

Thierry Gaillard

L'INTÉGRATION TRANSGÉNÉRATIONNELLE

**ces histoires qui hantent
le présent**



GENESIS

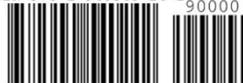
Cet ouvrage montre à quel point l'analyse transgénérationnelle peut éclairer notre présent en dévoilant les héritages inconscients laissés par nos aïeux. En effet, à défaut d'en être conscient, nous sommes influencés par leurs histoires non terminées, lesquelles peuvent se transmettre sur plusieurs générations. Comme l'expérience thérapeutique en témoigne, l'analyse transgénérationnelle peut dévoiler le sens profond de nombreuses difficultés, pour les intégrer, et éviter de les transmettre aux prochaines générations.

En plus de certaines notions classiques en psychologie des profondeurs, en particulier les mécanismes de transfert, l'auteur se réfère au savoir des Anciens pour mieux comprendre les lois transgénérationnelles. Il analyse le modèle de guérison transgénérationnelle qui sous-tend l'œuvre de Sophocle sur Œdipe, expliquant enfin la glorieuse apothéose d'Œdipe à Colone. En associant les connaissances anciennes et des exemples de thérapies contemporaines, l'auteur nous présente toute l'étendue et toute l'importance des dynamiques transgénérationnelles.

(Une édition simplifiée de cet ouvrage, pour tout public, est parue sous le titre : Intégrer ses héritages transgénérationnels.)

Thierry Gaillard est un chercheur et psychothérapeute spécialisé en psychologie des profondeurs, intégration transgénérationnelle et herméneutique. Dans ses livres, il propose des synthèses entre les pratiques ancestrales et contemporaines. Il a créé une collection d'ouvrages collectifs et dirige le *Centre Hermès* à Genève.

ISBN 978-2-940540-24-2



9 782940 540242

Du même auteur

- **À propos de la métamorphose d'Œdipe en héros de Colone**, un modèle de thérapie transgénérationnelle.

- **Sophocle thérapeute**

La guérison d'Œdipe à Colone.

- **Intégrer ses héritages transgénérationnels**

Une synthèse des pratiques anciennes et modernes.

- **L'autre Œdipe**

De Freud à Sophocle.

- **Ouvertures**

Articles et clés d'interprétation.

En anglais :

- **Œdipus Reborn**, *Ancient Tradition et Transgenerational Perspectives*, Ecodition, 2014.

- **Heal Yourself Unveiling Your Hidden Heritage**, Ecodition, 2019.

GENESIS Éditions

18, rue De-Candolle, 1205 Genève, Suisse

www.genesis-editions.com

(2005, Première édition chez Yvelinédition, sous le titre

« L'introjection et le transgénérationnel »)

2018, quatrième édition augmentée

© 2020, Le visible et l'invisible SARL. Tous droits réservés.

ISBN : 978-2-940540-24-2

Thierry Gaillard

**L'intégration
transgénérationnelle**

Ces histoires qui hantent le présent

GENESIS EDITIONS

Sommaire

Avant-propos de l'auteur

Introduction	9
I. Le transgénérationnel	23
1.1. Une ancienne science	
1.2. Répétitions significatives	
1.3. L'aliénation moderne	
1.4. Au-delà du temps, être plus présent	
II. L'intégration	61
2.1. Exemples d'intégration	
2.2. Intégration et présence	
2.3. Du symptôme au symbole	
2.4. La filiation fertile	
2.5. Synthèse	
III. La nécessité transférentielle	103
3.1. Une source d'aliénation	
3.2. Le transfert	
3.3. Le « passé non passé »	
3.4. Le transfert de Laïos sur Œdipe	
IV. Face à la nécessité transférentielle	119
4.1. Le <i>style nirvâna</i>	
4.2. La <i>persona</i>	
4.3. Synthèse	

V. L'intégration, entre aliénation et connaissance de soi	175
5.1. Une phénoménologie de l'intégration	
5.2. L'intégration du <i>style nirvâna</i>	
5.3. L'intégration de la <i>persona</i>	
5.4. Synthèse	
VI. L'intégration transgénérationnelle selon Sophocle	209
6.1. Du côté des Anciens	
6.2. Les anciens mythes de la fertilité	
6.3. La naissance du sujet chez Œdipe	
Conclusion	265
1. L'oubli du sujet	
2. La renaissance du sujet	
3. Vers une herméneutique du sujet	
4. Synthèse de conclusion	
Annexe	283
Résumé de <i>Œdipe-roi</i> , <i>Œdipe à Colone</i> et <i>Antigone</i>	
Glossaire	291
Aliénation - Le <i>Ça</i> , le <i>Moi</i> et le <i>Surmoi</i> - La phénomé- nologie - Le fétichisme - L'œdipianisation - Le positivisme - De l' <i>ipsé</i> et de l' <i>ipséité</i> .	
Bibliographie	299

Avant-propos de l'auteur

L'écriture de *l'intégration transgénérationnelle* se sera faite en plusieurs étapes. Elle commence en 2003 avec un cours donné à des psychologues sur « les liens transgénérationnels » et conservera l'arrière-fond pédagogique de la première heure. Le texte s'étoffe progressivement pour aboutir à la perspective d'ensemble présentée dans cette nouvelle édition. Pour un public élargi, une version moins théorique et raccourcie de ce texte a été éditée (également aux éditions Écodition) sous le titre : « Intégrer ses héritages transgénérationnels ».

Pour la présente version, le style s'apparente à la tradition hermétique, qui traite de ce qui se trouve derrière les apparences. Il s'agit en effet de dévoiler les choses plutôt que de les expliquer. Une approche qui réclame du lecteur un minimum d'interprétation, la mobilisation de ce que j'appelle le sujet en soi. Par des répétitions, des références croisées, *L'intégration transgénérationnelle* engage un mouvement en spirale au-delà de la seule rationalité.

Dans la mesure où *l'Intégration transgénérationnelle* explore de nouvelles pistes, mon propos est d'emblée pluridisciplinaire. Il s'écarte des dogmes propres à chaque domaine sans jamais prétendre être exhaustif. Mon objectif est plus synthétique, orienté vers une pratique thérapeutique plutôt que d'alimenter la rhétorique académique.

À la fin de sa vie, Freud avait indiqué la présence de « traces mnésiques » provenant des générations antérieures. Mais ses disciples n'ont pas exploré cette voie. Rétrospectivement, cela s'explique par la difficulté à reconsidérer certains fondements psychanalytiques, notamment en ce qui concerne l'interprétation du mythe d'Œdipe. Or précisément, les nouvelles perspectives que je présente dans mes livres

découlent de la découverte d'une trame transgénérationnelle qui sous-tend l'œuvre de Sophocle, ce qui nous permet d'accéder à une nouvelle compréhension du mythe d'Œdipe. Comme je le détaillerai, la tragédie d'Œdipe et sa fin glorieuse à Colone nous offrent un formidable modèle de guérison transgénérationnelle. Un modèle qui nous permet à la fois d'approfondir nos connaissances en psychologie des profondeurs et de redécouvrir la pertinence d'anciens savoirs traditionnels pour les pratiques thérapeutiques contemporaines.

Cet ouvrage est le deuxième d'une série de quatre livres¹ consacrés à ma relecture transgénérationnelle du mythe d'Œdipe.

Thierry Gaillard, août 2018

¹ Les trois autres sont : *La renaissance d'Œdipe à Colone*, *L'autre Œdipe* et *Sophocle thérapeute*, tous parus chez Ecodition éditions.

*Un homme sans ancêtres
est un arbre sans racines,
un ruisseau sans source.*

Proverbe chinois

Introduction

En plus des aspects physiques, comme la couleur des cheveux ou la morphologie, ce sont aussi des traits de caractère, des aptitudes particulières, des talents artistiques, qui semblent parfois se transmettre sur plusieurs générations. Mais aujourd'hui, nous découvrons qu'il y a encore bien d'autres choses, plus invisibles de prime abord, qui se propagent entre les générations. L'expérience thérapeutique, par exemple, a montré que des problématiques existentielles, des difficultés et des symptômes de tout ordre se transmettent dans une même lignée familiale. Certaines « histoires non terminées » perdurent même si les générations défilent. Sans même en avoir conscience, les nouvelles générations sont répétitivement confrontées aux conséquences des vécus non intégrés par leurs aïeux, oubliés ou refoulés. Nous retrouvons ainsi au niveau familial la même répétition que Winston Churchill observait à l'échelle collective : « un peuple qui oublie son passé se condamne à le revivre ».

Depuis les années 1980, les analyses transgénérationnelles - et nous en verrons des exemples tout au long de cet ouvrage - ont dévoilé ce rapport entre des événements non intégrés par

des aïeux et toutes sortes de symptômes chez les descendants. D'inexplicables difficultés se répètent, des situations incompréhensibles se reproduisent, jusqu'au jour où nous parvenons à les associer avec ce qu'il convient d'appeler des héritages transgénérationnels inconscients.

Si certains héritages sont parfaitement explicites, il y en a donc d'autres, d'une nature plus profonde et plus puissante, qui se cachent derrière les apparences. Ces héritages transgénérationnels proviennent en particulier d'un manque d'intégration de vécus conflictuels, des traumatismes, des ravages des guerres, des secrets (de filiation notamment), des deuils non faits, etc. qui affectent les familles, les collectivités, voir toute une culture. Ces manques d'intégration engendrent toutes sortes de mécanismes de défenses, notamment des refoulements et des dénis. Ceux-ci se rejouent sur l'entourage, et en particuliers avec les descendants. Comme nous l'analyserons en détail, c'est ainsi que, de manière inconsciente, les conséquences d'expériences de vie non intégrées se répercutent sur plusieurs générations, parfois de manière amplifiées, d'autres fois atténuées. Ainsi, et conformément au vocabulaire employé dans la littérature spécialisée, il s'agit de bien différencier les héritages *transgénérationnelles*, qui sont inconscients, involontaires et potentiellement pathologiques, des héritages *intergénérationnels* lesquels sont volontaire, conscients, verbalisés et verbalisables parce que intégrés par ceux qui les transmettent.

Ces phénomènes transgénérationnels étaient déjà connus des anciennes civilisations dites traditionnelles et jusqu'à l'Antiquité. Par exemple dans les premières sociétés chamaniques elles existent comme une « maladie des ancêtres ». Plus tard, les anciens Grecs invoquaient une loi non écrite, l'*ate*, pour expliquer de quelle manière des dettes morales, contractées par la faute d'un aïeux, pouvaient se transmettre sur plusieurs générations.

Pendant près de deux millénaires nous avons perdu cette conscience des héritages transgénérationnels. Comment ne pas revenir sur ce patrimoine refoulé et oublié lorsque l'on prétend, en thérapie, guérir des personnes des conséquences d'un même refoulement et oubli de ce qui est arrivé à un ou plusieurs de leurs aïeux ? Le développement de nos connaissances en psychologie des profondeurs, la mise à jour de l'inconscient, et finalement les analyses transgénérationnelles, nous permettent aujourd'hui de prendre la mesure du refoulement de ces anciennes connaissances et de les redécouvrir. Comme bon nombre de connaissances dites « traditionnelles », nous comprenons que cette ancienne conscience du transgénérationnel fut refoulée avec le développement de notre civilisation dite moderne. Ce n'est qu'aujourd'hui, pour mieux répondre à certains besoins thérapeutiques, que nous redécouvrons l'importance de ces transmissions inconscientes entre les générations.

Les analyses transgénérationnelles nous ont appris que notre inconscient ne se rapportait pas à notre seule histoire personnelle, mais également aux vécus non intégrés par nos parents, par nos grands-parents, par nos aïeux et plus fondamentalement encore par notre culture. Que nous le voulions ou pas, nous sommes nécessairement les héritiers d'un « passé non passé », resté présent d'une manière ou d'une autre dans nos vies. Nos symptômes et nos destins nous confrontent à des histoires qui ont commencé bien avant notre naissance.

Une trentaine d'années après les psychologues des profondeurs, les sciences dures démontrent elles aussi, chiffres et statistiques à l'appui, l'existence de ces héritages. Des études sur l'ADN en épigénétique ont permis d'associer des vécus problématiques non intégrés par des aïeux, (traumatismes, famines, guerres, etc.), à des difficultés accrues pour leurs descendants.

Au lieu d'être les jouets et les victimes de ces héritages, serait-il possible de les intégrer pour être plus soi-même, ou, autrement dit, d'advenir en tant que sujet ? Une question légitime tant il est vrai que notre rapport au monde et nos modes de vie sont en grande partie dépendants d'un bagage et conditionnement familial et culturel dont nous n'avons pas pleinement conscience. Les vécus non intégrés par nos aïeux font aussi partie de ces mémoires collectives et culturelles qui se perpétuent de générations en générations. Conscients et inconscients, ces héritages œuvrent dans notre présent et dans nos destinées, ne manquant pas de nous affecter, transmettant de fausses croyances, des loyautés parfois aliénantes, et laissant nombre d'interrogations sans réponses.

De telles répétitions soulèvent des questions de fond : Ces héritages sont-ils une fatalité de la condition humaine ? Pouvons-nous mesurer l'importance de leurs impacts dans notre vie quotidienne ? Serait-il possible de mieux les comprendre pour, au lieu de les subir passivement, y jouer un rôle actif ? Et, dans l'affirmative, de quelle manière ?

Tout n'est pas prédéterminé

S'il existe des liens et dépendances envers nos héritages inconscients, nous ne pouvons pas pour autant simplement réduire l'être humain à sa propre préhistoire. Il existe aussi une partie de soi qui reste indépendante de nos héritages inconscients, aussi importants fussent-ils. Assurément, nous ne sommes pas juste le fruit de nos conditionnements. Impossible de réduire une personne à la somme de ses expériences passées, les siennes, celles de ses parents et des autres ancêtres. Une part de nous, celle qui existe dans l'instant présent, reste indépendante de ces héritages, fussent-ils inconscients. Il s'agit du sujet en soi, une partie de soi inaliénable et inaliénée, qui se caractérise par sa capacité à se rapporter à l'instant présent. Cette compétence (potentielle)

permet au sujet de faire primer le présent sur le passé, offrant de réécrire l'histoire et de nous approprier nos héritages en les faisant siens. C'est là le sens de cette célèbre phrase de Goethe : « Ce que tu as hérité de tes ancêtres, acquiers-le pour le posséder. » Autrement dit, l'homme a le choix entre être possédé par ses héritages, ou, en les intégrant, de les retourner à son profit. Vincent De Gauléjac résume aussi cette même idée : « l'individu est le produit d'une histoire dont il cherche à devenir le sujet. »

Ce projet d'intégration d'un bagage personnel, familial et culturel, nous renvoie au but de cet ouvrage ; répondre à la question : comment intégrer ses héritages transgénérationnels inconscients ?

D'une certaine manière, le fait de prendre conscience de nos héritages transgénérationnels constitue déjà un premier pas vers un processus d'intégration. En les reconnaissant nous nous découvrons aussi une partie de soi en manque d'advenir, restée dans l'ombre de nos héritages transgénérationnel. La psychologie des profondeurs a pour but d'éclairer autant les parts d'ombres, notamment nos aliénations inconscientes, que cette autre part de nous-même qui demande à advenir, le sujet en soi. Voilà précisément ce dont il est question dans le fameux percept Grec : « connais-toi toi-même », c'est-à-dire « découvre celui que tu es au fond de toi, au-delà de tes aliénations ». Comme je le développerais tout au long de mon analyse, seul ce sujet en soi peut inverser, de passive à active, notre relation à l'égard de nos héritages transgénérationnels. Nous comprenons ainsi qu'une émancipation de nos héritages transgénérationnels s'accompagne simultanément d'un processus d'advenir sujet et d'une meilleure connaissance de soi.

Pour décrire ce développement (personnel), ou cette évolution (thérapeutique), je propose d'employer le terme

« d'aliénation¹ » pour distinguer l'état d'une personne tributaire de son bagage inconscient, d'un autre état dans lequel la personne n'en serait plus dépendante. La définition étymologique du mot « aliénation » correspond parfaitement bien à cette problématique. Ce mot provient du latin *alienure*, « rendre autre » ou « rendre étranger » à soi-même. Il désigne un « état où l'être humain est comme détaché de lui-même » et, dans un sens plus général, la « perte par l'être humain de son authenticité ». Comme nous le verrons dans les exemples de thérapie, c'est en effet bien ce qui se produit lorsqu'une personne se retrouve sous l'emprise de ses héritages transgénérationnels, incapable d'être véritablement elle-même.

Intégrer ses aliénations et advenir sujet

Le rôle du sujet en soi est ici essentiel pour permettre l'intégration de nos héritages transgénérationnels plutôt que de les subir. Comme nous le verrons, le processus d'intégration et d'émancipation de nos aliénations s'accompagne simultanément d'un rapprochement vers soi-même. Depuis toujours, ceux qui se disent amis de la vérité, c'est-à-dire les pré-philosophes, suivent cette route de la connaissance du sujet en soi, découvrant les origines de leurs aliénations dont ils s'émancipent comme s'ils franchissent de célestes cols alpins. Avec eux, nous devrions aussi nous interroger sur ce qui nous appartient en propre, c'est-à-dire ce qui relève du sujet en nous, qu'il faudrait distinguer de ce qui provient de notre entourage, familial et culturel.

Dans cette perspective, la question de savoir jusqu'à quel point nous sommes conditionnés est légitime, salutaire parfois. Nos héritages nous servent-ils, ou, au contraire, ne limitent-ils pas le développement de notre potentiel ? Du reste, quelle est la marge de manœuvre d'un individu, nécessairement influencé

¹ Voir la définition complète de l'aliénation dans le glossaire.

par son contexte familial, social et culturel ? Sommes-nous animés par des valeurs impersonnelles inconsciemment assimilées ou percevons-nous les désirs du sujet logé au fond de soi, la partie la plus authentique de nous-mêmes ? Enfin, comment revenir à soi-même sans nous couper de nos origines et des autres ?

Depuis Freud les psychanalystes ont constaté que les événements tragiques (guerres, abus, déportations, etc.) affectent tous les descendants des personnes impliquées, criminelles ou victimes. Il est bien compréhensible que confrontés à des situations dites « inhumaines », des individus soient amenés à substituer au processus sain d'intégration psychologique des mécanismes de défense archaïques qui dénie, refoulent ou occultent les vécus insupportables. Mais ce faisant, l'impact émotionnel et psychologique qui leur est associé n'est pas intégré. Le soi-disant passé, resté en suspens, ne rejoint pas vraiment l'histoire. Il ne s'écrit pas au passé, mais reste bien présent, surtout s'il est devenu inconscient. Ces manques d'intégration restent chargés d'émotions qui se rejouent dans les relations avec l'entourage et plus particulièrement avec les enfants. Autrement dit, les événements non intégrés psychologiquement, et que l'on ne saurait évoquer sans déni ni malaise, conservent une charge pathogène potentiellement aliénante.

Peter Sichrovsky a récolté de nombreux témoignages des enfants ayant hérités des événements non intégrés de leurs parents. Ainsi, un fils d'officier allemand explique les manifestations de son aliénation transgénérationnelle : « La faute me poursuit vous savez. Et celui qui est coupable finit toujours par être puni. Si ce n'est pas ici et maintenant, ce sera en d'autres temps, en d'autres lieux. Mais elle finira par me rattraper. Je ne lui échapperai pas. Vous ne saurez rien de moi, Rien, pas un mot. Ce qu'ils ont fait restera un secret. Personne ne doit le savoir. Leurs actes, ou plutôt leurs

exactions, ne devons jamais être mentionnés nulle part. Mes parents, ils brûlent en enfer. Ils sont morts depuis longtemps ; pour eux c'est fini. Et moi ils m'ont laissé. Né coupable, condamné à vivre coupable. Les rêves c'est ça le pire. Ils viennent sans cesse me hanter la nuit. Toujours le même rêve. Je le connais comme un film que j'aurai vu cent fois. Ils m'arrachent du lit, me traînent hors de la chambre, me tirent dans l'escalier et me poussent dans une voiture. Des hommes en uniforme rayé. La voiture fonce à travers la ville. J'entends des bruits de l'extérieur. Des gens crient "hourra ! ", hurlent, braillent.[...] J'ai du mal à respirer, ma gorge se noue. Je me précipite sur la porte, je tente de l'ouvrir. Je la secoue, je crie, les yeux me brûlent ; puis je me réveille. »²

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

Marc Wolynn veut en savoir plus et lui demande de quelle manière elle a prévu de se tuer. Gretchen dit qu'elle va

² Peter Sichrovsky (1987), *Naître coupable, naître victime*, Maren Sell, Paris, p. 39.

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

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

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

disparus de sa famille. Elle s'est également rendu compte qu'elle avait hérité des pulsions suicidaires de sa grand-mère.

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

Qu'est-ce que l'intégration transgénérationnelle ?

Pour le dire simplement, l'intégration transgénérationnelle correspond à un travail de désaliénation. Il s'agit d'un travail de clarification des héritages transgénérationnels inconscients. Simultanément, la part de soi qui fait ces clarifications, c'est-à-dire le sujet en soi qui fait ces prises de consciences transforme son rapport à ces héritages pour les faire entrer dans l'histoire. La définition de l'intégration transgénérationnelle porte sur plusieurs niveaux ; épistémologique, historique et thérapeutique.

I : Au niveau épistémologique

1. L'intégration transgénérationnelle suppose une connaissance approfondie de la psyché, notamment de ses aspects symboliques, non rationnels et inconscients. Elle porte sur la connaissance de soi et sur les conditions pour qu'un sujet puisse advenir. Il s'agit d'une approche phénoménologique.
2. L'intégration transgénérationnelle porte sur la connaissance des lois transgénérationnelles. Elle analyse les lacunes d'intégration à l'origine des transmissions, les mécanismes de transferts, les enjeux de leurs héritages, et, finalement, le travail d'intégration.

II : Intégration d'une historique des connaissances

1. Le transgénérationnel n'est pas une découverte contemporaine, mais une science ancienne refoulée avec et par le développement de notre civilisation moderne.
2. Tout comme en thérapie il s'agit de guérir des manques d'intégration dans l'histoire de la famille (son impensé généalogique) il s'agit de re réapproprier un savoir ancestral pour le réactualiser. La restauration de cette filiation garantit l'intégration de ce patrimoine, sa réactualisation et sa transmission. Ici le progrès des connaissances ne dépend pas d'une opposition à des savoirs jugés dépassés (comme c'est la tendance « moderne »). Plutôt que de continuer à opposer les savoirs anciens et modernes, ceux-ci s'enrichissent alors mutuellement.
3. De l'importance de ne pas de se couper de ses racines, pour, au contraire, nourrir un lien avec des origines intemporelles (dans le vivant de l'instant présent).

III. Renouvellement des méthodes

1. Il n'existe pas à proprement parler de méthode définitive pour l'intégration transgénérationnelle. La méthode est à inventer à chaque fois, dans chaque cas particulier et dans l'instant présent, en fonction de la demande et de son contexte. Cette inventivité procède d'un véritable savoir-faire, à même d'articuler connaissances de la psyché, lois transgénérationnelles et situation présente.
2. Il existe de nombreux outils susceptibles de soutenir le travail d'intégration, en particulier l'établissement de son arbre généalogique.

La définition de l'intégration transgénérationnelle s'articule autour de ces trois dimensions (épistémologique, intégration d'une historique des connaissances, réactualisation et invention des méthodes). Cette démarche multidimensionnelle donne son arrière-fond aux analyses qui vont suivre, parfois de manière explicite, parfois de manière implicite. Par exemple lorsque dans une même analyse j'associerai des éléments de la culture traditionnelle et mythologique à des exemples thérapeutiques contemporains pour mieux éclairer les questions liées au transfert et à ses conséquences.

Les prochains chapitres

À la suite de cette introduction générale, le prochain chapitre proposera de définir plus spécifiquement les phénomènes transgénérationnels. Il s'agira de sensibiliser le lecteur à toute l'étendue de ce nouveau domaine de recherches et d'en préciser quelques caractéristiques.

Je proposerai ensuite, dans le deuxième chapitre, de définir le processus d'intégration. J'aborderai notamment cette question sous l'angle thérapeutique, en analysant la transformation des symptômes en symboles, d'abord en fonction de leurs définitions étymologiques, puis à travers le modèle de transformation de la peste en prospérité que nous propose Sophocle avec son mythe d'Œdipe. Nous pourrions alors mieux comprendre et apprécier la conscience ancestrale du transgénérationnel et toute la question du passage du matriarcat au patriarcat, si important pour les questions de filiations.

Les chapitres suivants approfondiront plus spécifiquement différentes étapes que l'on repère dans les processus de transmission des héritages transgénérationnels. Dans le quatrième chapitre j'aborderai la notion de « nécessité transférentielle » comme d'un principe premier dans les

transmissions d'héritages transgénérationnels. Le cinquième chapitre traitera des réactions de défense face à la nécessité transférentielle. Les questions relatives à la désaliénation seront ensuite abordées dans le cinquième chapitre intitulé : l'intégration, entre aliénation et connaissance de soi.

Le sixième chapitre chapeautera toutes les analyses précédentes. Il sera consacré au modèle d'aliénation et de guérison proposé par Sophocle à propos du « cas Œdipe ».

Enfin, le chapitre de conclusion reviendra sur la question du rôle du sujet en soi pour souligner une dernière fois ce rapport entre l'intégration transgénérationnelle et la connaissance de soi : dès lors qu'elle analyse de multiples formes d'aliénations, l'approche transgénérationnelle nous renvoie d'autant plus à l'importance de la connaissance de soi. L'éclairage transgénérationnel offre de dévoiler le sens profond de certaines situations autrement inexplicables, un gain de conscience synonyme d'une meilleure connaissance de soi.

I

Le transgénérationnel

Lorsque l'on cherche à développer une pratique thérapeutique qui soit crédible, impossible de faire l'économie des connaissances qui l'on précédée et qui l'on rendue possible. Tout comme la clarification de la vie de nos aïeux peut parfois donner du sens à des problématiques actuelles, voyons donc de quelle manière la conscience ancestrale du « transgénérationnel » aura contribué au développement des pratiques thérapeutiques d'aujourd'hui.

L'importance accordée à la filiation remonte très loin dans l'histoire. Les co-auteurs du livre *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*¹, ont montrés de quelles manière les sociétés traditionnelles géraient les héritages transgénérationnels, parfois nommé la « maladie des ancêtres ».

1.1. Une ancienne science

La première référence au transgénérationnel remonte au culte des ancêtres qui se pratiquait bien avant les religions. Une pratique très importante dans les régions d'Asie, Chine,

¹ *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, Th. Gaillard, C. Michael Smith, Olivier Douville, Pierre Ramaut, Elisabeth Horowitz, Iona Miller, Myron Eshowsky, 2016, Ecodition Editions, Genève.

Corée, Japon et Vietnam. Se relier à ses ancêtres était autant une manière de se ressourcer qu'un précieux privilège. Dans une perspective de développement personnel traditionnel, « donner vie à ses ancêtres en soi devient alors une pratique pour soi-même. Une pratique qui, particulièrement dans le chamanisme, s'étend aux animaux, aux végétaux, aux minéraux, toujours dans le but de vivre en harmonie avec toute la création. [...] Des initiations, des rituels, accompagnent ce travail d'intégration, garant d'une vie heureuse et prospère que toutes les traditions ont toujours eu à cœur de protéger. »²

Lorsqu'il fut incorporé au bouddhisme, le culte des ancêtres fut subordonné à de nouvelles règles. En Chine, seul le roi pouvait célébrer ses ancêtres jusqu'à la 7^e génération. Les princes ne pouvaient aller au-delà de la 5^e, les grands officiers la 3^e, et les gens ordinaires n'avaient qu'un seul ancêtre. Quant à l'Empereur, se faisant appeler « Fils du Ciel », il se devait d'honorer le Ciel et la Terre, ses « parents » au sens mythologique et symbolique du terme.

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

Ne pas se couper de ses racines

Pour ces traditions, avant tout, il s'agit de prendre soin de ce rapport intemporel aux sources et à la vie elle-même. Et ceci non pas en retournant dans le passé, mais en l'intégrant de telle sorte que les ancêtres et les origines soient toujours

² Thierry Gaillard (2016), *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.

vivants en soi, dans l'instant présent. Jung abonde dans ce sens : « le centre psychologique de la personne, est le lieu où ses ancêtres se sont réincarnés. »³ Ce rapport intime, ce dialogue avec ses aïeux et ses origines, est ici le gage d'un authentique épanouissement personnel.

Ces traditions ancestrales nous enseignent une première chose essentielle : contrairement à la tendance dans notre culture moderne, il ne s'agit pas de se couper des parents, de se couper de nos racines, mais de les intégrer. Et en effet, que resterait-il d'un arbre privé de ses racines ?

Cette approche traditionnelle mérite d'être prise en compte dans une pratique contemporaine du transgénérationnel. Elle implique de « faire avec » les parties malades des racines, de les guérir le cas échéant, de prendre soin de nos ancêtres dans le but de restaurer nos liens aux origines (parfois relayés par des archétypes du féminin et du masculin, Gaïa et Ouranos, la Terre et le Ciel). C'est précisément pour respecter ce lien aux origines que je parle d'intégration transgénérationnelle et non pas de « libération » transgénérationnelle, qui sous-entendrait une coupure des liens les plus profonds, c'est-à-dire de son rapport aux origines de la vie.

Un exemple tiré de ma pratique thérapeutique illustrera les avantages d'un travail d'intégration qui permet de renouer avec la partie saine de son arbre de famille, au-delà des seules manifestations symptomatiques. André est formateur dans une école de futurs travailleurs sociaux et il a commencé un cursus de formation pour devenir psychopraticien. Il souhaite analyser son histoire, notamment à cause d'un grand-père mort jeune d'un accident de vélo et de son père également mort trop tôt d'un accident de la circulation. À propos de son père, il

³ Carl G. Jung (1998), *Sur l'interprétation des rêves*, Albin Michel, Paris.

évoque des scènes de violence proches du délire. Ancien policier, son père était heureusement du bon côté de la justice. À la mort de sa grand-mère paternelle, André a su rester calme pour désarmer son père prêt à faire usage de sa carabine.... Clairement, dans cette famille, les deuils étaient difficiles à faire, c'est le moins que l'on puisse dire.

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

Pour les arrière-grands-parents et pour la grand-mère de André la liste des morts est longue, comme si les deuils non faits en première instance, obligeait cette famille à en subir d'autres encore. Et, de fait, la grand-mère perdra son mari alors qu'il n'avait que trente-sept ans. Partager le lit de sa

grand-mère l'exposait à toutes ces histoires non-dites. Au cours de la thérapie, tous les fantômes qui hantaient le psychisme de sa grand-mère sont sortis du placard, identifiés, reconnus, et replacés dans l'histoire. André intègre cet historique qu'il ne connaissait pas, il ira aussi se recueillir dans le cimetière familial, dans un esprit d'apaisement pour ses ancêtres, pour lui-même et sa propre famille.

Cette clarification de l'histoire de sa famille, des deuils en souffrance surtout, aura deux conséquences thérapeutiques pour André. Non seulement il comprendra mieux ce qui aliénait sa grand-mère, parfois portée sur la bouteille, et surtout son père, qui exprimait dans ses accès de violence sa confrontation inconsciente à tous ces deuils non faits dans la famille. Comme on peut s'y attendre, quelque chose du rapport à son père va changer. Derrière cette violence et ce besoin de « tuer quelqu'un » qui travaillait tant son père, André peut dorénavant valider et faire siennes certaines des qualités de son géniteur, son autorité naturelle en particulier. Au-delà des symptômes, des qualités sont retrouvées, et avec elles un sentiment de filiation restauré. Car en effet, l'autre bénéfice d'une telle clarification de l'histoire familiale et de ses deuils non faits se trouve dans ce nouveau sentiment pour lui d'être en lien avec ses ancêtres, avec ses origines. Un lien qui prend parfois la forme de synchronicités, d'un rapport à la vie plus inspiré, parfois poétique.

Un tel exemple illustre cette alternative à la coupure des liens, un fantasme typique de notre culture moderne, pour, au contraire, profiter des bénéfiques secondaires que l'on peut retirer d'un travail d'intégration transgénérationnelle ; la restauration des liens aux origines.

Dans la Bible

Didier Dumas⁴ relève de nombreuses références aux phénomènes transgénérationnels dans l'*Ancien Testament*. Par exemple cette transmission transgénérationnelle des conséquences de la faute d'un aïeul dans l'Exode (20,5) : « Je suis l'Eternel ton Dieu, le Dieu fort, qui est jaloux, punissant l'iniquité des pères sur les enfants en la troisième et quatrième génération de ceux qui me haïssent. Et faisant miséricorde en mille générations à ceux qui m'aiment et à ceux qui gardent mes commandements. » Dans la famille d'Abraham, des mensonges (un esprit des mensonges) se transmettent sur plusieurs générations. Abraham ment en prétendant que Sara était sa sœur (Genèse 20 ; 2-5), son fils Isaac ment également en prétendant que Rébecca était sa sœur (Genèse 26 ;7), et finalement Jacob ment aussi pour obtenir la bénédiction de son frère (Genèse 27 ; 20-23). Les transgressions sexuelles aussi se retrouvent sur plusieurs générations lorsque David commet l'adultère avec la femme d'Urie (2 Samuel 11, 2-4), que son fils Amnon commet l'inceste avec sa demi-sœur (2 Samuel 13 ; 10-14), que son autre fils Absalom couche avec les femmes de son père (2 Samuel 16, 22).

Marie Balmory également cite un passage de la Bible relatif aux héritages transgénérationnels, « les pères ont mangé des raisins verts et les dents des fils en ont été agacées »⁵. Dans Saint Jean (9.2), les disciples de Jésus lui posent la question : « Maître, qui a pêché, cet homme où ses parents, pour qu'il soit né aveugle ? » Dans le livre de Job (8.8) l'on peut lire : « Interroge ceux des générations passées, sois attentif à l'expérience de leurs pères. Car nous sommes d'hier, et nous ne savons rien. »

⁴ Didier Dumas (2001), *La Bible et ses fantômes*, Desclée de Brouwer, Paris.

⁵ La Bible, *Ezéchiel* 18, 2 et suiv. *Jérémie* 31, 29.

Dans le premier livre des Rois, au chapitre 20, il est raconté comment Dieu punit Achab, roi de Samarie, à travers sa descendance. Achab qui voulait la terre de Naboth lui dit : « Cède-moi ta vigne pour qu'elle me serve de jardin potager, car elle est tout près de ma maison ; je te donnerai à la place une vigne meilleure, ou, si cela te convient, de l'argent pour sa valeur. » Mais Naboth répondit « Que Dieu me garde de te donner l'héritage de mes pères ! » [...] Alors Jézabel, la femme d'Achab, lui dit : « Est-ce toi qui exerces maintenant la royauté sur Israël ? Lève-toi, prends de la nourriture, et que ton cœur se réjouisse ; je te donnerai, moi, la vigne de Naboth de Jezrahel. » En faisant lapider Naboth sur la base de faux témoignages, Jézabel offre en effet à Achab la vigne qu'il convoitait. Alors par l'intermédiaire d'Elie, Dieu fait savoir qu'il punira le roi et toute sa famille pour le meurtre de Naboth. Mais finalement, devant le repentir sincère du roi, il réduit la peine : « As-tu vu comment Achab s'est humilié devant moi ? Parce qu'il s'est humilié devant moi, je ne ferai pas venir le malheur pendant sa vie ; ce sera pendant la vie de son fils que je ferai venir le malheur sur sa maison. »⁶ Ce passage de la Bible illustre parfaitement un aspect des aliénations transgénérationnelles, où les enfants subissent les conséquences des fautes d'un ou des deux parents.

Représentés de diverses manières, les phénomènes transgénérationnels ont aussi été décrits comme des esprits qui hanteraient les vivants (des possessions), parfois comme des malédictions qui frapperaient plusieurs générations (porteuses de la faute d'un aïeul), ou encore comme des traits caractéristiques d'une famille, d'une ethnie, etc.

À son origine, le système des castes en Indes était destiné à optimiser les compétences qui se transmettent des parents aux enfants. Des pratiques thérapeutiques ancestrales, des

⁶ La Bible, *Premier livre des Rois*, chapitre 21.

réécrits sacrés, ou encore des textes religieux traitent du transgénérationnel, où les liens par le sang étaient chargés de significations et dont la mémoire était sacrée.

L'Antique conscience du transgénérationnel

Avec leurs mythes fondateurs (et en particulier l'œuvre d'Hésiode⁷ sur la naissance des dieux), les anciens Grecs disposaient d'une généalogie symbolique de leurs origines. Un modèle pour leur propre arbre familial qui servait aussi d'enracinement dans la nuit des temps. Ce rapport aux origines avait toute son importance, et par exemple, Hécatee de Milet⁸ prétendait qu'en remontant seize générations, il descendait d'un dieu.

Les anciens Grecs étaient convaincus que les fautes des parents avaient des répercussions sur les prochaines générations. Ils invoquant alors un *até*, c'est-à-dire une malédiction dont le fonctionnement relevait des lois non écrites de la vie, que même les dieux ne pouvaient infléchir.

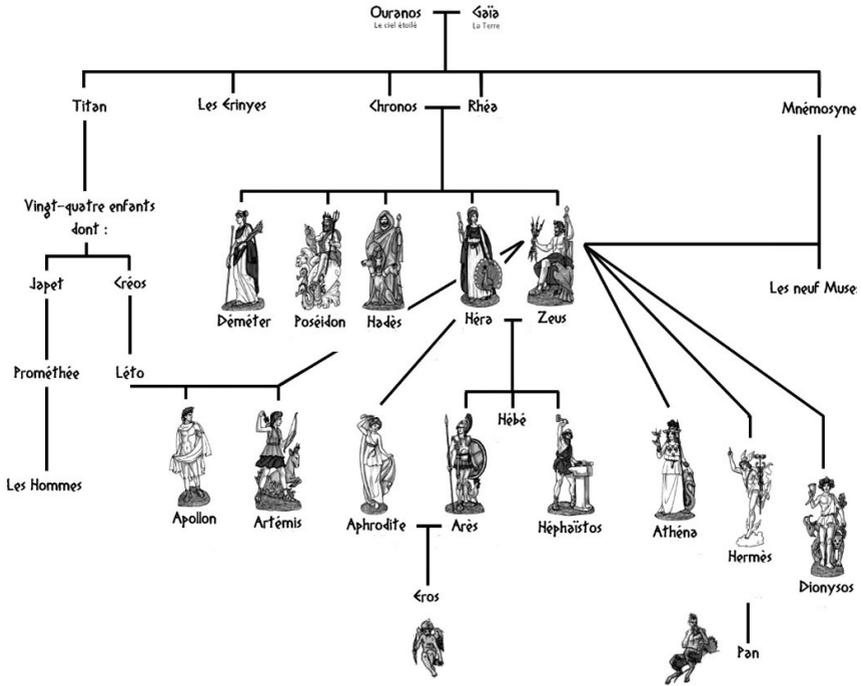
Un passage de l'Iliade⁹ témoigne du respect des liens transgénérationnels chez les anciens Grecs. Sur le champ de bataille pendant la guerre de Troie, Glaucos, qui combat pour les Troyens, rencontre Diomède, un ennemi grec. Mais, s'étant présenté l'un l'autre leur généalogie, les deux hommes découvrent que le grand-père de Diomède, Oinée, a un jour offert l'hospitalité au grand-père de Glaucos, Bellérophon. Ainsi liés par les bonnes relations de leurs grands-pères respectifs, Glaucos et Diomède ne s'affrontent pas mais, au contraire, échangent leurs armes en signe de respect mutuel.

⁷ Hésiode (1999), *Théogonie, les travaux et les jours*, Le Livre de Poche, Paris.

⁸ Hécatee de Milet, écrivain ionien, voyageur, savant, fût un des premiers à dessiner une carte du pourtour Méditerranéen.

⁹ Homère, L'Iliade, Chant VI, v.119 et s.

Généalogie des dieux de l'Olympe



Comme je le développe dans *Sophocle thérapeute*¹⁰ de nombreux Hellénistes ont rendu compte de cette conscience des phénomènes transgénérationnels chez les anciens Grecs. Par exemple, Eric Dodds rapporte que des personnes non coupables, ou non responsables, pouvaient être les victimes héréditaires de *nemesis*. « Théogonis se plaint qu'un système est injuste qui "permet au criminel d'en réchapper tandis qu'un autre subit la punition plus tard" ; Eschyle, si je comprends bien, voudrait en mitiger l'injustice en admettant qu'une malédiction héréditaire pouvait être levée. Si néanmoins ces hommes acceptaient l'idée de la culpabilité héréditaire et de la punition différée, c'est qu'ils croyaient en la solidarité familiale.

¹⁰ *Sophocle thérapeute, la guérison d'Œdipe à Colone*, 2013, Ecodition, Genève.

[...] Cela pouvait paraître injuste, mais cela leur paraissait être une loi de la nature qu'il fallait accepter : la famille était une unité morale, la vie du fils était une prolongation de celle du père et il héritait des dettes morales de son père comme il héritait de ses dettes commerciales. Tôt ou tard la dette exigeait son propre acquittement : comme la *Pythie* le fit savoir à Crésus, le lien causal entre le crime et la punition était *moira*, quelque chose que même un dieu ne pouvait rompre ; Crésus devait achever ou remplir ce qui avait été provoqué par le crime d'un ancêtre, cinq générations avant lui. »¹¹

Modernité et refoulement du transgénérationnel

La thématique transgénérationnelle n'est donc pas une de ces modes qui envahit pour un temps le domaine des sciences humaines. Il s'agit plutôt de la redécouverte d'un savoir longtemps éclipsé.

Le regain d'intérêt que l'on observe aujourd'hui pour les analyses transgénérationnelles nous offre d'émerger d'environ 2400 ans de prédominance d'une mentalité métaphysicienne et « moderne ». Au IV^{ème} siècle avant J.C., alors que naissait le projet démocratique et que s'imposait la philosophie rationnelle, les anciennes connaissances furent mises à l'index. À cause d'une méconnaissance de leurs natures, peu accessible au plus grand nombre, elles furent étiquetées comme étant des pratiques religieuses, ou poétiques, au sens péjoratif de ces termes, c'est-à-dire intangible en apparence. Lors de cette transformation culturelle¹², alors que Sophocle écrivait ses tragédies à Athènes, les traditions orales ancestrales furent progressivement remplacées par un nouvel ordre du savoir, rationalisé et réducteur, dorénavant écrit et simplifié,

¹¹ Eric Dodds (1977), *Les Grecs et l'irrationnel*, Flammarion, Paris, p.43.

¹² J'analyse plus en détail ce changement de culture dans, *Sophocle thérapeute, la guérison d'Œdipe à Colone*, 2013, Ecodition, Genève.

accessible au commun des mortels – démocratie oblige. Les historiens parlent aussi à cette occasion d'un passage du *mythos* au *logos*, c'est-à-dire d'une culture traditionnellement plus symbolique à une culture métaphysique, abstraite et rationnelle. Le savoir religieux, auparavant transmis par le biais de révélations spirituelles, passe alors pour un simple acte de croyance, tandis que le réel se réduit à ce que la raison peut en dire. La condamnation de Socrate, la fin tragique de l'école de Pythagore, (victime d'une vengeance personnelle, de la jalousie et de l'ignorance des villageois voisins), sont des exemples des changements qui s'opèrent à cette époque. Déjà secrète parce qu'associée à des initiations pour lesquelles une préparation était indispensable (vitale parfois), la transmission de ces connaissances se poursuit dans la plus stricte clandestinité pour échapper à l'opprobre fluctuante des nouveaux dirigeants.

L'ère moderne et son rationalisme mesure l'homme à la seule échelle de sa conscience, ce qui est bien réducteur. L'œuvre de Freud aura contribué à nous rappeler que la psyché n'est pas qu'une affaire rationnelle. Ce rappel des réalités non conscientes lui valut de rencontrer d'énormes résistances comme c'est toujours le cas lorsque les forces refoulantes sont provoquées. Quoi qu'on puisse en dire, la psychanalyse aura rétabli dans la conscience collective la nécessité de prendre en compte la présence de l'inconscient, au-delà de la seule raison. Par ses concepts, elle aura réintroduit du langage dans un domaine presque oublié, associant la métaphysique abstraite aux pratiques thérapeutiques. En flirtant avec le sujet en soi, la psychanalyse aura notamment révélé l'importance des processus transférentiels inconscients, réintégré l'art d'une analyse des rêves, le rôle des émotions, des pulsions (énergies), les liens aux parents, à l'entourage et à la culture et mis des

mots sur la libido. Chercheur passionné, Freud¹³ présentait la nécessité d'une analyse des aliénations transgénérationnelles dans son dernier ouvrage : « l'hérédité archaïque de l'homme ne comporte pas que des prédispositions mais aussi des contenus idéatifs des traces mnésiques qu'ont laissé les expériences faites par les générations antérieures. »

Définir le psychisme individuel comme fonction de sa préhistoire inconsciente ne manqua pas de se heurter aux résistances narcissiques de l'égo. Au lieu d'y percevoir un champ de développement pour le sujet en soi, l'esprit rationnel y voit une menace pour la supposée toute-puissance de l'égo. Au lieu de chercher à s'approprier cette part d'ombre qui influence nos destins, l'homme moderne érige toutes sortes de mécanismes de défenses qui l'éloignent toujours plus de lui-même, du monde, et des dieux pour reprendre la fameuse référence grecque.

Aujourd'hui encore, le véritable intérêt d'une meilleure connaissance de soi échappe au plus grand nombre. Comme un troupeau de brebis dociles, les nouveaux malades entérinent les verdicts de la dernière édition du DSM, les dictats de la psychologie hypermoderne, et se muent en consommateurs bien-pensants, politiquement et correctement économiques, mais peu productifs et de moins en moins transmetteurs de l'histoire et de ses vérités. La curiosité populaire pour les phénomènes transgénérationnels pourrait, espérons-le, jouer un rôle d'ouverture vers l'analyse de l'inconscient et vers une meilleure connaissance de soi. Car il n'est nul besoin de connaissances théoriques pour reconnaître les manifestations de nos héritages transgénérationnels. Chacun peut observer la manière dont ils influencent nos vies. De jeunes mères qui s'étaient jurées de ne pas reproduire les conduites de leurs

¹³ Sigmund Freud (1939), *Moïse et le monothéisme*, Gallimard, 1948, Paris, p.134.

propres mères, reconnaissent parfois que malgré elles, elles répètent certains schémas. Et que dire de ces pères qui redistribuent sans y penser les injonctions qu'ils ont eux-mêmes reçus étant enfants.

De telles observations peuvent parfois réveiller un désir de faire la part entre ce qui nous appartient en propre, le sujet en soi, de ce qui ne relève pas vraiment de nous-mêmes et qui nous aliène, provenant des liens familiaux, sociaux et culturels. En effet, comment être soi-même (indivisé ou non aliéné) alors que nous sommes nécessairement inscrits (parfois enchaînés) dans deux lignées familiales, liés à une histoire sociale et culturelle qui, pour le meilleur ou pour le pire, conditionne nos existences.

Du transgénérationnel à la connaissance de soi ?

Ce sont souvent les symptômes qui motivent le besoin d'une plus grande connaissance de soi, pour intégrer ce qui nous habite de manière inconsciente. Différencier nos aliénations de nos désirs propres n'est toutefois pas une entreprise aisée. Les plus sûrs de nos guides sont les symptômes eux-mêmes, derrière lesquels se nichent les vérités recherchées. Reste que leur intégration est complexe, certains héritages étant parfois considérés comme des atouts, parfois comme des fardeaux. Mais même les héritages apparemment positifs réclament d'être intégrés afin de les transmettre de façon non aliénante aux générations suivantes. À défaut de les intégrer, ces héritages nous habitent plus que nous ne l'imaginons. La littérature spécialisée, en particulier les analyses transgénérationnelles, montrent que de nombreuses manifestations symptomatiques, collectives et individuelles, sont dues à des événements mal vécus toujours en manque d'intégration. Des manques susceptibles de se perpétuer sur l'entourage et sur les prochaines générations.

Claude Nachin¹⁴ raconte le cas d'une femme qui souffre d'une phobie du froid doublée d'une certaine frigidité. Contrastant avec son discours habituel, la voilà qui fait part d'idées suicidaires. Sur ces entre-faits, elle explique que sa tante est à nouveau déprimée. En suivant cette piste, il apparaît que ni sa mère ni les sœurs de celle-ci n'ont fait le deuil de leur père mort hydrocuté¹⁵ lors d'un voyage avec sa maîtresse, bien avant la naissance de la patiente. Or celle-ci exprime au travers de certains de ses symptômes (précautions contre le froid et inhibition sexuelle) le contexte du décès de son grand-père. Symboliquement, ses symptômes se rapportent à un deuil non fait dans la famille : ils « parlent de ça ». Cette association permet de donner une signification aux symptômes de phobie du froid et d'inhibition sexuelle, permettant à la patiente d'élaborer et d'intégrer cet héritage transgénérationnel inconscient qui l'aliénait.

Cette situation illustre les influences que peuvent avoir des événements qui se produisirent avant la naissance de celles et ceux qui en héritent. Comme nous le verrons, d'une manière générale, l'intégration transgénérationnelle nous renvoie, non seulement à une nouvelle compréhension des dynamiques familiales, mais aussi vers une meilleure connaissance de l'être humain, jusqu'aux mécanismes les plus archaïques de sa psyché. En particulier, comme j'y reviendrai tout au long du livre, il s'agit de reconnaître cette fonction du sujet en soi capable d'intégrer son vécu, ou, au contraire, incapable de le faire, selon qu'il parvienne à y donner une signification. Car l'analyse transgénérationnelle révèle, le cas échéant, l'origine et donc la signification de certains symptômes, ce qui permet au sujet de s'approprier ce qui jusqu'ici l'aliénait.

¹⁴ Claude Nachin (2001), « Unité duelle, crypte et fantômes », dans *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, Jean-Claude Rouchy, Érès, Ramonville Saint-Agne, p. 47.

¹⁵ Syncope provoquée par immersion dans une eau glacée.

Cette prise en compte des héritages transgénérationnels n'est pas fondamentalement contradictoire avec les acquis freudiens concernant la dimension inconsciente du psychisme. Elle réclame cependant une redéfinition de ce sujet en soi pour lui reconnaître une fonction plus essentielle, centrale, plus traditionnelle aussi (« connais-toi toi-même »). L'approche transgénérationnelle élargit également ce qui fut attribué à l'inconscient (fruit de ce qui fut refoulé ou dénié) pour couvrir l'ensemble des héritages non intégrés, c'est-à-dire toutes les sources possibles d'aliénation. Sur ce point, en plus des références aux analyses psychogénéalogiques contemporaines, je m'inspire aussi des enseignements tirés de l'analyse transgénérationnelle du mythe d'Œdipe¹⁶. De manière générale, le travail d'intégration transgénérationnel nous engage sur un terrain plus vaste que celui sur lequel la psychanalyse s'était aventurée. Par exemple, elle relativise la structuration patriarcale de la psyché, considérée comme un héritage culturel aliénant (et non pas comme participant d'un principe de réalité absolu), une perspective qui approfondit les premières analyses psychanalytiques.

Léopold Szondi (1893-1986), médecin et psychologue Suisse d'origine hongroise, influencé par Freud et Binswanger, fut un précurseur dans l'analyse de l'influence des facteurs héréditaires. Il créa une nouvelle discipline, la psychologie du destin qui s'articule sur l'influence des dispositions héréditaires dans les choix et dans le destin des hommes. La psychologie du destin cherche à « dévoiler les moules et figures familiaux transmis dans le lot héréditaire de la personne comme exigences ancestrales régressives qui guident le choix

¹⁶ Thierry Gaillard (2014), *La renaissance d'Œdipe, perspectives traditionnelles et transgénérationnelles*, Ecodition, Genève.