

Jean BEGOIN

VIE ET SURVIE, en Psychanalyse :

DE LA RESILIENCE A LA BIEN-TRAITANCE

Lisbonne, 23 juin 2006

DEFINITIONS

La « résilience » est un nouveau concept introduit, ces dernières années, par le psychiatre français Boris CYRULNIK, à partir de son expérience de vie personnelle, de son expérience clinique médicale et de son travail de recherche en « éthologie » animale et humaine. L'éthologie est l'étude du comportement spontané des êtres vivants dans leur milieu naturel. L'éthologue qu'il est devenu rapporte ses descriptions sur un ton très original, qui se démarque tant des descriptions psychiatriques habituelles que de celles d'autres sciences humaines comme la psychanalyse. Ce ton est celui d'une sorte de phénoménologie, basée sur l'étude et la description des liens entre les membres d'une même espèce et, en particulier, de la nécessité d'« être-avec » que Cyrulnik considère comme une nécessité d'ordre biologique, commune à beaucoup d'espèces mais qui, chez l'homme, prend une dimension supplémentaire, celle d'une véritable nourriture affective, selon son expression qui est aussi le titre de l'un de ses livres : « *Les nourritures affectives* ».

Depuis 1999 et son livre « *Un merveilleux malheur* », Cyrulnik a développé le concept de « résilience », définie comme « *la capacité de se reconstruire après un traumatisme... la reprise d'un développement après une agonie psychique et traumatique* », qui avait bloqué ce développement. Le mot de résilience vient de la physique, où il désignait la caractéristique mécanique d'un *matériau* à résister aux chocs. C'est par une extension métaphorique que la résilience en est venue à désigner, dans le domaine des sciences sociales, la résistance aux chocs d'une *personne* qui, bien qu'ayant subi des situations de danger extrême mettant sa vie en cause, se montre capable, envers et contre tout, de les surmonter. Les titres de certains des livres de Cyrulnik, comme « *Les vilains petits canards* », montrent bien qu'il pense surtout aux enfants qui se révèlent capables de « *triompher de leurs malheurs* », comme il le dit. Sans doute veut-il par là rappeler qu'il faut se garder de négliger, même dans les cas les plus difficiles, les facteurs qui peuvent permettre de garder espoir, et peut-être même démentir certaines tendances psychiatriques ou psychanalytiques qui auraient un peu trop tendance à prétendre que « tout serait joué » très tôt, de plus en plus tôt, dès la toute petite enfance. Il proclame très clairement, dans l'introduction de son livre « *Un merveilleux malheur* » : « *Jusqu'ici, les*

chercheurs ont mis l'accent sur les dégâts, incontestables. Il faut maintenant partir en quête des processus de réparation » .

Revenons d'abord sur ce terme d' «agonie psychique » que Cyrulnik a utilisé. Dans « Les vilains petits canards », il cite plusieurs personnes très connues, comme la chanteuse Barbara qui a déclaré en 1964, dans une interview : « *J'ai dû me taire pour survivre. Parce que je suis déjà morte, il y a longtemps. J'ai perdu la vie autrefois. Mais je m'en suis sortie, puisque je chante* ». Jean Genet, confié à 7 ans par l'Assistance Publique à des paysans du Morvan, dira : « *Je suis mort en bas âge* ». Et l'écrivain Michel del Castillo écrit, dans son livre « *De père français* » : « *J'ai fini par admettre que j'étais mort à l'âge de neuf ans, assassiné* ».

De quelle mort s'agit-il ? Evidemment, d'un profond **sentiment** ou même d'une profonde **sensation** de mort, donc de mort de la « **vie** psychique ». Je retrouve là ce que j'ai décrit comme l'expression de la souffrance la plus profonde que puisse éprouver un être humain en devenir, c'est celle de la **mort de l'espérance**. Chez l'adulte, l'« espérance de vie » mesure le nombre d'années que l'on peut raisonnablement espérer avoir encore à vivre avant sa mort. Chez l'enfant, l'espérance contient beaucoup plus : elle contient l'espoir de grandir et de se développer pour devenir un être humain adulte et ayant une valeur, une valeur qui soit reconnue par d'autres êtres humains, et tout d'abord par ceux qui incarnent ces valeurs et cet espoir aux yeux de l'enfant : ses parents. C'est cela, l'agonie psychique : le **désespoir** de se sentir abandonné au point de devoir renoncer à tout avenir. Le mot français le plus fort en ce sens est celui de « **déréliction** », qui vient directement du latin « derelictio », qui signifie abandon, pour exprimer en langage religieux ou littéraire « *un état d'abandon et de solitude morale absolue* », tel que se sentir « *abandonné de Dieu* », c'est-à-dire ayant totalement perdu toute espérance. La mort psychique est donc une forme extrême de dépression.

Par ailleurs, mon attention avait été autrefois attirée sur ce point par une patiente dont Joyce McDOUGALL avait relaté avec beaucoup de talent clinique les souffrances. Cette patiente se plaignait d'être incapable de vivre, elle ne se sentait capable que de « **survivre** ». Avec l'expérience, je me suis peu à peu aperçu qu'il s'agit d'une situation qui est loin d'être exceptionnelle. En effet, beaucoup de personnes conservent, caché tout au fond d'elles-mêmes, un noyau plus ou moins important de **désespoir** qu'elles ont enfoui aussi profondément que possible, soigneusement clivé du reste de la personnalité, mais qui demeure susceptible de se réveiller dans certaines circonstances. Je cite souvent, à ce sujet, le psychanalyste et écrivain Michel SCHNEIDER, qui a écrit dans son très beau livre sur la vie et le suicide du grand musicien Robert SCHUMANN, intitulé « *La tombée du jour* » : « *Nous avons tous, encluse au profond de nous-mêmes, une douleur à laquelle nous n'avons plus accès...Un jour, Schumann l'avait vue de face, il l'avait nommée « LA DOULEUR elle-même* ». Je pense

que c'est aussi celle que Frances TUSTIN a décrite chez les enfants autistes et qu'elle nomme « dépression primaire ».

Ce sont de tels faits qui m'ont amené à penser qu'il était nécessaire de distinguer la souffrance psychique de l'angoisse. La psychanalyse a surtout pris en compte l'angoisse, dans le sens de la deuxième théorie de l'angoisse de Freud, celle de l'angoisse-signal, telle qu'il l'a définie dans « *Inhibition, symptôme et angoisse* » (1926), comme un signal de danger pouvant envahir et paralyser d'une manière plus ou moins massive la vie affective relationnelle. Mais Freud considère l'angoisse-signal comme un mécanisme de défense du moi. Tandis que la souffrance psychique de base dont je parle est un affect foncièrement dépressif, qui peut entraver la construction même et la synthèse du moi, comme F.TUSTIN l'a décrit dans la dépression primaire de l'autisme infantile, en raison de la douleur intolérable de se sentir dans l'impossibilité de se développer. C'est « la douleur elle-même » dont parlait Robert Schumann, celle qui provoque les sentiments d'agonie psychique évoqués par Boris Cyrulnik et dont parlent aussi Barbara, Genet, Michel del Castillo et bien d'autres, comme le grand écrivain portugais Fernando Pessoa que j'avais cité ici même, il y a deux ans, dans mon travail sur le traumatisme de la naissance. Le sentiment d'identité existentielle du sujet cède alors face à un **manque** intolérable, qui ne permet que de survivre, et non pas de réussir à vivre, comme le disait la patiente de Joyce McDougall. Vivre, n'est-ce pas essentiellement se sentir **capable d'aimer et de se sentir aimé ?**

**« TANGUY », de Michel del CASTILLO :
devenir écrivain au 20^e siècle.**

Pour illustrer la résilience, j'ai choisi l'un des auteurs cités par Cyrulnik, Michel del CASTILLO, dont le roman très auto-biographique intitulé « *Tanguy* » a été publié en 1957, en plein milieu du 20^e siècle. Michel del Castillo est le nom de plume qui a été choisi par un jeune homme de 24 ans, né à Madrid en 1933, de mère espagnole et de père français. Le livre porte en sous-titre : « *Histoire d'un enfant d'aujourd'hui* ». Il est, en effet, exemplaire de ce 20^e siècle de l'histoire de l'humanité depuis la naissance de Jésus, siècle qui avait été inauguré par la publication en 1900 de « *L'interprétation des rêves* », par le médecin viennois Sigmund FREUD, mais siècle qui a aussi vu, par ailleurs, des événements aussi spectaculaires que, d'un côté, les massacres planétaires des deux grandes guerres mondiales, avec l'invention et l'utilisation de la bombe atomique, et, d'autre part, le tout début de l'exploration de l'espace avec le premier homme qui ait dépassé les limites de notre monde terrestre, en posant le pied sur le sol de la lune.

Le roman « Tanguy » eut un très grand succès et il a été publié en près de vingt-cinq langues. Dans la préface à sa nouvelle édition de 1995, l'auteur dit de lui-même : « *Je suis un enfant des livres, qui m'ont engendré, élevé, **maintenu en vie*** ». Les livres, d'abord ceux qu'il a lus puis ceux qu'il a lui-même écrits, ont, en effet, été investis par lui comme une nourriture affective, des substituts parentaux, des « tuteurs de résilience » comme les appelle Boris Cyrulnik. « Tanguy » a été écrit en français, mais, dans cette préface écrite près de 40 ans après la première édition, l'auteur précise qu'il écrivait depuis son enfance, en espagnol, dès l'âge de 7 et 8 ans, lorsqu'il s'est retrouvé avec sa mère dans un « camp de concentration » pour exilés politiques dans le sud de la France, où ils avait été internés en 1940. Par la suite, il écrivit, toujours en espagnol et à la première personne, le premier brouillon de son livre en 1951, à l'âge de 18 ans, à Huesca, en Espagne, « *dans l'une de ces misérables pensions de famille où je tentais alors de **survivre*** », écrit-il.

Pour ceux qui n'ont pas lu ce livre et pour qu'ils comprennent pourquoi l'auteur parle de survie, je vais le résumer aussi brièvement que possible. L'auteur est né en 1933 à Madrid, de mère espagnole et de père français, comme je l'ai dit. Il a passé toute sa petite enfance à Madrid, avec sa mère et sa nurse, et auprès de sa grand'mère maternelle qui appartenait à une riche famille madrilène. Il ne découvrira que beaucoup plus tard, comme il le raconte dans un autre livre de souvenirs intitulé « *De père français* », publié en 1998, que ce père, selon ses propres dires, quitta Madrid fin 1935 ou début 36, à la veille de l'insurrection franquiste. A partir du déclenchement de la guerre civile (en juillet 36), le père ne donna plus aucun signe de vie, et il ne répondit plus aux appels de la mère de Tanguy. Celui-ci avait donc, en fait, connu son père depuis sa naissance et il avait un peu plus de 2 ans lorsque son père profita du début de la guerre civile espagnole pour les abandonner, sa mère et lui. Les premiers souvenirs conscients de l'enfant sont postérieurs, ils commencent à la guerre (1936 à 39). Ce sont les premières phrases du livre : « *Tout avait commencé par un coup de canon. C'était la guerre en Espagne* ». A cette époque, écrit l'auteur, « *Tanguy aimait sa mère plus encore que les autres garçons de son âge n'aimaient la leur. Il ne se connaissait pas de père et avait la vague impression que sa mère était très seule. Aussi cherchait-il à « être un homme » et à la protéger* ».

Sa mère était une journaliste républicaine. La victoire des armées du général Franco sur celles des républicains obligea sa mère, en mars 1939, à s'enfuir avec lui en bateau pour la France. La mère avait réussi à prévenir le père puisque celui-ci vint les attendre à Marseille : « *Son père serra la main de sa mère, sans paraître s'apercevoir que Tanguy était là. Celui-ci était triste. Il comprenait que cet accueil était volontairement froid et qu'ils n'étaient pas les bienvenus. Il en eut de la peine pour sa mère* ». Les autres réfugiés espagnols du bateau furent envoyés dans des camps d'internement. Le père installa l'enfant et

sa mère dans une maison située au centre de la France, près de Vichy (siège du gouvernement du maréchal Pétain) où il venait les voir chaque semaine depuis son lieu de travail proche, à Clermont-Ferrand. Tanguy était heureux, *« il se disait qu'il était devenu un enfant comme les autres, avec un père et une mère. Il était fier de ses parents, car ils étaient tous les deux beaux et intelligents »*. Cependant les parents se disputaient de plus en plus souvent et la mère voulut aller s'installer elle-même à Clermont-Ferrand pour y vivre et travailler de façon autonome, ce que le père ne supporta pas. Pour se débarrasser de cette femme, il la dénonça donc comme réfugiée politique clandestine et, début 1940, Tanguy et sa mère furent arrêtés par la police française. C'est par la police que la mère apprit que c'était bien le père de Tanguy qui les avait dénoncés, ce qu'elle finit par révéler à l'enfant. Il avait alors 6 ans et demi. *« Tanguy détestait moins son père pour sa lâcheté misérable qu'il n'en voulait à sa mère de lui apprendre cette lâcheté. Il lui semblait qu'elle n'aurait pas dû, qu'elle n'avait pas le droit de lui faire autant de mal »*. La mère et l'enfant se retrouvèrent alors dans le camp de concentration de Rieucros, près de Mende, où étaient détenues des centaines de femmes, étrangères, juives et militantes politiques françaises. C'est là qu'il commença à écrire, entre 7 et 8 ans. Ils y passèrent 18 mois, interrompus par une grave maladie de la mère, qui dut être hospitalisée à Montpellier pour une pleurésie. Pendant l'hospitalisation, Tanguy fut envoyé dans un collège religieux où il devint l'élève le plus brillant de sa classe et où, à nouveau, il était heureux. Il allait voir sa mère tous les dimanches et il avait un ami. *« Il redevenait heureux. Il aimait son collègue. Apprendre était la plus grande de ses joies »*.

Sa mère finit par guérir, mais elle apprit que la police voulait les ramener au camp et qu'ils risquaient, cette fois, d'être déportés en Allemagne. La mère décida alors de s'enfuir à Marseille pour, de là, gagner ensuite le Mexique. Elle demanda à Tanguy de prendre seul le train pour Marseille, pour que la police ne puisse pas les repérer. Ce qu'il fit malgré sa peur et, en effet, ils se retrouvèrent à Marseille où la mère réussit à trouver un compatriote Catalan qui faisait passer clandestinement la frontière espagnole à des réfugiés juifs. Tanguy protesta d'abord que c'était trop dangereux pour sa mère, qui avait été condamnée à mort par Franco, mais elle lui assura que tout se passerait très bien. *« Tanguy se tut. Tout cela lui était devenu un peu égal. Il y avait longtemps qu'il avait tout accepté. Il ne se demandait plus ce que les choses signifiaient. Il savait que la plupart du temps les choses ne signifiaient rien »*. Sa mère le quitta donc, avec la promesse qu'ils se retrouveraient à Madrid. *« Tanguy se tenait debout devant la fenêtre. Des sanglots secouaient sa poitrine. Quelque chose, comme une main cruelle, le broyait à l'intérieur de son corps et le torturait. Il souffrait. Il lui semblait qu'il allait mourir de douleur. Il ne savait pas encore que l'on ne meurt jamais de douleur »*. Il apprit par la suite que sa mère était arrivée saine et sauve à bon port et qu'il allait la rejoindre. Mais, catastrophe, la veille de son départ et du jour anniversaire de ses 9 ans, la maison du Catalan fut cernée par la police et

tout le monde fut arrêté. Un train les emmena à Paris, où il fut interrogé et où il entendit les hurlements de douleur du Catalan quand il fut torturé à mort. Il fut ensuite transféré dans un camp près de Paris, où se trouvaient des centaines, peut-être des milliers de prisonniers, pour la plupart juifs porteurs de l'étoile jaune. Bien que reconnu comme non circoncis, donc non juif, mais suspect à cause de sa mère réfugiée politique qui avait été internée et était en fuite, Tanguy fut expédié en Allemagne avec les juifs déportés.

Le voyage, dans des wagons à bestiaux, était déjà en soi une torture. D'ailleurs, au bout de 62 heures de voyage dans des conditions abominables, en wagons plombés, Tanguy assista à la mort par épuisement d'un petit garçon juif d'environ sept ans, nommé Guy, qui lui avait parlé et auquel il avait répondu : *« Moi, j'ai ton prénom dans mon prénom : Tan-guy ... Lorsque le train stoppa définitivement, à l'aube du cinquième jour, il suivit la colonne comme un somnambule. Il ne sentait plus rien. Il n'osait plus ni penser ni lever la tête. Il était prêt à tout accepter sans révolte. Il avait seulement l'impression d'être vieux, très vieux. La certitude qu'il n'avait que neuf ans lui semblait ridicule »*. Au camp, il se sentit *« dans un autre monde que celui où il était né... ni le bien ni le mal, ni la tristesse ni la joie, n'avaient plus de sens ; on se contentait de ne pas mourir... Mais il apprit petit à petit que ce n'est pas toujours facile de mourir, et qu'il est quelque chose de pire que mourir : se mourir tous les jours un peu »*. Au camp, Tanguy fit la connaissance d'un jeune homme alsacien, Gunther, qui lui manifesta de la sympathie et dont l'amitié devint indispensable à sa survie : *« Il n'avait que Gunther. Le sentir là était pour lui une sorte de baume... Il l'aimait avec un infini désespoir... Tanguy s'accrochait à son ami avec l'ultime effort de celui qui a constamment tout perdu et qui n'a plus rien à perdre que sa vie »*. Mais Gunther sera emmené pour être exécuté, peu avant l'arrivée des troupes russes qui libérèrent les prisonniers en 1944.

Les épreuves ne se terminèrent pourtant pas avec la fin de la guerre, pour Tanguy. Il dut d'abord recouvrer la vue, qu'il avait perdue les derniers temps au camp, et il fut ensuite envoyé par la Croix-Rouge à Saint-Sébastien où il passa une semaine de rêve : *« Il descendit sur la plage, marcha sur le sable. Il riait de joie. Le bonheur emplissait à tel point son être que Tanguy croyait possible d'en mourir »*. Il alla ensuite à Barcelone pour y retrouver sa grand'mère, mais, quand il arriva, il apprit qu'elle était décédée depuis trois mois. Sans que l'on sache exactement pourquoi dans le livre, sinon qu'il semble avoir été considéré comme communiste, il est alors envoyé par la police dans un Centre de Redressement pour mineurs, l'Asile Dumos près de Barcelone, tenu par des « Frères », où il va vivre pendant 4 ans, de 1945 à 1949, une atmosphère de baigne et de tortures, les enfants étaient tondus, brimés et sauvagement battus. Là, il apprit la **haine** : *« Lui qui n'avait jamais su haïr haïssait ces Frères à un degré incroyable. Il s'en effrayait lui-même. Il savait que s'il en avait eu la*

force, il aurait, de ses propres mains, étranglé chacun de ces hommes en soutane. Il les aurait étranglés sans pitié ». Il explosa un jour et défia le plus sadique de ses geôliers, qui l'avait frappé sans raison, seulement pour s'amuser et le provoquer : il éclata de rage, en le traitant de « voleur et d'assassin », ce qui entraîna des punitions encore plus sévères. Après un grave accident survenu à l'un des enfants martyrisés, un médecin fut amené à intervenir et comprit vite la situation, mais il ne put rien faire sinon revenir, plusieurs mois plus tard, pour l'encourager à s'évader en lui donnant une lettre de recommandation pour une amie à lui, secrétaire de la Société protectrice des mineurs à Madrid. Celle-ci l'envoya dans un très bon collège de Jésuites, à Ubeda en Andalousie, où il rencontra le Père Pardo, fondateur de ce collège : *« Il était entré dans le bureau du Père Pardo vers 5 heures du soir. A 8 heures et demie il y était encore. Il parlait à cœur ouvert, comme il n'avait jamais parlé de sa vie. Cet homme lui avait inspiré dès l'abord une infinie confiance. Tanguy sentait dans son regard que, pour la première fois de sa vie, il était compris. Il raconta tout... Tanguy connut là dès le début un bonheur comme il n'en avait jamais rêvé. Il était pris d'une fièvre de travail... Ce qui lui avait toujours manqué, il l'eut en ce collège : de vrais professeurs* ».

Par la suite, il tomba gravement malade, d'une affection pulmonaire aiguë, dont il faillit mourir. Quand il alla mieux, le directeur du collège, qui s'était renseigné, lui donna l'adresse de son père à Paris ainsi que celle du consulat de France à Madrid. Il écrivit à son père, en français « *avec des fautes d'orthographe* », mais il ne reçut aucune réponse durant des mois, si bien qu'il décida, avec l'accord du directeur, de quitter le collège pour aller franchir clandestinement la frontière. Mais il ne put réaliser cela qu'en 1953, à l'âge de 20 ans, après bien des pérégrinations et de nouvelles aventures, comme un travail dans une usine de ciment près de Sitgès, qui fut aussi une sorte de bagne où il découvrit l'exploitation et la soumission incroyable des ouvriers. Après avoir enfin réussi à passer la frontière vers la France, il retrouva à Paris son père, dont il n'avait eu aucune nouvelle depuis Vichy et ces 13 années de solitude et de misère qu'il venait de passer. Il n'avait eu aucune nouvelle de sa mère, non plus. Il put enfin reprendre des études régulières, de lettres et de psychologie et il parvint très rapidement à publier à 24 ans son premier livre « Tanguy », qui fut suivi de beaucoup d'autres. Ce fut moins grâce à son père lui-même qu'à un frère de celui-ci et à sa femme, qui étaient un couple uni, ils avaient connu Tanguy enfant et, lorsqu'ils constatèrent l'attitude décidément dénuée d'affection de son père, ils le reprirent avec eux, jouant enfin et définitivement pour lui ce rôle de tuteurs de résilience qui lui avait si totalement et si longtemps fait défaut. Sa tante finira par le lui dire, lui apportant enfin la solution de l'énigme de sa vie : *« Ton père ne t'a jamais aimé. Même petit, il ne t'aimait pas* ».

LES MECANISMES DE LA RESILIENCE :

Ils sont, en fait, innombrables, autant que de formes possibles de développement. Je ne pourrai donc en évoquer que quelques uns, parmi les plus fondamentaux.

1 - Transformer l'excès de souffrance par la création d'une identité narrative :

Dans « Un merveilleux malheur », Cyrulnik multiplie les exemples de transformation de l'excès intolérable de souffrance. Il écrit : « *Je ne suis plus celui qui a été torturé, je deviens celui qui est capable de transformer la mémoire de sa souffrance en une œuvre d'art acceptable* ». En effet, la souffrance devient excessive lorsqu'elle déborde les capacités d'élaboration et entraîne ces sentiments d'agonie psychique que nous avons vus : ne plus rien sentir, perdre le sens de sa vie, perdre son sentiment d'identité propre. Ecrire, par exemple, peut être une façon de retrouver un sentiment d'identité, ce que Cyrulnik nomme se créer une « *identité narrative* ».

La préface à l'édition de 1995 de « Tanguy » a été écrite par Michel del Castillo à Paris en novembre 1994. C'est une auto-observation très précieuse pour observer et comprendre, chez cet auteur, les mécanismes de « résilience » contenus dans l'écriture. Il note, dans cette préface, les « *différences aucunement fortuites* » entre son premier récit manuscrit rédigé en espagnol et à la première personne à l'âge de 18 ans, et le roman imprimé, écrit à 24 ans en français et à la troisième personne: « *Alors que ma mère occupait, dans les premiers essais, la place centrale, l'Histoire deviendra, dans le roman, le moteur de l'action* ». Ainsi, le premier récit était beaucoup plus directement auto-biographique. Avec le roman, l'auteur opère ce qu'il nomme lui-même un « *glissement du subjectif à l'objectif* », il n'écrit plus à la première personne, ni dans sa langue maternelle l'espagnol, mais en français, la langue de son père et de ses études supérieures. Il devient alors une sorte de spectateur a-posteriori de sa propre histoire qui est celle d'un personnage qu'il baptise *Tanguy* (il n'explique pas le choix de ce prénom, peut-être un hommage secret au petit Guy, compagnon et martyr de la déportation, et représentant alors sa propre mort, son propre assassinat) . Il regarde le petit Tanguy vivre, aimer, agoniser et survivre. Il est, en quelque sorte, identifié par avance à ses lecteurs, il anticipe leur regard sur sa propre histoire. Cela lui permet de prendre du recul, celui de l'auto-observation, ou de l'auto-analyse, que l'on ne peut en effet acquérir que par identification au regard de l'Autre, inauguré par **le premier regard** de la mère sur son bébé, à la naissance, dont j'ai découvert qu'il a le pouvoir de fonder l'humanité du nouveau-né. Michel del Castillo l'exprime ainsi : « *Durant des années, guidé par l'oreille, je n'avais cessé d'hésiter entre le je et la*

*troisième personne. Il n'était question ni de vérité ni de mensonge : il ne s'agissait que de trouver **le ton le plus juste** ».*

2 - Recréer une conscience de Soi :

En effet, que signifie « le ton le plus juste » ? Michel del Castillo le dit un peu plus loin : « *En diluant les destins individuels dans le malheur collectif, je restais au plus près des faits, c'est-à-dire du **témoignage**. Mais que valent les faits si on néglige leur **sens**, qui seul les éclaire ?* » C'est, évidemment, le point central, comme celui de tout développement humain : la **recherche d'un sens**, du sens de la vie, du sens plus direct de sa propre vie, que nous recherchons tous et qui est une création, la nôtre. Sens, aussi, en tant que « signification », dont la découverte résulte d'un processus de prise de conscience. La **conscience de soi** dépend de la prise de recul nécessaire pour pouvoir **penser**, c'est-à-dire passer du registre de l'émotion vécue à l'état brut à celui de la pensée réflexive, avec abstraction et capacités de discrimination et de jugement. Il s'agit d'un processus complexe de symbolisation, décrit par W.R.BION comme la « *fonction alpha* » qui s'exprime à travers la « *capacité de rêverie de la mère* », et qui transforme les émotions brutes en « éléments alpha » susceptibles de pouvoir être utilisés et maniés par la pensée. Ces éléments alpha sont aussi les éléments utilisés dans le rêve, qui met en scène nos affects en les représentant par des éléments visuels qui les jouent, comme des personnages sur une scène de théâtre, pour résoudre un problème affectif et en découvrir le sens. Lorsque le rêve échoue à résoudre le problème en cause, l'angoisse n'est pas calmée et son excès peut provoquer le réveil qui interrompt la tentative du rêve : il se termine en cauchemar !

Cette prise de conscience ne peut donc pas s'opérer isolément, car le sens à découvrir est celui qu'acquiert notre sentiment d'existence et d'identité au sein des relations inter-humaines dans lesquelles nous baignons. Le « **sens de soi** » est donc foncièrement dépendant **de l'existence et du rôle de l'Autre**. C'est ce qu'exprime Boris Cyrulnik lorsqu'il dit : « *J'ai besoin de l'Autre pour devenir moi-même* ». C'est d'autant plus vrai que le sujet est plus jeune, c'est-à-dire qu'il n'a pas encore **intériorisé** avec suffisamment de stabilité les personnages de son entourage humain pour pouvoir fonctionner de manière assez autonome et être capable de découvrir en lui-même et par lui-même le sens de sa vie. « Par lui-même » veut dire, en l'occurrence, avec l'aide des objets internes ressentis comme « bons », et qu'il a pu intérioriser avec suffisamment de sécurité pour qu'ils deviennent partie intégrante de soi. Cela ne deviendra tout à fait le cas, évidemment, qu'à l'âge adulte dont c'est d'ailleurs le principal critère, mais qui n'est jamais absolu : si avancé soit-on dans son développement, **on aura la vie durant besoin de l'autre** pour alimenter la « révolution permanente » de la création du sens de sa vie. Les personnages avec lesquels il est vital pour l'enfant d'avoir une interrelation aussi riche et vivante

que possible sont évidemment ses parents , ou bien, en leur absence ou leurs insuffisances, les « *tuteurs de résilience* » dont a parlé Cyrulnik et dont on comprend ainsi leur rôle irremplaçable pour reconstruire l'identité du survivant.

3 - Recréer l'espoir assassiné:

L'auteur de « Tanguy » s'étonne de la « naïveté » du personnage du roman qu'il avait écrit près de 40 ans plus tôt : « *Il regarde les victimes et les bourreaux avec la même douceur résignée. Il ne juge pas, il ne condamne pas : il se contente d'aimer et de susciter l'amour...Pour faire bref, je dirai que Tanguy baigne dans les meilleurs sentiments, lesquels me font aujourd'hui sourire* », écrit-t-il. L'adulte blasé qu'il est devenu n'est plus sensible à la dite naïveté de l'enfant et l'adolescent qu'il a été. Il oublie que c'est certainement ce « ton juste » de l'enfance qui a fait le succès mondial de son livre, dans lequel tous les lecteurs, même moins massivement traumatisés que lui, ont reconnu l'enfant qu'ils ont été...le plus souvent, sans le savoir, car les processus du développement et de la croissance psychiques restent en grande partie inconscients !

Toutefois, il parle, malgré tout, de « *l'esprit du roman* » comme « **sa tonalité d'espérance sans espoir** », ce qui me semble très important pour le situer comme expérience de résilience. On peut penser que, par là, il veut différencier entre : d'une part, « **l'espérance** » (avec la foi et la charité, l'une des trois vertus théologiques), l'espérance que l'on peut voir comme l'expression de sa prédisposition à aimer dite « naïve », c'est-à-dire idéalisante, héritée de l'amour mutuel très puissant qui avait, envers et contre tout, existé entre sa mère et lui, - et d'autre part, « **l'espoir** » en tant que possibilité de réalisation de cette capacité d'aimer et qu'il avait l'impression d'avoir perdue pour toujours. Je pense que c'est cet espoir que Tanguy ressentait comme ayant été assassiné, lorsque le créateur du personnage, Michel del Castillo commence son livre beaucoup plus tardif, « *De père français* », en déclarant: « *Tous mes livres, depuis 1973, sont écrits du point de vue de ma mort...j'ai fini par admettre que j'étais mort à l'âge de 9 ans, assassiné. Assassiné de sang-froid, avec préméditation. C'est, bien sûr, ma mère qui a commis le crime...J'ai mis près de 40 ans à regarder mon assassinat...Accepter de contempler mon assassinat, c'était me constituer cadavre...Ce monstre, ma mère, je l'ai aimée au-delà de ma vie. Je l'aime toujours, je crois bien...Elle n'a pas commis seule son forfait. Un complice se tenait dans l'ombre : mon père...Il n'a pas participé au meurtre, il n'en aurait pas eu le courage ; il ne s'est rendu coupable que de non-assistance à fils en danger* ». Cependant, Tanguy le dit, il a toujours aimé sa mère, ce qui lui a permis de garder, envers et contre tout, « l'espérance » qui lui

permet de reconnaître et d'investir très puissamment les êtres aimants qu'il put rencontrer et dont l'amour lui permit de faire renaître l'espoir en lui. C'est une leçon très importante : ce qui est ressenti comme mort dans la réalité psychique interne peut **renaître**, si les circonstances redeviennent plus favorables. Cela se confirme par ce que l'on peut observer en psychanalyse, qui, lorsqu'elle réussit, est évidemment aussi une expérience de résilience !

A ce sujet, Michel del Castillo précise l'état d'esprit qui était le sien à l'âge où il a écrit son livre : « *A aucun moment, le critère de vérité ne se posait à moi. J'aurais d'ailleurs été bien incapable de la reconnaître. J'étais **perdu** dans ma vie. Je possédais une mémoire presque monstrueuse, laquelle me sauvera du naufrage, et je n'avais, dans le même temps, aucune mémoire organisée. J'avais engrangé chaque détail, chaque lumière, rangé la moindre parole, retenu les noms et les adresses, mais le tout s'entassait dans le désordre, jusqu'à la confusion. J'entendais tout, je ne comprenais rien...**Je doutais de qui j'étais, et si Je existait vraiment*** ». On ne peut mieux dire, par rapport à ce que je décrivais tout à l'heure des processus de prise de conscience de soi, et de la nécessité, pour qu'ils prennent place, d'un environnement suffisamment réceptif aux émotions et aux sentiments de l'enfant pour faire renaître l'espoir en lui.

4 – Survie ou Vie : redécouvrir la Joie de Vivre .

Dans l'introduction du « *Merveilleux malheur* » (p. 10 et 11), Boris Cyrulnik rappelle les principaux mécanismes et « facteurs de protection » de la résilience, tels qu'ils ont été décrits par divers auteurs depuis 1990 : le clivage, le déni, la rêverie, l'intellectualisation, l'abstraction et enfin l'humour. Je pense qu'il faut distinguer, dans cette énumération, deux catégories très différentes de défenses : celles que je nomme des **défenses de survie**, comme le clivage et son corollaire le déni, qui, avec l'idéalisation, sont les défenses de la position schizo-paranoïde de Mélanie KLEIN. Ce sont des défenses contre l'excès intolérable de la souffrance psychique, je les ai décrites comme protégeant la survie mais au prix d'entraver la vie. C'est pourquoi on ne peut les considérer comme une étape « normale » du développement.

Il existe d'ailleurs d'autres formes de défenses de survie contre la menace d'agonie psychique liée à un noyau de désespoir. Elles ont toutes un caractère commun : le recours à la **violence**, dont c'est la meilleure définition. Car la violence consiste à expulser de soi l'excès de souffrance en le projetant au dehors, pour le faire subir à l'autre, avec lequel ne peut alors s'établir un lien d'amour et de réciprocité. C'est la constatation de cette violence qui a amené Mélanie Klein à décrire l'identification projective, en tant qu'identification **intrusive**, s'accompagnant d'un fantasme très concret d'**emprise** et de **contrôle omnipotent** exercé sur l'autre. Mélanie Klein n'avait vu que l'aspect violent et

pathologique de l'identification projective provoquée par l'excès d'angoisse persécutrice. Bion a plus tard découvert les aspects « normaux » de l'identification mutuelle entre la mère et le bébé, basés sur l'amour et la sécurité, qui permettent le développement de la pensée, comme j'y ai fait allusion plus haut.

La violence a toujours un sens fondamentalement **suicidaire**, car elle a désespéré de l'avenir et, ce faisant, elle l'a par avance détruit ! Parmi les autres défenses de survie que la clinique, malheureusement, nous enseigne, il faut citer le **négalivisme** qui, en l'absence d'objets suffisamment bons, érige comme bons les mauvais objets et les parties violentes et destructrices du self. Le mécanisme est celui d'une identification primaire au « mauvais » objet, ou **identification primaire à l'agresseur**, en tant que technique de survie pour contrecarrer une dépression suicidaire. Dans ce cas, le sujet rejette son propre self, il se sent étranger à lui-même, forme la plus radicale d'aliénation. Il s'agit alors d'un véritable avortement de l'investissement de soi, qui explique les aspects si paradoxaux de la **haine de soi**, noyau de la paranoïa et base de toute la pathologie mentale, comme j'ai eu l'occasion de le décrire.

Au contraire, la rêverie, l'intellectualisation, l'abstraction et l'humour font partie du **développement normal** dont j'ai parlé tout à l'heure. Ce sont elles qui permettent le travail de reconstruction de la résilience, à condition que le « survivant » aie la chance de rencontrer d'autres êtres humains capables d'amour.

Un peu plus loin, Cyrulnik écrit encore : « *Ce qui nous fascine et enchante notre monde intérieur, c'est la merveille du monde extérieur...La notion de survie implique que l'enfant pense qu'il a failli perdre ce monde et ne plus y être...* »

Je pense aussi que la **capacité d'émerveillement** est une notion très fondamentale. Mais il ne s'agit pas seulement, à mon avis, de l'émerveillement face à la découverte de la beauté du monde extérieur. Je sais bien que Dostoïevski a affirmé que « *la beauté sauvera le monde* », ce que j'espère aussi de tout mon cœur. Mais, pour ressentir un tel affect d'émerveillement, qui est infini comme le monde lui-même, il faut y avoir été **introduit par l'amour humain**. Je pense que cela se réalise sous une forme très spécifique, qui est le développement de ce que je nomme la « **Joie de Vivre** ». J'entends maintenant par là un accomplissement très profond et infiniment puissant, qui, lorsque les conditions sont « suffisamment bonnes », commence **dès le premier échange de regard** entre le nouveau-né et sa mère et fonde le tout début de l'introduction du nouveau-né dans le monde humain, de son « humanisation ».

En effet, nous avons aujourd'hui de multiples preuves, directes et indirectes, du fait que la naissance de la vie psychique accompagne

immédiatement la naissance à proprement parler. Nous en connaissons mieux les secrets, qui résident essentiellement dans la **qualité de l'accueil affectif** que reçoit le bébé à sa naissance. En effet, le bébé vient de passer, c'est évident, par des moments difficiles, il ne sait pas s'il va **survivre** à l'épreuve, il peut subir de vrais traumatismes massifs, comme le danger d'asphyxie ou d'un excès de stress qui peut être mortel, etc. ... Mais on peut dire que lorsque ces dangers ont été surmontés et qu'il est enfin là, présent au monde, tout peut être immédiatement oublié car il est maintenant et immédiatement tout entier orienté vers ce monde extérieur qui lui est totalement inconnu et vers lequel il tourne une immense curiosité. Curiosité d'autant plus intense qu'il **sait**, si je puis dire, **ce qu'il cherche** : on a longtemps cru que c'était purement et simplement le sein, mais celui-ci est presque secondaire, à ce premier moment. Ce nouveau-né ne va pas immédiatement mourir de faim ! Non, il a mieux à faire. Tous ceux qui ont accueilli un nouveau-né le savent, ils l'ont **vu** et cela ne s'oublie pas, **le premier regard** d'un nouveau-né : ce qu'il cherche avant tout, ce bébé, c'est un **regard humain**, et, bien sûr, tout spécialement celui de sa mère, dont il a mémorisé des tas d'aspects, sa voix, son odeur, sa chaleur . . . mais il ne l'a **jamais vue**. D'ailleurs, ses yeux peuvent voir maintenant, avant ils étaient sans doute déjà fonctionnels, mais dans le noir il n'y avait rien à voir, alors à quoi bon ? Maintenant, c'est tout différent, il y a **tout** à voir.

Nous avons pu assister, à Paris, à la communication d'un gynécologue obstétricien belge, le Dr Pierre ROUSSEAU, qui a présenté le film de nombreuses naissances où l'on pouvait observer ces premiers échanges de regard entre le bébé et ses parents. Et l'on voyait très bien que, si la mère était mal installée, n'arrivait pas à croiser suffisamment son regard avec son bébé, celui-ci n'était pas content, il pouvait se mettre à hurler et une seule chose pouvait alors le calmer : croiser enfin le regard de sa mère !

Mais que cherche le bébé dans les yeux de sa mère ? Nous le savons tous, car nous l'avons tous vécu : le nouveau-né y cherche sa propre image, car pour **créer et investir une image de soi**, on a besoin de l'image de soi que l'on découvre dans le regard de l'Autre.

Le bébé cherche donc sa propre image dans les yeux de sa mère, mais pas n'importe laquelle ! Vous savez ce qu'il attend qu'elle lui dise : "Comme tu es beau ! Tu es le plus beau bébé qui ait jamais existé ! Tu es le plus beau bébé du monde !" **Et c'est vrai!** Voilà pourquoi Léonard de Vinci a dit que les yeux sont les fenêtres de l'âme! Et, réciprocité oblige, le bébé ne sera pas en reste, sa maman sera aussi la plus belle maman du monde !

L'important, c'est bien la **beauté de la rencontre** entre les capacités d'amour à l'état naissant du bébé et celles de sa mère, elles-mêmes contenues par l'amour du père. C'est le psychanalyste anglais Donald METZER qui a redécouvert ce que les mères ont toujours su intuitivement : la tonalité très fortement esthétique de cette première rencontre qui se fait sous le signe de

l'amour primaire, et que je nomme, pour cela, « **expérience esthétique primaire** » . Elle correspond à la phase de « préoccupation maternelle primaire » de Winnicott, mais à laquelle il faut ajouter la **réciprocité**, sans laquelle il n'y aura pas de véritable rencontre.

L'intensité et les caractères spécifiques de la rencontre primaire en font aussi le prototype de la **passion**, dont le biologiste Jean-Didier VINCENT nous a rappelé qu'elle est « *le propre de l'homme* ». Elle s'accompagne du même sentiment d'**émerveillement** qui est celui de l'état amoureux, comme aussi celui qui inspire les contes et les mythes, et dont la **création et la découverte** semblent aussi nécessaires à la vie psychique des bébés humains qu'à l'âme collective des peuples. En outre, elle fonde la **sécurité de base** de l'être, qui en a un immense besoin pour pouvoir, le plus rapidement possible, développer le sentiment de son autonomie. Elle est, enfin, le facteur central de la **transmission** intergénérationnelle, aussi bien individuelle que collective et culturelle, par laquelle l'expérience humaine est conservée et propagée dans le temps.

Nous avons vu que c'est ainsi que Tanguy vit ses rencontres avec ses tuteurs de résilience, amis, professeurs, oncle et tante, avec, à chacune d'elles, une véritable **re-naissance** de sa joie de vivre retrouvée. Je suis certain que c'est celle-ci qui est le facteur fondamental de sa résilience, car s'il a aussi découvert la haine au centre de redressement de Barcelone, comme je l'ai rappelé, elle n'a pu lui servir qu'à mieux connaître l'objet de sa haine, mais en rien pour découvrir et connaître l'objet de son amour.

CONCLUSIONS

De la résilience à la bien-traitance :

TRANSMETTRE L'ESPERANCE

Au cours de ma carrière de psychiatre et de psychanalyste, je me suis peu à peu aperçu que la perspective théorique dans laquelle j'avais été formé restait beaucoup trop axée sur la psychopathologie et les forces qui **entravent** le développement, et pas suffisamment sur les forces qui **permettent** le développement de l'Être Humain. Si bien que la théorisation psychanalytique « classique », comme on dit, des stades de développement de la libido dans le cadre strict du complexe d'Œdipe et du complexe de castration, ainsi que de la double polarité instinctuelle, instinct de vie et instinct de mort, devait être corrigée et complétée par les théories kleiniennes et post-kleiniennes qui faisaient intervenir la relation d'objet dès le premier jour de la vie et

rétablissaient un équilibre plus satisfaisant entre le rôle des pulsions libidinales et celui des pulsions destructrices.

Mais ce fut seulement avec la notion des aspects « normaux » de l'identification projective mutuelle entre la mère et le bébé, qui permit à BION d'élaborer le développement de la première théorie psychanalytique de la pensée, à laquelle j'ai fait allusion, que le rôle de l'environnement dans le développement a repris une place autre que celle de barrières opposées par le traumatisme au déferlement instinctuel, à laquelle il avait été cantonné depuis l'abandon par Freud de sa première théorie de la séduction au profit de la découverte du fantasme inconscient. Par ailleurs, l'observation directe des relations précoces entre le bébé et son environnement a introduit des données entièrement nouvelles, comme la découverte des compétences inattendues du nouveau-né et de la nature et de la complexité des interrelations affectives précoces qui se nouent entre le bébé et son entourage. Actuellement, il ne s'agit plus seulement de la naissance, la vie pré-natale elle-même, scrutée par l'approche haptonomique de la grossesse et par l'échographie, vient enrichir le concept nouveau de « périnatalité ».

C'est dans ce contexte en pleine évolution qu'est né le concept de « résilience » qui met au premier plan non plus seulement « les dégâts », la psychopathologie, mais « les processus de réparation ». Il en ressort, comme j'ai essayé de le montrer, que ces processus de reconstruction après de graves traumatismes ne sont pas différents des processus normaux du développement tels que nous pouvons aujourd'hui les appréhender dans toute leur complexité. Ils peuvent donc nous aider à les comprendre. C'est ainsi que la description des mécanismes de la résilience vient confirmer les hypothèses les plus récentes sur le rôle énormément plus grand de l'environnement et de son intrication avec le développement pulsionnel, que n'avaient pu le concevoir les pionniers de la psychanalyse. Cela confirme aussi la nécessité que j'avais découverte en travaillant sur la souffrance et la croissance psychiques, de distinguer plus clairement les défenses de survie des mécanismes « normaux » du développement. Les mécanismes de la position schizo-paranoïde de Mélanie KLEIN, le clivage, le déni et l'idéalisation, ne peuvent plus être considérés comme appartenant à un stade normal de la vie psychique, mais comme des défenses de survie contre le désespoir de ne pas pouvoir se développer, face à un manque intolérable de sécurité. Donald MELTZER avait commencé à le comprendre avec la découverte de la tonalité foncièrement esthétique des toutes premières interrelations affectives, nécessaire à la naissance psychique du nouveau-né et à l'établissement de la sécurité de base qui assure son sentiment d'identité existentielle.

L'introduction plus récente encore, à Paris, du concept de « **Bien-Traitance** », par la psychologue clinicienne Danielle RAPOPORT, se situe dans la même direction. Elle est l'auteur, entre autres ouvrages, du livre récent « *La*

bien-traitance envers l'enfant : Des racines et des ailes » (Ed. Belin, Paris, 2006) et elle souligne (je la cite), que « *l'épanouissement de l'enfant se construit sur quelque chose de plus que l'absence ou l'éradication de toutes les maltraitances répertoriées* ». Ce « **quelque chose de plus** » a besoin d'être mieux connu, il n'avait jusqu'ici été exploré que par la philosophie et les arts. Nous commençons à en entrevoir de nouvelles méthodes d'étude, plus proches de la connaissance scientifique, et qui peuvent nous en apprendre davantage sur les mystères de la condition humaine et, peut-être, de sa place particulière dans la Vie et dans l'Univers. Je pense que c'est tout à fait ce que l'écrivain et philosophe français Michel SERRES tente de cerner, dans ses derniers écrits, sous le nom d' « hominescence ».

En octobre dernier, se sont tenues à Paris des Journées d'études intitulées « *Naître, Grandir, Se construire : la bien-traitance interrogée* » (site internet: [www. bientraitance.com](http://www.bientraitance.com)). Elles réunissaient des spécialistes de l'enfance de nombreuses disciplines, qui ont mis en commun leurs observations, dans une atmosphère très enthousiaste. Dans son introduction, Danielle Rapoport disait : « *Cette nouvelle notion réintroduit la dimension de la tendresse et de l'émerveillement que tout enfant est en droit d'attendre pour grandir dans la confiance en soi et en l'autre, dans le désir d'apprendre, de découvrir, de se construire* ». J'ai eu, quant à moi, l'honneur de parler, en conclusion de ces journées, du rôle de la Joie de Vivre dans le développement de Soi. Je pense, effet, comme j'ai essayé de le montrer aujourd'hui à propos de la résilience, que la Joie de Vivre est un accomplissement créé par l'interrelation suffisamment harmonieuse entre le nouveau-né et son entourage et que c'est elle qui fonde la sécurité de base de l'Etre, dont celui-ci aura besoin la vie durant. Ainsi peut se transmettre l'Espérance, celle d'être capable d'affronter les chocs des changements et des pertes plus ou moins graves qu'implique toute évolution.

Jean Bégoïn
7, rue d'Anjou
75008 PARIS

