



Psychanalyse, je crie ton nom !

Qu'est-ce que la psychanalyse ? La littérature foisonne de définitions et d'explications très souvent pertinentes et sagaces, mais qui s'adressent, de façon objective, à un public averti ou déjà un peu "mordu". Mon souhait étant que la psychanalyse soit accessible à tous, je voudrais m'adresser à chacun, en en proposant une évocation très personnelle, qui je l'espère, parlera au plus grand nombre. Je sais simplement ce que la psychanalyse m'a apporté et ses conséquences dans ma vie, c'est pourquoi j'ai envie ici, de partager un bout de cette vision. Mon expérience de la psychanalyse me permet de vous en dire ceci :

Nous ne sommes pas des "pages blanches" ni des "électrons libres". Nous naissons tous avec un "coffre à trésors" à partir duquel nous allons comprendre le monde et entrer en interaction avec lui. Ce "pack de naissance" est unique à chacun de nous et ce que nous en ferons ou pas l'est encore davantage.

Ce que contient ce coffre échappe en partie et est essentiel à notre construction personnelle. Pourtant, nous n'en n'avons pas la clef et aussi surprenant que cela puisse paraître, c'est tant mieux ! On nous en dit parfois quelques choses, on essaie aussi de regarder soi-même par le trou de la serrure, mais au final, nous n'en savons jamais tout. Je le crois, c'est à partir de ces manques que nous allons imaginer, inventer, interpréter ce que pourraient être ces vides, ce que nous sommes et ce que nous serons.

En physique aussi, chaque élément est constitué d'atomes (plus petite unité indivisible) et d'antimatière. L'antimatière, c'est cet espace de vide entre les particules et qui est constitutif de toute matière.

Association psychanalytique Gynépsy – loi 1901

Siège social : 74 rue Dunois – Paris 13^{ème}

06 81 25 48 56 ~ contact.gynepsy@gmail.com

<https://gynepsy.wixsite.com/website-2>



Dès notre naissance (peut-être avant), de façon plus ou moins consciente, nous portons l'amour, le désir, l'espoir, les rêves inassouvis, la frustration, la culpabilité, les peurs de nos parents (au sens large, ceux qui font "figures d'autorité"). Parfois, ça ne se passe pas trop mal, l'équilibre est suffisant pour que chacun puisse trouver ou se faire sa place. Très tôt et dans un environnement favorable, ceux-là auront l'opportunité d'apprendre à réfléchir, à penser, à développer leur curiosité et leur propre sens critique et c'est évidemment très bien ainsi. Mais soyons honnêtes, pour la plupart, ça ne se passe pas de façon si admirable. Sous les apparences d'un idéal/lisse et homologué socialement, les choses ne sont pas aussi harmonieuses qu'il y paraît et font le nid de souffrances silencieuses et insidieuses.

En effet, certains parents ressentent ce besoin indescriptible de devoir répondre à "tout". Ils donnent l'impression d'être constamment, avec du plâtre et une truelle en main, à l'affût, prêts à boucher le moindre trou, la moindre fissure. L'angoisse du vide (pourtant structurant) devient, à l'insu de tous, un combat de chaque instant. Ils sont reconnaissables assez facilement, ils courent tout le temps, après tout et rien à la fois ! Ils donnent l'impression de toujours être en retard, pressés, occupés, débordés. La multiplicité des activités et des contraintes nourrissent et justifient leur course permanente. Bien sûr, les enfants n'échappent pas à cette dynamique du consumérisme chronophage. "Pas le temps" disent-ils, mais pas le temps de quoi?...

Il y a aussi ces parents qui prennent "toute la place", pour qui le vide n'existe pas, "ils savent" et ça ne se discute pas. Ils savent ce qu'il faut penser, ce qu'il faut faire, ce que leurs enfants veulent. Leur supposée maîtrise de tout, de la vie semble inébranlable, insondable, infaillible. Leurs certitudes et leur assurance les rendent indubitablement inaccessibles et laissent sans voix/voie. Le prédéterminisme prévaut à toute pensée, toute action. Pour des enfants, difficile (presque impossible) dans ces conditions, de respirer un autre air et d'exister par soi-même, d'être autre chose que ce que leurs parents ont projeté et décidé pour eux, avec plus ou moins de bienveillance...

Association psychanalytique Gynépsy - loi 1901

Siège social : 74 rue Dunois - Paris 13^{ème}

06 81 25 48 56 ~ contact.gynépsy@gmail.com

<https://gynépsy.wixsite.com/website-2>



Pour ces *enfants*, à qui la vie a été peu ou prou "*dissonante*", que se passe-t-il une fois devenus *adultes*? Pour les uns, comme pour les autres, leurs chemins de vie ne seront pas *déconnectés* de leur *passé*. La vie s'emploiera à le leur rappeler de temps en temps et de plus en plus souvent. En qualité d'adultes majeurs et vaccinés, "*charge à eux d'en avoir conscience et de faire avec, librement*" et qu'ils se débrouillent avec ça !

Alors, certains (dont je fais partie) auront la *chance* de faire des *rencontres salutaires* qui leur permettront de faire ce *travail de re-construction* que l'on nomme *psychanalyse*. Dans le cabinet du psychanalyste, où l'on n'attend "rien" de nous, si ce n'est de dire quelque chose, la *parole* sera véritablement *entendue* comme telle. Ce lieu où chacun peut se sentir *légitime* et peut librement chercher la clef de son "coffre à trésors" et l'ouvrir, la *Parole* est *libératrice* et mène indéniablement à la *Vérité*. Mais qu'en est-il pour les *autres*?

Dois-je considérer que cette chance, dont j'ai bénéficié, se mérite ? Que la psychanalyse est réservée à une "élite" qui saura, avec un peu de "bonne volonté", la chercher et la trouver ? Que parce que ce travail "coûte" et qu'il est difficile, cela m'autorise à en tirer seule les bénéfices ? Comment puis-je *fermer les yeux* et *me taire* sur ce qui se passe autour de moi après avoir reconnu invariablement que la *parole* était *incontournable, fondamentale et structurante* ?

Je fais le constat douloureux de toutes ces *vies manquées* et/ou *brisées*, par *ignorance*, par manque de *communication* (exception faite de ceux qui préfèrent "sciemment" mettre un mouchoir sur leur problématique et veulent que "rien ne se passe"). Je fais le constat de toutes ces *psychothérapies* (plus de 500) qui s'attèlent uniquement à nous "*redorer le blason*", à *regonfler* notre *ego* et à "*photoshoper*" notre *image*. Je fais le constat tout aussi douloureux de l'usage (trop répandu) des *psychotropes*, non pas pour ce qu'ils sont, mais comme une *réponse thérapeutique* à toutes formes de *mal-être* et de *souffrance psychique*, pendant des années, voire des décennies. Les *psychanalystes* ne pourront pas

Association psychanalytique Gynépsy – loi 1901

Siège social : 74 rue Dunois – Paris 13^{ème}

06 81 25 48 56 ~ contact.gynepsy@gmail.com

<https://gynepsy.wixsite.com/website-2>



non plus s'exonérer d'une *remise en question* et d'une *clarification* en leur sein, et ce, avant que l'*État* et le "*commerce de la détresse*" ne s'en mêlent et le fassent pour eux.

Je suis une *amie* de la *psychanalyse*, et comme toute bonne amie, je voudrais la présenter à *tout le monde* ! Je voudrais que tout le monde sache qu'elle est une *liberté* dont chacun peut *s'emparer, sans condition*, si ce n'est de vouloir comprendre et de vouloir savoir.

Comme toute forme de liberté, la *psychanalyse* est *fragile*. Dans une *Société* qui nous pousse sans relâche et insidieusement vers l'uniformité et l'individualisme, les *valeurs essentielles* de l'*humanité* ne doivent pas nous échapper. *Que l'on y ait recours ou non*, cette liberté qu'est la psychanalyse, doit être *sue* et *défendue* en tant que telle, par *chacun* et par *tous*. Charge à ceux qui en font leur profession d'en assurer le cadre, la recherche théorique par l'avancée clinique.

Individuellement et collectivement, la *liberté* est encore ce que nous avons de plus *précieux*, alors *ne lâchons rien* et *faisons le savoir* partout et à chaque instant !

Sandra Ahmed Laloui

Paris, le 20 janvier 2019

Association psychanalytique Gynépsy – loi 1901

Siège social : 74 rue Dunois – Paris 13^{ème}

06 81 25 48 56 ~ contact.gynepsy@gmail.com

<https://gynepsy.wixsite.com/website-2>