, avec ses griffes, voire jusqu'à ce qu'elles soient deux morceaux de matière minérale. Puis revenez graduellement de la main fœtale à la main enfantine et adulte, et faites vieillir vos mains jusqu'à ce qu'elles dépassent la durée de la vie humaine et qu'elles se dissolvent comme deux émanations d'énergie bienveillante. Tout l'univers est uni à ces mains millénaires.

Refermez les poings et voyez tout ce que vos mains contiennent maintenant. Ouvrez les mains et voyez tout ce que vous êtes capable de donner : un univers entier, la joie de l'enfance, des sentiments sublimes, l'histoire de la planète, l'énergie cosmique, etc.

Le masseur et l'espace

Une fois la sensibilité de la main développée, il convient de travailler sur notre relation avec l'espace. En effet tout massage se fait en trois

dimensions, dans un environnement et avec le mouvement pour but : la personne massée n'est pas inerte, elle est une somme d'actions en puissance. De même le masseur n'est pas seulement un corps inerte d'où surgissent deux bras, mais son massage est une proposition de danse, d'union en mouvement avec le consultant.

- **Rassembler les deux mains à l'aveugle dans l'espace.** Il s'agit de vérifier que votre sens tactile et votre sens visuel sont bien accordés l'un à l'autre. En effet, dans le massage, on passe sans cesse des informations de contact aux informations visuelles. Une fois les deux mains jointes, elles se massent et se caressent – mutuellement, comme décrit dans la 4^{e} partie : masculin et féminin, réception et action s'accordent par cette caresse, qui unit le masseur à lui-même.
- **Dépasser la peur du noir.** Dans le ventre maternel nous avons deux pulsions principales : naître pour voir la lumière et respirer. Lorsque la gestation et la naissance ne se sont pas passées de manière optimale, on peut conserver une peur résiduelle de l'obscurité. Cela peut influer sur la bonne marche d'un massage.
- Pour dépasser cette peur et se réconcilier avec l'espace même lorsqu'il est sombre, l'aspirant masseur pourra s'installer volontairement dans un lieu obscur et effectuer cet automassage destiné à concevoir l'obscurité comme un être bienveillant et allié. Le corps nu se frotte contre l'obscurité, en sentant que celle-ci le caresse. Comme dans une danse, les bras pénètrent dans le noir, le corps entier y ondule… Ce massage de nuit permet de dépasser les angoisses fœtales.
- **Des formes dans l'air.** Le massage initiatique ne consiste pas seulement à découvrir par le toucher ce qui existe déjà, mais se propose de faire exister une forme. Exercez-vous à créer avec vos mains des sculptures invisibles que vous définissez en massant l'air. Vous les toucherez, conscient de leur forme à vous seul sensible, avec tendresse et amour, en vous employant à leur communiquer la vie, une pulsation. Une fois la forme entièrement massée, vous la laisserez derrière vous, comme une réalité invisible mais avec laquelle vous avez créé une union.

Enrichir ses mains et les charger d'énergie

Vos mains sont appelées à devenir des outils destinés à éveiller la Conscience de l'autre, et il est utile de leur donner un pouvoir que vous n'avez pas : sans tomber dans la superstition, vous pouvez conférer à vos mains, par l'imagination, des capacités qui vous dépassent.

Masser des lieux consacrés. Nombre de statues, rochers, lieux saints, constructions… reçoivent à longueur d'année les plaintes, les prières et les demandes d'un public nombreux. Choisissez un objet ou un lieu où s'accumulent ces demandes, et décidez de lui donner, par votre massage, réconfort, présence et conscience, plutôt que de lui demander quoi que ce soit. Vous pouvez aussi masser un arbre.

Cet exercice s'appuie sur l'idée que nous sommes au monde pour aider l'univers à engendrer plus de Conscience, et non pour consommer sans cesse comme des enfants insatiables. Après ce massage, vos mains seront chargées de toute l'énergie de ce lieu consacré, auquel vous n'aurez pourtant rien demandé, mais auquel vous vous serez uni à un niveau plus élevé en lui offrant votre massage.

- **Charger positivement les mains.** On peut à volonté prendre des objets précieux, des minéraux, des végétaux ou autres objets de pouvoir et les masser en imaginant que la main absorbe et accumule leur énergie. Si de tels objets ne sont pas disponibles, vous pouvez imaginer que vous les massez, ou encore mettre des photos de ces objets dans votre main : pour l'Inconscient, l'image de l'objet est l'objet lui-même.
- **Jouer avec les températures.** Il s'agit de sentir que de la main émane une énergie thermique qui peut aller du froid extrême à l'extrême chaleur, à volonté. Chaque degré de température représente un aspect de l'amour : certains corps demandent à être réchauffés, d'autres à être refroidis. La chaleur peut énergiser mais le froid peut rafraîchir, calmer, etc.
- **Jouer avec la sensation de la taille des mains.** Imaginez que vos mains rapetissent, puis qu'elles grandissent jusqu'à pouvoir toucher des objets distants de vous : vous pouvez imaginer que vous caressez la lune, les étoiles, ou que vous mettez la main au centre du soleil. Cela vous aidera plus tard à visualiser et « toucher » les organes en massant la superficie du corps.

Exercices de massage

Ce répertoire d'exercices pourra être expérimenté avec un partenaire de bonne volonté, pour affiner votre capacité d'entrer en contact avec l'autre. Une fois encore, nous n'avons pas la prétention de rédiger ici un manuel de massage, ni de former des thérapeutes sauvages. Il s'agit plutôt de rééduquer le toucher dans le cadre d'une relation conviviale et de conscience.

L'accompagnement

Avant tout, le masseur pose la main contre le cœur du partenaire, sent son battement et l'accompagne mentalement, ainsi que par le rythme de la respiration. Puis, peu à peu, les deux mains à plat de part et d'autre du corps du partenaire, il prend en considération son corps et le reconnaît en tant que volume, de droite à gauche et d'avant en arrière.

Pour la tête et le tronc, la personne peut être assise. Le masseur prendra entre ses mains, posément et pendant quelques secondes, simultanément le front et l'occiput, puis l'oreille droite et l'oreille gauche, l'avant et l'arrière de la poitrine, du torse, du ventre, les côtés droit et gauche de la cage thoracique, etc.

Pour les membres, la personne peut être allongée sur une table de massage, et le partenaire appuiera des segments du bras droit et du bras gauche simultanément sur la table de massage, de même pour la jambe droite et la jambe gauche.

Unir le corps à son environnement

Ce massage consiste à prolonger le corps. Le consultant s'allonge sur une surface souple (tapis épais) et son partenaire masse tout le corps en prolongeant son geste vers l'extérieur comme si le bras, le corps, la jambe, etc., continuaient dans le sol.

Étirer la peau

La peau est considérée comme une frontière, comme la limite extrême du corps. On dit « être bien ou mal dans sa peau », et les personnes timides s'enferment, pour ainsi dire, à l'intérieur de leur peau. Or, tout organisme

isolé de son environnement dépérit : un aspect essentiel de la vie est notre capacité d'union avec le tout.

Le massage d'étirement de la peau sert à déplacer métaphoriquement cette limite, à reconnaître qu'elle est souple et que l'on peut dépasser ses frontières habituelles dans un élan vers l'extérieur. Le but est à la fois de perdre la peur que l'on a de se dépasser, puis de ramener vers le corps une peau qui aura exploré le monde.

En pratique, il faut saisir délicatement la peau du partenaire avec tous les doigts, à deux mains, et la tirer vers le haut en restant attentif à la direction des fibres de la peau. Ce massage s'effectue sur tout le corps, avec une force de traction qui doit s'adapter précisément à la sensibilité de la zone concernée. Il est particulièrement utile d'étirer la peau à des endroits qui ont tendance à fermer des orifices (on peut pratiquer le massage sur soi-même pour ces zones particulièrement initimes) :

- Les paupières (avec beaucoup de délicatesse).
- La peau des testicules (d'une élasticité remarquable).
- Les lèvres du sexe féminin.

Une fois que la personne a senti l'élasticité de sa peau, on peut pratiquer de longs « enroulements » sur tout le corps consistant à faire rouler entre les doigts un bourrelet de peau qui commence par exemple à la nuque pour finir à un pied, puis à l'autre.

Ce massage permet de sentir l'unité de la peau comme un seul et même organe, et de dépasser le ressenti morcelé du corps.

Massage des muscles

La fonction des muscles est de mouvoir le corps, et en particulier l'ossature. Dans ce massage nous allons considérer le muscle comme le réceptacle de nombre d'émotions anciennes qu'il retient, et qu'il exprime dans ses contractions répétées de façon immuable. Il s'agit donc pour nous d'ouvrir les muscles. Ce massage en cinq temps concerne aussi bien les muscles forts et volumineux (biceps, quadriceps, fessiers, carré des lombes, abdominaux, etc.) que des zones plus réduites (petits muscles gouvernant la mimique faciale : front, contour de la bouche…, mais aussi doigts, paume des mains, plante des pieds…).

- Posant les doigts des deux mains au centre du muscle, on écarte les mains l'une de l'autre vers la droite et la gauche pour « ouvrir » symboliquement les fibres musculaires.
- Avec des mouvements comparables, on propose un étirement des muscles en écartant cette fois les mains de bas en haut.
- En couvrant une zone avec toute la paume de la main ou du plat des doigts (selon la taille de la zone concernée), on propose au muscle une rotation interne et externe autour de l'os auquel il s'attache.
- On termine le massage en pesant sur les zones travaillées, l'une après l'autre, comme pour concentrer et resserrer la gaine musculaire du corps. Selon les zones on ira jusqu'à peser de tout son poids. Ce moment du massage sert à restituer une sensation compacte du corps, et à unir le muscle (dynamique et émotionnel) avec la matière concrète (essentielle) de l'os.
- On termine par un massage de la peau visant à définir l'enveloppe cutanée autour des muscles : de façon ininterrompue une main succède à l'autre pendant que la personne massée roule du dos sur le côté puis sur le ventre, comme dans une seule et interminable caresse. Cette phase du massage peut durer jusqu'à une demi-heure.

Masser les os

Généralement, on élude le squelette dans le massage, soit parce qu'il renvoie une image terrifiante (la mort), soit parce qu'on considère cette partie du corps comme impersonnelle. Or le squelette est individuel et vivant : la moelle osseuse produit les cellules de notre sang. Par ailleurs la sensation du squelette est très importante : en règle générale l'ego artificiel fuit la structure et préfère enrober le corps d'une carapace (musculaire, émotionnelle ou même vestimentaire), se vivant comme un mollusque invertébré. Recontacter le squelette permet de retrouver le chemin de l'essentiel.

Pour masser le squelette, il faut aller le chercher avec le bout des doigts, le toucher à travers la peau et la chair, et le parcourir en le frottant comme pour libérer son énergie. Il est également recommandé d'entrer avec délicatesse dans le détail des articulations, de chercher les spirales et les rotations possibles, ainsi que d'explorer avec une attention aimante le détail de la forme des os (par exemple, la forme des orbites, de l'os pubien, de

l'ossature située derrière les oreilles, des os du crâne…). Ce faisant, le masseur doit être attentif à son propre squelette. Toutes les formes existant dans la nature se retrouvent dans le squelette humain.

Ouvrir les sept plexus

Nombre de traditions spirituelles ou médicinales comportent une description énergétique du corps qui leur est propre. Sans entrer dans le débat de savoir si le corps énergétique existe réellement, ou quelle est sa structure précise, nous pouvons considérer ces descriptions comme autant de biologies symboliques utiles.

Nous nous référons, pour ce massage, aux chakras ou plexus localisés au niveau de sept centres nerveux (ou endocriniens), en les considérant comme des lieux notables du corps où peuvent converger des énergies fluides ou stagnantes. On peut s'appuyer sur cette topographie pour réveiller successivement sept zones du corps.

- **Le chakra racine (le périnée)**. La personne est debout, genoux légèrement pliés. Le poing du masseur vient s'appuyer entre son sexe et son anus (le poing est orienté comme une main qui tient une bougie, c'est donc essentiellement la racine du pouce et l'index qui font contact avec le périnée). Cette pression, qui est à la fois un soutien et une résistance, permet à la personne de sentir sa propre puissance et de se rassembler dans ce lieu d'ancrage où se trouvent entre autres les muscles et les organes de la sexualité, de la miction et de la défécation.
- **Le chakra sexuel ou sacré**. Il se trouve au niveau du pubis, pour un homme au-dessus de la racine du sexe, pour une femme au niveau de l'utérus. La personne est couchée. Les mains du masseur appuient (du bout des doigts) sur le chakra et font le geste de l'ouvrir vers la droite et la gauche, en suivant le rythme de la respiration. Ce geste a pour but de dissoudre les préjugés sexuels de l'arbre généalogique, la contention du désir et de la force créative.
- **Le centre de gravité**. Situé quelques centimètres en dessous du nombril, il correspond au siège du *ki* ou *chi* dans les arts martiaux. C'est le centre de tout mouvement corporel harmonieux en union avec la planète. La personne est couchée sur le dos, et le masseur effectue des mouvements en spirale (horaires et anti-horaires) dont le

centre de gravité est le point de départ. Ces spirales s'étendent graduellement à tout le corps, puis reviennent vers le centre de gravité. Ensuite on masse dans le même esprit en faisant rayonner par des lignes ce centre vers les membres, le torse et la tête, et de retour. Ce centre doit être massé également dans le dos, où il se situe au niveau de la cinquième vertèbre lombaire.

- **Du plexus solaire au cœur**. Le massage s'effectue debout. Le masseur se place derrière la personne et l'enlace de ses bras, posant les mains à plat sur la poitrine, grosso modo entre le diaphragme et le cœur. Le massage s'effectue dans le sens de l'ouverture, pour défaire les carapaces émotionnelles, de part et d'autre du sternum. Il est fréquent que la personne pleure ou exprime des émotions fortes pendant ce massage. Il doit se terminer par une « intégration » du cœur : la personne, accompagnée par les mains du masseur, sent tout son corps comme un cœur qui palpite.
- **La gorge (chakra de l'expression)**. Ici il n'est pas question d'exercer une forte pression, car la gorge est une zone fragile et cruciale, canal de la respiration et de l'alimentation. Toute coercition peut produire de l'angoisse, une sensation d'étranglement. Pour ouvrir ce canal de communication et de purification entre cœur et esprit, le massage s'effectuera avec une grande délicatesse, de peau à peau, comme si on créait un bijou en massant dans le sens anti-horaire le creux situé entre les deux clavicules, avec l'intention de dissiper toute angoisse et de créer une sensation de bien-être. Puis cette sensation positive sera étirée, comme un collier ou un sillon, tout autour du cou jusqu'à la nuque. Ensuite, les mains renversées (pouces et doigts vers le bas, tranchant des mains contre les oreilles), le masseur fait remonter l'énergie vers la nuque, le menton et les oreilles, jusqu'au sommet de la tête.
- **Le massage du troisième œil et du sommet de la tête**. Ce massage a pour but d'ouvrir une fenêtre métaphorique dans le cerveau pour laisser entrer la lumière venue aussi bien du ciel que du centre de la terre. On peut d'ailleurs proposer à la personne de se concentrer sur cette image. Une main, ongles rassemblés en un bec comme décrit plus haut, se pose sur le sommet du crâne, et l'autre entre les deux sourcils : le masseur reste le temps nécessaire en appui sur ces deux points pour que la personne massée puisse y concentrer son attention.

Puis peu à peu il ouvre les doigts des deux mains, en les écartant très lentement, comme les pétales d'une fleur qui s'ouvre. On reproduit ensuite le même massage avec une main sur le sommet du crâne et l'autre à l'arrière de l'occiput.

Massage du visage

Le visage est un lieu-clé de l'identité acquise : comme le nom, il représente un des plus forts signes de l'individualité. Ce massage a pour but de changer la conception que la personne a de son visage. Le masseur devra explorer avec ses mains tous les détails de l'ossature, des muscles, des chairs molles, pour proposer à la personne massée une image complète de son visage tel qu'il est. Puis, selon les désirs exprimés par le consultant (qui peut décrire au préalable son « visage parfait » tel qu'il le visualise), le masseur peut masser le visage parfait, par exemple allonger le nez, agrandir les yeux, fortifier la mâchoire. Ce visage tel que topographié par le massage devient alors la trace imaginée et sentie du visage que la personne se représente comme étant celui qui lui correspond essentiellement. La Conscience réalisée n'a pas de visage, mais elle peut revêtir un masque sacré, c'est-à-dire transpersonnel, qui ne définit pas une personne individuelle mais un archétype.

Massage du sexe

Il doit être effectué par une personne en qui on a une confiance absolue (à ne pas confondre avec la complicité érotique des amants : il s'agit ici d'un contact destiné à restaurer les organes sexuels dans leur dignité essentielle). Nous avons choisi de ne pas l'éluder, justement pour ne pas tomber dans le tabou consistant à expulser les organes sexuels du ressenti corporel. Voici donc quelques indications concernant le massage initiatique du sexe féminin et masculin.

- **Massage intravaginal**. Les seuls doigts employés sont l'index et le médium, les deux doigts dévolus à la bénédiction dans l'imagerie chrétienne. Ce massage de l'intérieur du vagin n'est pas axé sur la pénétration, mais au contraire sur le fait de dégager le sexe féminin de toutes ses mémoires négatives. L'accent n'est donc pas mis sur une poussée vers l'intérieur : au contraire, avec l'aide d'un lubrifiant, si nécessaire, on introduit le plus doucement possible les doigts vers

l'intérieur, puis, par des mouvements spiralés, on « décolle » métaphoriquement les traces mémorielles qui s'attachent à la muqueuse. On continue le massage par des mouvements allant directement de l'intérieur vers l'extérieur, comme si l'on vidait le vagin d'une charge qui s'y est accumulée. Si, comme c'est fréquemment le cas, la femme a une imagerie de son propre sexe encombré d'objets ou de souvenirs douloureux, elle peut visualiser ce qui sort d'elle à mesure que les doigts du masseur ou de la masseuse dégagent la zone concernée. Ce massage peut être très utile pour achever de « nettoyer » ses traumatismes ou ses culpabilités.

- **Massage du pénis**. Généralement l'homme établit une différenciation entre son corps et son sexe, souvent considéré comme une sorte d'île. Son fonctionnement sexuel se limite alors à la seule zone du pénis. Ce massage est conçu pour enraciner le sexe dans le reste du corps. En commençant par la zone du gland, on descend le long du pénis comme si l'on traçait un chemin qui se poursuit sans interruption jusqu'à une zone du corps : la paume de la main, la plante du pied, la nuque, le cœur, le sommet de la tête.

Massages symboliques

Ils ne concernent pas directement le corps physique, mais ses prolongations visuelles ou imaginées.

- **Peigner l'aura.** Ce massage est destiné à créer du calme et à désentortiller les énergies emmêlées. Les doigts ouverts comme un peigne, étirer l'aura de la personne vers le bas, comme si l'on peignait une longue chevelure.
- **Laver l'ombre.** Il s'agit de réconcilier la personne avec son Inconscient et ses contenus « obscurs ». La personne se tient debout, dos à une source de lumière. Son ombre est donc projetée devant elle sur le sol (choisir un lieu qu'il est possible de laver avec une brosse et de l'eau additionnée soit de savon, soit d'huiles essentielles ou autres substances symboliquement pertinentes). Le consultant regarde le masseur brosser le sol en respectant la forme de son ombre.
- **Enrichir en frottant la peau avec des éléments symboliques.** Nous avons déjà mentionné que, pour l'Inconscient, la peau absorbe ce qui

reste uni un temps à elle. La guérisseuse Pachita frottait les malades avec une effigie du Christ ou de la Vierge Marie, mais on peut appliquer ce principe en massant une personne avec une photo de ses parents, avec de l'argent ou un lingot d'or si elle se sent pauvre, avec tout symbole qu'elle ressent nécessaire d'absorber. De même, – marcher avec dans ses chaussures des semelles à l'effigie des parents ou d'un couple de divinités (l'élément féminin étant placé sous la plante du pied gauche et l'élément masculin à droite) a, en psychomagie, un effet souvent surprenant sur les douleurs des membres inférieurs et sur le sentiment de non-appartenance, d'abandon, d'exil, etc.

Le grattage

Ce massage initiatique a pour but de permettre à une personne de se défaire de tout ce qui lui « colle à la peau », et en particulier de ses peurs. Les anciens guerriers du Caucase se raclaient avec le côté non tranchant d'un couteau pour vaincre l'angoisse avant d'aller au combat. Essentiellement, ce massage initiatique est destiné à éliminer les sensations négatives héritées du passé dont on ne peut pas se défaire d'une autre manière.

Le masseur devra se munir d'un coupe-papier en os ou autre objet non coupant, fait de préférence d'une matière naturelle, qui imite la forme d'un couteau. Le massage commence par le sommet de la tête, que l'on gratte doucement, soit en spirale, soit dans les quatre directions cardinales. Aucun millimètre de peau ne doit être oublié car toutes les mémoires négatives pourraient s'y reloger. Le masseur peut établir le trajet qu'il souhaite sur le corps à condition d'inclure absolument toutes ses parties, y compris les paupières, les organes génitaux, la plante des pieds, l'arrière des oreilles, etc. Ce massage dure au moins trois heures, il peut être effectué avec un accompagnement musical discret.

Faire sortir la colère

On peut parfois aider une personne à expulser et exprimer une colère rentrée. Cela demande évidemment d'avoir soi-même effectué le travail sur ses propres émotions négatives, ainsi que de posséder une certaine force

physique et psychique pour que le consultant ne puisse pas, en déchaînant sa colère, faire mal au masseur.

Le masseur appuie son poing fermé contre le périnée de la personne debout, comme décrit pour le massage du chakra racine, et soutient ce poing avec l'autre main, procurant un appui extrêmement sûr. Le consultant doit s'appuyer fortement contre ce poing et rugir, avec ou sans sons articulés. La force physique du masseur est importante car la pression doit être significative pour permettre à la personne de s'exprimer jusqu'au bout. Le périnée est la seule partie du corps que l'on puisse comprimer (en position debout) sans que la personne se sente contrainte : elle reçoit cette pression comme un apport d'énergie. Il est exclu d'appuyer sur quelque autre partie du corps que ce soit, car le consultant se sentirait écrasé ou forcé et non pas soutenu dans son entreprise de libération.

Massage de réparation à quatre mains

Ce massage peut faire partie du psychorituel de naissance que nous décrirons juste après. Il suppose la participation de deux masseurs, un homme et une femme, qui auront pour tâche de représenter les archétypes parentaux.

Nombre de personnes n'ont pas connu de bonnes relations avec leurs parents : à divers degrés, le couple s'entend mal, et chacun des parents a une relation difficile avec l'enfant. Lorsqu'on a été le champ de bataille du couple parental, le corps manque d'une information essentielle : sentir ce que signifie l'union entre père et mère.

Les masseurs peuvent porter l'une la photo de la mère et l'autre une photo du père autour du cou. Avant de toucher le consultant, ils effectuent une série de gestes en miroir dans l'air au-dessus de lui pour se mettre d'accord et s'harmoniser : le plus grand danger de ce massage est de s'y retrouver une fois de plus confronté au conflit du couple. Les deux personnes pratiqueront ensuite un massage intuitif et équilibré : d'abord l'homme masse le côté droit et la femme le côté gauche, et finalement tous deux amènent leurs mains vers les régions où leur intuition les appelle, mais toujours avec une grande attention à rester synchronisés.

Le psychorituel de renaissance

Un psychorituel est une cérémonie composée à la fois de **psychomagie** (un scénario précis, permettant d'intégrer des informations manquantes et de réaliser métaphoriquement des désirs refoulés) et de **massage initiatique**, puisque tout psychorituel s'effectue avec la collaboration de personnes de bonne volonté, qui doivent servir sans réserve l'effort de guérison du consultant. Celui-ci sera donc à la fois le sujet central du rituel et le maître de cérémonie. On pourrait dire que **le psychorituel a pour but de guérir et de modifier la personnalité acquise**, mais qu'il s'effectue **sous l'autorité de l'Être essentiel**.

Voilà pourquoi il est nécessaire de bien planifier un psychorituel, de s'assurer que les personnes qui y collaborent sont préparées, et pourquoi à tout moment le consultant, qui est aussi le metteur en scène, peut interrompre le psychorituel pour corriger les actions de ses collaborateurs.

Les actes psychomagiques d'enterrement que nous avons évoqués dans les chapitres précédents peuvent être considérés comme des psychorituels.

Nous allons maintenant détailler le psychorituel de nativité ou de deuxième naissance, qui permet de mettre en scène et de donner à l'Inconscient corporel les informations vitales de ce qu'est une naissance réussie.

Pour ce psychorituel qui dure trois heures, le consultant (qui jouera le rôle de l'enfant) doit choisir deux collaborateurs (ses parents métaphoriques) que nous désignerons comme les officiants. Ceux-ci, qui peuvent être aussi bien des thérapeutes que des acteurs, ou simplement deux personnes de bonne volonté, doivent être à la fois capables de :

- jouer la comédie de manière convaincante et sans tics ;
- comprendre ce qui se joue et être attentifs à ne pas laisser les névroses issues de leur propre histoire interférer, en d'autres termes avoir pour priorité absolue dans ce laps de temps d'accompagner le consultant dans sa guérison ;
- avoir de bonnes notions de massage, une sensibilité et une qualité de toucher fine et variée ;
- pouvoir vivre ce moment de manière transpersonnelle, au service de la Conscience universelle, quelles que soient leurs croyances ou leurs conceptions du divin.

Bien entendu, en l'absence de toute formation pratique, ces recommandations restent abstraites. Mais ultimement c'est le consultant qui est l'autorité agissante dans cette cérémonie thérapeutique. À tout moment du psychorituel, il doit pouvoir exprimer ses besoins et peut, le cas échéant, convenir avec ses parents symboliques d'un code qui signifie : « Suspendons le psychorituel et écoutez ce que j'attends de vous. »

Il ne s'agit pas de revivre des expériences traumatiques, mais d'inscrire de toutes les façons possibles la **mémoire alternative d'une expérience pleinement accomplie**.

Les « parents » devront se préparer en ayant effectué l'exercice du corps parfait, pour pouvoir s'y référer à tout moment dans leur rôle – d'archétypes parentaux et éviter que le piège de leur propre arbre généalogique vienne interférer dans le psychorituel.

Ils doivent aussi se présenter de la manière la plus neutre possible : vêtus simplement, en blanc, noir ou beige, ils seront attentifs à n'avoir pas d'ornements inutiles, pas de parfum trop intense, une haleine agréable, des gestes mesurés. Tout doit être fait pour que le consultant puisse projeter sur ce couple d'abord ses parents réels, puis ses parents idéaux. De même le psychorituel doit être réalisé dans une pièce neutre, agréable et tempérée.

Il se déroule en neuf étapes[1]. Il est recommandé de ne rien en omettre, mais vous pouvez ajouter les éléments qui sont nécessaires dans votre cas (détails, actes particulièrement importants, réparation de tel ou tel traumatisme).

Le consultant devra arriver vêtu de vieux vêtements qui représentent le poids du passé, mais apportera aussi dans une valise des vêtements, sous-vêtements et chaussures entièrement neufs, ainsi qu'un cordon ou un ruban symbolisant le cordon ombilical, et de quoi être allaité (lait concentré en tube, ou lait végétal type lait de soja, d'amande, de noisette, en brique avec une paille). Si nécessaire, il peut également apporter un fond de teint corporel doré (nous verrons qu'on utilise cette variante pour contrebalancer une forte dévalorisation).

Il faut également prévoir une photocopie d'une photo du père et d'une photo de la mère qu'on puisse accrocher au cou des officiants, une enveloppe noire et deux graines de deux plantes au choix.

1. Confrontation

Le consultant, vêtu de ses vieux vêtements, se place face aux deux officiants qui peuvent être assis ou debout, la « mère » en face de lui à sa gauche et le « père » à droite.

Il leur demande : « Pour ce rituel de naissance, acceptes-tu de représenter ma mère (prénom de la mère) ? Acceptes-tu de représenter mon père (prénom du père) ? »

Les officiants répondent : « Oui, pour ce rituel de naissance j'accepte de représenter ton père/ta mère (prénom). »

Le consultant leur place alors autour du cou la photo de sa mère et la photo de son père. Puis il leur expose tous ses griefs, sa rage, sa peine, son besoin d'être aimé, le cas échéant en frappant sur un coussin. Ces doléances n'ont jamais été exprimées pleinement car l'amour filial est mêlé d'une terreur primitive : l'enfant sait que ses parents ont sur lui un pouvoir de vie et de mort.

Cette confrontation est similaire à celle décrite dans la 8e partie. Rappelons-en les cinq étapes :

• « Voici ce que tu m'as fait (et/ou ce que tu ne m'as pas fait et dont j'avais pourtant besoin). »

• « Voici ce que j'ai ressenti. »

• « Voici les conséquences que cela a eues dans ma vie. »

• « Voici ce dont je souffre encore aujourd'hui. »

• « Voici la réparation que tu me dois. »

Les « parents » acquiescent à tout, et peuvent prononcer des phrases de réassurance du type : « Oui, je te comprends, j'ai eu tort. »

2. Mort symbolique et transmutation des parents

Une fois tous les griefs exprimés, le consultant dit aux officiants : « Maintenant, pour réparer tout cela, vous allez mourir et renaître comme les parents dont j'ai vraiment besoin. »

Si l'agressivité ressentie par le consultant est très forte, il peut aller jusqu'à tuer métaphoriquement ses « parents ». Sinon, ces mots suffisent pour que le « père » et la « mère » s'allongent sur le sol, les yeux fermés, imitant la mort. Si le consultant éprouve une émotion, il peut l'exprimer. Il ôte maintenant la photo du cou des officiants et les place ensemble dans une enveloppe noire, en y ajoutant les deux graines qui germeront plus tard, lorsqu'il plantera cette enveloppe dans la terre. Le consultant prononce la formule de pardon : « Ce qui est fait est fait. Je vous demande pardon de ne

pas avoir été l'enfant correspondant à vos attentes, et je vous pardonne de n'avoir pas été les parents parfaits que je voulais. »

Puis il scelle l'enveloppe : les aspects toxiques de la relation parents-enfant sont maintenant désactivés, il est temps de faire émerger les parents archétypaux.

3. Naissance des parents archétypaux

Le consultant se dépouille de ses vieux vêtements, un à un, en prononçant à voix haute ce qu'il attend de ses « parents » toujours couchés sur le sol : « Je veux une mère qui (toutes les demandes sont possibles). Je veux un père qui (même chose). »

Ce moment est très important, car il ancre dans la réalité des archétypes parentaux positifs : ce sont les parents parfaits que le consultant attend au degré de Conscience où il est actuellement. Il peut avoir préparé une liste de qualités et de demandes, et la lire à haute voix.

Une fois que les « parents » sont entièrement chargés de leur nouvelle identité, l'acte de naissance va pouvoir commencer.

4. La conception

Les officiants se lèvent face au consultant qui est maintenant soit nu, soit en sous-vêtements (à déterminer selon la culture et la pudeur personnelles). De même les thérapeutes peuvent être plus ou moins habillés, mais il est souhaitable que la peau de la « mère » puisse être en contact avec celle du consultant pendant la gestation.

Les officiants se placent face à face et le consultant leur dicte la manière dont il souhaite les voir unis dans les quatre centres (intellect, cœur, vie matérielle et sexualité). Il choisit aussi la posture dans laquelle il veut être engendré, que les officiants devront accomplir de manière délicate et digne, en donnant l'impression d'une extase de tout leur être. Là encore c'est au consultant de décider au préalable comment cette représentation de l'acte sexuel qui l'engendre doit être accomplie (plus ou moins symboliquement, avec des gestes plus ou moins explicites…). Pendant que les officiants imitent le sommet de leur plaisir, le consultant se glisse entre eux et les « parents », le sentant s'insinuer entre eux, manifestent leur joie et leur Conscience devant cette vie qui s'incarne.

5. Pétrissage et nidation

Le consultant s'allonge et les deux officiants le massent, en lui donnant la sensation que son corps est une masse amorphe. La « mère » masse son côté gauche et le « père » son côté droit. Métaphoriquement, c'est la rencontre entre l'ovule et le spermatozoïde qui est représentée dans ce massage, et toute la démultiplication cellulaire des premiers jours de la vie.

Peu à peu, ils placent doucement le consultant en position fœtale et nouent autour de sa taille le ruban ou le cordon qui symbolise le cordon ombilical. La « mère », le plus dénudée possible, s'installe confortablement assise sur le sol, le dos appuyé contre un mur. Le « père » dépose le consultant contre son ventre et elle noue l'autre extrémité du cordon à sa propre taille, pendant que le « père » les recouvre d'un tissu (un drap, ou autre étoffe douce qui symbolise les parois de l'utérus et le nid au sens large).

6. Gestation

Les deux officiants caressent le corps du « bébé » sous le drap et vivent les étapes de sa croissance un mois après l'autre. Pendant ces neuf mois, la relation entre les deux parents, la relation entre la mère et le bébé et la relation entre le père et le bébé sont évoquées par les deux officiants (ces paroles peuvent être écrites préalablement par le consultant). Ils doivent avoir une voix douce et lente, qui berce le consultant dans sa gestation. Cette phase durera au minimum un quart d'heure.

7. Accouchement

Celui-ci doit être idéalement déclenché de manière non verbale, d'un commun accord entre l'enfant et la mère. C'est un moment important de ce psychorituel, où le consultant va sentir que le moment est venu pour lui de naître, et où les deux officiants doivent être à l'écoute de ce qui se passe. Le consultant est mis au monde dans un grand plaisir, et accueilli entre les mains de son « père » qui le prend et le met dans les bras de sa « mère » (là encore, le consultant peut avoir prévu à l'avance certains détails de l'accouchement proprement dit). La « mère » coupe le cordon ombilical avec l'assentiment du « père », qui lui donne les ciseaux.

8. Allaitement et soins au bébé

La « mère » allaite le « bébé » directement de son téton, soit en y faisant couler du lait concentré, soit en glissant dans la bouche du

consultant à la fois son téton et la paille de la brique de lait végétal. Il est déconseillé d'utiliser du lait de vache, puisque c'est celui qui a été en général prescrit comme substitut du lait maternel. Si le consultant le souhaite, son « père » peut aussi lui donner le biberon.

Une fois rassasié, les « parents » lui demandent : « Comment veux-tu t'appeler ? » Le consultant a alors le choix entre conserver son prénom ou en adopter un nouveau. Une fois le prénom donné, les officiants lavent le « bébé » dans une eau tiède, éventuellement parfumée (à la fleur d'oranger par exemple).

Pendant ces soins, le consultant peut d'avance demander tout ce qui lui a manqué : passer du temps à jouer avec ses parents, être habillé de telle ou telle manière, qu'on lui enseigne à parler, rejouer la relation avec les parents au moment de l'apprentissage du pot, etc. C'est aussi à cette étape que le « bébé » peut être peint partiellement ou totalement en doré par ses « parents », qui lui disent : « Tu es un trésor » et lui montrent sa splendeur dans un miroir. Pour le consultant, il s'agit de vivre enfin tout ce qui lui a manqué, il ne doit donc pas hésiter à ajouter des éléments.

9. L'autonomie

Le consultant, habillé de pied en cap de ses vêtements neufs, peut marcher. Il a alors le choix entre partir seul ou être encore accompagné un peu par ses « parents » qui, dans ce cas, se placent chacun d'un côté en le prenant par la main, « mère » à sa gauche et « père » à sa droite. Ils peuvent aller manger une pâtisserie ensemble, ou si le consultant est peint en doré, les officiants peuvent déclarer à qui veut l'entendre dans la rue : « C'est notre enfant (son prénom), c'est un trésor. »

Lorsque le consultant en ressent le besoin, il prend congé de ses « parents » et s'en va sans regarder en arrière. Il emportera son cordon ombilical, qu'il enterrera sous une plante avec l'enveloppe noire contenant la photo des parents, les visages tournés face contre terre. Les deux graines contenues dans l'enveloppe pourront éventuellement germer si tel est leur destin, mais le consultant doit voir tout de suite une vie pousser par-dessus le passé aboli, et c'est pourquoi il faut planter un végétal déjà épanoui (arbuste, plante fleurie ou autre).

Les vieux vêtements seront récupérés si possible huit jours plus tard chez les officiants. Le consultant les enverra nettoyer, puis en fera don à une œuvre de charité. S'ils sont chargés de trop de souffrance, il conviendra de

les brûler. Le fait de nettoyer et recycler les vêtements suffit en général à les purifier.

La réussite de ce psychorituel dépend à la fois de la préparation par le consultant d'un scénario qui lui convienne et de la qualité du travail des officiants. Son but est de mettre en scène une naissance aussi proche que possible de l'idéal. On peut faire plus d'un psychorituel de naissance, surtout si quelque chose a manqué la première fois. Cependant, les effets de cet acte se déployant à long terme, il est conseillé d'attendre six mois au moins avant de décider s'il est nécessaire de le remettre en scène.

Il est tout à fait possible que pendant la cérémonie l'intellect proteste, juge, commente et refuse de croire à ce qui se passe : cette fonction critique est le rôle du centre intellectuel, et n'interfère pas nécessairement avec ce que le corps est en train d'absorber. En d'autres termes, il n'est pas nécessaire d'y croire ou d'y adhérer pour que le psychorituel soit réussi, mais **il faut que le scénario de l'expérience vécue soit complètement satisfaisant pour la sensation corporelle, le confort émotionnel et la tranquillité du centre sexuel et créatif**.

De même, il arrive qu'un couple de parents bien intentionnés soit déçu de la manière dont la naissance de leur enfant s'est déroulée, soit parce que l'institution médicale les a violentés (césarienne abusive, accouchement déclenché par commodité pour l'obstétricien, etc.), soit parce qu'un « accident » a eu lieu, c'est-à-dire que le piège de l'arbre a été plus fort que la bonne volonté des parents. L'enfant se présente alors par le siège, ou doit être extrait aux forceps, etc. Il est alors tout à fait possible d'offrir au bébé, même tout petit, un psychorituel de naissance qui ressemble à la manière dont on aurait souhaité le mettre au monde. Dans ce cas-là bien entendu, c'est surtout la gestation et la naissance qu'il faut rejouer, en ayant la sécurité et le confort du bébé comme objectif principal. Il est possible et recommandé de parler, même si l'enfant est très petit : l'intention de communiquer lui parviendra, et une grande partie du sens. Même si l'enfant est plus âgé, du moment qu'il est d'accord pour « jouer à naître comme il le mérite », ce psychorituel (qui pour un enfant est plutôt un jeu et un agréable massage) est extrêmement utile.

Le psychochamanisme

Nous avons vu que la psychomagie s'adresse à des personnes qui veulent guérir et sont conscientes de leur problème. Mais certains consultants ne sont pas prêts à opérer une prise de conscience sur leur maladie : leurs défenses sont trop solides, ils ne sont pas en état de devenir leur propre guérisseur. Ils viennent alors demander une intervention directe sur leur corps, ou plutôt via leur corps sur les mécanismes profonds de leur Inconscient.

Le massage initiatique et le psychochamanisme sont liés mais avec une différence fondamentale : le masseur initiatique travaille avec le corps sans pratiquer d'opération ayant pour but d'en modifier le fonctionnement organique, alors que le psychochamanisme, initialement dérivé des opérations de la guérisseuse mexicaine Pachita, s'inspire des pratiques des chamans de diverses cultures.

Le lieu où consultait Pachita imitait une salle d'intervention, éclairée à la faible lueur d'une bougie. Les scalpels y étaient remplacés par un couteau de chasse et une paire de ciseaux à ongles. Le sang qu'elle « transfusait » à ses patients était un sang invisible. De même, elle pouvait imiter une transplantation cardiaque en greffant au patient un cœur invisible. Essentiellement, comme nombre de ses collègues, elle utilisait à des fins thérapeutiques la terreur que produit pour tout un chacun le fait d'être opéré et le soulagement qui découle de se savoir sain et sauf à l'issue de l'opération. Elle était capable de menacer la personne allongée sur sa table, ou encore de la laisser là plusieurs minutes avec la sensation d'avoir le ventre ouvert et de se vider de son sang comme la victime d'un accident. Le patient, saisi d'épouvante, sentait son corps entier se refroidir, et au moment où l'angoisse de mourir était la plus intense, la guérisseuse mimait une transfusion sanguine… Le corps terrifié acceptait ces placebos, comme il avait adhéré à la sensation fictive d'être incisé. Lorsqu'il s'agissait de changer un organe malade, Pachita posait sur le corps de ses patients des viscères qui, selon elle, venaient de l'école de médecine, mais qui pouvaient tout aussi bien avoir été achetés chez le boucher. Même si la personne avait obscurément conscience qu'on lui pressait un cœur mort sur la poitrine, la substitution symbolique d'un organe malade par un autre, que l'opération « magique » avait sanctifié, lui permettait de guérir. Cela illustre, une fois

de plus, le fait que le corps peut accepter tout objet qu'on lui applique comme faisant partie de lui.

Contrairement au massage initiatique, qui n'a pour vocation que de révéler le corps à lui-même en le débarrassant de ses limites illusoires et en lui permettant de se sentir dans toute son étendue, le psychochamanisme imite toujours une opération chirurgicale, une action directe sur le corps, mais sans les éléments de prestidigitation (ou de magie, selon le point de vue où l'on se place) qu'y introduisent les guérisseurs à mains nues. **La personne est parfaitement avertie qu'il s'agit d'une fausse opération**, que le sang est de l'eau, colorée ou non, que le psychochaman feindra de lui ouvrir le corps en faisant glisser un coupe-papier sur sa peau, etc.

Dans le massage initiatique, le rôle du masseur se limite à la transmission concrète d'une certaine qualité de conscience. Le masseur est canal, mais **reste lui-même**. À l'inverse, dans le psychochamanisme comme dans le chamanisme, celui qui opère **n'est pas lui-même** : il cède le pouvoir à un ou plusieurs alliés qui prennent possession de ses gestes et de ses intentions. Voilà pourquoi ce n'est pas l'objet (le cœur mort posé sur le cœur vivant) qui permet la guérison, mais bel et bien l'intention qui l'accompagne et le fait que cette opération est effectuée **via le chaman par une entité** qui se situe au-delà de la vie et de la mort.

Comme nous l'avons déjà vu pour le massage initiatique, la conscience corporelle est indépendante de l'intellect. Pendant une opération chamanique, les doutes intellectuels n'ont pas de prise sur l'expérience vécue par le corps. Et c'est précisément pour des consultants dont l'intellect est très fort, dominant dans leur personnalité, et empêche certaines prises de conscience et certaines transformations, qu'il est parfois le plus difficile de franchir l'ultime distance entre le moi limité, prisonnier du piège de l'arbre généalogique, et l'être transpersonnel guéri, libre d'être absolument soi-même. L'intellect refusant obstinément de croire à la guérison, le chemin le plus efficace consiste alors à passer par le corps, qui devient un **vecteur privilégié de l'Inconscient**. À un niveau préverbal la personne peut alors adhérer à l'acte de guérison.

Le psychochamanisme n'a évidemment pas pour vocation de se substituer à la médecine, mais plutôt de permettre à une personne dont les résistances intellectuelles sont très fortes de se convaincre de la possibilité de sa guérison, que ce soit dans un cas où la médecine est impuissante

(maladies chroniques sans traitement connu, par exemple) ou en complément d'une opération médicale.

Les actes psychochamaniques ont un fort caractère dramatique : il s'agit d'une sorte de théâtre sacré, destiné non pas à démontrer les capacités et le talent du psychochaman, mais à provoquer chez la personne affectée un **sursaut inconscient susceptible de déclencher son autoguérison**.

Pour pouvoir pratiquer cette forme de théâtre thérapeutique, il faut avant tout une grande autorité. La scène archétypale représentant ce niveau d'autorité est celle où, dans les Évangiles, le Christ expulse les démons à grands cris du corps d'un possédé. Dans l'Inconscient, la personne ressent sa maladie comme un être, par définition plus fort que lui : on dit « mon cancer », « ma tuberculose »… On peut rapprocher ce ressenti de l'image du Diable qui, au Moyen Âge, était réputé posséder le corps. Un prêtre exorciste doit avoir l'autorité suffisante pour mener à bien cette expulsion : autorité à la fois personnelle (courage, force, détermination…) et émanant de Dieu et des entités alliées (Jésus, Marie, les saints et les anges).

On peut faire l'hypothèse que toute maladie nous est infligée par la société et par l'arbre généalogique via les ordres et les interdictions imposés par nos parents. Le lien physico-psychique qui nous attache à la maladie est donc aussi puissant que l'attachement aux parents. Car la personne malade est attachée à sa maladie, à la cause profonde et souvent inconsciente de celle-ci : si elle souhaite qu'on la soulage de ses symptômes, elle a de la difficulté à en distinguer les causes, souvent très douloureuses. Elle a besoin de la puissance d'une personne extérieure, travaillant au nom d'entités supra-humaines, pour défaire les chaînes qui l'attachent à son mal. Nous avons déjà vu que l'amour qui relie l'enfant à la mère (puis au père) est accompagné de son ombre : la terreur, issue du fait que l'enfant sait obscurément que sa vie dépend du bon vouloir de ses parents. Aussi, toute personne capable de provoquer à bon escient cette terreur et de l'orienter vers un soulagement revêt aussitôt dans l'Inconscient un pouvoir égal à celui des parents : en éveillant la terreur, on éveille en même temps l'amour filial. Pachita en était consciente, puisqu'elle appelait tous ses patients « mon enfant », quel que soit leur âge.

Nous ne pouvons donner ici que quelques exemples illustrant la manière dont se déroule une opération psychochamanique : il n'est évidemment pas question de donner des conseils pour devenir

psychochaman. Cet art thérapeutique est complexe et demande une longue formation préalable : on ne s'improvise pas plus psychochaman qu'on ne peut s'improviser chirurgien.

Le nettoyage psychochamanique

S'inspirant des *limpias* des guérisseurs mexicains, il a pour but de décharger une personne de ses attaches toxiques ou douloureuses, et éventuellement de la préparer à un travail plus en profondeur. Ce nettoyage énergisant s'effectue en quatre temps :

- **Sacralisation de l'espace**. Pour quelque acte de transformation intérieure que ce soit, il convient de créer un lieu sacré où les agressions de la vie extérieure n'entrent pas. Comme le cerveau accepte et incorpore les symboles, il suffit ici de tracer un cercle sur le sol d'un geste de l'index, en répétant ce tracé quatre fois (pour les quatre énergies) dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Immédiatement, le consultant visualise le cercle sur le sol. On l'invite alors à y entrer en levant les pieds l'un après l'autre, ce qui a pour effet de rendre l'espace sacré concret.
- **Couper les liens**. La main de l'officiant est ouverte, doigts serrés. Il annonce : « Cette main va servir de couteau pour te détacher de tout ce qui t'emprisonne », puis pratique une série de « coupes » très décidées, tranchant l'air à un centimètre de la peau, et accompagnant son geste du son : « Sssst ! » (qui imite le bruit d'un couteau qui tranche ou le sifflement du serpent). Il ne faut à aucun moment toucher la peau du consultant, car le geste de libération deviendrait alors une agression. Ne pas oublier de « couper » sous la plante des pieds, en demandant à la personne de les lever l'un après l'autre.
- **Énergiser**. Dans le cercle sacré, la personne ayant subi cette série de « coupes » est maintenant libérée de ses attaches extérieures. L'officiant va maintenant utiliser la main – œuf que nous avons décrite plus tôt : fermée en poing, avec le pouce à l'intérieur, elle symbolise la force spirituelle concrétisée à son plus haut degré de concentration. Il procède à un massage de tout le corps, en le frottant de son poing fermé comme décrit ci-dessus, pour le charger d'énergie concrète. Ce massage énergisant s'accompagne d'un « O » profond qui part du *hara*.

- **Balayage**. Enfin, avec la main grande ouverte et décontractée comme un éventail qui remue de l'air, on « balaie » le corps entier pour l'aérer, l'alléger et remettre les énergies en mouvement tout en murmurant : « Mmmmm. » Lorsque la main est grande ouverte avec les doigts séparés, elle représente le don maximal, la légèreté maximale, la communication maximale.

Opérations psychochamaniques

Ces interventions peuvent concerner deux sortes de maux :

Les tumeurs

Pour une personne souffrant, par exemple, d'une tumeur au foie, l'opération chirurgicale pratiquée dans un hôpital consisterait à ouvrir le corps pour ôter la tumeur. Un guérisseur chaman imiterait le fait d'ouvrir la région du foie, tout en laissant couler de son couteau un jet de sang, puis brandirait un morceau de foie de poulet en clamant : « Je t'ai enlevé la tumeur. »

Le psychochaman montrera au consultant un morceau de foie ou de viande, voire une boulette de papier froissé ou une bille de métal, en lui disant : « Ceci symbolise la tumeur. » Puis il montrera un verre d'eau en disant : « Cette eau symbolise votre sang. » Un couteau de plastique : « Voici ce qui servira de bistouri. » Ensuite il appuiera l'objet symbolisant la tumeur sur le ventre du consultant et, avec le couteau de plastique, feindra d'inciser les chairs au niveau du foie, en mimant un acte difficile et douloureux. Un assistant versera l'eau du verre sur la région « opérée » et le psychochaman commentera : « Le sang coule, il y a beaucoup de sang. » Afin, en imitant des efforts démesurés, il retirera la « tumeur ».

Dans ces circonstances, on observe que le consultant hurle comme s'il ressentait (il la ressent en effet) la douleur de cette opération. Une fois la tumeur symbolique extirpée, elle sera enveloppée dans du papier noir et enterrée. Pour terminer l'opération, le psychochaman passe la main sur la zone « opérée » et dit : « La blessure est refermée. » Le consultant ressent immédiatement du soulagement. Il est ensuite possible (mais non certain) que l'Inconscient corporel, touché au plus profond de ses mécanismes, déclenche un processus d'autoguérison.

Les enkystements psychiques

Par ailleurs, lorsqu'une personne est littéralement possédée par une peur, un chagrin, un attachement dont elle ne peut pas faire le deuil, c'est-à-dire lorsque des éléments psychiques ou émotionnels se transforment en « tumeurs » qui affectent la vie quotidienne, il peut également être utile de recourir à une opération psychochamanique. Prenons par exemple une personne qui dit avoir le « cœur fermé ». En prenant au mot cette image, l'opération consistera à « ouvrir le cœur » en plaçant plusieurs soucoupes de porcelaine superposées sur la région pectorale et en les brisant lentement, l'une après l'autre, avec un marteau. Cet acte s'inspire d'un conte des frères Grimm où un prince porte trois anneaux de fer dans le cœur qui se brisent l'un après l'autre au gré des péripéties du conte. À la fin de l'histoire, il est devenu capable d'aimer.

De même on peut « laver le cœur » d'une personne affligée par un chagrin d'amour sans issue. On lui demande solennellement si elle est prête à laisser son cœur se libérer de cette vieille attache, son consentement étant, en réalité, l'aspect essentiel de cette opération. On peut alors lui placer une éponge ou une pomme sur la poitrine en disant : « Ceci est votre cœur », puis faire mine de lui ouvrir la poitrine, de lui sortir le cœur et de le laver. La personne pleure bruyamment pendant que l'ancien amour se dilue dans l'eau. Après l'avoir parfumé, réellement ou métaphoriquement, on replace le « cœur » sur la poitrine et on fait mine de l'enfoncer dans la cage thoracique tout en l'escamotant sans s'en cacher.

Contrairement à ce qui se passe en psychomagie, ce n'est pas le consultant qui va ensuite gérer les déchets physiques de l'opération : alors que dans un acte de psychomagie on recommande à la personne d'enterrer, de jeter au fleuve ou de confier au ciel attaché à un ballon d'hélium l'objet que l'on aura porté ou expulsé, dans le psychochamanisme l'objet n'est que le support de l'intention de guérison. Dans l'acte que nous venons de décrire, la pomme ira donc tout simplement à la poubelle, puisque le « cœur lavé » qu'elle représente est désormais métaphoriquement installé dans la poitrine du consultant. De même, l'eau où a été lavé le cœur reste à la charge du psychochaman qui, comme un chirurgien, jettera cet élément devenu inutile sans état d'âme.

Toutes ces techniques corporelles ont pour but d'effectuer une **purification corporelle métaphorique** et de permettre à la personne de

prendre conscience de l'existence d'un **double corps, matériel et spirituel**, les deux aspects étant également importants. Le corps a un fonctionnement aussi mystérieux que celui de l'univers : il fait donc sens de l'aborder par des pratiques expérimentales destinées à repousser quelque peu les limites de notre perception. De même que l'Être essentiel cherche à se manifester dans l'ego, le corps spirituel cherche à se manifester dans notre sensation du corps quotidien. Maladies et tensions peuvent ultimement être interprétées comme la lutte du corps matériel contre l'appel du corps sublime.

1- Dans le *Manuel de psychomagie* d'Alexandro Jodorowsky, vous trouverez en outre, sous une forme plus détaillée, les propos qui peuvent être tenus par les parents lors de ce psychorituel, en particulier pendant les neuf mois de gestation.

Dixième partie
La guérison de l'arbre

Où l'héritier rebelle devient le rédempteur de la lignée

Du délire de filiation à la Conscience réalisée

Après avoir étudié l'arbre généalogique, on peut réagir de deux manières : soit, ayant perçu ses aspects négatifs, on s'angoisse et on interrompt la prise de conscience, soit au contraire on se propose courageusement de le guérir. Cela nous oblige à faire face à la souffrance que nous avons tant cherché à enfouir dans l'oubli…

Un jour, à l'âge de quarante ans, je me mis à pleurer comme un enfant en me souvenant brusquement d'une phrase que ma mère m'avait lancée trente ans plus tôt, alors que mon père venait de la gifler : « Juste après avoir accouché de toi, je me suis fait ligaturer les trompes pour que ce monstre ne me mette plus jamais enceinte ! Tout ce qui vient de lui me dégoûte ! » Je m'aperçus alors que même si mon intellect était adulte, je demeurais, sur le plan émotionnel, un petit garçon indigne d'être aimé puisque mon existence même dégoûtait ma mère. Une fois versées toutes mes larmes de douleur, je me dis : « Maintenant que je me suis rendu compte de cette aberration, que puis-je faire pour m'aimer ?… »

C'est alors que je compris qu'au fond, tout le travail sur l'arbre généalogique, au-delà d'une enquête sur les responsabilités des membres de notre famille, nous propose en réalité de changer de niveau de Conscience. Tant que cette souffrance enfantine restait nichée dans mon cœur, j'étais enfermé dans mon ego limité et égoïste, et tous mes actes étaient déformés par ma croyance d'être de trop en ce monde, indigne de l'appréciation des autres. Ce sentiment inconscient me poussait à me mettre en couple avec des femmes incapables de m'aimer et, pour la même raison, à faire tout mon possible pour qu'on me refuse les applaudissements que mes pièces de théâtre méritaient. « Si je veux guérir, je dois me libérer de ce que j'appelle

“mon individualité” et, moyennant une cérémonie rituelle, mourir pour renaître avec une vision de moi-même adulte, objective et aimante. »

Accompagné d’une partenaire de bonne volonté, je choisis un terrain agréable dans la campagne, je récitai mon éloge funèbre et me fis enterrer. Là, recouvert de terre, avec seulement le visage à l’air, je laissai se détacher de moi l’enfant victime. Je sentis ce moment d’agonie symbolique comme un réveil. En recouvrant l’amour de moi-même que j’avais perdu à l’âge de dix ans, je devins conscient de la souffrance que j’avais infligée aux femmes qui avaient passé une partie de leur vie avec moi, ainsi que des situations tendues que je ne cessais de créer avec mes collaborateurs. Avec une honte et un regret salutaires, je constatai que non seulement pour moi, mais pour la majorité des êtres humains, la quête de soi-même semblait un projet confus, absurde et dangereux, que face à nos maladies, nous nous employions à éliminer les symptômes douloureux tout en évitant de guérir la blessure profonde qui en était la cause, et que cela nous maintenait enfoncés dans une enfance persistante. À aucun moment, songeai-je, nous ne nous proposions d’émerger de ce niveau de Conscience limité et égoïste pour accéder à une Conscience supérieure, transpersonnelle, qui nous unisse à la grandiose énergie du cosmos, créatrice constante de toute vie.

L’ego infantile ne cherche pas à être, mais à avoir : « Je suis ce que je possède, je refuse le vide, je lutte pour ne pas être expulsé, méprisé, éliminé ou ignoré. » Lutte inquiète, puisque l’ego individuel est une illusion : il ne peut pas être, et ne peut donc rien posséder. Faute de se remplir de cette force mystérieuse que l’on peut sentir mais jamais définir, et que selon son système de croyance on peut appeler « Absolu », « Dieu », « Agent universel » ou « Énergie cosmique », l’ego individuel fait sans cesse naufrage dans ses émotions convulsives et se voit incapable de construire quoi que ce soit de durable. Se trouver, devenir vraiment adulte, c’est découvrir le divin en nous, en le libérant des obstacles émotionnels, mentaux et sexuels qui constituent l’ego personnel. Ce « petit moi » a cependant plus d’un tour dans son sac, et peut se déguiser en « saint ego ».

Un de mes amis, initialement porteur d’une agréable énergie juvénile, commit l’erreur de vouloir imiter un maître spirituel qu’il admirait : il rasa sa longue chevelure, dissimula sa souplesse corporelle pour adopter une posture rigide et, se croyant « élu », pensa qu’il avait reçu la « transmission » tant espérée. Il commença à recruter des disciples,

lesquels, ayant manqué de l'affection d'un père, venaient se coller à lui pour combler leur vide affectif. Convaincu de sa divinité, il déclarait d'un ton trop humble pour être honnête : « Je suis un océan de connaissance caché dans une goutte de rosée. » Le jour où sa femme l'abandonna, emmenant avec elle leurs deux petits enfants, son saint ego éclata en mille morceaux. Ne supportant plus d'animer tant de sessions de méditation, il laissa tomber son masque et, dans une crise de colère, expulsa tous ses disciples à coups de pied. Puis il vint me demander un acte de psychomagie pour retrouver la joie de vivre. Je travaillai avec lui sur son arbre généalogique. Il l'étudia avec acharnement. Lorsqu'il comprit dans quel piège il était tombé, il éclata de rire et s'exclama : « En réalité j'étais une goutte de rosée prisonnière d'un océan de connaissance, c'est-à-dire un individu anxieux qui collectionnait des stéréotypes ! »

Une fois l'hilarité passée, il reprit tristement : « Dans son sermon sur la montagne, le Christ a eu raison de dire : "Un bon arbre ne peut donner de mauvais fruits, ni un mauvais arbre de bons fruits. On coupe tout arbre qui ne donne pas de bons fruits et on le jette au feu." J'ai vu de telles erreurs, tant d'abus et un tel manque de Conscience dans mon arbre que je me vois condamné à m'emprisonner dans une vie inutile, dépourvue de sens. Ce que je peux faire de mieux c'est me suicider.

– Tu cites l'Évangile de manière incomplète, lui répondis-je. Après avoir prononcé ces mots, le Christ ajoute : "C'est donc à leurs fruits que vous les connaîtrez." Comprends-tu ? Ce n'est pas la beauté ou la laideur de l'arbre qui le définit. Tout élancé et fort qu'il soit, s'il donne des fruits amers ou vénéneux, c'est un mauvais arbre. En revanche, si ses branches sont tordues, si son aspect est débile mais qu'il donne des fruits doux et nourrissants, c'est un bon arbre. **Le fruit définit l'arbre, et non l'inverse**. Ta famille peut avoir commis d'immenses erreurs, si tu développes ta Conscience et que tu arrives à ce que ton ego individuel s'incline devant ton être transpersonnel, tout l'arbre généalogique, aussi nocif soit-il, devient un organisme sacré et digne de respect. Dès lors que tu changes, la vie de tes ancêtres acquiert un sens nouveau, car malgré les pièges dans lesquels ils sont tombés, ils ont engendré un descendant capable de chercher son Être véritable avec patience et persévérance, jusqu'à s'élever du je au Nous, devenant par là même le "bon fruit". Tout être réalisé est une source de guérison pour son entourage social, et finit par incarner le trésor qu'il a tant cherché. »

Lorsque nous nous identifions au moi artificiel, nous vivons dans l'insatisfaction. Faute de changer de niveau, rien ne peut nous rassasier ni intellectuellement, ni émotionnellement, ni sexuellement, ni matériellement. Nous voulons toujours plus. La seule chose qui puisse vraiment nous satisfaire, c'est-à-dire nous conférer la paix, est le fait de réaliser notre Conscience divine. Le désir de rester tels que nous croyons être nous emprisonne dans la répétition incessante de nous-mêmes, et nous plonge dans une défense frénétique de nos idées, sentiments, désirs et besoins égoïstes. Mais la force qui surgit de l'Être essentiel via l'intuition et les rêves nous propose en permanence, de manière souterraine, d'agir en étant ce que nous sommes vraiment, de vivre pleinement, d'élargir notre perception du monde. Si nous restons identifiés à notre ego inférieur sans obéir à cette volonté qui exige de nous une mutation, si nous dissimulons à tout prix notre angoisse, nous risquons de rendre nos proches malheureux.

Cette intense résistance à l'appel de la divinité intérieure provoque des désirs confus, des révoltes, des appétits larvaires, des passions irrésistibles, des enthousiasmes fous, des dépressions suicidaires, des maladies. Parfois, certaines personnes qui s'illusionnent en prenant leur ego limité pour leur Être essentiel tentent d'échapper à leur douloureuse réalité en développant un **délire de filiation**.

En 1970, au Mexique, j'eus l'occasion d'être invité par le docteur Alfonson Millán dans son cabinet privé de Tlalpan : il souhaitait que je l'aide, grâce à mes connaissances dans l'art de la pantomime, à déchiffrer la gestuelle de ses patients schizophrènes et paranoïaques. Je n'oublierai jamais don Pedrito, un monsieur qui avait conservé une certaine élégance et une conduite apparemment normale. Il pouvait jouer au piano simultanément une mazurka de Chopin de la main droite et un tango de la main gauche. Satisfait de mes applaudissements, il me donna l'accolade et m'expliqua que ceux qui se prétendaient ses parents étaient en réalité des sbires du Parti communiste qui l'avaient fait incarcérer au sanatorium Floresta parce qu'il était le fils de l'ex-empereur de Russie. Le sang royal qui coulait dans ses veines lui conférait ces dons musicaux exceptionnels qui constituaient la preuve de la véracité de ses propos…

En conversant avec d'autres patients, je pus observer qu'une des manifestations essentielles de leur maladie consistait aussi en des délires de filiation. Ils croyaient avoir une origine illustre, proclamaient leurs liens

avec les grands de ce monde, insistaient sur leur rôle déterminant dans la politique, la religion ou la science. Ils s'inventaient des actes héroïques passés, ou révélaient la mission spectaculaire qu'ils entendaient réaliser dans le futur. Ils s'attribuaient toutes sortes de qualités, de pouvoirs, se vantaient d'être les auteurs d'inventions révolutionnaires ou d'œuvres d'art immortelles, les inventeurs de panacées. Ils s'attribuaient des dons de clairvoyance, la capacité de prévoir l'avenir, comme si la croyance d'avoir pénétré le secret de leurs origines leur permettait de percer aussi les arcanes de leur destin. Lorsqu'ils arrivaient à la certitude d'avoir récupéré leur place dans l'arbre généalogique, ils manifestaient une fécondité psychique surprenante. Ces états euphoriques étaient assombris par des idées de persécution : ils étaient victimes de complots sordides à cause de leur haut rang social, ou en tant qu'héritiers de fabuleuses richesses familiales.

En leur donnant pendant un an des cours de pantomime, je compris que ceux que l'on appelle « fous » révèlent des angoisses présentes chez les individus dits « sains d'esprit ». Enfermés dans notre moi égoïste, ne nous nourrissant que du passé, sans transcender la dimension personnelle, sans but de réalisation cosmique, sans chercher l'union totale, nous nous efforçons de ressembler à ce à quoi les autres ressemblent, et nous créons des relations familiales qui se différencient bien peu d'un délire de filiation.

Lorsque les mégalomanes, enfermés dans la dépression, l'angoisse, la confusion, l'insatisfaction, transforment leurs parents et s'attribuent une lignée prestigieuse, ils expriment, à travers leur délire, le désir de descendre d'ancêtres qui incorporent l'Être essentiel à leur être culturel. En disant qu'ils sont nés d'un homme et d'une femme célèbres, ils affirment en réalité qu'ils sont le produit de la Conscience divine. Lorsqu'ils prétendent avoir été enlevés à leur vraie famille et placés dans une famille de substitution, ils manifestent ce que ressent la majorité des êtres humains : « Nous sommes nés dans un clan qui n'a connu que l'imitation et ignoré la créativité. Nous avons été privés de notre essence et soumis à la tyrannie culturelle. Si ceux qui nous éduquent nous inculquent que cette réalité fragmentaire est la réalité vraie, nous sentons qu'ils se trompent, qu'ils se mentent à eux-mêmes et par conséquent nous mentent. Si nos parents ne nous révèlent pas comment arriver au Dieu intérieur, ils ne sont pas entièrement nos parents. »

Lorsque les délirants proclament leurs liens avec les grands de ce monde, insistent sur leur rôle déterminant dans la politique, la religion ou la

science, ils ne font rien d'autre que manifester leur désir d'union avec l'univers entier. Nous sommes créateurs de Conscience, nous avons un rôle déterminant dans la possible évolution de l'espèce humaine. Si notre esprit stagne, si nous devenons un bâton dans les roues de l'évolution, nous collaborons à l'extermination de l'humanité. Le Messie tant attendu par les juifs n'est pas un individu, c'est un jour : celui où tous les êtres humains atteindront la Conscience divine.

Quand les psychotiques révèlent les missions de caractère spectaculaire qu'ils réaliseront dans le futur, ils ont l'intuition de la mission qui est gravée dans le Supraconscient de chacun de nous : engendrer des enfants mutants qui transformeront la société décadente dans laquelle nous vivons. Ce plan divin de réalisation de l'être humain est interprété par un mégalomane comme la tâche qui lui incomberait de sauver ses semblables.

Lorsqu'un délirant affirme que du sang royal coule dans ses veines et lui confère des dons exceptionnels, il nous révèle que tout sang est royal. De même que notre planète est un bien commun avec lequel nous devons vivre sans la polluer et la détruire, le sang humain n'est pas individuel mais collectif. Ceux qui polluent leur propre sang avec des drogues, des aliments nocifs ou un excès d'alcool ne se font pas seulement du mal à eux-mêmes, mais à toute l'espèce. Notre civilisation, en rasant les forêts, en couvrant de ciment les surfaces cultivables, a usurpé le terrain du règne végétal. Et si, ne pouvant plus croître sur toute la surface de la terre, les végétaux avaient déplacé leur mouvement d'expansion vers le sang humain ? Nous portons dans notre corps, comme autant de parasites funestes, l'*egregor* (esprit collectif) du tabac, du café, du thé, de la marijuana, du pavot, de la vigne, du houblon, du cacao, de la canne à sucre, de la liane à partir de laquelle on fabrique l'*ayahuasca*… Pour que l'évolution spirituelle nécessaire se produise, il faut d'abord nettoyer notre sang de ces invasions.

Si les délirants s'attribuent toutes sortes de pouvoirs, se vantent d'être les auteurs d'inventions révolutionnaires, de créer des œuvres d'art immortelles, d'avoir découvert des remèdes universels, c'est parce qu'ils ont l'intuition de ce qu'une humanité accomplie serait capable de réaliser si elle utilisait le potentiel complet de ses millions de neurones. Nous autres, individus « normaux », pris au piège de l'ego, nous vivons insatisfaits, l'anonymat nous pèse, nous aimerions qu'après notre mort nos amis et notre famille se souviennent de nous, et nous avons donc le désir ardent de réaliser quelque chose d'important qu'il nous est pourtant impossible de

définir. Au fond, nous savons que personne, à moins d'atteindre la Conscience divine, ne peut arriver à l'immortalité. L'occultiste Gurdjieff pensait que nous naissons avec seulement une graine d'âme, et qu'il nous revient de la faire croître, ou d'en payer les conséquences : « Ceux qui vivent comme des porcs, disait-il, meurent comme des chiens. »

Lorsque les mégalomanes s'attribuent des dons de clairvoyance et de prédiction, ils ne font que transformer en délire ce que notre Être essentiel tente de nous faire entendre à nous tous, individus « normaux » : si nous nous en remettons à l'énergie divine, qui dans notre intimité la plus profonde constitue ce centre lumineux que nous avons appelé le **Dieu intérieur**, nous pouvons déployer les potentiels que nous offre le cerveau, accomplir la finalité cosmique, vivre en expansion continuelle. Si nous demeurons prisonniers du piège familial, que nous répétons le passé, que nous réprimons nos impulsions authentiques et que nous portons des sentiments, des désirs, des idées et des besoins qui ne sont pas les nôtres, cherchant des solutions hors de nous-mêmes, nous nous sentirons mutilés, nous ressentirons le besoin d'être quelqu'un ou quelque chose d'autre, nous nous tournerons excessivement vers le paraître, ou nous végéterons enfermés dans des systèmes absurdes, habités par la sensation que le monde dans lequel nous vivons n'est pas le monde véritable et que la pire chose qui nous soit arrivée a été de naître.

Quand les états euphoriques des délirants se voient assombris par des idées de persécution et la certitude d'être victimes de sordide complots, ils nous montrent une version exagérée de ce que nous ressentons nous-mêmes, plongés dans le piège culturel : à tout moment le Dieu intérieur nous poursuit par de petits miracles destinés à nous révéler de hauts niveaux de Conscience, mais nous les transformons en « hasards », « coïncidences étranges », « accidents », projetant à l'extérieur ce qui émerge en réalité des profondeurs de notre esprit. L'Être essentiel nous poursuit mais nous luttons contre le miracle avec la même âpreté que les paranoïaques mettent à s'opposer aux complots imaginaires.

Pendant cette année où j'ai partagé le quotidien des psychotiques, j'ai eu d'agréables conversations, lors de ses rares moments de calme, avec don Juan Muñoz, alias San Calixto. La plupart du temps, il se sentait possédé par un démon qui mettait dans sa bouche des paroles maudites, et il entrait

dans une forte agitation, exigeant qu'on lui couse les lèvres avec du fil béni par le pape.

Après une leçon de pantomime où je lui avais appris à imiter la marche contre le vent, il me dit : « Voici quelques années, avant que mes ennemis les suppôts de Satan ne m'enferment dans ce château, j'ai parcouru une grande partie du Mexique pour évangéliser mes frères. Je le faisais à pied, car je n'avais par les moyens de m'acheter un âne. Bien souvent le Malin m'a envoyé des tempêtes pour m'empêcher d'avancer. Peut-être parce que j'étais très maigre, et que pour tout bagage j'avais un sac contenant un pain, j'ai toujours pu traverser ces tempêtes avec facilité. Une nuit, je me suis arrêté pour dormir à côté d'une petite église. Le matin venu, j'ai continué ma route. Au bout de quatre heures de marche, je me suis assis pour manger. En ouvrant mon sac, je me suis rendu compte que mon pain était plein de fourmis. J'ai pensé : "Ces créatures sont maintenant loin de leur foyer. Peut-être ont-elles des parents, des enfants, des amis. Ce que je dois faire, c'est les ramener à l'endroit où je les ai prises." J'ai donc refait la route en sens inverse pendant quatre heures, j'ai ouvert mon sac et j'ai déposé les fourmis dans leur fourmilière. C'est à ce moment-là qu'est descendue du ciel l'auréole invisible qui entoure ma tête. »

J'ai interprété le récit de Juan de la manière suivante : le pèlerin symbolise un homme doté d'un haut niveau de Conscience. Lorsqu'il se rend compte qu'il vit dans le piège destructeur de l'arbre généalogique, c'est-à-dire que son pain, son être authentique, est envahi par un grouillement étranger, il ne voit pas ces fourmis comme des ennemis, il ne méprise pas le clan pour son égocentrisme, mais il décide de le ramener à son essence première, la filiation divine : il rapporte des fourmis au temple. En rétablissant son arbre généalogique dans ses racines céleste, il obtient l'équilibre et la santé spirituelle.

Dans ses moments de calme, lorsqu'il était San Calixto, Juan s'exprimait de manière prophétique : « Dans mon énergie abyssale, la pensée perd ses limites. Je regarde tous les êtres et toutes les choses avec l'amour d'un père, intense est ma tendresse pour l'existence éphémère. Rien ne commence, rien ne termine, rien ne naît, rien ne meurt. J'accepte avec amour de sacrifier ma figure illusoire. »

À travers les paroles de San Calixto j'ai compris la signification profonde de l'arcane sans numéro du Tarot, le Mat, que l'on appelle aussi « le Fou » dans le langage populaire. En pénétrant sur le territoire de

l'Inconscient, si nous ne nous égarons pas, si nous restons reliés au monde rationnel, nous rencontrons non la folie, mais cet état intermédiaire qu'on appelle la **transe**, connexion profonde avec l'Inconscient transpersonnel, c'est-à-dire le Supraconscient. C'est dans cet état de transe que travaillent les grands artistes, les grands scientifiques (on peut penser que c'est à cela qu'Einstein faisait référence lorsqu'il disait : « L'imagination est plus importante que le savoir »), ou les grands guérisseurs comme Maria Sabina, la chamane des champignons hallucinogènes, qui disait visiter le patient dans son rêve pour pouvoir le guérir. Ces êtres talentueux entrent dans une dimension de l'esprit qui se situe **au-delà de l'ego individuel**. Pour une personne qui n'a pas encore atteint un tel niveau de Conscience, il est difficile de comprendre leur absolue liberté. Ce qui les différencie des délirants, c'est que lorsque ces derniers ouvrent les mêmes portes mentales qui leur permettent de communiquer avec l'indéfinissable, ils restent néanmoins prisonniers de leurs angoisses au lieu de s'unir à l'humanité.

Un moine zen à qui on demandait : « Maître, qu'est-ce que l'illumination ? » répondit : « Porte ouverte au nord, porte ouverte au sud, porte ouverte à l'est, porte ouverte à l'ouest ! »

L'être de Conscience a vaincu l'identification avec les mots, dans son esprit règne le silence : **il sait être**. Dans son centre émotionnel, le jugement objectif remplace la critique : **il sait aimer**. Dans son centre sexuel, les passions sont bien canalisées, l'insatisfaction est vaincue : **il sait créer**. En contrôlant ses besoins inutiles, il les réduit à l'essentiel, ne s'autodétruit pas : **il sait vivre**. Il a cessé de penser qu'agir, c'est triompher de l'autre. Il repousse ses limites sans fin et sans relâche. À ses capacités rationnelles, il ajoute la transe : il ne perd pas conscience de l'état de veille, mais il se laisse posséder par son Être essentiel, impersonnel, pour que parle la folie sacrée qui habite son esprit. Il cesse d'être son propre témoin, ne s'observe plus, il est un acteur à l'état pur, une entité en action. Sa mémoire diurne cesse d'enregistrer les faits, les paroles et les actes réalisés. L'île de la raison s'élargit, s'unit à l'océan de l'Inconscient. Dans cet état supraconscient il n'échoue pas et ne provoque pas d'accident. Il ne conçoit pas l'espace, il devient l'espace. Il ne sent pas le temps passer. Dans cette lucidité extrême, chaque geste, chaque action est parfait. Il ne peut pas se tromper car il n'a ni projet ni intention : il expérimente l'action pure dans un présent éternel. Il n'a pas peur de libérer son instinct, si primitif soit-il. Pour lui, dépasser le rationnel ne signifie pas nier la force mentale : il se

maintient ouvert à la poésie de l'intuition, aux fulgurances de la télépathie, à des voix qui ne lui appartiennent pas, à des mots venus d'autres dimensions de l'esprit. Ces mots s'unissent à l'extension infinie de ses sentiments, à la force créatrice inépuisable que lui confère son énergie sexuelle. Il vit son corps non comme un concept du passé, mais comme la réalité subjective et vibrante du présent, il n'est pas dominé par ses conceptions rationnelles, il se laisse mouvoir par des forces qui appartiennent à des niveaux sublimes, c'est-à-dire par la totalité de la réalité. Un animal en cage a des mouvements comparables à la perception rationnelle ; le mouvement libre d'un animal dans la nature est comparable à la transe. L'animal prisonnier doit être nourri à heures fixes ; le rationnel, pour agir, doit recevoir des mots. L'animal sauvage se nourrit seul, et ne se trompe jamais d'aliment ; l'être en transe n'agit pas mû par ce qu'on lui a inculqué, mais par ce qu'il est : **il ne cherche pas la vérité mais l'authenticité**.

Guérir et savoir conduire l'autre à sa propre guérison suppose impérativement de se familiariser avec ces états de transe, et de s'y abandonner sans peur, sachant qu'on peut y entrer et en sortir à volonté. La transe commence par une extrême perception de soi-même, en une exacerbation de l'attention interne qui conduit à l'abolition de la dualité spectateur-acteur. La personne en transe cesse de s'observer, se dissout en elle-même. Et en se fondant en elle-même, elle se fond aussi dans la réalité extérieure : l'espace entier est son corps, sans possibilité d'erreur. Les amateurs de corrida captent parfaitement le moment où le torero « entre dans le lieu » (*entra en el sitio*), formant une unité avec le taureau dans laquelle il n'y a plus deux adversaires mais deux corps complémentaires qui dansent, unissant la vie et la mort. L'animal et l'homme, avec des mouvements qui semblent dictés par leur public, habitent une dimension distincte de ce qu'on appelle « le réel », dans laquelle il n'y a plus la place pour une erreur fatale, où tout est juste, parfait et beau. C'est ainsi que procèdent les chamans et guérisseurs populaires : pour eux la thérapie n'est pas une science mais un art. Ils se dissolvent dans le patient et entrent avec lui « dans le lieu ».

En voyant jouer mes chats qui feignaient de se mordre la jugulaire, j'ai pu observer qu'ils savent parfaitement où se situent les points vitaux. Ils savent aussi avec quelles herbes se purger. De même, nous savons

instinctivement où résident la santé et la maladie dans un esprit humain. Ce n'est qu'à travers la transe que nous pouvons conduire un consultant ou notre arbre généalogique à sa guérison.

Tel est ce que, dans un moment de crise extrême, je me suis senti un jour poussé à faire : je me suis assis devant la machine à écrire et j'ai commencé à rédiger un roman, avec la sensation qu'il m'était dicté. C'était *L'Arbre du Dieu pendu*, dont tous les personnages appartenaient à mon arbre généalogique. Ils étaient réels, mais j'ai transformé et exalté cette réalité pour l'amener au mythe. À chacun, j'ai donné ce à quoi il aspirait inconsciemment sans avoir pu le réaliser. Par exemple, j'ai transformé une tante prostituée en la maîtresse du président de la République. À ceux qui étaient morts prématurément, j'ai inventé une suite à leur existence. J'ai permis à ma mère de se réaliser artistiquement, ce qu'elle n'avait jamais pu faire de sa vie. Mieux encore : je l'ai fait fréquenter son père qu'elle n'avait jamais connu et avoir avec lui des relations d'affection. Ce travail, outre sa qualité de fiction artistique, m'a permis de transformer, par la créativité, ma mémoire familiale en légende héroïque, et j'ai compris à cette occasion que tout ce que je donnais à mon arbre généalogique, je me le donnais à moi-même. En terminant ce roman, ma crise existentielle a cessé et ma vie s'est enrichie : je suis devenu capable d'aimer.

L’arbre guéri

Le rôle de l’imagination créatrice

Au début de ce livre nous avons présenté la trajectoire de celui qui entreprend d’étudier son arbre comme le « voyage du héros[1] ». En réalité, si l’on se réfère à l’accomplissement ultime des quatre énergies de l’être humain, le héros est aussi un génie, un saint et un champion : il agit au plus haut degré de ses capacités intellectuelles, émotionnelles, créatives et corporelles. Cet itinéraire va ainsi **de soi-même à soi-même** : de l’être pris dans le piège familial à l’être libéré du piège. La personnalité individuelle acquise ne disparaît pas, mais elle accepte d’une part de **voir ses limites s’élargir** et d’autre part de **se mettre au service de l’Être transpersonnel**, la part de nous-mêmes qui pense Nous et non seulement moi. Mais ce Nous n’est pas le credo limité du clan, la légende familiale qui s’oppose par essence à l’union avec le monde, car l’égoïsme individuel ou familial est ce qui essentiellement nous sépare : moi des autres individus et mon clan des autres. Lorsqu’on arrive au Nous transpersonnel, l’identité devient une affirmation collective à la mesure de l’humanité entière.

Cet itinéraire est aussi le passage d’une attitude enfantine à une attitude mature : à l’opposé de l’être enfantin l’être mature accepte le fait que les autres peuvent ne pas changer, et s’emploie à **modifier sa propre réalité intérieure**, ce qui a un impact sur toutes ses relations.

Ce voyage de l’être individuel à l’Être transpersonnel suppose maintes épreuves, que nous avons détaillées : il faut d’abord se détacher de la légende familiale pour clarifier les situations et les relations telles qu’elles ont véritablement eu lieu, puis rentrer avec une Conscience adulte dans les anciennes blessures enfantines pour faire face aux insuffisances et aux abus, affronter de nouveau les peurs qui nous ont jadis paralysés et oser nous

proposer, au moins en imagination, toutes les solutions qui auraient pu hisser l'arbre généalogique à un niveau de Conscience plus élevé. Remettre en question notre conception, notre naissance, tous nos liens, et jusqu'à la formation de nos propres parents et grands-parents : autant de combats contre la rigidité du passé, qui nous mènent à l'ultime face-à-face. Au terme de ce voyage, chacun doit en effet passer par la mort symbolique de sa personnalité acquise, forgée par le passé, avec laquelle il est devenu impossible de s'identifier étroitement.

Au bout du chemin, la récompense est alors à portée de main, semblable à la Toison d'or de la mythologie grecque ou au trésor des contes traditionnels. Cet élixir de longue vie, ce joyau inestimable, n'est autre que la Conscience, la **réunification du moi avec le Tout**. Une fois que l'on se reconnaît en tant que ce que l'on est véritablement, on comprend aussi qu'à la Conscience a été confié, à travers l'arbre généalogique, un corps qui a peu à peu appris à la respecter : tel est le sens du travail corporel que nous avons présenté au chapitre précédent. Mais pour que le voyage soit complet, le héros a pour tâche de rapporter son précieux butin vers le monde dont il est originaire. C'est en cela que consiste la guérison finale de l'arbre généalogique : une fois le trajet individuel accompli, chacun de nous doit **retourner à l'origine et guérir l'arbre à l'intérieur de lui**.

À un moment donné du travail sur soi, il est normal et fréquent de se sentir coupé du clan d'origine : en découvrant notre véritable nature, nous découvrons en même temps à quel point la famille a pu l'ignorer et la négliger ; en prenant la mesure des abus subis, on se sent alors orphelin. Pourtant, le fruit et l'arbre restent unis par des liens d'amour manifestes ou sous-jacents, et même si on laisse derrière soi les définitions du passé, les relations, les figures et les héritages de l'arbre peuvent être **intégrés comme autant d'apports d'énergie**, une fois transformés par le travail de Conscience que l'on a accompli.

De même que nous avons découvert, au centre de notre personne, l'Être impersonnel et essentiel, de même il gît, latent ou manifeste, en chacun des membres de notre famille. Il est donc possible d'établir une relation (concrète ou intentionnelle) d'Être essentiel à Être essentiel avec chacun des membres de l'arbre.

À l'image des abeilles qui sont à la fois des individus et les membres d'un être collectif (la ruche), nous constituons, avec tous les personnages de

notre arbre, un individu qui possède son unité. Mais au lieu d'être tributaires du destin hasardeux de cet individu collectif et de son niveau de Conscience limité, il nous appartient de l'élever et de participer activement à son avancée vers la Conscience. « C'est le fruit qui définit l'arbre et non l'inverse » : notre réalisation personnelle devient la mesure à hauteur de laquelle l'arbre peut être guéri.

De même que, sur le chemin du retour, le héros rencontre en général un ultime adversaire duquel il devra triompher pour accomplir sa destinée et sauver son monde d'origine, de même une série de pièges se proposent à la personne qui souhaite obtenir sa guérison et celle de son arbre généalogique. L'un d'entre eux consiste à penser qu'il est bon de se sacrifier pour « sauver » ses parents ou autres membres de sa famille. En réalité, la rédemption de l'arbre ne peut passer que par notre réalisation, c'est-à-dire par le plein déploiement de nos talents et capacités. Voilà pourquoi nous commencerons ce chapitre par une étude de la névrose d'échec et de ses causes principales.

Le deuxième piège, plus subtil, est celui des points aveugles où vient se réfugier notre personnalité ancienne. Nous pourrions appeler **île mentale** cette part de l'ego qui refuse obstinément de se mettre au service de la Conscience, et dont la subsistance sera l'objet du travail de toute une vie. La question de savoir quand on est « guéri » est consubstantielle à toute approche thérapeutique. Si dans une pratique artistique la question est de savoir quand l'œuvre est achevée, dans le chemin spirituel, il s'agit de déterminer quand l'illumination est atteinte. Nous nous proposons, dans cette approche métagénéalogique, de définir un état de guérison suffisante qui permet de se consacrer à la guérison de l'arbre.

Une fois cet état atteint, le travail sur les personnages intérieurs que nous portons, comme autant de formations héritées de notre histoire personnelle et familiale, puis leur transmutation en leur expression sublime nous permettront d'aborder le travail sur les alliés : comment utiliser l'imagination créatrice pour réveiller en nous des énergies psychiques salvatrices. L'élaboration de l'arbre sublime sera le geste artistique final qui scelle le travail accompli. Cette guérison de l'arbre consistera à doter chacun des personnages de la réalisation qu'il n'a pas obtenue de son vivant. Une fois élevés à leur plus haut potentiel, nos ancêtres deviennent tous transpersonnels et se transforment en une énergie que nous pouvons, en quelque sorte, absorber dans notre propre cœur. Alors l'arbre disparaît et se

fond en nous, et dans une certaine mesure nous acceptons aussi de disparaître en tant qu'être individuel et nous nous reconnaissons comme pure Conscience.

On peut alors agir non plus comme « ayant » une famille mais comme **étant une famille**, et développer en soi-même la conception régénérée d'une société, voire d'une humanité, entièrement saine.

Vaincre la névrose d'échec

Au bout du compte ce n'est pas ce que nous pensons ou ce que nous affirmons qui détermine notre réalité, mais **ce que nous sommes ou non capables de faire**. Chaque fois que, par diverses stratégies, nous échouons sur le chemin d'un projet qui nous tient à cœur, nous sommes face à l'ultime piège de la personnalité acquise : la névrose d'échec.

Celle-ci peut prendre diverses formes, des plus flagrantes aux plus subtiles. Au moment de réussir, nous rencontrons un obstacle intérieur ou extérieur qui remet le succès en question. Accident, dépression, impuissance, procrastination, paralysie, la conclusion est toujours la même : « Je n'y arrive pas. » La névrose d'échec peut aussi s'exprimer dans une entreprise collective, où une personne se jette soudain à corps perdu dans un conflit avec une autre, ce qui a pour effet d'immobiliser le travail commun ; ou encore lorsqu'une personne décide de quitter le collectif en sachant parfaitement que cela produira une crise préjudiciable au travail accompli. La névrose d'échec se manifeste également quand, une fois l'œuvre produite, on la démolit rétrospectivement, par exemple en tombant dans une profonde tristesse ; ou encore en sabotant ce qui reste à saboter (la publicité ou la promotion servant à faire entrer l'œuvre dans le monde, par exemple). Elle s'exprime enfin comme un malaise indéfinissable, un sentiment de culpabilité, l'impression d'être laid ou incompétent malgré toutes les preuves objectives du contraire. Dans les cas extrêmes, la personne se suicide ou sombre dans la folie après avoir atteint son objectif.

Sous tous ces visages, la névrose d'échec se résume à un interdit fondamental : **celui d'être et d'expérimenter hors de l'arbre généalogique.** On se conduit à l'échec en raisons de six causes principales, six croyances incrustées dans l'Inconscient. Nous les présentons ci-dessous,

chacune accompagnée d'une suggestion de visualisation positive pour la dépasser.

« Je suis fondamentalement mauvais. »

Sous un prétexte ou un autre, l'arbre généalogique ne m'a pas accepté pour ce que j'étais. Le clan aurait voulu un enfant d'un autre sexe, d'une autre apparence, avec d'autres qualités, plus rapide, plus lent, plus calme, plus énergique… Ce refus, plusieurs fois réitéré, m'a profondément affecté et me conduit à tenter, sans succès, d'être ce que l'arbre voudrait que je sois. Cela m'est évidemment impossible puisque je ne peux être pleinement que moi-même. Au moment de triompher, c'est-à-dire de me donner le droit d'exister tel que je suis, je suis tenté de me conduire à l'échec pour donner raison au clan.

Visualisation positive : J'imagine tout l'arbre pareil à moi-même. Quelle relation merveilleuse aurais-je eue avec le clan si les caractéristiques que l'on me reproche étaient communes à tous ?

Par exemple, je suis délicat et spirituel dans un arbre viril et matérialiste, j'imagine tout le clan doté de ma délicatesse ; je suis une fille et on attendait un garçon, tout l'arbre sera sensible aux qualités féminines, mon père, mes grands-pères, mes oncles seront dotés d'une grande féminité intérieure…

« J'ai été un fardeau, un obstacle. »

L'arbre généalogique me rend responsable de ses propres incohérences et de ses incapacités. Je suis né « par accident » ou dans une famille déjà submergée par des problèmes matériels. Mes parents m'ont abandonné entre les mains d'autres éducateurs, ou au contraire ont prétendu « se sacrifier » pour moi : ils m'ont accusé, ouvertement ou non, de les avoir empêchés de se réaliser. Je me sens donc incapable d'apporter quoi que ce soit de bon à qui que ce soit. Au moment de triompher, pour ne pas trahir cette croyance, je sabote mon propre succès qui serait une solution, une joie pour le monde : tout le contraire de ce à quoi on m'a identifié jusqu'ici.

Visualisation positive : Je suis un apport, avec moi vient le miracle. Par exemple, au moment où je nais, j'imagine que mes parents reçoivent un prix, une aide gouvernementale, un cadeau pour ma naissance ; si ma mère a raté sa carrière de chanteuse à cause de ma naissance, j'imagine que la voix de ma mère a muté de manière miraculeuse pendant sa grossesse et

qu'elle devient célèbre grâce à moi pour sa voix d'or, voire en faisant un duo avec moi.

« Je n'ai pas le droit de trahir. »

Le clan m'a apparemment bien accepté. Il est possible que j'aie eu une enfance heureuse, mais mon existence est conditionnée à une loyauté sans faille. Je me dois d'adopter les idées, les conduites sociales, religieuses, idéologiques, esthétiques, affectives, etc., des miens. En réalité, je n'existe et ne suis aimé par ma famille que si je reste un élément indifférencié d'un tout solidaire. Si ma mère m'a inculqué la haine des hommes (pour une fille) ou m'a convaincu qu'aucune femme n'est assez bien pour moi (pour un fils), je ferai échouer mes relations amoureuses pour ne pas la trahir. Si mon père considère que toute activité autre que le commerce est inacceptable, j'échouerai dans tout ce qui n'est pas commercial, etc. La cohésion nationale fonctionne aussi selon ce modèle. En conséquence, je ne me donne le droit d'exister que comme élément d'un clan qui, au fond, nie absolument mon existence indiviuelle.

Visualisation positive : Tout l'arbre généalogique adopte mes nouvelles idées, mes nouvelles initiatives, mes découvertes. Par exemple, si je change d'opinion politique, ils s'inscrivent à mon parti et votent pour moi ; si je tombe amoureux d'une personne d'une autre race, d'une autre religion, ils se passionnent pour cette culture ou se convertissent à cette religion, etc.

« Je n'ai pas le droit de m'en aller. »

Là encore, l'ambiance familiale a été apparemment heureuse. Mais mes parents m'ont élevé non pas pour me conduire à l'indépendance, mais pour me garder (réellement ou symboliquement) auprès d'eux. L'insatisfaction profonde des membres du clan rejaillit sur moi : si je quitte mes parents, ils en mourront, ou (dans le cas d'un couple parental à noyau sadomasochiste) ils s'entretueront, ou encore l'un des deux sombrera dans la dépression… Je suis culpabilisé : je dois payer de ma personne pour tout ce que j'ai reçu car je porte une responsabilité factice. Tout succès est un pas vers le monde, et consiste en effet à quitter sa famille pour entrer dans la communauté humaine. Par conséquent, je m'interdis de triompher.

Visualisation positive : Tous les membres de la famille s'en vont vers un lieu idéal sur la planète, hors des racines familiales. Je visualise tout mon

arbre généalogique peuplant la planète en pleine joie, émigrant ici et là avec succès.

« Je n'ai pas le droit de dépasser mes parents. »

Je porte l'irréalisation de mon clan, soit qu'il soit entièrement composé de personnes en échec, soit qu'il y ait, parmi mes ancêtres, un « grand homme » ou une « femme d'exception », généralement très narcissique, dont le succès est considéré comme indépassable. On m'a donc inculqué les limites du succès possible : il n'est pas envisageable d'être riche, heureux en amour, talentueux, aventurier, etc., au-delà de telle ou telle limite. Si par exemple mon père et mon grand-père étaient des médecins ratés devenus infirmiers, dentistes ou kinésithérapeutes, je raterai consciencieusement mes examens de la faculté de médecine pour ne pas leur démontrer qu'il est possible de réussir. Car, en les dépassant, je démolirais leur autorité, leur supériorité établie sur mon infériorité – volontaire. Ce faisant, je me retrouverais symboliquement orphelin. La douleur de l'échec me semble moins cuisante que cet abandon.

Visualisation positive : Je les élève tous au niveau de ma propre réalisation. Chacun dans son domaine rencontre un succès égal au mien et jouit de son triomphe dans une grande fête collective, tout en acceptant que le succès et le talent sont essentiellement individuels, et que personne ne peut être comparé à personne.

« Le plaisir est dangereux, sale, interdit. »

Triompher dans ce qui est notre véritable vocation est le plus grand plaisir qui soit. Si l'arbre généalogique souffre d'une forte répression sexuelle, tout plaisir sera considéré comme suspect, voire diabolique. Génération après génération, le clan interdit à ses descendants de jouir de la vie et de leurs propres capacités. Au moment de triompher, cet interdit fondamental s'abat sur moi, et me coupe l'accès à ma réalisation, comme il pourrait aussi affecter ma sexualité, me rendant frigide, impuissant ou éjaculateur précoce.

Visualisation positive : J'imagine un grand carnaval auquel participent tous les membres de mon arbre, chacun avec un costume et un masque qui lui permettent de mettre en action une partie jusque-là cachée et interdite de sa personnalité. Chacun se livre au plaisir dans une ambiance réjouie et chaleureuse.

Ainsi, quelle que soit la configuration du piège tendu par l'arbre généalogique, il revient à nous interdire d'entrer en contact avec notre Conscience, notre Dieu intérieur, notre joie de vivre, notre capacité créative ; quelque chose nous pousse à nous définir, une fois encore, comme des êtres limités qui n'existent que dans le cadre étroit du clan familial.

Chaque fois que la névrose d'échec se manifeste, elle nous fait perdre de vue notre but, le sens spécifique de notre existence et la mission de vie particulière que nous sommes les seuls à pouvoir réaliser. La base de la névrose d'échec est une dévalorisation de soi, fondée sur l'adhésion qui demeure en nous aux ordres et aux interdits de la famille. Au bout du compte on se sent vide. La seule manière de s'opposer radicalement à cette illusion néfaste est d'accepter le diamant intérieur, notre propre valeur essentielle, et de revenir puiser à la source de soi-même, dans cette félicité inaltérable qui résiste à tous les obstacles.

Ponctuellement, il est possible d'accomplir divers actes (de psychomagie entre autres)[2]. On peut, par exemple dédier symboliquement à un membre de sa famille l'œuvre ou la récompense dont il est question, comme on sacrifie à des dieux impitoyables. Mais le véritable travail sur la névrose d'échec consiste à l'identifier, comme si l'on se trouvait à la croisée des chemins, chaque fois qu'elle apparaît. On peut alors choisir consciemment de se conduire à l'échec ou au contraire se détourner, au prix d'un effort intérieur colossal, de cet appel du passé et poursuivre sa route en Conscience jusqu'à la réalisation. Cela suppose d'avoir une conception de Dieu ou d'une force supérieure qui soit l'horizon de notre action. Car le manque de foi en soi est à relier au manque de foi tout court : on nous a demandé d'être autre chose que nous-mêmes, et en nous pliant à cet ordre, nous avons perdu le sens de ce que nous sommes vraiment.

L'acceptation de soi-même est héroïque car elle signifie l'effondrement des limitations intérieures créées par la famille, la société et la culture. Notre identité acquise est toujours insuffisante et défectueuse : elle est le contenant et non le contenu. Mais l'effondrement de cette carcasse ou le fendillement de ce masque nous terrifie, et nous avons tendance à le refuser. Notre grandeur, notre capacité de briller, d'aimer sans limites, de triompher, nous fait bien plus peur que notre petitesse. Surmonter cette peur suppose d'avoir un but plus élevé. Nous pourrions l'appeler **amour de soi**, amour de l'œuvre que nous sommes en train d'accomplir, amour de tous ceux à qui

cette œuvre peut être bénéfique. C'est alors que des sentiments sublimes entrent en jeu : dès lors que nous acceptons l'effondrement du moi limité, nous entrons en contact avec la gratitude et la grâce. Ce remerciement essentiel ouvre le chemin vers nos propres qualités.

En réalité, ce n'est jamais le moi limité qui triomphe, mais le moi transpersonnel. Un artiste est inspiré par son Inconscient qui le dépasse : sa créativité profonde ne vient pas de lui. Triompher dans les affaires suppose de remercier toute la clientèle qui rend ce triomphe possible. Triompher dans une entreprise collective suppose de remercier ses collaborateurs.

La névrose d'échec est au fond indissociable de l'ego familial. Elle se manifestera tout au long de la vie sous des formes de plus en plus subtiles. Pour solidifier l'état d'être qui permet de surmonter ses inévitables assauts, voici quelques propositions d'exercices destinés à renforcer la foi en soi-même, la gratitude et l'intentionnalité vers le futur.

Travailler sur le futur

Nous avons déjà émis l'hypothèse que **nous portons en nous le futur**, c'est-à-dire que notre cerveau est potentiellement illimité, au même titre que l'univers, et bien plus vaste que ce que nous utilisons de lui. Le futur est donc en nous comme un immense réservoir de potentialités, et nous pouvons postuler qu'il existe en nous une destinée énergétique qui nous invite à devenir ce que nous serons et nous guide vers notre réalisation positive. On peut travailler sur le futur comme on travaille sur le passé. Une personne névrosée et malheureuse enfermée dans les limites de son passé n'a peut-être pas assez ouvert son attention vers ses potentialités futures.

Se projeter dans un futur réalisé

Concentrez-vous sur ce que vous souhaitez avoir accompli dans un an : quel sera votre cadre de vie, votre forme physique ? Comment iront vos finances ? Qu'aurez-vous créé, comment ira votre créativité, vos désirs ? Quel sera votre entourage affectif, comment vos relations auront-elles évolué ? Comment penserez-vous, comment iront vos idées ? Quelle est la vision la plus positive que vous soyez capable d'imaginer, correspondant à votre Être véritable, à vos souhaits les plus profonds ?

Maintenant transposez-vous dans dix ans : que pouvez-vous imaginer de mieux pour vous, pour votre entourage et pour le monde ? Et dans vingt

ans ? Dans trente ans ?

Repoussez les limites jusqu'à ce que soit venu le moment de mourir paisiblement : quelle mort vous souhaitez-vous ? Dans quel contexte, en laissant quel monde derrière vous ?

Enrichir le passé avec les apports de l'avenir

Revenez à un épisode de votre enfance, avec la Conscience adulte que vous avez aujourd'hui, et rendez visite à l'enfant que vous avez été : donnez-lui des clés pour gérer sa situation présente, et des informations sur ce qui l'attend de bon dans l'avenir. Par exemple : « C'est merveilleux d'avoir quarante ans, de devenir pleinement soi-même » ou : « Tu auras des enfants et tu les aimeras plus que tu ne peux l'imaginer », etc.

Puis projetez-vous quelques années en avant, visualisez ce que serait une vie de bonheur et revenez comme une personne très sage, emplie d'une grande expérience de vie, pour visiter plusieurs épisodes de votre passé et y semer des graines d'espérance, de sagesse, qui vous permettent de réaliser ce futur que vous souhaitez.

Sortir de soi

Un des problèmes de la névrose d'échec est que l'on manque d'un but sublime. Nous avons vu que lorsqu'une personne ne sait pas quel est son but dans la vie, selon toute probabilité elle n'a pas été accueillie, en naissant, comme étant le but de ses parents. Il est donc utile de faire un psychorituel de renaissance pour retrouver sa capacité de se projeter dans le futur. Mais il est également important de pouvoir se représenter **un but qui dépasse le cadre de sa propre destinée**. Le but de l'espèce humaine pourrait être : « Vivre aussi longtemps que l'univers, connaître la totalité de l'univers, devenir la Conscience de l'univers. » Entre le but individuel et ce but universel, on peut imaginer tout un éventail de propositions visant à agir pour le bien collectif.

Résoudre un problème mondial

Choisissez un problème qui vous dépasse (la faim dans le monde, les guerres religieuses ou culturelles, la condition féminine, l'esclavage des enfants, le réchauffement climatique…). Examinez en quoi ce problème vous concerne ou non dans votre vie quotidienne, puis en tant qu'être

transpersonnel : dans une certaine mesure il ne vous concerne pas directement, mais sur un autre plan il vous affecte.

Chacun de nous est capable d'élaborer une solution à un problème mondial, et ce travail d'élaboration nous sort de nous-mêmes. Toutes les solutions ont leur valeur, même si elles sont différentes : la solution d'un individu masculin n'est pas forcément la même que celle d'un individu féminin, celle d'un homosexuel n'est pas forcément celle d'un hétérosexuel, la solution d'un créateur n'est pas la même que celle d'un scientifique, etc. Mais chacun porte en puissance des solutions personnelles pour le monde.

Repousser les limites

Nous allons ici développer jusqu'à ses extrêmes conséquences l'exercice proposé au début de ce livre. Comme pour toutes les visualisations que nous proposons, vous pouvez enregistrer ce texte lu à voix haute puis exécuter l'exercice en l'écoutant, les yeux fermés, ou encore vous le faire lire par quelqu'un. Le corps va servir de point de départ pour l'expansion des trois autres énergies : mentale, émotionnelle et sexuelle-créative.

• Assis confortablement sur une chaise, dans une position équilibrée et neutre, les pieds sur le sol, fermez les yeux. Que voyez-vous ? Attendez de trouver l'obscurité complète. Cette obscurité vous semble-t-elle vaste ou au contraire avez-vous comme un mur noir devant vous ? Si vous voyez un mur ou une limite, imaginez que c'est l'espace infini qui vous fait face et vous entoure.

Au centre de l'obscurité, à la hauteur de votre crâne, vous allez visualiser ou imaginer un point de lumière qui représente de manière concentrée votre énergie mentale.

Commencez par projeter ce point en avant. Il peut laisser une trace, comme un rai de lumière, ou simplement avancer vers l'horizon devant vous. Si vous avez des difficultés à le faire progresser, notez jusqu'où vous arrivez, et remerciez cette frontière qui vous permet de topographier les limites actuelles de votre intellect, et à partir de laquelle vous pourrez désormais avancer plus loin.

Puis revenez au centre de votre crâne et projetez le point de lumière vers l'arrière, aussi loin que possible. Voyez si le fait de soulever les

sourcils, les yeux toujours fermés, vous aide à vous projeter dans une direction qui ne soit pas droit devant vous.

Maintenant, projetez le point devant et derrière, et simultanément vers la droite et la gauche. Allez aussi loin que vous le pouvez. Ajoutez à ces quatre directions le haut et le bas, toujours aussi loin que vous pouvez.

Une fois que vous rayonnez dans les six directions, commencez à faire tourner ces six rayons de lumière en spirale autour de vous dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. À mesure que le mouvement de la spirale s'amplifie, vous allez vous retrouver peu à peu au milieu d'une sphère de lumière et émettre le son « iiii » en le laissant résonner dans la tête, sur une ou plusieurs notes, en augmentant le volume à chaque respiration mais sans forcer la voix.

Puis, ramenez les six directions de lumière vers vous, avec la résonance du son que vous avez chanté, et prenez un temps pour recueillir l'énergie que vous avez vous-même mise en mouvement. Imaginez que tout l'intérieur du crâne est illuminé par cette même lumière, et installez dans ce moment d'intégration l'intention de laisser votre mental goûter le plus souvent possible à cet état d'excellence : le **silence compréhensif**.

• Maintenant placez votre attention au centre de la poitrine, et visualisez ou imaginez une source de plus en plus puissante, capable de donner naissance à un fleuve. D'abord ce fleuve se dirige vers l'avant : c'est la force sans limites de votre énergie émotionnelle. Laissez le fleuve couler à perte de vue vers l'horizon, et suivez son cours aussi loin que vous le pouvez. Puis ajoutez à ce premier fleuve un deuxième, issu de la même source, qui s'élance à l'arrière de vous. Une fois ces deux fleuves en route, ajoutez-en deux autres vers la gauche et la droite, puis encore deux coulant vers le haut et vers le bas. Une fois que, de cette source d'amour absolu, coulent six fleuves, mettez-les en mouvement dans un cercle antihoraire. À mesure que les fleuves tournent autour de vous, ils vous entourent d'une sphère d'eau qui danse, à laquelle vous pouvez donner la température qui vous convient. Vous allez alors émettre le son « éééé » puis « èèèè » puis « aaaa », de plus en plus fort, de plus en plus ouvert, sans forcer la voix, en le laissant résonner jusque dans votre poitrine.

Puis, rappelez ces fleuves d'amour au centre de la poitrine, en laissant résonner dans le silence l'écho du son que vous avez émis. Vous garderez désormais le cœur plein de cette source inépuisable qui donne et ne

demande rien. Elle vous permet de revenir à l'état d'excellence du centre émotionnel : la **compassion sans jugement**.

• À présent concentrez-vous sur le point situé environ quatre doigts sous le nombril, au niveau de ce que les cultures orientales nomment *hara*, *dan tien*, *dantian* ou *tanden*, et qui correspond à ce que la physique occidentale définit comme notre « centre de gravité ». Vous allez imaginer ou visualiser un tentacule transparent, capable de s'étirer à l'infini, qui émerge de ce centre et se dirige vers l'avant, chargé d'une énergie formidable. Laissez-le aller le plus loin possible, communiquant son énergie à tout ce qu'il traverse : c'est une force vivifiante. Pensez que cette puissance qui émerge de votre centre sexuel et créatif provient de l'énergie même qui crée l'univers. Maintenant un deuxième tentacule sort de ce même centre vers l'arrière, puis deux autres vers la gauche et la droite, puis encore deux autres vers le haut et le bas. Vous étirez dans les six directions cette généreuse puissance de vie et de création, qui se met à tourner jusqu'à former autour de vous une sphère d'énergie infinie. Commencez alors à psalmodier, bouche fermée, le son « mmmm » en sentant la résonance descendre jusque dans votre bassin. Peu à peu ce grognement s'ouvre pour laisser place à un « oooo » grave, que vous pouvez aussi nasaliser en *on*. Vous pouvez sentir résonner votre voix jusque dans votre squelette.

Lorsque vous ramenez vers vous ces tentacules d'énergie, leur force se niche au centre de votre bassin et diffuse dans la totalité de vous-même un corps énergétique qui contient tous les astres de l'univers. L'excellence qui est désormais la vôtre est celle du **désir authentique**, capable d'une créativité continuelle. Prenez un temps en silence, en entendant résonner l'écho du son que vous avez produit, pour goûter cette force qui est désormais la vôtre.

En ouvrant les yeux, levez-vous et déambulez dans la pièce en notant comment votre perception de cet environnement et de vous-même a changé avec l'exercice. Vous pouvez à volonté charger chaque chose que vous voyez de lumière, d'amour et d'énergie.

La guérison suffisante et l'ego dompté

Entreprendre la guérison de l'arbre n'a pas plus de sens si l'on n'est pas devenu soi-même que de recoudre une blessure sans l'avoir désinfectée. Il est très difficile de juger de l'extérieur si une personne est – arrivée à un

niveau minimal nécessaire de santé psychique pour s'aider elle-même et éventuellement aider les autres, mais chacun peut examiner dans quelle mesure son ego est dompté, c'est-à-dire capable de différencier entre l'objectif et le subjectif. On peut avoir une personnalité effacée mais complètement égocentrique, ou à l'inverse une forte personnalité arrivée à un niveau de Conscience transpersonnel. La question n'est pas d'éliminer l'ego ou notre histoire passée, mais de pouvoir appliquer radicalement, dans la vie quotidienne, la maxime « Rien pour moi qui ne soit pour les autres », et de pratiquer une acceptation tout aussi radicale de ce qui est, c'est-à-dire d'acquiescer à la réalité présente, au-delà des jugements du mental et des mouvements envahissants du centre émotionnel.

Or, la survivance de traumatismes passés dans la mémoire est susceptible, à n'importe quel moment, de nous replonger dans des états émotionnels hérités de l'enfance qui nous font perdre de vue l'intérêt commun ou la situation objective pour nous recentrer exclusivement sur nous-mêmes. Éradiquer notre histoire n'étant ni souhaitable ni possible, la question est de savoir avec quelle souplesse une personne est capable de revenir à soi, à son âge émotionnel réel et à une interaction mature avec la situation.

Exemple : Dans un groupe de travail sur l'arbre généalogique, une participante, soudain prise d'une sorte de crise de nerfs, s'est jetée sur le sol en pleurant et hurlant. Rien ne semblait pouvoir la sortir de sa crise : elle était entièrement possédée par la petite fille persistante en elle, et toutes les marques d'attention ne faisaient que renforcer son état. Pour que le travail collectif puisse continuer, la solution a été de demander à tous les participants (une cinquantaine de personnes) de s'allonger à leur tour et d'imiter cet état. Au bout de quelques secondes la jeune femme s'est relevée et a continué le travail dans le calme : elle avait compris que le monde deviendrait invivable si tous se comportaient comme elle.

Nous présenterons ici quelques éléments-clés dans cet examen du moi individuel : l'autonomie, l'acceptation de soi en tant qu'adulte, la relation au mensonge extérieur et intérieur, et le face-à-face avec la perspective de notre propre mort. Cette ultime révision de l'ego ne peut en aucun cas servir à jauger le degré de réalisation d'une autre personne. Il s'agit d'un travail intime et personnel, qui nous permettra de voir si nous sommes capables d'entamer pour notre propre compte la guérison de l'arbre. Si tel n'est pas

le cas, il suffira de progresser dans le domaine où l'on aura découvert une insuffisance.

La **guérison suffisante** se reconnaît à plusieurs signes. La personne arrivée à maturité est capable de se mettre à la place de l'autre, – d'occuper à volonté un rôle principal ou secondaire dans la scène qui se déroule. Parallèlement, elle est indifférente à la critique comme à la louange, et indépendante des anciens jugements que son arbre généalogique lui a imposés dans l'enfance. Elle est capable aussi bien de s'exprimer clairement et avec autorité que d'écouter attentivement et sans critique. La tonalité générale de son existence, malgré les épreuves et les obstacles, est une joie de vivre profonde, indépendante des circonstances. Elle connaît la gratitude et pratique la générosité, mais elle est capable de se défendre et de préserver sa dignité si on l'attaque injustement. Elle a le sens de ses responsabilités vis-à-vis de tout ce qui l'entoure, jusqu'au niveau social ou planétaire. Elle est capable de ne pas envahir l'espace des autres, et accepte de se plier aux circonstances plutôt qu'à son désir de toute-puissance. Elle n'a besoin d'exploiter ni de posséder personne, et ne fonde pas sa supériorité sur le fait de rabaisser les autres. Elle ne se compare à personne, a remplacé la compétition par l'émulation, et s'efforce d'embrasser en une compréhension aussi vaste que possible la diversité des expériences humaines.

Nous proposons ici quelques pistes pour dépasser nos propres points aveugles car, répétons-le, il ne sert à rien de vouloir guérir l'arbre ou aider ses semblables si l'on n'est pas soi-même en paix : sans autonomie il n'y a pas d'union véritable possible ; tous les liens que l'on tissera seront des liens de dépendance, entachés des névroses de l'arbre généalogique.

L'autonomie : prospérité et santé

Le corps étant la fondation sur laquelle s'édifient nos trois autres énergies (désirs, émotions et idées), il est essentiel de clarifier la relation au monde matériel pour assurer son autonomie.

- Suis-je autonome financièrement ? Quel est mon rapport à l'argent ? Suis-je indépendant de la conception de l'argent qui prévalait dans mon arbre généalogique ? Suis-je en mesure de travailler dans un domaine qui me plaît ? Quelle est ma conception de la prospérité ?

- Comment est-ce que je me traite corporellement ? Mon alimentation est-elle aussi saine que je le souhaiterais ? Est-ce que je consomme encore certains produits nocifs auxquels me lie une addiction ? Quel est mon degré de propreté corporelle ? Suis-je attaché exclusivement au mode d'alimentation qui était en vigueur dans ma famille ?
- Le lieu où je vis me convient-il ? Comment mon espace est-il organisé ? Est-il en ordre ou en désordre ? Jusqu'où mon territoire s'étend-il ? Suis-je à l'aise partout ?

Voici quelques actes de psychomagie fondamentaux concernant le rapport à l'argent et au territoire.

Terreur de la pauvreté

Pour cet acte, vous pouvez vous reporter p. 377.

Se réapproprier l'argent

Dans chaque arbre généalogique, l'argent a sa « couleur » ou son « goût » : argent « sale », argent « facile », argent gagné dans la douleur et l'effort, argent parental, salaire d'une profession honorable, argent hérité, généreux ou avare, arraché à l'humiliation, volé, ruiné… Il faut donc nettoyer l'argent de ces significations et lui restituer sa qualité initiale : la matérialisation d'un échange d'énergie.

• On peut repasser et parfumer des billets pour les « nettoyer » et les « bénir » symboliquement, puis se frotter le corps avec ces billets exaltés, ou encore se promener avec un billet collé sur le front ou pendu au cou comme une amulette…

• Dans le cas où la notion d'argent sali ou non mérité est particulièrement forte, on peut adapter cet acte de magie mexicaine : mettre dans un coin de la maison ou sous son lit un pot de chambre où, chaque fois que l'on urine, on jette une pièce de monnaie ; laisser l'urine s'accumuler six jours et, au septième, vider le pot de chambre et laver soigneusement les pièces de monnaie avant de les placer dans sa bouche, puis aller acheter avec cet argent les gâteaux qui font le plus envie (ou autre aliment délectable).

• Lorsqu'on se sent impuissant à produire de l'argent, il faut placer trois pièces d'or dans l'anus, se retenir le plus longtemps possible d'aller aux

toilettes puis excréter les pièces d'or avec les excréments dans un pot de chambre et aller enterrer excréments et pièces dans la terre en plantant un végétal qui poussera à la fois sur cet engrais naturel et sur les pièces d'or dont on aura fait le sacrifice : c'est un investissement symbolique dans la richesse future.

Prendre possession d'un territoire

Uriner dans un flacon compte-gouttes puis aller déposer une goutte d'urine à chaque coin du lieu que l'on souhaite s'approprier. Sous son apparente simplicité cet acte donne des résultats stupéfiants.

Exil ou territoire perdu

Se faire envoyer de la terre du pays que l'on a dû quitter (ou dont les ancêtres ont été expulsés) et enfoncer les pieds dans cette terre tous les jours pendant environ un quart d'heure. Une fois que l'on ne ressent plus le besoin de s'unir à cette terre, la verser dans un fleuve au fil duquel elle rejoindra la mer, retournant par là à son origine.

Maturité : du bébé à l'adulte

Émotionnellement, l'attitude enfantine consiste à rendre l'autre dépositaire de notre bien-être affectif : « Si seulement telle personne changeait, ma vie serait plus simple », « Je ne peux pas vivre sans l'amour de telle personne », etc. Or, dès lors qu'on dépose son moi dans l'autre (comme un bébé s'agrippe au cou de sa mère), on reste vide de soi-même : l'autre devient un moi idéalisé et on est entièrement dépendant de ses actes. On peut alors à n'importe quel moment se sentir trahi, déstabilisé, abandonné, etc.

Lorsque l'on devient capable d'**entrer en contact avec soi** en tant qu'adulte, c'est-à-dire de prendre l'entière responsabilité de sa vie, on n'est plus dans une relation de dépendance affective vis-à-vis de l'autre et on apprend à aimer inconditionnellement.

Voici quelques questions à se poser pour évaluer son degré de maturité affective :

- En face d'un choc affectif, quelle est mon attitude ? Suis-je capable d'appliquer ma conscience adulte dans les moments où une blessure

du passé réémerge ? Suis-je capable d'utiliser cet ancien traumatisme comme un obstacle fécond qui me permet de mieux me connaître ?

- Suis-je capable d'écouter l'autre, de l'accompagner sans le juger ? Ai-je encore des ennemis ? (L'ennemi n'est autre que moi. Si je ne suis l'ennemi de personne je ne suis pas non plus mon propre ennemi.)
- « Aime ton prochain comme toi-même » : suis-je capable de m'aimer ? Suis-je capable d'aimer l'autre sans désir de possession ?

On pourra ici développer l'exercice proposé dans la 8e partie à propos de l'abus et s'interroger, centre par centre, pour savoir quel âge on a intellectuellement, émotionnellement, créativement, sexuellement, matériellement. Dans chacune de ses quatre énergies, il reste nécessairement des traces d'enfance persistante. La question n'est pas d'en avoir honte ou de les refouler, mais d'apprendre à mieux les connaître.

Centre par centre, demandez-vous pendant les trois semaines qui viennent de s'écouler, quel événement a révélé votre plus grande immaturité :

- mentale (jugement hâtif, enthousiasme débridé, confusion, incertitude…) ;
- émotionnelle (« crise d'ego » envahissante, confusion émotionnelle, colère, chagrin, panique, jalousie…) ;
- créative/sexuelle (blocages ou débordements d'énergie incontrôlés) ;
- matérielle (régressions alimentaires, conflits de territoire, peurs irrationnelles…).

À quelle occasion l'enfant persistant s'est-il manifesté, et dans quel centre ? Quel âge avez-vous aujourd'hui intellectuellement, – émotionnellement, dans votre énergie sexuelle et créative, dans votre corps, votre territoire et votre vie quotidienne ?

Puis visualisez votre « âge idéal » dans chaque centre : que serait une créativité millénaire ? Des sentiments chargés de plusieurs siècles d'expérience ? Un intellect aussi vieux que l'univers lui-même ? Quel âge physique est selon vous l'âge idéal dans un corps qui ne se délabre pas avec le temps ?

Vérité et mensonge

G.I. Gurdjieff avait créé un mouvement intitulé les Chercheurs de vérité, entreprise ambitieuse mais vouée à l'échec, car la vérité est insaisissable. On peut s'employer à débusquer son opposé, le mensonge, ce qui suppose de développer l'attention.

Cette quête peut alors se déployer dans tous les domaines, à commencer par la société dans laquelle nous vivons, l'éducation que nous avons reçue, les idéologies politiques ou religieuses dominantes… En fixant son attention sur quelque sujet que ce soit, il est aisé d'y débusquer des éléments mensongers. Mais cela suppose de vivre par ailleurs sa vocation profonde : se différencier de la masse n'est possible que si l'on est solidement ancré dans des activités qui nous plaisent. L'adhésion à l'uniformité est un sous-produit de l'insatisfaction.

Le travail le plus important concerne, en réalité, nos **mensonges intérieurs**. On pourrait dire que le mensonge majeur est l'ego, tant qu'il ne se met pas au service de l'Être essentiel. Tout travail thérapeutique, spirituel ou artistique sérieux est un chemin vers l'authenticité. Dans la perspective métagénéalogique, cette authenticité consiste à traquer implacablement nos idées folles, nos sentiments pathologiques, les désirs inculqués et les besoins absurdes.

Afin d'être soi, il convient de cesser la critique envers soi-même pour débusquer le mensonge : il est souhaitable de désintégrer le juge intérieur, et tout aussi souhaitable de lui substituer un observateur objectif vigilant au service de notre croissance.

Cela suppose d'entrer dans une compréhension sans faille de soi-même tout en s'acceptant tel que l'on est, de la même manière que, pour guérir, les Alcooliques anonymes commencent par se déclarer publiquement alcooliques. Nous pouvons quant à nous clarifier verbalement nos défauts : « Oui, je suis jaloux, envieux, arriviste, égoïste… » Il faut ensuite faire face à la honte, au dégoût, à la culpabilité, autant de sentiments négatifs hérités de l'enfance. Un obstacle majeur sur ce chemin de clairvoyance consiste à se défendre sans cesse, ce qui empêche de se voir.

- Comment puis-je me différencier radicalement de la masse sans pour autant être emprisonné dans une attitude révolutionnaire ? Si je suis libre de toute idéologie, je peux trouver dans chacune quelque chose qui m'intéresse.

- Suis-je capable de penser objectivement ? Quelle est la part de la critique dans mes pensées quotidiennes ?
- À quelles idées, idéologies suis-je encore attaché ? La morale sociale et religieuse de mon arbre a-t-elle prise sur moi ?

Apprendre à mourir

La base de tout travail est la conscience du fait que nous sommes mortels. L'ego doit savoir qu'il va disparaître, sans aucune consolation métaphysique comme le paradis, un autre monde, l'au-delà, la réincarnation, la résurrection, etc. Toutes ces possibilités sont incertaines, il faut donc les laisser là où elles sont : à l'extérieur de notre être au présent. Si on réussit à dominer, à détruire toute espérance dans l'avenir, si l'on accepte sa nature éphémère, alors on est véritablement soi-même. La seule espérance à laquelle il est utile d'adhérer est l'immortalité de la Conscience, qui pourrait alors réaliser son but suprême : entrer en contact avec sa source, l'énergie créatrice de l'univers.

En revanche, se donner l'immortalité de la chair comme but individuel relève d'un narcissisme égoïste, et constitue d'une certaine manière un crime : pour réaliser sa propre immortalité, il faut postuler la mort de tous sauf de soi-même, donc accepter de voir tout et tout le monde mourir, puisque tout sauf soi est éphémère. La maturité authentique gît dans l'acceptation de cette impermanence, sans se raccrocher à l'espérance d'un au-delà mais sans pour autant le nier. Une fois acquis le sentiment profond de sa propre mortalité et de celle de l'autre, la personne mature vit dans la compassion, avec la conscience qu'être vivant est un privilège, que le temps est précieux, que la critique gratuite n'a pas de sens. Nous vivons parmi un monde et des êtres qui disparaissent, mais où continuellement surgit de la vie nouvelle.

Faute d'avoir accompli ce travail, on peut voir des personnes arrivées à un âge avancé et munies d'une certaine sagesse, apparemment fortes et mûres, s'effondrer lorsque leurs propres parents disparaissent. En réalité il est normal de voir mourir ses parents, comme en témoigne ce conte zen.

Le maître dit au disciple : « Ton grand-père meurt, ton père meurt, tu meurs, ton fils meurt !

– Comment peux-tu m'annoncer une chose pareille ? proteste le disciple.

– Regarde dans quel ordre je te l'ai dit. »

Le désir véritable dans l'arbre généalogique est que la mort arrive en son temps et dans l'ordre. L'une des mitsvot les plus importantes dans la tradition juive consiste à rendre visite aux malades : accepter la maladie et la mort revient à accepter l'éternité qui est en nous. Il devient alors clair que **l'infini et l'éternité font partie de nous**. Mais avant de vaincre la mort il faut traverser la peur et l'horreur qu'elle nous inspire, et – comprendre que chacun de nos quatre centres réagit différemment face à la mort :

• L'intellect accepte de se dissoudre, il est capable d'une acceptation totale, car pour lui la mort est synonyme de vide.

• Pour le centre émotionnel, mourir revient à tout aimer, à aimer sans limites et à se fondre dans la totalité. C'est la mort de l'autre, c'est-à-dire son absence définitive dans notre vie, qui peut créer de la douleur.

• Pour le centre sexuel et créatif, la mort consiste à cesser de créer, à cesser de désirer. La voie du bouddhisme se propose de briser ce lien et prône l'abolition du désir.

• Le corps, lui, manifeste un refus total de la mort, il ne veut ni mourir ni vieillir, et ne peut apprendre que la résignation.

Les exercices qui suivent permettent d'approcher à divers degrés le détachement.

Le désenvoûtement

Si vous constatez que vous êtes encore sous le joug de l'arbre généalogique dans un centre ou dans un autre, vous pouvez délibérément choisir un thème et faire parler chacun des membres de la famille. Cela aura la vertu d'exprimer des contenus restés enfouis en vous et de rendre leurs opinions, leurs besoins, leurs affects ou leurs désirs à leurs propriétaires véritables.

Exemple : Aujourd'hui je veux traiter le problème de l'argent. Je parle au nom de mon propre grand-père : « L'argent est difficile à gagner, il ne faut pas être ambitieux mais travailler modestement et qu'à chaque jour suffise sa peine. » Ma grand-mère restée veuve : « Mon mari était un saint et distribuait tout ce qu'il avait. À sa mort il nous a laissés dans la misère ! J'ai compris par la suite que ce dont il était si prodigue était en réalité très difficile à obtenir : le monde est peuplé d'égoïstes et d'avares. » Mon père : « Gagner sa vie est un combat ! Il faut se battre pour faire de l'argent, entrer dans la compétition, escroquer et écraser les autres. » Ma mère : « C'est

dégoûtant. Tous ces billets crasseux me salissent les mains ». Ma sœur : « Je mérite toute la générosité du monde grâce à ma beauté. Je n'ai pas besoin de me forcer à gagner ma vie : un homme m'entretiendra parce que je le mérite. »

On peut faire cet exercice avec n'importe quel thème. Noter les affirmations appartenant à chaque membre de la famille sur une feuille de papier, puis brûler cette feuille et disperser les cendres au pied d'une plante à laquelle elles serviront d'engrais.

Le détachement

Apprendre à se détacher des choses, c'est les laisser libres d'être elles-mêmes. Ainsi on vit et on agit légèrement, sans angoisse. On laisse les êtres et les événements venir à soi librement.

Dans une position confortable, les yeux fermés, concentrez-vous sur cette affirmation : « Je n'ai pas besoin de ceci ou de cela, ni d'être ceci ou cela pour être moi. Cette chose, cette personne ou cet état n'a pas besoin de moi pour être lui-même. » Continuez jusqu'à toucher vos dernières résistances.

Les trois jours de la non-discrimination

• Journée en silence : Un jeûne de toute distraction, ni lecture, ni télévision, ni musique, ni relation verbale avec l'autre : êtes-vous capable de vivre une journée complète en silence ?

• Journée objective : Ne formuler aucune affirmation ou négation qui ne soit valable pour tous. Par exemple on peut dire : « Aujourd'hui le thermomètre affiche douze degrés » mais on ne peut pas dire : « Il fait froid. » De même on ne peut pas dire : « Cette personne est belle » ou : « Cette saveur est délicieuse », ni : « Tu es méchant », « Tu m'ennuies », etc. Idéalement la journée devrait se dérouler sans que l'on ait prononcé les mots « moi » ou « je ». Notez combien de fois vous retombez dans des formulations subjectives, si tel est le cas.

• Journée sans critique : Se proposer une journée où l'on ne dit ni ne pense rien qui constitue une critique, qu'elle soit esthétique, affective, idéologique, etc. La critique ne doit émerger ni vis-à-vis des autres, ni vis-à-vis du monde, ni vis-à-vis de soi-même. Le mantra de cette journée est : « Oui. »

La mort en face

Commencez par vous demander jusqu'à quel âge vous pensez pouvoir vivre. Comparez cet âge avec celui des personnes mortes le plus tard dans votre arbre. Dans quel état imaginez-vous finir vos jours ? Comparez avec les fins de vie dans votre arbre. Et maintenant, si vous pouviez vous offrir la plus longue durée de vie possible dans les meilleures conditions possibles, qu'êtes-vous capable d'imaginer ? Jusqu'où êtes-vous disposé à vous accorder le droit et la joie de vivre ?

Écrivez votre propre éloge funèbre en imaginant mourir à l'âge le plus avancé possible, et décrivez en détail comment vous vous apprêtez à mourir paisiblement, et quelles sont les choses que vous avez réalisées dans cette vie.

Concentrez-vous quinze minutes en silence et immobile sur cette affirmation : « Je vais mourir maintenant. Tout ce que je suis, tout ce que j'ai fait, tout ce que j'ai donné et reçu, tout ce que j'ai accompli, c'est ça et rien de plus. »

Rire de tout

Il faut d'abord s'exercer à rire sans aucun objet. Étudiez le rire comme action purement physique : remarquez les mouvements du diaphragme, la respiration, la longueur des éclats de rire, le son que vous produisez. Continuez à rire en dépassant la timidité que procure le fait de « faire semblant ». Une fois que vous arrivez à rire à volonté, commencez à précéder chaque éclat de rire d'une phrase qui exprime un problème, une tristesse personnelle ou collective. Par exemple :

- Je suis mortel, je vais mourir. Ha ha ha !
- Je me sens nul. Ha ha ha !
- Je suis trop vieux pour (complétez cette phrase à votre guise). Ha ha ha !
- J'ai des problèmes d'argent. Ha ha ha !
- On m'a volé ma voiture. Ha ha ha !
- Mes parents ne m'aiment pas. Ha ha ha !

Graduellement, vous allez augmenter la gravité des affirmations et rire de plus en plus fort, de plus en plus longtemps :

- La planète se réchauffe, nous allons tous mourir. Ha ha ha ha ha ha ha !

• Telle personne que j'aime est morte. Ha ha ha ha ha ha ha !
• Telle catastrophe a tué tel nombre de gens. Ha ha ha ha ha ha ha !
• Je suis malade, j'ai un cancer. Ha ha ha ha ha ha ha !

Voyez jusqu'où vous pouvez arriver et si les affirmations les plus terribles peuvent susciter un rire de plus en plus franc, de plus en plus sincère et de plus en plus irrésistible.

Nos personnages intérieurs : obstacles et alliés

Nous avons décrit au début de ce livre la manière dont chacun de nos centres peut être colonisé par un autre centre. Ces déviations de l'ego, si l'on passe du plan théorique au plan symbolique, peuvent être assimilées à des personnages intérieurs qui se relaient aux commande de notre vie. Tant qu'une personne n'est pas unifiée, c'est-à-dire tant qu'elle n'agit pas à chaque instant au service de son Être transpersonnel ou essentiel, il y a fort à parier que ces fragmentations sont toujours à l'œuvre. Identifier et sublimer nos propres personnages est une étape nécessaire avant de travailler sur l'exaltation des membres de notre arbre généalogique. Ce sera notre premier pas dans l'intégration des forces profondes de l'Inconscient.

En effet, notre arbre généalogique dépose en nous des structures hiérarchiques et les modèles des archétypes futurs, modelant ainsi notre conception de nous-mêmes, et du monde visible ou invisible, qui influencera ensuite tout notre imaginaire spirituel. Selon la manière dont se sont déroulées les relations entre enfants et adultes dans l'arbre, il se forme en nous, de manière obscure, un panthéon d'archétypes incomplets, voire toxiques : papa, maman et consorts sont la trame sur laquelle nous tisserons plus tard notre conception de la divinité, qu'il s'agisse d'une multitude de dieux, ou d'un Dieu unique relayé par des anges, des saints, des sages ou des prophètes.

Le travail sur les personnages constitue une première étape d'identification de ce panthéon : nos personnages sont, pourrait-on dire, des divinités mineures qui nous possèdent. De même que la multitude des dieux dans les religions polythéistes conduit à l'intuition d'une énergie divine centrale dans le monothéisme, nous avons **plusieurs moi qu'il nous appartient d'identifier et de réagréger pour arriver au moi transpersonnel**.

P. D. Ouspensky écrivait, citant Gurdjieff : « L'homme n'est jamais *un*, continuellement il change. Il demeure rarement identique, même une demi-heure. (…) Maintenant il est Ivan, une minute plus tard il est Pierre et plus tard encore Serge, Nicolas, Mathieu, Simon. Mais vous pensez tous qu'il est Ivan. (…) Vous découvrez qu'Ivan a menti et vous êtes tout surpris que lui, Ivan, ait pu faire un acte pareil. C'est vrai, Ivan ne peut pas mentir – c'est Nicolas qui a menti. Et en chaque occasion Nicolas mentira de nouveau car Nicolas *ne peut pas s'empêcher de mentir*. Vous serez étonné lorsque vous vous rendrez compte de la multitude de ces Ivan et des Nicolas qui vivent dans un seul homme[3]. »

Chacun peut faire le même constat dans sa vie quotidienne. Combien de fois avons-nous entendu les membres d'un couple qui se sépare dire : « Comment a-t-il ou elle pu me faire ça ? Je ne le ou la reconnais pas ! » De même lorsque émerge une situation de crise, il est fréquent que l'on découvre un aspect complètement inattendu d'une personne pourtant bien connue.

Nous portons tous une série de personnages aux contours plus ou moins définis, et plus ou moins actifs dans notre vie quotidienne. Au final, il est possible d'absorber tous ces aspects du moi en une seule personne, qui présente alors plusieurs visages harmonieusement unifiés. Il est fréquent qu'une personne arrivée à un haut degré de Conscience soit décrite par les observateurs extérieurs comme étant à la fois extraordinairement présente et dotée de plusieurs visages qui se succèdent de manière non pas chaotique mais harmonieuse. Par exemple, les disciples de la sainte indienne Ma Anandamayi, décédée en 1982, sont nombreux à décrire la manière dont leur gourou changeait constamment d'expression et d'énergie, pouvant passer en quelques secondes d'une candeur enfantine à la sagesse concentrée d'une enseignante ou à l'extase mystique la plus profonde. Dans le même ordre d'idées, les caractérologies comme l'astrologie ou l'énéagramme décrivent différents « types » de caractère, mais une personne réalisée s'identifiera à tout le zodiaque sans exception, à la totalité de l'énéagramme, etc.

Les personnages qui nous composent sont dans un premier temps des **obstacles**, car ils figent des aspects de l'identité active, et nous morcellent en plusieurs ego : on saute de l'un à l'autre de manière chaotique, selon les circonstances, adoptant en désordre les éléments d'un répertoire de

solutions anciennes préétablies face aux conditions sans cesse changeantes de la vie. Tout personnage représente une solution passée que l'on revient appliquer de manière plus ou moins utile. Tant que l'on est le jouet de cette succession de caractères épars, on peut se comparer à un trône vide devant lequel plusieurs prétendants se chamaillent pour l'occuper tour à tour.

Mais chacun de nos personnages a un **potentiel de retour à la source**, c'est-à-dire que chacun est un morceau d'un puzzle qui au bout du compte formera une image complète de notre personnalité. En d'autres termes, derrière chaque personnage se niche un archétype, un allié, qui peut nous conduire à une union plus étroite avec l'Être – essentiel. Il nous faudra embrasser l'obstacle, c'est-à-dire identifier clairement chaque personnage, puis le mener jusqu'à sa réalisation ultime, pour découvrir en chacun de ces fragments de nous-mêmes les ressources intérieures qui nous conduisent à l'excellence.

Par ailleurs, chacun des personnages qui nous composent est une survivance intérieure de l'arbre généalogique : ils se sont tous formés par imitation, compensation, opposition ou interprétation de l'héritage reçu. Le travail sur nos personnages permet de dissoudre les derniers éléments d'« identité » qui sont en réalité autant de contrats avec le passé.

Par exemple, si j'ai eu un père dur et écrasant qui me terrifiait, plusieurs personnages intérieurs peuvent être dérivés de ma relation avec lui. Il est possible que j'aie développé un personnage esclave, servile et plein de rancœur, mais incapable de se rebeller. Il est possible aussi que je porte en moi un personnage similaire à mon père, capable de manifester une colère terrifiante, mais inapte à se contrôler. Dans mes relations, l'un ou l'autre de ces deux personnages émergeront selon la manière dont on me traite, mais ils seront inutiles et névrotiques tant qu'ils demeureront une simple imitation de mon père, ou une reproduction de ma propre attitude d'enfant effrayé.

Le travail consiste alors à identifier le personnage esclave et le personnage tyran, puis à les nommer d'un nom de notre choix et à les reconnaître à chaque fois qu'ils se manifestent. Pour ce faire, on est obligé de créer (ou de consolider) un **personnage central**, guide et modérateur de la multitude qui nous habite. En nommant distinctement le moi esclave (par exemple « Raton Blando ») et le moi tyran (par exemple « Capitan Cañones ») on commence à se désidentifier de sa propre identité acquise : je ne suis plus seulement Untel, mais cette multitude d'individus dont je peux

à loisir observer le comportement. Insensiblement, les personnages commencent alors à révéler leur potentiel insoupçonné : il est possible que Raton Blando, habitué à se taire, à observer et à ne pas agir, soit capable d'une minutie extraordinaire, révèle des talents artistiques ou un esprit de mathématicien surdoué, des qualités de diplomate, etc. Dès lors qu'il ne se manifeste plus seulement pour réagir à des situations similaires à celles de l'enfance, mais qu'il vient en renfort de situations paisibles ou fécondes, il lui est possible de déployer ses talents. De même, Capitan Cañones n'explosait jusqu'ici que lorsqu'il était sûr de vaincre. Mais si intentionnellement je décide de faire appel à lui lorsque je me trouve en face d'une personne qui me fait peur comme mon père me faisait peur, et que je le recrute pour lui tenir tête, il deviendra le meilleur allié de mon autorité, et apprendra à gagner les batailles dans lesquelles il s'engage. Il pourra aussi se révéler utile par des qualités de courage et de persévérance, dans un travail intérieur ou une épreuve sportive, mettant ses qualités de guerrier au service de ma croissance personnelle.

Tous les nœuds et noyaux nous interdisent d'identifier nos personnages ; inversement, la prise de conscience des personnages permet de faire face aux nœuds et de les dissoudre. Il est fréquent que nous soyons possédés par un personnage directement créé par l'arbre généalogique, et auquel nous avons adhéré pour ne pas en être exclu.

Exemple : Un consultant souffrait encore, à quarante ans, d'une forte dévalorisation. À sa naissance, sa mère s'était exclamée : « Mais c'est un diable ! » Elle l'avait ensuite prénommé Giuseppe (Joseph, tel le personnage biblique), comme pour désamorcer sa prétendue nature diabolique, mais en réalité, ce prénom (qui fait référence à l'époux prétendument asexué de la Vierge Marie) revenait à nier l'identité masculine du petit garçon. L'étude de l'arbre généalogique de Giuseppe a mis en évidence le fait qu'il était le deuxième fils de sa fratrie, le premier étant prénommé Salvatore (Sauveur, prénom du grand-père maternel). On peut donc en déduire que le premier fils était considéré comme l'enfant christique et que, ce rôle ayant déjà été distribué, Giuseppe s'était vu confier celui du diable, de la part sombre du masculin. Nombre d'abus sexuels avaient été perpétrés dans l'arbre généalogique, et on peut avancer que la mère de Giuseppe portait une haine inconsciente du masculin, héritée de ces abus, qu'elle avait projetés sur le petit garçon dès sa naissance. Mais il n'en demeure pas moins que, dans la psyché de Giuseppe, ce refus

maternel s'était incrusté et que le personnage de « diable » le hantait, accompagné d'un sentiment de laideur intense. Son acte de psychomagie a consisté à faire exister dans la réalité le personnage du diable, non pas n'importe quel diable mais le sien propre, auquel il a donné le nom de Judas. Il a vécu dans la peau de ce personnage durant une semaine, se promenant dans les rues de sa ville avec un costume rouge, un trident, des cornes et une queue, prenant nombre de photos de lui-même dans des situations quotidiennes qu'il a ensuite envoyées à sa famille. Au terme de ce travail il a enterré le costume de diable et élevé ce personnage infantile à une dimension angélique : si tout diable est un ange déchu, on peut imaginer qu'un diable qui s'élève devient un ange. Dans le cas de Giuseppe, cette expérience lui a permis de reconnaître sa vocation de poète et de publier son premier recueil.

Le travail sur les personnages intérieurs en sept étapes

Les identifier

Identifiez autant de personnages que vous pouvez en distinguer en vous, et nommez-les individuellement. Il est essentiel de les nommer, sinon les personnages demeurent des fragments de votre personnalité acquise. Si vous êtes Alice, vos personnages ne peuvent pas être « Alice la timide », « Alice l'intellectuelle », « Alice la voyageuse ».

Le fait d'accepter de nommer distinctement ces instances du moi permet de démembrer le moi acquis, de lui faire perdre sa toute-puissance.

Les personnages doivent avoir au moins un nom et un prénom, ou un titre et un nom, ou un titre et un prénom. Ils ne sont pas nécessairement tous du même sexe (un homme peut avoir un ou plusieurs personnages féminins et vice versa), ils peuvent être de nationalités différentes, voire mi-humains, mi-animaux. Ainsi une même personne sera Luisa Saintenitouche, Tigre Cazaleon, Docteur Bling, Dog Jealous et Rosita Tamales.

Les définir

Définissez aussi précisément que possible chaque personnage grâce aux questions suivantes :

• Quelle est sa devise, sa maxime favorite sur la vie ?

• Dans quelles circonstances émerge-t-il ? Quelles sont les situations dans lesquelles il se sent compétent ? Quand disparaît-il ? Qu'est-ce qui lui fait le plus peur ?

• Quelle est son utilité (réelle ou imaginaire) dans les situations où il se manifeste ?

• Quelles sont ses qualités et ses défauts ?

• À quoi ressemble-t-il physiquement (quelle est sa voix, que mange-t-il, à quel rythme se meut-il, comment est son corps…) ?

• Quelles sont ses opinions (comment vote-t-il, que lit-il…) ? D'où vient-il ?

• Quelles sont ses satisfactions, ses plaisirs, ses goûts ?

• Avec qui est-il ami, ennemi ? Avec qui aimerait-il se lier ? Qui admire-t-il ? Quel métier lui plairait le plus ? Quelles sont ses destinations de voyage ou de vacances préférées, ses modes de transport favoris ?…

Les faire vivre artistiquement

Au choix, écrivez un court récit ou monologue, peignez, dessinez ou représentez sous quelque forme que ce soit chacun des personnages que vous avez réussi à identifier. Vous pouvez aussi imaginer que chaque jour de la semaine un personnage différent fera la cuisine à la maison, etc.

Vivre en Conscience avec eux

Une fois que les personnages seront clairs pour vous, vous aurez la possibilité d'observer, pendant une période de temps donnée, leur émergence dans votre réalité. Lorsqu'ils se manifestent, reconnaissez leur existence et laissez-leur le champ libre pour agir (dans la mesure du – raisonnable, bien entendu : si un personnage violent se présente, il n'est pas indispensable d'aller jusqu'à démolir une voiture ou à frapper une personne), puis faites le bilan de leur action. Si celle-ci est positive, versez l'expérience au crédit du personnage. Si elle est négative, identifiez à quelle déviation de l'ego elle correspond (cf. 1re partie).

Les rapporter à l'arbre généalogique

Pouvez-vous identifier à quel âge chaque personnage a commencé à se former ? Quelles relations, quelles circonstances familiales vous ont poussé à le créer ? Présente-t-il une ressemblance avec un membre de l'arbre généalogique ? Est-il diamétralement opposé à quelqu'un en particulier ?

Les convoquer dans une situation difficile

Une fois les personnages identifiés, imaginez pour chacun une situation où leurs compétences pourraient être utiles. Même si vous ne vous sentez pas capable de faire intervenir tel personnage dans telle situation en réalité, visualisez-le en train de la résoudre. Par exemple, donnez l'occasion à un personnage doux et diplomate de résoudre un conflit qui d'emblée vous dépasse, à un personnage intellectuel de comprendre un problème dans un domaine qui vous est étranger, etc.

Les exalter

Pour chacun, demandez-vous : « Quelle est la qualité, l'énergie qui lui manque pour devenir véritablement un héros, un génie, un saint ou un champion ? Et à travers quelle expérience ou quelle alliance pourrait-il conquérir cette qualité ? »

Même un personnage au premier abord ridicule ou limité possède un potentiel de réalisation. Ce que vous accepterez de donner à vos personnages sera en réalité un apport pour votre moi unifié.

Les alliés et l'imagination créatrice

De la même manière que nous pouvons déployer les personnages qui nous habitent pour en faire des outils au service de notre réalisation, nous pouvons convoquer des archétypes apparemment extérieurs à nous pour qu'ils nous insufflent des qualités transpersonnelles. La pratique consistant à faire alliance avec des forces supra-humaines est à la base du chamanisme, mais elle est aussi présente dans l'imaginaire universel à travers les contes et légendes où le héros reçoit l'aide d'alliés surnaturels. Une fois que l'on a reconnu la personnalité acquise dans sa multiplicité caricaturale, on est prêt à intégrer un allié.

Il nous faut ici définir ce qu'est un **allié** dans la perspective métagénéalogique. Notre postulat de base est que chacun possède des connaissances dont il n'est pas conscient. Qu'il s'agisse de contenus latents du cerveau humain, de « mémoires cellulaires » inscrites dans le corps, d'un Inconscient collectif ou d'une mémoire de l'humanité présente en nous à l'état larvaire, nous pouvons postuler qu'il existe, disponible mais caché, un immense réservoir de connaissances à notre portée. De même, il est évident

que circulent dans l'univers des énergies que l'intellect ne peut pas capter en mots. Ces énergies sont présentes dans les minéraux, les végétaux, les animaux, et représentées sous une forme plus évoluée encore par des êtres mythiques de nature humaine ou divine, propres à une culture en particulier ou à l'humanité entière. Pour tenter de cerner ces énergies, il n'est pas rare que des disciplines symboliques associent des éléments en apparence distincts (par exemple dans certains manuels d'astrologie le Bélier est allié à Mars, à la sauge, à la tête, à la couleur rouge), comme s'il existait une identité d'être ou d'énergie entre eux, identité qui se trouve résumée ensuite dans un archétype. La magie traditionnelle est friande de ces listes de correspondances analogiques.

Lorsqu'une tâche dépasse nos forces connues et qu'il s'agit de se surpasser pour accomplir ce qui doit l'être, il devient nécessaire et possible de **réveiller une énergie latente**, sous la forme d'une alliance avec un élément concret qui la représente. Certaines forces, qui transcendent notre identité individuelle, ne peuvent nous être conférées que par une entité sur-humaine, c'est-à-dire une accumulation d'énergie transpersonnelle reliée à une figure réelle ou symbolique. En réalité, l'allié est une énergie sans contour fixe : non pas tel tigre ou tel objet en or, mais l'énergie symbolisée par le Tigre, l'énergie reliée à l'Or. Ainsi le chaman s'associe avec un aigle (et, à travers lui, avec l'esprit collectif de l'Aigle) pour s'élever au-dessus des conceptions quotidiennes et développer une vision plus vaste. Un artiste, avant d'entrer en scène, peut invoquer un saint ou une divinité qui lui donne la force d'accomplir une performance extraordinaire. De manière similaire, lorsque Jacques Lacan disait : « Je suis freudien, à mes élèves d'être lacaniens s'ils le veulent », il exprimait sur un mode occidental et rationnellement acceptable une vérité que les chamans connaissent : on ne peut pas être son propre allié. **L'archétype est le point d'accumulation symbolique de l'énergie que nous convoquons pour agir**.

Le psychisme humain a la capacité de se mettre à la place d'un autre. Chaque fois que nous nous vivons comme des êtres finis et définis, que nous nous concevons comme contenus dans cette existence corporelle, nous posons une limite (souhaitable, par ailleurs, dans certaines activités de la vie quotidienne) à nos énergies, à notre temps et notre espace, à notre vie, à nos capacités. Dès lors que nous nous mettons à la place d'un autre, nous commençons à comprendre et à imaginer des attitudes et des sentiments qui ne sont pas « à nous » mais qui résident « en nous » : toutes choses qui ont

la capacité de nous enrichir. Si un acteur ou un chanteur entre dans un personnage, devient Hamlet ou Norma pendant deux heures et vit complètement cette incarnation momentanée, cela lui permet d'avoir accès à des conduites, à une conscience, à des émotions et à une capacité de communication dont il ne se savait pas le dépositaire.

De même, chacun peut se mettre à la place de personnages sublimes. L'archétype le plus puissant de tous serait la Conscience créatrice de l'univers, que le monothéisme définit comme le Dieu unique. Cet archétype roi peut se subdiviser en une multitude de divinités secondaires, anges, saints, symboles, etc., qui représentent des fragments de la même énergie de plus en plus individualisés.

Nous avons vu que toute maladie, toute souffrance est issue d'un manque de Conscience (et de ses « divinités secondaires » : amour, beauté, créativité…). Or, on peut postuler que dans notre Supraconscient, ces niveaux de Conscience et d'énergie très élevés, de nature divine, existent à l'état latent. La question est de savoir comment nous pouvons y accéder.

La proposition que nous faisons ici est de les imiter, de se mettre « à la place de », mais aussi de leur laisser la place à l'intérieur de nous. Tout le travail sur les alliés est fait de ce double mouvement : définir un espace en soi pour que l'allié puisse y résider et, symétriquement, obtenir par l'alliance avec lui la permission de se mettre à sa place, de parler en son nom. L'allié peut être aussi bien un maître qui nous guide qu'un assistant qui nous aide : il n'est pas nécessaire qu'il s'agisse d'un archétype – supérieur selon l'idéologie dominante du monde dans lequel on vit, il suffit qu'il soit utile. Un bœuf ou un âne sont des alliés aussi valables qu'un ange ou un Roi mage.

Nous avons travaillé jusqu'ici avec l'analyse, guidée par l'intellect, et avec des aspects intuitifs qui nous ont permis d'identifier nos personnages. Une autre instance entre maintenant en ligne de compte : – l'**imagination créatrice**, c'est-à-dire notre capacité à créer des scénarios dont la cohérence et la vivacité s'inscrivent en nous avec la même force qu'un souvenir vécu.

Le terme **imagination** recouvre deux activités principales de l'esprit. L'une est errante et fonctionne selon des « principes de fabrication » à partir d'éléments déjà existants. Cette imagination, dont nous sommes spectateurs, procède par multiplication (grouillement), réduction

(personnages nains) ou association (monstres mi-hommes, mi-bêtes). L'autre, qu'Henry Corbin a appelée l'« imaginal »[4], désigne une capacité imaginative qui consiste à créer des situations dépassant la réalité, et peut aller jusqu'aux expériences produites par les drogues hallucinogènes : une sorte de rêve éveillé volontaire où les expériences imaginées s'incarnent en nous : au lieu de rêver les aventures d'un héros extérieur à nous, nous devenons ce héros ; au lieu de voir une vierge endormie qu'un prince réveille en l'embassant, nous devenons cette jeune femme qui s'éveille en sentant sur ses lèvres celles de son amant.

Pour la psychologie (ou, mieux, pour la psychosophie) islamique, l'imagination créatrice constitue la faculté centrale de l'âme. Pour cette tradition philosophique, l'imagination possède, nous dit Corbin, « sa fonction noétique et cognitive propre, c'est-à-dire qu'elle nous donne accès à une région et réalité de l'être qui sans elle nous reste fermée et interdite ». Cette puissance de l'âme ouvre l'être et le connaître à un monde suprasensible : non pas le monde connu par les sens, ni celui connu par l'intellect, mais un troisième espace, un intermonde entre le sensible et l'intelligible. C'est ce que certains auteurs nomment le « monde de l'âme ».

Pour vivre comme une expérience déterminante l'intégration d'entités sublimes en nous-mêmes, et plus tard dans la totalité de l'arbre généalogique, c'est cette forme d'imagination qu'il faut employer. Elle requiert une indifférence complète aux doutes formulés par l'intellect, une concentration extrême de l'attention, comparable à celle que l'on développe dans la méditation, ainsi qu'un contact constant avec notre capacité à **imaginer des sensations corporelles** : voir les yeux fermés, sentir en l'absence de toute odeur, goûter des saveurs imaginaires, ressentir les mouvements imaginés.

Le travail d'intégration d'un allié est à la fois **actif et réceptif** ; il ne s'agit pas de se laisser posséder par n'importe quelle entité, mais plutôt de se demander : « Si je pouvais me faire cadeau d'une énergie disponible dans l'univers et dont j'aie besoin en ce moment, laquelle – choisirais-je ? Et quel est spontanément l'élément, le végétal, l'animal, le personnage ou l'archétype qui incarne pour moi cette énergie ? » Le choix de l'allié se fait donc de manière rationnelle et raisonnée : il doit représenter une qualité qui nous fait défaut, et posséder une force – symbolique suffisante pour exister sur un plan qui dépasse l'arbre généalogique, la société et la culture. L'esprit-groupe d'un animal, une plante, un lieu sacré, une divinité, ou

encore un personnage historique marquant sont des alliés possibles : ils ont une dimension universelle. Il est plus hasardeux d'appeler une star de cinéma, un personnage de dessin animé ou encore une personne que l'on a connue, puisque ces représentations symboliques sont susceptibles d'être entachées par des restes de noyaux et abus présents dans l'arbre généalogique ou autour de lui. En règle générale, mieux vaut s'assurer l'appui d'archétypes forts avant de consolider l'alliance avec des archétypes secondaires.

Dans un deuxième temps, vous vous rendrez compte que tous les personnages ou personnes qui ont suscité votre admiration sont en réalité **des reflets de qualités qui demandent à se développer en vous**. Vous pourrez alors faire volontairement alliance avec ces personnages : un écrivain ou un artiste célèbre, un homme politique, une amie de la famille, une star de la télévision, un sportif, un personnage de jeu vidéo, etc.

Une phase importante d'un deuil peut consister à intégrer comme allié la personne disparue, mais s'il s'agit d'une personne qui vous a élevé (qui était adulte lorsque vous étiez enfant), il convient de réaliser d'abord tout le travail sur l'arbre généalogique pour ne conserver de cette personne que les énergies salvatrices.

Voici quelques pistes pour travailler sur ses alliés :

Voler la lumière

Il est permis de « voler la lumière » (la Conscience, la beauté, le charisme) puisque ce vol ne prive personne : ces qualités transpersonnelles sont illimitées. Pour cet exercice, choisissez un archétype ou une personne réelle qui possède un talent, une grâce, une qualité d'être à laquelle vous êtes sensible.

Allongé sur le sol, concentrez-vous sur cette personne. Visualisez ses mouvements, ses actes, écoutez ses paroles, ressentez la qualité d'énergie qui émane de sa personne. Puis commencez à intégrer dans votre propre sensation corporelle ces éléments que vous avez d'abord contemplés comme étant extérieurs à vous, en ayant à l'esprit que vous ne pouvez être sensible qu'à des qualités qui gisent en vous à l'état latent. Si le personnage de votre choix danse ou chante, imaginez-vous danser ou chanter comme lui. S'il est capable de rester des heures dans une méditation profonde, ressentez cet état. Quel que soit l'acte dont il soit capable, imaginez que c'est vous qui agissez avec cette même maîtrise. Puis visualisez de nouveau

votre modèle, inclinez-vous devant lui et remerciez-le de vous avoir révélé vos propres qualités. Vous conclurez cet exercice par la formule : « La lumière que je vois est la lumière que je porte en moi. »

Imagination créatrice pour sentir le corps de l'allié

Cette méditation permet d'intégrer de manière concrète l'énergie d'une force métaterrestre, qui dépasse famille, société et culture, pour nous servir de médiateur avec la part sublime de nous-mêmes. L'allié peut combler les manques laissés par l'arbre généalogique (par exemple le manque de père : on intègre alors un allié qui constitue une forte présence paternelle), ou réveiller les énergies qui sont bloquées ou dormantes en nous (capacité d'aimer, courage, créativité, autorité, responsabilité, clairvoyance, force, etc.).

Notons qu'à l'instar de tout être vivant, l'allié que l'on choisit a un **cœur** et une **respiration**. Si c'est un métal ou une plante, cette respiration, ce cœur sont collectifs et unis à la planète entière. La base du cœur est l'**amour**, la base de la respiration est l'**union**, l'**introjection** et le **partage**.

Prenons pour exemple trois alliés possibles, un chêne, un lion, le Christ :

• Concentrez-vous sur le cœur de l'allié que vous souhaitez appeler. Dans le cas du chêne, son cœur est l'union de toutes les racines des chênes d'une forêt : c'est un être essentiellement collectif. Le cœur du lion est fort et puissant, il correspond aux besoins d'un animal carnivore prédateur et solitaire. Le cœur du Christ est, lui, bien plus fort que celui du fauve, mais ses battements ne sont pas ceux d'un chasseur, ils sont pleins de compassion pour le monde, imprégnés d'une énergie de don. Sentez battre le cœur de l'allié à l'unisson avec le vôtre.

• Concentrez-vous maintenant sur la respiration de l'allié. Le chêne respire de toutes ses feuilles. Le jour, grâce à la lumière du soleil, il produit de l'oxygène qui permet aux autres êtres de respirer ; la nuit, il respire comme nous, absorbant de l'oxygène et rejetant du dioxyde de carbone. L'air inspiré par le lion le fortifie, et l'expiration surgit de ses poumons comme une arme : l'air qu'il expire lui permet de rugir. La respiration du Christ inspire l'air pollué, le purifie dans son cœur et l'expire comme un don de pureté au monde. Unissez votre respiration avec celle de l'allié que vous avez choisi.

Méditation imaginative d'intégration d'un allié

Étendez-vous sur le sol. Imaginez que votre corps se relaxe peu à peu en suivant les couleurs de l'arc-en-ciel (utiliser les couleurs permet de relaxer l'esprit en le libérant des paroles et en le rendant plus disponible à recevoir des images). La relaxation corporelle consiste à laisser le corps vivre sa propre vie, c'est-à-dire laisser de côté la mémoire cellulaire de l'arbre et la mémoire individuelle des abus, douleurs, privations… pour ne laisser la place qu'à la vie présente et à ses possibles.

Dans les pieds on dépose la couleur rouge qui les décontracte peu à peu. La couleur orange décontracte les jambes : elles vivent leur propre vie. La couleur jaune permet de décontracter toute la région des hanches, pubis et sexe, bas du dos. Le vert décontracte tout le ventre, l'estomac et les viscères. Les muscles du dos eux aussi se reposent peu à peu sur le sol. La couleur bleu clair permet de décontracter les poumons, la poitrine, les épaules, les bras, les mains. L'indigo décontracte la gorge et la nuque, et toute la colonne vertébrale. Avec la couleur violette toute la tête et le visage se décontractent, la langue se détend et le cerveau, à l'image d'un muscle, se relâche lui aussi.

Une fois cette décontraction accomplie, on compte à rebours, de 9 à 1, pour entrer plus profondément en soi. En arrivant à 0, imaginez que de votre nombril surgit un axe lumineux qui s'élève jusqu'au plus haut du ciel. Imaginez alors que votre corps fantôme (votre corps parfait) s'élève le long de cet axe de lumière jusqu'au ciel (cela ne consiste pas à se voir ascensionner, mais à sentir cette ascension). Le ciel auquel vous arrivez est une région calme, claire, lumineuse et tranquille. Vous êtes nu et léger et vous sentez qu'une brise agréable vous emmène vers votre territoire intérieur. Ce paysage peut être une campagne, un bois, une étendue d'eau, une montagne… C'est vous qui le découvrez, faites-vous confiance. Dans cet espace il n'y a aucun danger. Vous voyez émerger du sol votre lieu personnel : temple, laboratoire, palais ou maison. Vous entrez dans ce lieu comme il vous plaît, en marchant ou en volant. Là, au centre de ce lieu privé, vous invoquez votre allié et vous le voyez arriver.

Vous entrez alors en contact avec lui : il vous fait un don que vous – intégrez dans votre corps, cela peut être, par exemple, une clé, un objet, ou des lignes qu'il écrit dans votre livre, ou simplement un état d'âme qu'il vous communique (la joie, l'amour…). Mais n'oubliez jamais que cet allié

fait partie de la dimension supérieure de vous-même, votre Inconscient, d'où il est descendu, pour vous accorder sa grâce, dans cet espace que vous avez préparé pour lui. Vous pouvez enlacer votre allié, faire l'amour avec lui, danser avec lui… La rencontre se déroule à votre gré.

Ensuite l'allié entre en vous et s'y fond. Vous retournez alors par le même chemin : vous sortez de votre lieu privé, vous laissez porter par la brise, retrouvez l'axe lumineux et descendez vers votre corps physique qui vous reçoit sur le sol, puis à partir des pieds, vous recommencez à sentir votre vie présente par des mouvements légers. Vous pouvez maintenant revenir à votre état de veille habituel.

Établir un autel

Une fois l'alliance accomplie, il peut être utile de consacrer un lieu (qui symbolise votre propre personne et, au-delà de vous, le monde) à recevoir des représentations des forces avec lesquelles vous travaillez. Ces figurines, photos, pierres, objets divers sont en réalité un point d'aboutissement et d'ancrage des énergies alliées avec lesquelles vous travaillez, des « accumulateurs d'énergie » en quelque sorte. Peu à peu vous pourrez y ajouter des représentations produites par la ferveur populaire : petite sculptures, images, éléments minéraux ou végétaux, encens, parfum, bougies… Tous ces éléments sont en réalité une représentation métaphorique des énergies que vous souhaitez gardez présentes en vous-même, une sorte de rappel à soi.

L'autel établi, propre et entretenu, vous pourrez y déposer les questions ou les problèmes que vous ne pouvez pas résoudre seul : une lettre, la photo d'une personne chère… L'autel « travaillera » pour vous si vous vous employez à l'entretenir. À partir du moment où l'on sacralise un lieu, si petit soit-il (un dessus de cheminée, une étagère), et qu'on le voue à la représentation des forces avec lesquelles on a fait alliance, il devient possible, à partir de ce point, de sacraliser peu à peu la totalité du monde.

Faire parler, agir, décider nos alliés

Dès lors que la relation avec l'allié est établie, vous pouvez consacrer des moments privilégiés à le laisser parler ou agir en vous : d'abord seul, par exemple en le laissant écrire à votre place ou vous parler dans un temps de méditation, ou encore en le faisant danser sur une musique de votre choix. Plus tard, vous pourrez l'invoquer dans des situations difficiles (par

exemple, pour consoler une personne qui souffre d'une perte qui vous dépasse, vous pouvez invoquer un allié plus sage, plus expérimenté que vous, et le laisser parler et agir).

Chacun découvre en son temps les modes et les rituels pertinents pour les alliés qu'il a intégrés : nombre de ces processus sont décrits dans les pratiques religieuses ou magiques du monde entier.

Du piège au trésor généalogique : l'arbre-autel

Pour guérir l'arbre il faut commencer par faire le point : « Qui sont les membres de ma famille que je souhaite inclure dans ce travail ? » Ils seront obligatoirement au moins quatorze : les deux parents, les quatre grands-parents et les huit arrière-grands-parents. Mais vous pouvez y ajouter frères, sœurs, oncles, tantes, parrains, marraines, ou autres personnages importants.

De même que tous les personnages que nous portons sont des aspects hérités de l'arbre généalogique, avec ses névroses et ses – qualités, de même tous les alliés que nous sommes capables de choisir sont un reflet des aspects sublimes latents dans notre arbre. C'est à ce titre que **l'arbre devient trésor, et non plus piège** : lorsque nous sommes capables de voir en face ses insuffisances, et d'invoquer les forces positives, créatrices et guérisseuses qui peuvent y suppléer. Aucune de ces énergies n'est en réalité étrangère à l'arbre. Comme nous l'avons dit précédemment, les liens les plus profonds qui circulent dans la lignée, malgré les abandons, les trahisons, les humiliations et les abus, sont des liens d'amour. Mais bien souvent les personnes qui nous ont précédés n'ont pas vécu au service de leur Être essentiel, et ces qualités sont demeurées à l'état de potentiel.

La guérison ultime de l'arbre consiste donc, toujours par le travail de l'imagination créatrice, à déployer ces qualités latentes et à donner à chacun de nos ancêtres **la réalisation totale de sa destinée telle que nous pouvons l'imaginer**.

En effet, comme nous l'avons vu, l'arbre de mon frère ou de ma sœur – même si tous les personnages sont les mêmes – n'est pas mon arbre. À ce titre, mon arbre guéri sera toujours unique, car je suis le seul à pouvoir déchiffrer et réaliser le destin de mes aïeux en leur conférant les forces qui leur manquent. Ce travail consistera à injecter des qualités et/ou des alliés dans l'arbre généalogique et à imaginer le destin réalisé de chacun de ses membres.

Par exemple, une arrière-grand-mère qui a été à la fois une chanteuse frustrée, une mère peu aimante, une femme confinée à la maison et trompée par son mari, et qui s'est aigrie en vieillissant, pourra être exaltée de diverses manières par un arrière-petit-fils ou une arrière-petite-fille selon que ceux-ci ont réalisé dans leur vie des qualités artistiques, affectives, relationnelles, etc. Pour l'une, l'allié qui peut guérir son arrière-grand-mère sera Maria Callas, pour l'autre, ce sera un archétype de divinité féminine, pour un autre encore, ce sera une grande exploratrice, et ainsi de suite. De même que l'autel est un lieu limité à partir duquel il est possible de sacraliser le monde entier, l'arbre guéri est un groupe humain limité à partir duquel il est possible de **sacraliser l'humanité entière**.

Nombre de pratiques chamaniques prônent la guérison des ancêtres, que ce soit par des danses ou des chants, des actes rituels, voire des épreuves passées avec succès par les descendants et dédiées aux ascendants. À partir du moment où les ancêtres sont guéris, où ils sont lavés de leurs fautes, de leurs erreurs, ils peuvent devenir des divinités ou des alliés. Les Amérindiens assimilent les éléments naturels à leur arbre généalogique : le fleuve est un grand-père, la prairie une grand-mère, etc. Cela signifie à la fois une révérence vis-à-vis de la nature qui nous engendre et nous nourrit, et une sacralisation des ascendants réels qui, une fois disparus, retournent se mêler aux éléments naturels et deviennent donc, à leur tour, source de vie et d'énergie pour ceux qui leur succèdent.

Lorsque les forces du passé sont très actives et nous attirent vers l'origine et les modèles déjà connus, les ancêtres ont une action néfaste et peuvent être assimilés à des démons. Dès lors que l'arbre généalogique nous pousse vers l'avenir, la nouveauté et la Conscience, les ancêtres deviennent des alliés collaborant au développement de la Conscience de l'humanité. De la même manière, il nous est permis de penser que tous les êtres qui ont œuvré pour la Conscience, le progrès, la beauté, l'amour, etc., peuvent être considérés à volonté comme nos ancêtres. On peut alors intégrer de manière symbolique Michel-Ange ou Bouddha à son arbre généalogique, si l'on considère qu'ils ont contribué à nous engendrer. Les œuvres d'art sacré, les livres fondateurs des grandes religions peuvent devenir des alliés.

La guérison de l'arbre consiste à conférer à nos propres ancêtres, par un travail d'imagination créatrice, une dimension semblable à ces sauveurs de

l'humanité. Pour ce faire, il nous faudra offrir à chacun des membres de notre arbre généalogique un ou plusieurs archétypes qui le complètent et nous permettent d'exalter sa destinée.

Il ne faut pas confondre ce travail individuel avec un cas que nous avons déjà évoqué brièvement : la présence d'un personnage d'exception dans l'arbre généalogique. Lorsque l'histoire familiale nous présente un génie du passé comme l'indépassable réalisation humaine possible, il ne nous reste plus rien à vivre. Tant que tel ancêtre est « le plus riche », « le plus savant », « le plus beau », « le plus créatif », « le plus fort », il n'est pas utile à sa descendance, mais devient au contraire un modèle lourd à porter ; son énergie reste stagnante en lui et ne se transmet pas à la lignée. Notre but est d'intégrer toutes les valeurs de l'arbre en leur offrant en outre un développement futur. Si un génie, un saint, un champion ou un héros a existé dans la famille, le piège serait de penser que sa biographie, ses valeurs, son moi individuel (et par conséquent inimitable, indépassable) sont la richesse de l'arbre, alors qu'en réalité il faut considérer cet aïeul, comme tous les autres, comme un vecteur d'énergie pour notre réalisation personnelle. Par exemple, le petit-fils d'un grand artiste peut devenir un immense financier qui, gérant l'héritage du grand homme, exerce son talent personnel en tant qu'homme d'affaires ; le fils d'un philosophe peut devenir moine, la fille d'une grande thérapeute ou d'une sainte une grande créatrice de mode, etc.

Par définition, **tout ce que nous allons donner à l'arbre généalogique, nous nous le donnons à nous-mêmes**. Il n'y a pas de manque ou de rivalité : si j'« offre » un allié sublime à un ascendant abusif ou absent, je ne m'en prive pas, au contraire, je me renforce. Car une fois que chaque personnage de l'arbre est réalisé, l'arbre se dissout en moi et disparaît. On pourrait dire que le but de tout ce travail est de pardonner à Dieu (à la nature, à l'univers…) de nous tuer. Personne n'accepte aisément de mourir : pour notre ego individuel c'est une immense injustice. Sans ce pardon, il n'y a pas de guérison possible de l'arbre. Accepter notre mort, avoir de la gratitude pour la perspective de notre disparition, nous rendre compte que c'est un don permettant à l'humanité d'atteindre l'immortalité, nous permet symétriquement de « laisser mourir » l'arbre généalogique pour qu'il vive, le temps de notre existence, à travers nous et notre

réalisation. Voilà pourquoi on ne peut guérir l'arbre qu'après avoir intégré pour soi tous les alliés dont on a besoin.

Symétriquement, il est impossible de vivre avec un arbre où il reste des personnes que nous n'aimons pas, qui nous posent problème, qui nous font honte ou horreur, etc. L'arbre généalogique nous a donné la vie et nous le portons en nous. Toute critique ou tout rejet résiduel vis-à-vis de lui correspond à une non-acceptation de nous-mêmes. Le travail consiste donc non pas à accepter l'arbre comme il est (ce qui reviendrait à descendre au plus bas niveau de Conscience existant) mais à comprendre l'arbre (c'est l'objet de tout ce livre), puis à exalter chaque personnage, surtout ceux qui portent la part la plus sombre, en les réinventant, en donnant à leur destinée et à leur énergie vitale un débouché que nous puissions accepter.

Pour ce faire, voici quelques propositions qui vous permettront de reconsidérer et de recréer votre lignée :

- Examinez votre propre niveau de Conscience actuel, puis celui de chacun des membres de l'arbre. Chaque personne qui a vécu à un niveau de Conscience inférieur au vôtre peut être élevée symboliquement, en ajoutant par exemple une anecdote à sa vie. Si un membre de la lignée est arrivé à un niveau de Conscience supérieur au vôtre, quels efforts pouvez-vous faire pour vous élever jusqu'à lui ?
- Une fois cet effort accompli, revenez au travail sur le but : quel est pour vous le but de réalisation suprême valable pour tout être humain ? Ne vous jugez pas et formulez honnêtement cet objectif. Par exemple, si votre but personnel et universel est de devenir milliardaire, trouvez pour chaque personnage de l'arbre un parcours qui lui permette d'atteindre cet objectif (en découvrant un gisement de pétrole, en jouant à la Bourse, en créant une entreprise…). Si votre but suprême est la sainteté, ou le génie, ou encore l'illumination, ou l'immortalité, créez de la même manière une sorte de roman familial où chacun atteigne ce but à sa manière, jusqu'à vos arrière-grands-parents.
- Appliquez l'exercice du corps parfait à tout l'arbre généalogique : en commençant par vos parents, méditez sur le corps parfait de chacun des membres de la famille, et remarquez en particulier quels alliés minéraux, végétaux, animaux ou archétypaux vous évoquez spontanément pour chacun.

- Offrez votre propre talent à tous les membres de votre famille : si vous êtes peintre, demandez-vous ce que peindrait chacun des membres de l'arbre ; si vous êtes sportif, imaginez quelle excellence ils pourraient atteindre dans ce domaine ; si vous pratiquez une religion ou que vous méditez, imaginez-les atteignant l'union parfaite avec la divinité ou le Soi ; si vous êtes acteur, donnez à chacun un rôle dans une pièce réelle ou imaginaire. Exemple : un auteur de bandes dessinées se sentait bloqué dans son travail et souffrait de douleurs physiques inexpliquées. Son arbre généalogique se composait de vingt-quatre personnes ; il a donc demandé à vingt-quatre personnes de le masser, chacune représentant un membre de l'arbre. Pendant ce massage collectif il a senti que son corps était un navire spatial (comme il aimait à en dessiner) et que chacun de ces vingt-quatre personnages faisait partie de son œuvre. Cet acte lui a rendu l'énergie de créer et de vivre.

Pour compléter ce travail, vous pouvez reprendre et approfondir certains des exercices déjà abordés.

La course des personnages de l'arbre

Imaginez en méditation une avenue large dans le paysage de votre souhait. Mettez toute la famille (vous y compris) sur la ligne de départ et lancez la course. Vous allez découvrir qui arrive, qui n'arrive pas, qui fait des ruses, qui se bagarre avec qui… La première vision, celle de l'arbre piégé, sera un combat avec des blessés, des déçus et un vainqueur.

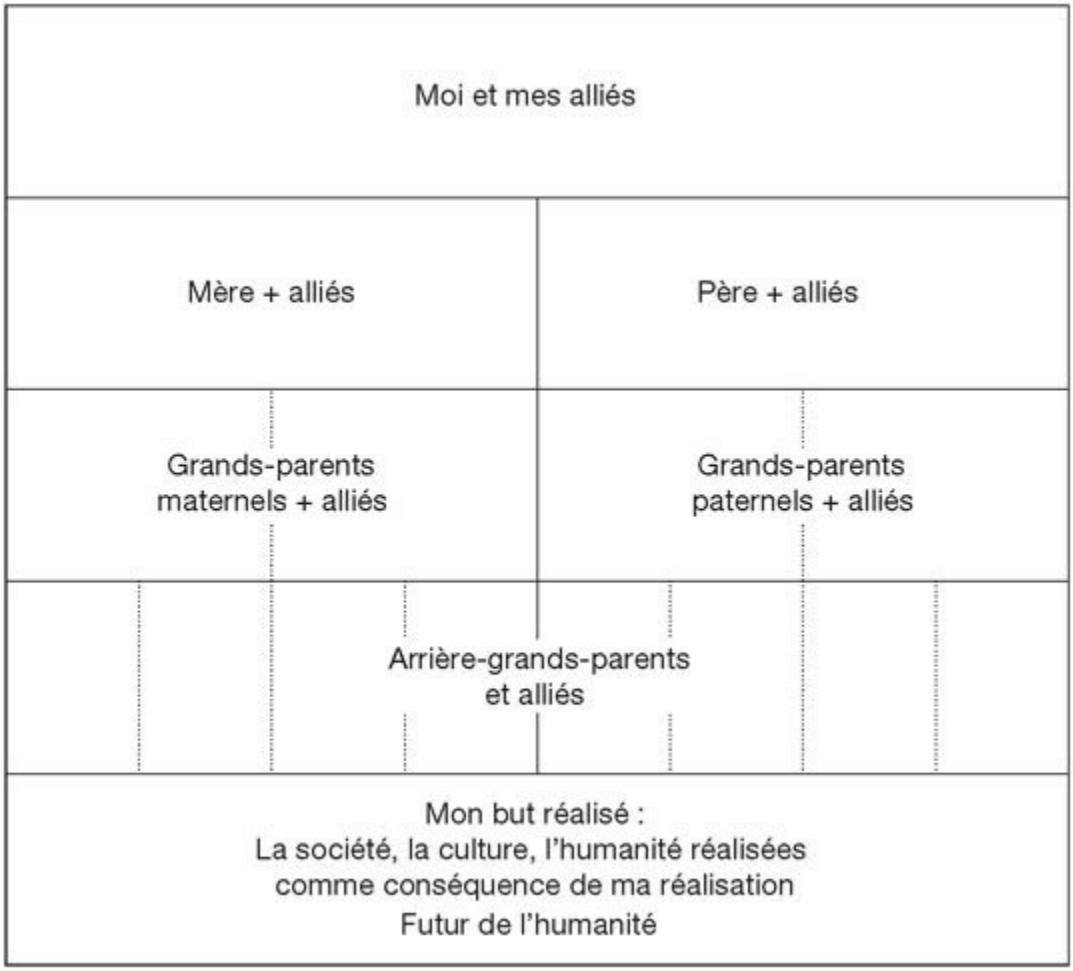
Ensuite recommencez la course avec une vision nouvelle : le but n'est pas qu'une seule personne gagne mais que tous parviennent à la ligne d'arrivée. La famille commence alors à s'entraider et vous imaginez comment les uns et les autres parviennent, à travers cette solidarité familiale, à tous atteindre le but.

Le bal

Tous les membres de l'arbre paternel et l'arbre maternel sont assis dans une immense salle de bal. Faites d'abord danser une branche, puis l'autre, comme s'il y avait deux bals juxtaposés. Peu à peu les membres des deux branches de l'arbre se mêlent et le bal devient une ronde générale, au centre de laquelle vous vous trouvez, entouré de toute votre famille.

Réaliser un collage de l'arbre guéri

Une fois que vous avez exploré tous les personnages de votre arbre généalogique et trouvé comment les exalter, vous pouvez réaliser un collage qui représente de manière concrète l'arbre guéri. Le schéma de l'arbre sera le même que celui que nous avons présenté dans la 2e partie, mais inversé.



À la base se trouvent votre but réalisé et la conséquence de la réalisation de ce but individuel sur la société, la culture, l'humanité entière.

Par exemple : « Je suis parfaitement heureux et réalisé dans ma vie affective. Mon entreprise prospère et je participe au développement durable. Grâce à mon action et à celle de mes associés, la planète redevient un jardin

merveilleux, l'économie est assainie, la science a évolué et les êtres humains peuvent vivre dans l'abondance, la créativité et la fraternité, etc. »

Sur ce nouveau terrain édifié par vous, vous déposez vos arrière-grands-parents réalisés : leur existence passée, toutes les circonstances historiques, les tabous sociaux, les traditions auxquels ils se sont rattachés sont maintenant en contact avec le monde tel que vous l'avez créé. Vos arrière-grands-parents sont donc rétrospectivement libres de se réaliser pleinement et de dépasser les abus, traumatismes et injustices dont ils ont été victimes.

« Mes arrière-grands-parents récupèrent leur terre et, au lieu d'être ouvriers agricoles, peuvent l'exploiter librement. Ils ont la capacité de voyager et de découvrir le monde. Mon arrière-grand-mère, affligée d'une maladie dégénérative des articulations, est soignée et vit jusqu'à cent ans, elle devient un peintre célèbre, etc. »

Sur la destinée réalisée de ces arrière-grands-parents, vous édifiez le destin réalisé de vos grands-parents, puis celui de vos parents, et enfin le vôtre. Chaque personnage de l'arbre arrive à son accomplissement personnel.

À chaque étage de l'arbre, choisissez une ou plusieurs images symbolisant les alliés que vous souhaitez « offrir » à chacun des membres de l'arbre. Réalisez un collage où chacun reçoit ce qui lui correspond.

Ce travail imaginatif de guérison de l'arbre ne garantit pas que toutes les relations entre les membres vivants du clan deviennent harmonieuses, mais il peut y contribuer. Lorsque la Conscience individuelle se réveille en nous, nous devenons capables d'élever la Conscience du clan. Même si en apparence des conflits ou des incompréhensions subsistent entre les membres de la famille, le travail de guérison de l'arbre produit une transformation réelle et prépare le terrain pour une mutation progressive des relations. Il revient ensuite à chacun de faire son propre chemin de vie. On ne peut évidemment pas influencer l'éveil de la Conscience chez les autres, mais le but ultime de ce travail est que la vérité et l'amour circulent entre les membres d'une même famille.

Par ailleurs, et même si cela peut sembler utopique aux esprits chagrins, ce travail va aussi vers une transformation positive de la société. Du point de vue du passé, toute société est une union d'individus mus par une volonté commune sur le plan matériel et culturel (religieux, politique, idéologique…). Mais de même que confusément toute personne cherche à

réaliser son Être essentiel et à vivre selon un niveau de Conscience le plus élevé possible, le désir profond (supraconscient) du clan, et donc de la société, est d'arriver à la Conscience collective, c'est-à-dire à l'union avec la totalité de l'humanité. Or ce n'est possible que si une proportion suffisante de personnes arrivent à la Conscience transpersonnelle. En deçà de ce niveau, le clan et la société n'existent que sur un mode défensif : unis contre un ennemi commun.

La devise inscrite au fronton du temple d'Apollon à Delphes est extrêmement célèbre : « Connais-toi toi-même. » Mais la sagesse grecque y ajoutait un corollaire : « Rien de trop. »

Le travail que nous avons accompli pourrait se résumer à cette double maxime : d'abord se connaître (en tant qu'individu, avec ses quatre centres, et en tant que produit d'un arbre généalogique), puis éliminer tout ce qui est en trop (vaincre nos habitudes délétères dans tous les centres et lutter pour ne pas vivre une vie de répétition). Les parents deviennent un jour « de trop » : l'enfant doit quitter le domicile familial. Même une théorie spirituelle ou une religion peut devenir « de trop » à un moment donné de la croissance de la Conscience. L'ostentation sociale sous toutes ses formes est « de trop » à mesure qu'on la dépasse.

Après s'être défait des idées, sentiments, désirs et besoins excessifs, on arrive au plus grand obstacle : le moi aussi est « de trop ». C'est alors que s'éveille la Conscience transpersonnelle, jusque-là enfouie. Une fois que l'on a découvert ce qui était superflu en soi et qu'on l'a vaincu, on peut commencer à aider l'autre à faire de même. C'est alors que le Nous prend tout son sens : union entre deux êtres, union entre l'homme et le divin, union entre deux instances de soi, la personnalité individuelle et la Conscience.

> « *En vérité nous sommes une seule âme, moi et toi*
> *Nous apparaissons et nous nous cachons toi dans moi, moi dans toi.*
> *Voilà le sens profond de mon rapport avec toi*
> *Car il n'existe entre moi et toi ni moi ni toi*
> *Nous sommes le miroir et le visage à la fois*
> *Nous sommes ivres de la coupe éternelle*
> *Nous sommes le baume et la guérison*
> *Nous sommes l'eau de jouvence et celui qui la verse*[5]. »

1- Cette modélisation du « voyage du héros » a été formulée pour la première fois par Joseph Campbell en 1949 dans son essai *Le Héros aux mille et un visages* (Oxus Ed. 2010). Elle a, depuis, été amplement reprise par divers auteurs, en particulier dans des méthodes d'écriture de scénario pour le cinéma.

2- Voir en particulier le chapitre consacré à ce sujet dans le *Manuel de psychomagie* d'Alexandro Jodorowsky.

3- P.D. Ouspensky, *Fragments d'un enseignement inconnu*, Stock, 1949.

4- Henry Corbin, *Corps spirituel et Terre céleste*, Buchet-Chastel, 1979.

5- Djalâl-ud-Dîn Rûmi, *Rubâ'yât*, traduction de Asaf Hâlet Tchelebi, Éd. Adrien – Maisonneuve, 1950.

Épilogue

De l'âme au monde

Une personne qui a guéri son arbre (dissous les noms, l'apparence physique et l'histoire personnelle de chaque parent, jusqu'à les transformer en énergie vitale), emplie d'une saine joie de vivre, libre des liens qui l'attachaient au passé, ressent le caractère sacré de tout ce qui l'entoure : tout est relié à tout, tout est possible, tout est vivant et peut répondre, il y a toujours une façon de fluidifier ce qui est stagnant, et le monde retrouve son sens. Abandonnant les espérances et les buts, elle se laisse mener par le chemin et fait confiance à la vie. Elle sait que toute pensée attire son équivalent dans le monde, que la réalité est d'une certaine manière son miroir, à la fois la résultante de ce que nous sommes et de ce que nous croyons être. Si nous désirons échouer, le monde, devenu notre ennemi, nous aidera à échouer ; si nous désirons triompher, le monde deviendra notre allié.

La personne qui a guéri son arbre sait aussi que les expériences réelles et les rêves s'impriment dans la mémoire de manière similaire. Elle traite donc la réalité comme s'il s'agissait d'un rêve lucide, et y introduit des actes qui transforment les événements de manière positive. Elle a la certitude qu'en éliminant ses limites mentales, elle pacifiera ses émotions, purifiera ses désirs et deviendra utile aux autres.

L'abondance de problèmes psychologiques, l'insatisfaction émotionnelle et sexuelle, l'esclavage aux besoins inutiles inculqués par la publicité, tout cela distrait les individus attachés au passé et à un avenir irréel fait d'illusions et de terreurs infantiles. Celui qui arrive à la santé spirituelle, une fois l'arbre guéri, sait que le moment où les choses peuvent être accomplies n'est autre qu'aujourd'hui : ni hier ni demain. Dans le

présent, la totalité de son passé est là, ainsi que le germe puissant de ce qui sera dans l'avenir. Abandonnant toute distraction, il focalise ses pensées, ses sentiments, ses désirs et ses besoins sur ce qu'il lui faut connaître ou réaliser. Là où il concentre son attention au maximum, il capte le miracle.

Je ne parle pas de phénomènes extraordinaires comme la lévitation, les statues qui pleurent du sang, l'odeur de sainteté, la multiplication des pains, l'eau changée en vin, la capacité de marcher sur les eaux, de ressusciter les morts, de laisser couler de ses mains nues des flots de cendre, etc. Des événements aussi spectaculaires ne sauraient passer inaperçus lorsqu'ils se produisent. N'importe qui peut les voir et, s'il a la foi suffisante, les considérer comme la preuve de l'existence de Dieu. Lorsque je parle de **miracles**, je me réfère à l'univers entier vu depuis un nouveau niveau de Conscience. La personne qui a dompté son moi personnel et l'a mis au service de son Être essentiel, qui a cessé de vivre dans son île mentale, capte le monde extérieur et se capte elle-même comme une unité. Elle ne conçoit pas de vivre dans un espace réduit, mais sent à tout instant qu'elle habite un conglomérat d'univers infinis, que le temps des horloges est un infime tic-tac entre un passé et un futur éternels, que son corps est une machine mystérieuse mue par une énergie toute-puissante que l'on appelle **la vie**.

Cette vie anime depuis la plus petite particule de matière jusqu'aux astres démesurés qui peuplent le cosmos et y dansent. Chaque battement de cœur, chaque respiration, chaque cellule, chaque pensée, chaque émotion, chaque désir est un miracle. De même que toute feuille, tout brin d'herbe, toute fleur est un miracle. Voir, entendre, toucher, sentir, manger, digérer, excréter, naître, mourir sont des miracles sublimes animés par une impensable force créative. Un être conscient de l'immensité et du caractère extraordinaire du monde vit en remerciant et en bénissant à chaque seconde son existence au sein de cette incessante merveille… S'il végétait précédemment dans une prison rationnelle, prisonnier de son corps et séparé de l'extérieur, désormais il capte le monde et lui-même comme une trame lumineuse de lignes infinies, un ensemble dont toutes les parties résonnent à l'unisson. L'important n'est pas d'applaudir ou de produire des phénomènes extraordinaires, mais d'**apprendre à considérer le monde et soi-même comme une œuvre sacrée**. Généralement on considère la vie comme un phénomène naturel dont on peut profiter sans rien donner en échange. Mais

le miracle exige un échange : ce qui nous est donné, nous devons le partager avec les autres. Si on n'est pas uni, on ne capte pas le prodige.

Une personne arrivée à un haut niveau de Conscience, pour aider ceux qui n'ont pas encore atteint ce niveau, peut, en enseignant ou en partageant sans rien demander en échange, créer des psychomiracles qui déclenchent chez les autres une réaction positive, sans rien exiger en retour.

À vingt-trois ans, âge auquel j'avais consacré toute ma vie à l'art de la pantomime, un mois avant de prendre le bateau qui devait m'emmener en France, j'ai fait ma première rencontre avec la générosité gratuite : j'ai rencontré une femme extraordinaire du nom de Chabela Eastman. Grande, digne, élégante, pourvue d'une abondante chevelure blanche et bouclée, le visage marqué de belles rides, elle était l'épouse d'un multimillionnaire, propriétaire d'une chaîne de journaux. Amoureuse de la musique classique, c'est elle qui avait fait venir jusqu'à notre lointain Chili le célèbre chef d'orchestre Sergiu Celibidache.

Chabela vint assister au spectacle de mime que je donnais dans un petit théâtre, face à un maigre public. Elle me rendit visite dans ma loge et, enthousiasmée, m'invita à dîner dans le jardin de son immense demeure. La splendeur de la vaisselle, l'excellent canard à l'orange et les serviteurs en livrée et gants blancs décuplèrent ma timidité. Je devins muet et me mis à trembler. Elle, pensant que c'était de froid, courut à l'intérieur et revint en portant un énorme gilet de laine noire. Elle m'obligea amicalement à le mettre et me dit : « Il est à Celibidache, qui est reparti en Italie et l'a oublié chez moi. Laisse ton corps absorber l'énergie de ce vêtement. Il appartient à un grand artiste, et toi aussi un jour tu seras célèbre dans le monde entier. » Puis elle m'emmena faire un tour dans sa puissante voiture de sport. Elle conduisait si vite que je faillis uriner de peur. La crinière ébouriffée par le vent, elle récitait à pleine voix des poèmes de Rilke. Remarquant la pâleur intense de mon visage, elle réduisit sa vitesse et prit le chemin du retour, affirmant joyeusement que la poésie, pour toucher au sublime, devait être récitée à deux cents kilomètres-heure.

Je ne devais pas la revoir jusqu'à la veille de mon départ pour l'Europe. Elle m'envoya son chauffeur en uniforme qui conduisait une Rolls Royce blanche, et me reçut dans un petit salon doré. Là elle me fit asseoir et, sans un mot, me confia à deux demoiselles qui me polirent les ongles des mains et des pieds avant de les enduire de vernis transparent. Une fois leur tâche

accomplie, les jeunes filles nous laissèrent seuls ; Chabela ouvrit alors un coffre-fort et me mit dans les mains un gros paquet de dollars.

« Voilà qui te permettra de vivre un an. Je ne veux pas que tu gâches ton talent en travaillant. Tu dois te dédier exclusivement à ton art.

– Mais, madame, je ne pourrai jamais vous rembourser !

– Tu te trompes. Tu vas me le rembourser immédiatement », répondit-elle.

Puis elle me donna un billet de dix dollars et un stylo-plume.

« Écris ici une phrase poétique et signe-la. »

J'obtempérai. « Les oiseaux volent sans peur de s'écraser au sol », écrivis-je.

Chabela s'exclama : « Je vais encadrer ce billet. D'ici quelques années il vaudra mille fois plus que l'argent que je te donne aujourd'hui. »

Son attitude était dépourvue de tout désir de séduction : elle agissait mue par une grande bonté et une extraordinaire admiration pour l'art. Sa générosité gratuite m'a changé la vie. Elle m'a donné foi en l'être humain, et par conséquent foi en moi-même et dans le monde.

Quelques années plus tard, passionné par l'étude du Tarot et la lecture de livres sur la psychanalyse, il me sembla que les médecins et thérapeutes de la psychologie universitaire, formés comme des scientifiques et non comme des artistes, commettaient l'erreur de transformer la guérison spirituelle en commerce. Faire de la psychanalyse ou de la psychothérapie une profession les conduisait à étirer les rendez-vous sur la plus longue durée possible, des années si nécessaire. Il leur fallait avoir un certain nombre de patients, assez pour vivre confortablement. Le groupe de consultants devenait alors un troupeau. Ou, puisqu'ils vivaient de leurs patients, ceux-ci se convertissaient symboliquement en parents nourriciers. Il en découlait que traiter une personne pour le restant de ses jours était une excellente affaire, alors que mener un patient à sa guérison représentait une perte financière.

Être guérisseur requiert une humilité profonde. Un véritable thérapeute sait qu'il ne peut guérir le monde, mais seulement commencer à le faire pas à pas, un individu après l'autre, en s'efforçant de montrer que la vie est un magnifique cadeau et que l'univers a été créé avec un amour sans limites.

Mère Teresa avait très bien compris cela, et c'est une photo d'elle qui m'a montré le chemin : on la voit au milieu d'une rue pleine d'ordures,

accroupie devant un enfant presque agonisant, toute son attention concentrée sur lui, lui donnant de l'énergie avec la chaleur de ses mains… De toute évidence elle ne faisait pas de cet acte moral une profession, elle ne prétendait pas être payée par le moribond qu'elle recueillait, elle n'était pas une commerçante rassemblant un troupeau pour pouvoir le traire le plus longtemps possible. De quoi vivait-elle ? Du travail réalisé dans sa communauté ou de donations. La seule solution possible pour que les thérapeutes n'exploitent pas la souffrance de ceux qui viennent leur demander de l'aide serait qu'ils soient financés par les gouvernements, mais c'est une utopie : ces pouvoirs suprêmes sont au service de l'avidité économique et non de la Conscience universelle.

Grâce à l'exemple de cette sainte femme, il m'a paru honteux de vivre de la tarologie, de la psychomagie, du psychochamanisme ou de la métagénéalogie. Le rôle d'exploitant d'un troupeau ou celui d'un enfant qui vit de ses parents symboliques me semblait immoral et indigne. Je me suis assuré d'autres sources de revenus dans le cinéma, la littérature, le théâtre et la bande dessinée, et j'ai opté pour la solution de pratiquer la thérapie comme un art gratuit. (Passagèrement, à l'âge de cinquante ans, lorsque je me suis trouvé ruiné, j'ai accepté sans imposer de tarif que les consultants me paient ce qu'ils pouvaient, comme le font les guérisseurs et les chamans honnêtes du monde entier.) Je décidai de donner publiquement mes lectures de Tarot et mes conseils de psychomagie une fois par semaine. Il me semblait important que les gens qui souffrent trouvent, *comme par miracle*, dans un lieu le plus commun possible, un bar par exemple, une personne bien intentionnée qui leur donne des conseils utiles pour améliorer leur vie. Dans notre société matérialiste, si on offre quelque chose gratuitement c'est en général soit pour promouvoir une entreprise commerciale, soit pour attirer les personnes dans une secte. Lorsqu'on nous donne véritablement sans rien demander en retour, nous découvrons la part sublime et miraculeuse de la relation humaine. Cela permet de retrouver foi en l'autre, principe obligé de toute guérison.

Dans une conférence que je donnai à Bologne, en Italie, je déclarai que l'artiste en métagénéalogie devait être avant tout une personne indépendante, dédiée à guider les autres non pour son bénéfice personnel mais dans une perspective transpersonnelle, pour participer à l'évolution de l'humanité. Je proposai alors d'analyser en public un arbre généalogique. Immédiatement, un homme d'une cinquantaine d'années leva la main en

demandant à être le sujet de cette étude, et j'acceptai. Il monta sur l'estrade avec un sourire condescendant, incrédule. C'était un médecin homéopathe très apprécié par des centaines de patients. Lorsque je lui demandai quel était son but dans la vie il me répondit : « Je veux retrouver la foi dans l'humanité et cesser de haïr l'argent. » J'entrepris d'analyser ses relations émotionnelles avec sa famille. Ce consultant, malgré sa délicatesse, son intelligence, sa culture et sa bonté, vivait dans un bunker affectif et se cantonnait au terrain intellectuel sans jamais manifester d'émotion. Après une enquête intensive, il révéla que son père était un homme très froid, affligé en outre d'une sordide avarice, qui exigeait de lui qu'il triomphe dans les études mais ne l'avait jamais touché ni pris dans ses bras.

Je lui offris un siège et lui demandai de s'asseoir. Puis je plongeai la main dans ma poche avec l'intention d'en extraire un des billets de cinquante euros que je porte toujours sur moi, habitude psychomagique pour absorber l'énergie de l'argent. Je lui annonçai que j'allais le frotter avec un billet jusqu'à faire disparaître sa haine infantile de l'argent. Mais en sortant la main de ma poche, je me rendis compte qu'au lieu d'un billet de cinquante, j'avais un billet de cinq cents euros. En tant que guérisseur, je ne pouvais pas reculer et ranger ce billet pour en chercher un de moindre valeur : ç'aurait été interprété comme une répétition de l'avarice paternelle. Faisant contre mauvaise fortune bon cœur, je lui frottai tendrement tout le corps avec le billet. L'homme, emprisonné dans ses défenses, me laissait faire avec le même sourire incrédule. Lorsque j'eus terminé (et non sans une certaine douleur, car l'acte m'obligeait à me départir d'un papier de grande valeur !), je lui mis le billet entre les mains et lui dis : « C'est un cadeau pour toi… » Il se mit à pleurer convulsivement. Je sortis un mouchoir et lui séchai les yeux comme à un enfant. Il me serra dans ses bras. En obtenant la générosité d'un archétype paternel, il s'était libéré de l'avarice de son père et avait cessé de la projeter sur tout le genre humain. Il était sorti du bunker émotionnel. En descendant de la scène, il se mêla au public, ayant récupéré la foi en ses semblables.

Lorsque je me suis rendu compte que la souffrance empêchait de voir la beauté dans le monde, j'ai décidé d'inventer le psychomiracle, un acte surprenant, mais attendu toute une vie, qui puisse avoir un effet illuminatoire. Cela consiste essentiellement à aider une personne de manière anonyme, sans en tirer aucun bénéfice. Le plus simple de ces

psychomiracles consista à envoyer dix douzaines de roses à une femme qui était certaine de ne plus jamais rencontrer de soupirant, car quelques années plus tôt son mari l'avait abandonnée. En recevant ces fleurs livrées sans indication d'expéditeur, elle crut que quelqu'un l'aimait sans oser le lui dire. Cela lui rendit son estime d'elle-même. Peu de temps après, elle nous présenta son nouveau compagnon.

Ce type d'actes, que j'ai bien souvent réalisés en luttant contre les résistances héritées de mon éducation dans un foyer de commerçants où la générosité était considérée comme une idiotie, provoquèrent en moi une si joyeuse satisfaction que je me mis à réfléchir à la possiblité de générer des psychomiracles sociaux. Un jour que j'étais reçu par Michelle Bachelet, alors présidente du Chili, je lui proposai que, sans rien demander en échange, elle offre à la Bolivie un accès à la mer, créant ainsi l'exemple historique d'un pays qui en aide un autre par pur amour envers l'humanité. Elle me répondit que le Chili n'était pas encore prêt pour une chose pareille, et que cela créerait des problèmes frontaliers avec le Pérou.

Pendant que Marianne Costa et moi-même étions en train d'écrire ce livre, j'ai proposé à l'association argentine des mères de disparus, dont les enfants ont été exécutés en secret par le gouvernement militaire, de demander au gouvernement (outre le fait que les assassins soient jugés) de céder un terrain en plein Buenos Aires où l'on puisse construire un cimetière métaphorique dans lequel chaque mère, aidée bénévolement par des sculpteurs et des architectes, fasse construire une tombe où symboliquement reposerait le cadavre de son enfant. Cela leur permettrait d'avoir un lieu où exprimer leur douleur et faire leur deuil.

Au même titre que le Tarot et la psychomagie, la métagénéalogie est un art et non un métier. Avec de la volonté, du travail, du temps et de bons professeurs, n'importe qui peut apprendre un métier. Mais être artiste suppose un don. Pour arriver à être un thérapeute artiste, il ne suffit pas d'avoir de bonnes intentions qui, faute de talent, dissimulent en réalité le désir d'être admiré ou de faire des bénéfices économiques.

L'artiste, au lieu d'imiter les autres, travaille avant tout sur lui-même pour développer au maximum sa Conscience, sachant qu'il ne pourra jamais emmener son consultant plus haut que le niveau que lui-même a pu atteindre.

La maladie, du point de vue de la médecine professionnelle, est une invasion ou un dysfonctionnement du corps qui transforme une personne en malade. Cette médecine prend en compte l'ego du patient mais non son Être essentiel. La Conscience illuminée est en état de santé permanent. À ce niveau, la personne n'est plus un malade, mais **un être qui a une maladie** : ce n'est pas la maladie qui l'a. Tout mal physique ou mental relève d'un certain niveau de Conscience. Lorsqu'on arrive à la félicité suprême, même si on a un cancer, on n'est pas malade : la maladie qui réside en nous devient un maître qui nous fait évoluer. Si nous vivons identifiés étroitement à l'ego, le mal nous envahit et nous plonge dans la dépression.

Le médecin tente de guérir un malade. Le thérapeute artiste, quelle que soit la gravité du diagnostic, travaille avec un être sain dans lequel se niche une maladie. Tout consultant est un être qui a perdu contact avec son plus haut niveau de Conscience. Cette dimension sublime, ankylosée ou cachée, doit être développée ou révélée.

Par ingénuité, narcissisme, avidité, désir de pouvoir ou pour quelque autre motif impur, une personne sans talent artistique peut s'autoproclamer thérapeute et commencer à traiter des patients naïfs, causant de graves dommages. Il agit ainsi car, incapable d'autocritique, il ne s'est pas débarrassé de son ego illusoire pour arriver à son identité authentique, transpersonnelle.

L'ego oppose une résistance constante, il défend les traces du passé. Si nous voulons nous réaliser spirituellement, il nous faut lutter contre lui toute la vie, jusqu'à notre mort. Ce faisant, l'ego finit par se transformer en allié soumis. À mesure que nous arrivons à cette maîtrise invisible qui nous unit à la totalité, nous voyons avec une clarté croissante cet enfant persistant en nous qu'il est impossible d'éliminer mais que l'on peut dompter.

Ceux qui se sentent satisfaits de leur « impersonnalité acquise », de leur « ego divin » ou de leur « profonde sagesse » sont la proie d'une illusion. Il n'y a pas de réalisation individuelle parfaite, il n'y a qu'une lutte incessante contre les limites personnelles qui entravent la marche de la communauté des êtres conscients, en transformation constante.

Un thérapeute artiste, en conduisant les autres à la santé, se guérit lui-même. Cet état d'autoguérison permanente le transforme en psychothaumaturge. Même s'il sait qu'il est impossible de conduire l'humanité entière à la santé ou de transformer le monde, il travaille pour cet idéal, acceptant avec une profonde humilité qu'il ne pourra que

commencer sa tâche mais que jamais il ne l'achèvera. Comment un individu pourrait-il guérir si l'humanité ne guérit pas ?

Comme l'a écrit le poète japonais Yokomitsu Ruchi : « Une fourmi meurt de faim au sommet de la tour : la lune est si haute. »

Des mêmes auteurs

La Voie du Tarot*, Albin Michel, 2005.*

Ouvrages de Marianne Costa :

L'Esprit des langues (roman graphique), Maelström, à paraître.
Mort et vie (poésie), Maelström, 2010.
Vers les cieux qui n'existent pas (poésie), Maelström, 2005.
No Woman's Land (roman), Grasset, 2004.
Pin-Up Chrysalide (poésie), Maelström, 2004.

Ouvrages d'Alexandro Jodorowsky :

Contes de l'inframonde, Albin Michel, 2010.
Manuel de psychomagie, Albin Michel, 2009.
Cabaret mystique, Albin Michel, 2008 ; rééd. 2011.
Solo de amor. D'amour seul, Maelström, 2007.
La Sagesse des contes, Albin Michel, 2007.
Contes paniques, Le Relié, 2006.
Mu, le maître et les magiciennes, Albin Michel, 2005, rééd. coll. « Espaces libres », 2008.
L'Échelle des anges : un art de penser, Albin Michel, 2004.
Dire ne suffit pas, trad. de l'espagnol par Martin Bakero, David Giannoni et Emmanuel Lequeux, Le Veilleur, 2003.
Un Évangile pour guérir, trad. de l'espagnol par Alex et Nelly Lhermillier, Le Relié, 2003.
La Danse de la réalité, Albin Michel, 2002.
Le Théâtre de la guérison, Albin Michel, 2001.
Opéra panique : cabaret tragique, trad. de l'espagnol par Marianne Costa, Métailié, 2001.
L'Enfant du jeudi noir, trad. de l'espagnol par Caroline Lepage, Métailié, 2000.
L'Arbre du dieu pendu, trad. de l'espagnol par Mara Hernandez et René Solis, Métailié, 1998.
Le Doigt et la Lune, Albin Michel, 1997.
La Sagesse des blagues, Vivez Soleil, 1994.
La Tricherie sacrée, Dervy, 1984.
Le Paradis des perroquets, Flammarion, 1984.