

## **Introduction**

Que ce soit dans les conversations entre amies, en thérapie, en groupes de développement personnel, la mère occupe une place de première importance. Des personnes adultes, ayant réussi professionnellement, fondé une famille, ressentent encore et expriment une réelle souffrance en lien avec leur enfance, et en particulier avec leur mère, ou bien semblent encore « obéir » aux injonctions maternelles (ou paternelles). Etant mère moi-même, mes filles étant mères elles aussi, j'ai voulu chercher à comprendre ce qui se jouait entre mère et fille et quel était le poids de l'histoire de la mère, de son « héritage » sur ce qu'elle transmet à sa fille aux différents stades de la vie. Ensuite nous verrons comment il est possible de se libérer de l'emprise maternelle et généalogique par la thérapie AIRE.

## **Conception et naissance**

Le climat psychologique dans lequel un être a été conçu marque les profondeurs de son inconscient.

Dans le meilleur des cas, les parents, l'un et l'autre, désirent un enfant et accueillent avec grande joie sa venue. Père et mère projettent sur ce bébé tous leurs fantasmes. Ils attendent un enfant en fonction de ce qu'ils ont connu, c'est-à-dire en fonction de leur propre histoire familiale. Ils espèrent qu'il héritera de certaines caractéristiques affectives, certains dons intellectuels, manuels ou artistiques. Ils souhaitent ardemment le voir réaliser ce qu'ils n'ont pas pu vivre ou réussir. Ils s'angoissent en fonction de leur propre problématique.

D'autre part, selon qu'il est de l'un ou l'autre sexe, l'enfant reçoit de chacun de ses parents un message inconscient différent. Chaque parent voit dans l'enfant de même sexe que lui un possible recommencement. Il se représente déjà l'avenir de cet enfant, en fonction de son propre passé, et il l'englobe, voire l'enferme dans un projet identificatoire auquel l'enfant répondra plus ou moins selon que le parent demandera moins ou plus. Chaque parent voit dans l'enfant de sexe opposé celui qui est différent et qui a quelque chose que lui n'a pas. L'enfant de sexe opposé enrichit son parent en lui apportant l'autre versant de la sexualité, et le parent ainsi complété envoie à l'enfant le message oedipien inconscient : « Il est bon que tu sois ce que tu es ». C'est ainsi que l'enfant, cheminant entre deux inconscients, celui de chacun de ses parents, entre l'Œdipe et l'identification, établira peu à peu sa propre structure personnelle.

Comme il existe un nombre infini de situations différentes, chaque cas étant unique, et qu'il est donc impossible d'être exhaustif, je vais illustrer mon propos à travers un exemple d'histoire mère-fille, partant de l'enfance de la première et explorant ensuite ce qui a pu se jouer pour la seconde aux différents stades de sa vie et ce qu'elle va transmettre.

Voici donc l'histoire d'Elise et de sa fille Marie.

L'année de ses 10 ans, Elise a vécu trois événements dont on peut penser qu'ils ont été particulièrement bouleversants pour elle. En janvier, une de ses sœurs, Marie, âgée de seize ans, meurt. Le 31 juillet, son autre sœur, Joséphine, célibataire, âgée de 17 ans, accouche d'un garçon, et ceci à la surprise générale : personne ne savait qu'elle était enceinte. Elise a donc, cette année-là, été confrontée à la mort d'une sœur, et à la « faute » d'une autre ayant entraîné la vie. Je dis « faute » parce qu'il faut placer cette histoire dans le contexte de l'époque : ceci se passait dans un petit village en 1919. Et ce n'est pas tout : le 5 septembre la mère d'Elise met au monde un garçon (conçu au moment de la mort de Marie).

Voilà donc une famille qui, en quelques mois, a vu disparaître une fille et apparaître deux petits garçons, qui vont être élevés ensemble par les parents d'Elise, Joséphine repartant très vite travailler à l'extérieur et confiant (ou abandonnant) son fils à ses parents. Elise se retrouve alors seule fille de la maison, avec 5 garçons : G, 13 ans ; L, 9 ans, H, 6 ans, R et J, tous deux bébés. (Précisons que ce dernier se croira longtemps le fils de ceux qui étaient en réalité ses grands-parents).

Bien évidemment, la toute jeune Elise va devoir aider sa mère, et remplir elle-même un rôle de mère. Quel peut être l'impact d'une telle situation sur sa vie de femme ? Quel lien a-t-elle pu faire entre sexualité et mort ? Comment a-t-elle pu intégrer les frontières entre générations ? Quelles insatisfactions, quelles colères ont été refoulées ? Quelle épouse, quelle mère pourra-t-elle être ?

Lorsqu'elle concevra un premier enfant, ce sera un garçon. Selon Aldo Naouri : « Le sexe des enfants n'est jamais à prendre comme un effet de hasard, mais comme un phénomène toujours surdéterminé au premier chef par la relation que la mère entretient à ses deux parents et en particulier à sa propre mère ».

Continuons l'histoire d'Elise. Après avoir quitté le toit familial pour se marier, mis au monde un fils, elle va revenir, avec son mari et son fils, vivre chez ses parents, pour aider ceux-ci à la ferme. En effet trois frères avaient quitté la maison, pour se marier ou travailler, un autre était au service militaire, et J, le neveu-frère, avait été fait prisonnier par les Allemands. Voilà donc ce jeune couple avec enfant amené à cohabiter à nouveau avec la génération précédente, dans deux pièces contiguës.

C'est dans cette situation que sera conçue une petite fille. A-t-elle été voulue ? Personnellement j'en doute, vu les circonstances, mais elle a sûrement été désirée au niveau inconscient. Je citerai encore Aldo Naouri : « D'enfants mis au monde, il n'y a que des enfants voulus ou non voulus. Un point c'est tout. Car tous les enfants, sans exception sont, en toutes circonstances, dès leur conception et par définition, désirés ».

Une hypothèse possible est qu'Elise ait voulu « offrir » une fille à sa mère. Et c'est d'ailleurs tout naturellement qu'on donnera à la petite fille le prénom de la sœur décédée 22 ans plus tôt, Marie. Le deuxième prénom sera celui de la grand-mère paternelle. (Il fallait tout de même inscrire aussi l'enfant dans cette lignée).

Explorons maintenant l'« héritage » de la petite Marie.

Inconsciemment, le fœtus capte l'ambiance qui l'entoure. Qu'a pu capter Marie *in utero* ?

Il est probable que le mode de vie de ses parents n'était pas idéal. Comment, par exemple, le jeune couple pouvait-il avoir une sexualité épanouie, alors que leur chambre jouxtait celle des parents? Comment pouvaient-ils accueillir avec joie l'idée d'une nouvelle naissance? Quelle inquiétude sourde était présente en permanence dans ce contexte de guerre où un jeune de la famille était prisonnier des Allemands?

### **Le bébé est là : projections, identifications, messages.**

A l'époque, on ne découvrait le sexe de l'enfant qu'à la naissance. Elise fut très heureuse que ce deuxième enfant soit une fille, elle qui avait grandi, depuis la mort de sa sœur, parmi des garçons, et qui avait dû remplir une fonction de mère avec les plus jeunes.

Voilà donc cette petite fille prénommée Marie. Or le choix du prénom est l'expression des projections initiales que font les parents et l'arbre généalogique sur l'enfant. Il est aisé de comprendre la demande inconsciente que reçoit Marie : celle de s'identifier à l'autre Marie, celle qui est morte. De plus, deux femmes s'occupent d'elle, sa mère et sa grand-mère, deux femmes qui lui demandent inconsciemment de s'identifier, l'une à sa sœur, l'autre à sa fille.

. Or on sait que le bébé est doté d'un remarquable radar pour percevoir l'inconscient de sa mère, de son père et l'inconscient généalogique. L'inconscient de l'enfant est une éponge, un réceptacle des inconscients qui l'entourent. Par ailleurs cette première Marie était toujours apparue comme une sorte de fille ou sœur modèle, idéalisée, comme c'est souvent le cas lors d'une disparition précoce.

.  
Voilà donc Elise maman d'une petite fille; elle va la tenir dans ses bras, la regarder. Le regard maternel est d'une importance capitale. L'illustration en est donnée par une image de Winnicott : la mère regarde le bébé qu'elle tient dans ses bras ; le bébé regarde sa mère et s'y retrouve lui-même ; ceci à condition que le regard de la mère soit vraiment posé sur ce petit être unique et non sur ce qu'elle forge pour lui, ses attentes, ses craintes qu'elle projette sur l'enfant. Était-ce bien elle-même que la petite Marie voyait dans le regard de sa mère ? Qu'y voyait-elle ?

Ce qui compliquait encore les choses, c'est que c'était souvent la grand-mère qui s'occupait de la petite, puisque tout le monde vivait sous le même toit. Donc se pose à nouveau la question de frontière générationnelle.

A qui Marie pouvait-elle s'identifier dans ce contexte ? Avec quelles conséquences pour son sentiment d'identité ?

Pour couronner le tout, personne dans la famille ne l'appellera jamais Marie, on lui attribuera un surnom (en fait, c'était plutôt un nom commun, comme si ce bébé n'avait pas de nom propre). C'est seulement quand elle ira à l'école qu'elle s'entendra appelée Marie. Par la suite, selon le milieu dans lequel elle évoluera, elle sera désignée de l'une ou l'autre façon.

Or, selon Chantal Riolland : « Un diminutif ou un surnom, parce qu'il est mémorisé, qu'il perdure, affecte souvent la perception de notre moi, notre image ».

## **Quand la petite fille grandit**

Lorsque l'enfant grandit, il cherche à manifester sa volonté face au désir de l'autre en s'opposant à lui ; cet autre, c'est le plus souvent la mère. Donc, tous les enfants, filles et garçons, débutent l'affirmation de leur personnalité par la contestation du pouvoir de la femme.

En ce qui concerne la petite fille, elle se trouve dans une situation singulière car, en s'opposant à la femme (sa mère), elle s'oppose de ce fait à l'image même de la féminité, ce qui va compliquer son évolution.

Ce que vit la fillette dans son enfance avec sa mère va diriger par la suite toute sa façon d'être. Christiane Olivier raconte qu'une centaine de femmes venues pour réfléchir à leur condition de femme en sont toutes arrivées à dire que leur mère les avait enfermées de façon inconsciente par l'intermédiaire de ses propres rêves touchant à la féminité. Elle avait dit « il faut ceci pour être une fille » et « il ne faut pas cela ».

Elle affirme que l'éducation des filles par les mères est en partie responsable du fait que la fille, puis la femme, a comme comportement principal de tout faire, apparemment, pour être acceptée par les autres... L'habitude a été contractée dans la prime enfance avec la mère. Sans le secours ou la contribution du père oedipien, les femmes paraissent tomber inmanquablement dans l'obligation de « convenir » à la mère, puis à tous les « autres ».

En somme, tout ce qui est dit « féminin », dans le sens de plaire aux autres et de se dévouer ou de se sacrifier à eux, serait une sorte de névrose, acquise par la petite fille auprès de sa mère.

Dans le cas où la mère n'est pas une femme épanouie et heureuse, son inconscient compte souvent sur sa fille pour être ce qu'elle n'a pas été. La fille est alors pleine du projet de sa mère et « vide » de projet personnel : on dit d'elle qu'elle est une petite fille « sage », mais en fait elle est en train de devenir la chose de l'Autre et, ce qui est pire, elle s'habitue à taire son propre désir et à cacher sa colère. La colère pourrait déclencher le rejet maternel, c'est pour cela que la petite fille et par la suite la femme la laisse dangereusement s'accumuler à l'intérieur d'elle-même.

L'enfant, comme nous le savons, est dès sa naissance, « dépendant » de l'amour de ses parents qui est aussi essentiel pour son inconscient que la nourriture pour son développement physique. C'est pourquoi la petite fille va se mettre naturellement en position d'être la plus aimée possible. Avant de faire quelque chose, une petite fille regarde le visage de sa mère et elle voit dans celui-ci si la chose est permise ou défendue. Par la suite on dira que les femmes sont intuitives et lisent merveilleusement sur le visage des autres... Pas étonnant, elles n'ont fait que cela dans les premières années de formation inconsciente.

Une difficulté va se présenter à l'âge de ce que Freud a appelé le complexe d'Œdipe. La petite fille veut séduire son papa ; de ce fait elle entre en rivalité avec sa mère. Or elle aime sa mère ; ses sentiments sont ambigus, ce qui rend la situation douloureuse. La fillette devra intégrer l'interdit de l'inceste, bien sûr, mais il est aussi important pour elle d'essayer sa séduction.

## **L'adolescence et la sexualité**

Le développement des adolescentes est sans doute le processus le plus compliqué de la croissance humaine. Elles doivent affronter le réveil du conflit oedipien qui les pousse vers leur père, la rivalité avec leur mère qui en résulte, et l'hostilité qu'elle engendre chez elles comme chez leur mère. En même temps elles doivent apprendre à s'accepter en tant que femmes.

L'adolescence c'est l'éveil (ou réveil) de la sexualité après la période dite de latence. Si la mère est une femme heureuse, épanouie, tendre, amoureuse, la fille va associer sexualité et bonheur.

Mais un certain nombre de choses sont déjà inscrites dans le corps et l'inconscient de la fillette, depuis le tout début de la vie. En effet, lors des soins du premier âge, généralement prodigués par la mère, il se passe des choses pas aussi anodines qu'on pourrait le croire. Par exemple, si la petite fille met sa main « là », sa mère a tôt fait de la lui enlever, sans mot dire ou avec réflexion à l'appui : « non c'est pas propre », ou « veux-tu enlever ta main de là ». La petite fille ne comprend pas les mots, mais elle comprend le ton... elle ne le fera plus. Cette partie du corps va rester pour nombre de filles « honteuse » et les plaisirs qu'on en tire condamnables.

Même si la mère, qui a réfléchi à tout ça, évite, consciemment, cette attitude, il n'est pas sûr que son inconscient, où quelque chose de différent est inscrit depuis son enfance à elle, ne fasse cependant pas passer le message : « ça ne se fait pas ».

Par ailleurs, la petite fille qui a vécu sans contacts corporels avec son père, n'a pas reçu la confirmation inconsciente que son corps possédait une différence intéressante.

Il faut aussi noter que la réaction du père vis-à-vis de l'adolescence de sa fille est très souvent déterminée par sa femme. Bien des mères essaient de séparer leur fille de leur mari en dénigrant ce dernier.

Si la petite fille a été réduite à tout faire pour être acceptée et aimée de sa mère, maintenant que, grâce aux transformations de son corps, elle commence à être reconnue comme femme, l'adolescente pense qu'elle n'a plus besoin de rechercher l'approbation maternelle. Elle peut alors exprimer son agressivité. C'est à l'adolescence qu'on voit réapparaître tout ce qui a été refoulé dans l'enfance et qui le redeviendra après la crise d'opposition. L'agressivité ne doit pas inquiéter la mère ; c'est même le contraire qui doit poser problème.

Revenons à Marie. Est-ce parce qu'elle sentait que sa mère n'était pas heureuse ? Ou parce que celle-ci était autoritaire ? Ou simplement parce qu'à l'époque il était impensable de s'opposer à ses parents ? Toujours est-il que, même à l'adolescence, elle ne s'est guère opposée. Elle a de nouveau refoulé sa colère, et celle-ci s'est ajoutée à la colère déjà refoulée par la petite fille. De plus elle a introjecté les messages négatifs de sa mère concernant la sexualité.

## **La femme adulte et le rapport aux hommes**

Les femmes choisissent un partenaire sexuel que leur mère approuverait. Il est souvent

la version mâle de la mère. La répétition est due à l'incapacité d'admettre que nous avons essuyé un échec avec notre mère, qu'elle ne nous aimait pas assez, ou pas comme nous l'aurions désiré ; cette fois-ci, pensons-nous, ça ne se passera pas de la même manière.

D'autre part elles calquent leur comportement avec les hommes sur le modèle de ce qu'elles ont observé entre leur mère et leur père. Marie n'avait pas eu une image très positive du couple ; sa mère était souvent très énervée, son père effacé, silencieux, laissant le pouvoir à sa femme.

De plus, il faut rappeler que Marie n'était pas sûre de pouvoir être aimée pour elle-même. Alors, quand son mari est allé « voir ailleurs », elle a « vérifié » qu'effectivement elle ne pouvait pas être aimée comme elle était. La confiance en soi qui est apportée par la relation aux parents au tout début de la vie n'étant pas là, le regard oedipien du père ayant fait défaut, finalement, ce qui se passait, c'était normal... Marie a pleuré, mais pas exprimé de colère (du moins pas encore). Elle ne pouvait pas se permettre de perdre ce mari : elle n'en retrouverait jamais d'autre ! De plus, que dirait maman si elle apprenait ça ? Et la quantité de colère refoulée augmentait...

Mais comme il fallait bien de temps en temps un exutoire, c'est dans son métier d'enseignante que le couvercle se soulevait parfois, ou avec ses enfants. Marie était devenue une femme aigrie, autoritaire, irritable... comme sa mère ! Son mari en fit les frais aussi, évidemment.

## **Et à la génération suivante ?**

Voici ce qu'écrit Nancy Friday dans « Ma mère mon miroir » :

« Nous voudrions tellement être plus libérales en ce qui concerne le sexe ! En tant que mères, nous ne voulons pas que nos enfants grandissent avec nos refoulements sexuels. Nous changeons nos attitudes et nous penserons que cela changera leur vie... mais en dépit de nos nouvelles attitudes, de nos airs décontractés, nos filles ne nous croient pas. Elles se sentent mal à l'aise chaque fois que nous abordons la question de la sexualité. Et nous en souffrons... les filles peuvent prêter l'oreille aux propos de leur mère ; mais, en réalité, elles intègrent ce qu'elles ressentent au fond d'elles-mêmes. Leurs idées sur leur corps, leur érotisme, leurs limites sexuelles, font partie d'elles-mêmes d'une façon si fondamentale qu'elles les transmettent involontairement à leurs filles. Elles les tiennent de leur propre mère, qui les tenait elle-même de la sienne... »

Si nous prenons ce décalage (le temps que met le comportement à se conformer au discours relatif à la liberté sexuelle), et si nous y ajoutons le décalage encore plus considérable de nos sentiments les plus intimes (est-ce que ce que je fais est bien ?), il est évident que très peu de mères sont assez intégrées sur les trois niveaux pour pouvoir transmettre à leur fille un message derrière lequel celle-ci ne percevra pas les anciens sous-entendus angoissés qui lui sont si familiers : si toutes ces idées rendent ma mère si nerveuse, sur quoi vais-je m'appuyer ? sur ce qu'elle dit ou sur ce qu'elle ressent en réalité ? »

Il est relativement aisé, compte tenu de ce qui a été exposé précédemment, de voir

l'« héritage » que Marie va léguer à ses filles. L'une va se faire discrète, et même un peu distante, pour déranger maman le moins possible ; elle donnera même l'impression d'être relativement indifférente : ainsi maman n'aura pas de souci à se faire pour elle. Elle refoulera ses émotions. L'autre va chercher à faire toujours plaisir, à se faire aimer de tout le monde refoulant ses propres colères...

Et leur sexualité, comment la vivront-elles, compte tenu de leur « héritage » ?

Les filles de Marie auront des enfants : deux garçons pour l'une, un garçon d'abord et une fille ensuite pour l'autre. Et je citerai à nouveau Aldo Naouri (mais faut-il le croire ?) : « Le sexe des enfants...est surdéterminé au premier chef par la relation que la fille entretient...en particulier à sa mère » ; et plus loin : « On a fait un garçon et mis sa mère à distance, on peut alors lui concéder une fille ».

## **Se libérer par la thérapie AIRE**

Lorsque notre vie ne nous paraît pas satisfaisante, lorsque notre vie de couple ne nous apporte pas les satisfactions attendues, lorsque nous avons des problèmes avec nos enfants, ou au travail, nous pouvons penser « c'est mon destin, je ne peux rien y faire » ou « c'est la faute de...( ma mère, mon mari, mon chef...) » ; et nous sentir impuissants.

Mais nous pouvons aussi penser qu'il n'y a pas de fatalité, que nous avons notre responsabilité, sinon dans ce qui nous est arrivé, du moins dans la façon dont nous l'appréhendons et le gérons maintenant, et décider de prendre les choses en main en entreprenant une psychothérapie.

Au cours de celle-ci, nous serons amenés à voir comment notre passé continue de peser sur notre présent, comment les conflits que nous rencontrons ne sont que la répétition du passé. Par exemple, s'il nous arrive de nous mettre très en colère contre quelqu'un, de façon un peu disproportionnée par rapport au fait, c'est que celui-ci a « réveillé » une vieille colère refoulée.

Le rêve éveillé, pratiqué dans la thérapie AIRE est un outil très puissant pour agir sur ce passé qui continue de nous « pourrir la vie ». Dans cet état particulier, où le préconscient s'exprime, et où le conscient est tout de même actif (puisqu'il s'agit de décrire au thérapeute tout ce qui se présente sur notre écran intérieur), ce qui est enfoui au fond de nous va réapparaître sous forme symbolique, et, par exemple, le symbole masculin (ou féminin) sera piétiné, brûlé, ou transformé. Ce que n'a pas pu se permettre le petit enfant est réalisable sans risque en rêve, dans ce cadre, et en présence du thérapeute. L'énergie négative qui a été stockée peut donc être évacuée, et, ainsi, nous pouvons retrouver une certaine liberté.

Le fait de verbaliser tout ce qui se présente y donne plus de poids, rend possible d'agir sur la scène symbolique (ce que ne permet pas le rêve nocturne) ; et à la séance suivante, le thérapeute, qui aura noté tout ce que dit le patient, relira la production de celui-ci. Ce sera donc comme un miroir qui reflètera ce qui s'est passé en lui. Il fera des découvertes sur lui-même, des choses s'éclaireront et se corrigeront. Le rêve éveillé agit en profondeur.

Pour en revenir au sujet de départ : grâce à cet outil, une femme sera, par exemple,

confrontée au fait qu'elle a refoulé tant de colère, qu'elle est, en somme « colonisée » et elle pourra se libérer.

**PS** Le lecteur s'étonnera peut-être que le père ait été si peu évoqué dans mon propos ; son rôle est pourtant très important, ne serait-ce que par le fait qu'il était « présent-absent ». Mais ce serait le sujet d'un autre article

## **Bibliographie**

Nancy Friday : Ma mère, mon miroir

Aldo Naouri : Les filles et leurs mères

Caroline Eliatcheff et Nathalie Heinrich : Mères-filles, une relation à trois

Christiane Olivier : Filles d'Eve

Alice Miller : L'avenir du drame de l'enfant doué

07/02/2007