

S'ouvrir à l'analyse transgénérationnelle

par Marc-André Cotton

Cette conférence a été présentée à l'université d'été de PEPS, le 31 juillet 2016

Résumé : La mémoire des traumatismes familiaux s'insinue dans les générations au travers des rôles que les parents assignent inconsciemment à leurs enfants. Pour nous en libérer, il nous faut bien souvent rassembler les pièces d'un puzzle en suivant notre senti. Avec pour exemple le cheminement de l'auteur dans la quête des secrets de sa famille, cette présentation montre qu'il est possible de se libérer de nos héritages et comment y parvenir concrètement.

Image 1 : Comment sortir des rôles que nos parents nous ont assignés...

Bonjour à toutes et à tous.

Dans cette présentation, je souhaite aborder avec vous la question de l'héritage que nos parents nous ont transmis à leur insu.

Ce sera l'occasion de partager le travail que nous faisons avec Sylvie Vermeulen autour du site Regard conscient.

Il s'agira de voir dans quelle mesure nos existences sont influencées par un ensemble de circonstances vécues dans nos familles, parfois sur plusieurs générations.

Une mémoire qui peut être encombrante puisqu'elle nous conditionne à des rôles – c'est-à-dire à des schémas de comportement dont nous pouvons penser qu'ils nous définissent.

Le plus souvent, ces rôles nous séparent des autres et en particulier de nos enfants auxquels nous transmettons cette « patate chaude », si vous me passez l'expression.

Nous verrons comment il est possible de cheminer vers la compréhension de ces mécanismes transgénérationnels, afin de nous en libérer peu à peu.

Je dis « peu à peu », car c'est un travail de longue haleine, un parcours semé d'embûches.

Si vous le voulez bien, vous deviendrez des détectives en quête d'informations auprès de vos proches, des historiens fouillant dans les archives de vos familles, de véritables enquêteurs revenant inlassablement sur le lieu d'un crime...

Vous serez parfois en butte à ce qu'on appelle « le déni » – celui de vos proches, mais aussi le vôtre.

Et ce que vous découvrirez suscitera en vous toutes sortes de sentiments désagréables : consternation, colère, tristesse...

Rassurez-vous, je ne cherche pas à vous dégoûter !

L'inverse risque même de se produire puisque nous sommes tous inspirés par un profond désir de vérité – un besoin de conscience.

Et quand on commence à nourrir ce besoin de conscience, on ne peut plus s'arrêter !

La raison est simple, nous sommes faits pour cela...

Alors comment procéder ?

Image 2 : Comme les pièces d'un puzzle...

Vous avez certainement aimé faire des puzzles, à un moment ou un autre, et senti l'intérêt de cette activité qui peut sembler futile de prime abord.

De nombreuses heures passées à relier des pièces éparses, légèrement différentes par leur forme, leur couleur ou leurs motifs...

Et la joie de parvenir, peu à peu à reconstituer l'image présentée sur la boîte : un paysage, un animal de compagnie, que sais-je...

Je vous propose cette métaphore, parce qu'elle peut aussi bien s'appliquer au travail que nous nous apprêtons à faire.

Une patiente reconstitution de morceaux de mémoire, dissociés par l'effet du refoulement, et que nous nous efforcerons de « recoller » pour obtenir une vision plus globale de notre héritage.

À cette différence près qu'il n'y a pas d'image toute faite à laquelle se conformer, que nous allons nous confronter à quelques surprises...

Alors comment saurons-nous que « c'est vrai » ? Parfois les preuves manqueront et nous devons nous contenter de notre intime conviction.

Ou plus précisément de la cohérence du tableau ainsi obtenu.

Freud avait lui aussi utilisé cette métaphore du puzzle pour décrire ses premières analyses. Voici ce qu'il écrivait :

« ...après de nombreuses tentatives, nous devenons absolument certains à la fin de la pièce qui complète l'image et en même temps permet à ses bords irréguliers de s'ajuster aux bords des autres pièces, de telle manière qu'elle ne laisse aucun espace libre et n'entraîne aucune superposition. »

Ce sont donc les pièces d'un puzzle familial que je vais dérouler devant vous. Non pas celui de Freud, de George Bush ou de Barack Obama, comme j'ai pu le faire ailleurs.

Mais l'héritage que j'ai pu mettre au jour dans ma propre existence, dont vous découvrirez quelques moments-clés.

L'idée n'est pas de parler de moi, mais de voir à travers ce cheminement comment se nouent et peuvent éventuellement se dénouer nos héritages.

Un peu comme un film dont vous découvririez le *making-of*...

Tout d'abord avec cette photo, prise en septembre 1960.

Ma sœur dans les bras de notre arrière grand-mère et moi-même à l'âge de deux ans et demi.

Quelle importance a sa grand-mère maternelle dans la vie de ma mère ? Pourquoi cette frayeur dans le regard de ma sœur, âgée de 11 mois ? Et mon petit sourire en coin, de quel vécu témoigne-t-il ?

Tout cela a un sens, il me faudra quelques années pour le réaliser...

Je commencerai donc par aborder les débuts de l'existence et la notion d'empreinte. Comment revenir sur ces moments décisifs ?

Nous verrons quelques éléments de la biographie de ma mère et leur incidence sur ma propre vie, en particulier un secret révélé tardivement.

Je parlerai de son impact sur certains de mes choix de vie, tout au moins de ce que j'ai pu en voir, autrement dit de la manière dont le passé s'imisce dans le présent.

Je préciserai aussi ce qu'il faut entendre par un « rôle ».

Nous nous pencherons sur la lignée de mon père pour découvrir, là aussi, le poids du silence et ses conséquences sur ma propre existence.

Ce sera l'occasion de faire un détour par l'Histoire.

Nous verrons comment les destins individuels croisent parfois les grands moments de l'Histoire – et l'importance de le réaliser.

Enfin, nous terminerons par l'incidence de ces prises de conscience.

Peut-on se libérer de ces héritages et comment ? Y a-t-il des choses que l'on puisse faire pour éviter de les transmettre à nos enfants ?

Nous aurons bien sûr ensuite un temps d'échange.

Image 3 : Les débuts de la vie...

Commençons donc par cette première illustration, une aquarelle de bienvenue reçue par mes parents et se trouvant dans mon album d'enfance.

Puisque nous y sommes, voilà une source précieuse pour se réapproprier son histoire : les albums d'enfants.

Flawa était une marque de coton hydrophile et l'artiste voulait faire un jeu de mots tendre avec notre patronyme : Cotton.

C. O, deux T, O, N – j'ai souvent dû préciser « *Cotton, avec deux T !* »

À l'origine, c'est un patronyme italien *Cotone*, qui n'avait qu'un seul T.

L'aquarelle suggère la douceur, l'accueil inconditionnel nécessaire à ces premiers moments de vie... Or voici ce que ma mère écrivit ;

« *Nous ne pensons pas que Marc-André sera élevé dans du "coton".* »

Quand j'ai relu cette phrase en débutant un travail sur moi, il y a une vingtaine d'années, cela ma fait un nœud dans la tête.

Que voulait-elle dire par là ? Ma conscience était dissociée de ce vécu précoce et j'étais incapable d'en penser quoi que ce soit. J'étais dans l'interdit de voir et de sentir.

D'autres commentaires étaient éloquentes :

« *Maman est fière car bébé vient d'étrener son vase. Pensez-vous, à 11 jours !* » « *Avec les cris de Marc, il faut avoir de solides tympans.* »

Voilà donc une mère, aux prises avec son premier-né, qui ne sait pas comment répondre à ses besoins. Et cette mère, c'est la mienne !

Je pénétrai dans un univers de sensations précoces que j'ai mis des années à explorer en thérapie... Voici donc la première pièce de notre puzzle.

Qui nous rappelle que le nourrisson a des besoins auxquels on ne peut déroger sans séquelles émotionnelles durables : un contact peau à peau dès la naissance, un allaitement à la demande sur la durée, un accueil émotionnel tout aussi inconditionnel...

Tout cela, je ne l'avais pas eu et ne savais plus « ce que ça m'avait fait ».

En lieu et place, j'avais dû éduquer mes besoins et répondre à des injonctions éducatives, comme en témoigne le petit garçon bien éduqué de la photo précédente.

Avec pour conséquence des carences affectives que je devais remettre en scène tout au long de ma vie.

L'enfant qui est frustré de ses besoins essentiels met en place *des mécanismes d'adaptation*. C'est un point important.

Par la suite, il va répéter certains comportements issus de cette adaptation – ce que j'appellerai *des remises en scène*.

Dans une perspective de conscience, elles nous guident vers la résolution de nos problématiques – c'est pourquoi je parle de nécessité.

Il est temps que je vous présente mes parents et leur milieu familial.

Les voici en septembre 1958. Au moment de ma naissance, mon père entreprend des études d'ingénieur qui vont le rendre indisponible.

« *Je ne savais pas faire avec les enfants* », dira-t-il plus tard.

Il est né à Genève et a grandi aux Pâquis, un quartier populaire du bord du lac Léman.

Un milieu de modestes artisans puisque son père était vannier, tout comme son grand-père d'origine provençale et dont nous reparlerons.

C'est l'aîné d'une fratrie de deux garçons.

Ma mère est aussi l'aînée de quatre filles, tout au moins le pense-t-elle jusqu'à la découverte d'un demi-frère plus âgé.

Elle est née à Genève, mais a grandi à Bulle, dans le canton de Fribourg. Ses parents y tenaient une charcuterie réputée.

En 1949, ils ont émigré à Carouge, dans des circonstances que je vais préciser.

Me voici donc entouré d'eux, à un moment-clé de l'existence puisque ce sont les premiers mois de la vie.

Quelles étaient leurs préoccupations ? Qu'est-ce qui fondait leur relation ? Quelles fidélités les attachaient à leurs parents et comment voyaient-ils leur avenir ?

Tout cela va peser sur la destinée d'une enfant : ce sont les fameuses « fées » des contes populaires qui se penchent sur son berceau.

En termes psychologiques nous parlerons d'une *empreinte*.

Pour comprendre les rouages des transmissions générationnelles, il est important de mettre au jour cet environnement familial avant et autour de la naissance.

De revenir encore et encore sur cette période en questionnant nos proches, en s'efforçant d'accueillir notre vécu d'enfant : qu'est-ce que cela m'a fait de naître de mes parents ?

Pour ce qui me concerne, je résumerai cela en deux mots : *exigences et projets*.

Ils étaient absorbés par les études de mon père et peu disponibles.

Ma mère travaillait – parfois la nuit – et me confiant ici et là.

Dans notre petit appartement, je devais répondre à leurs exigences et prendre le moins de place possible.

Le lien maternel n'a pu s'épanouir pleinement.

Je devais être au service de mes parents, pour faciliter leur projet.

Plus tard, j'ai pu réaliser que ces deux mots – *exigences* et *projets* – déterminaient bien des choix dans ma propre existence.

Pourquoi ? Parce qu'il s'agit d'une empreinte et que nous sommes voués à remettre en scène nos empreintes.

C'est un enjeu de conscience – de vérité et de conscience.

Image 4 : Le poids de l'histoire maternelle...

Pour comprendre ma mère, il faut remonter à son enfance passé à Bulle dans le canton de Fribourg.

Fille de commerçant, elle a fréquenté le pensionnat de jeunes fille de Sainte-Croix, une école dirigée par des sœurs et que l'on voit sur cette carte postale.

C'était une institution très stricte et – bien que bonne élève – ma mère en garde quelques souvenirs amers.

« *Il y avait de la discipline... Il y avait une sœur qu'on appelait dragon...* »

C'était aussi un monument de la culture locale, tout comme la religion qui rythmait le quotidien de ce canton très catholique de Suisse romande.

En consultant des archives, j'ai noté que 80 enfants firent leur première communion en mai 1943 dans la petite ville de Bulle, dont ma mère.

Pour elle, la religion a été une source de réconfort qui lui permit de gérer ses souffrances en se tournant vers Dieu.

C'est donc *un mode de gestion* – une autre notion importante – qu'elle a transmis à ses enfants, puisque nous avons fréquenté l'église jusqu'à nos seize ans.

Notre paroisse de Carouge s'appelait d'ailleurs Saint-Croix, comme le pensionnat que ma mère avait fréquenté.

Adulte, j'ai déconstruit cet héritage religieux pour voir comment il avait imprégné mon éducation et cela m'a réservé bien des surprises.

Voici donc la seconde pièce de notre puzzle.

Quel vécu ma mère cherchait-elle à tenir à distance par sa pratique religieuse ? Des violences familiales très courantes à l'époque, des ruptures ou d'autres drames ?

On comprend mieux l'importance d'explorer le passé de nos parents pour sentir le carcan dans lequel ils ont vécu.

Et dans lequel ils nous ont souvent enfermés tout en croyant bien faire.

Je pense en effet que le passé se reproduit par notre volonté inconsciente de plaquer sur le présent des schémas de pensée issus de notre adaptation à un contexte ancien, souvent celui de l'enfance.

Pour s'en dégager et en libérer ses enfants, il faut donc remettre ces schémas de pensée à leur place, dans leur contexte historique.

Un contexte qui est lui-même le produit d'autres pensées, issues de la génération précédente.

Pour comprendre nos parents, il importe donc aussi de s'intéresser au vécu de leurs propres parents.

Image 5 : Un secret peut en cacher un autre...

En l'occurrence, voici le père de ma mère, dans ses jeunes années, en tenue de boucher.

Le canton de Fribourg vivait principalement d'élevage et de production de fromage – le fameux Gruyère. Une importante foire à bestiaux se tenait à Bulle chaque année.

Pendant la guerre, on pratiquait des abattages clandestins.

Une émeute éclata en novembre 1944, lorsque des inspecteurs fédéraux vinrent perquisitionner un boucher soupçonné de vendre au marché noir.

Il y a eu un procès devant la Cour pénale fédérale, puis un second.

Mon grand-père fut lui aussi condamné à une amende.

Voici le compte-rendu du premier procès dit « des bouchers » – je n'ai pas encore retrouvé les minutes du second procès.

Mais les faits sont à mettre dans leur contexte.

Des voitures entières partaient alors vers Lausanne et Genève chargées de viande de contrebande. Mon grand-père a tué quelques porcs.

Ce qui importe, c'est l'effet produit sur la famille. C'est le poids des non dits et l'incidence de ce vécu sur les générations suivantes.

Récemment, j'ai appris qu'un proche aurait dénoncé mon grand-père – une personne que ma mère connaissait bien.

Gardons à l'esprit que l'un et l'autre mettaient en scène leur propre histoire.

Mais j'ai noté des sentiments de honte, de culpabilité, de trahison que j'ai pu mettre en lien avec des circonstances de ma propre existence.

La peur d'être pris en faute et condamné bien au-delà de ce que le présent justifierait.

Et là nous avons un indice. Nous sommes parfois envahis par les sentiments que nos parents et grands-parents ont refoulés.

Comme si ces sentiments vivaient à travers nous.

À l'inverse, il est possible de les restituer à leur contexte et de s'en libérer.

Les événements dont je parle ne sont pas étrangers au fait que la famille ait quitté Bulle et se soit retrouvée à Carouge, canton de Genève, dans des conditions beaucoup plus précaires.

Une sorte de mise à distance, suivie d'un déclassement social.

Carouge était à l'époque habitée par des immigrants, des Italiens pauvres méprisés par les Suisses.

Dans les chambres situées au-dessus du magasin que l'on voit sur cette photo des années 1960, il n'y avait pas d'eau courante, pas de chauffage, et les toilettes étaient à l'extérieur.

Voici ce qu'en a dit ma mère :

« À Bulle, on était bien, on avait une jeune femme qui venait nous faire nos habits pour le dimanche, une couturière. On était dans la bonne société moyenne. Mon père était estimé, j'allais dire. Et on arrive là, dans un trou pareil, ah ça c'était dur, mais bon, on a fini par s'habituer... »

Elle va s'habituer à ce déclassement social... mais avec des conséquences, notamment sur le regard qu'elle portera sur ses enfants.

À ses yeux, en comparaison, nous aurons toujours « *de la chance* » !

C'est un exemple de la manière dont le vécu refoulé passe à la génération suivante.

Le mode de gestion du parent, qui « *finit par s'habituer* » en refoulant son vécu, se transmet à l'enfant qui subit le déni de ses propres besoins.

Voici donc une troisième pièce du puzzle, la figure encore énigmatique de mon grand-père maternel.

J'aimerais insister sur le fait qu'il portait lui-même une histoire, sans doute le sentiment de devoir expier une faute.

Sur cette image datant de l'automne 1937, il est avec ses deux filles, dont ma mère sur la gauche.

Il ne montre aucune joie et donne plutôt l'impression de porter le monde sur ses épaules.

Quel secret cache-t-il encore ?

Image 6 : L'irruption du passé dans le présent...

J'ai réalisé ce dessin vers l'âge de douze ans et mon grand-père en avait alors soixante-six.

En esquissant ce visage triste et torturé, je traduisais un « senti » que les adultes autour de moi auraient pu confirmer s'il n'y avait pas eu d'interdit.

Deux ans plus tard, il devait mourir d'un accident vasculaire cérébral et c'est à son enterrement qu'un autre secret fut rendu public.

Il avait un fils naturel, que mon grand-père avait toujours présenté à ses filles comme leur cousin – et qui fit son *coming-out* à cette occasion.

De manière autoritaire, mon grand-père était parvenu à imposer le silence à toute sa famille – ce que le déménagement vers Carouge avait facilité.

J'ai moi-même été tenu à l'écart de cette cérémonie et de ce qui s'y est révélé.

On imagine l'impact de ce secret sur son existence, puisqu'il s'est frustré d'un héritier que son épouse aurait certainement accueilli comme un fils.

On comprend mieux le sentiment de culpabilité qu'il portait.

Mais quel en fut l'impact sur les générations suivantes ?

Ma mère a mis un point d'honneur à planifier ses grossesses. Nous étions tous des enfants « *désirés* ».

Par contre, ma première fille a été conçue hors mariage...

J'ai fait « mieux que mon grand-père » puisqu'avec la mère de ma fille, nous avons fondé une famille.

Mais comme le montre cette photo, j'étais jeune et peu préparé à assumer une paternité.

Sans le savoir, j'étais porteur d'une « rôle » et l'avais mis en scène dans ma propre existence.

Voici donc la quatrième pièce du puzzle.

Elle nous rappelle que les enfants « sentent » bien au-delà de ce qu'on peut imaginer.

Qu'ils sont voués à manifester dans leur existence ce que leurs parents et grands-parents n'ont pas résolu.

Ils « prennent sur eux » – chacun à sa manière.

Je pose cela comme une règle générale, mais elle se déclinera différemment pour chacun d'entre nous.

Cela montre que la conscience est une réalité immatérielle, mais tangible.

La parole devrait couler naturellement entre générations.

Mais lorsqu'un drame intervient sur lequel on ne peut mettre de mots, la conscience se fraye un autre chemin par des remises en scène.

Cela renvoie bien sûr à l'importance de dire les choses, de mettre des mots sur nos vécus.

Cela montre que nous manquons d'un langage pour parler de notre monde intérieur, qu'il est important d'acquérir un tel langage.

Image 7 : Le fantôme de la lignée paternelle...

Il est temps de passer à la famille de mon père, que vous voyez ici entouré de son père, de sa grand-mère, de sa fiancée – ma future mère – et de son frère.

Un jour, encore jeune, ce dernier reçoit un coup de téléphone : « *Bonjour, on a trouvé une croix dans la montagne portant votre nom de famille, est-ce que c'est quelqu'un de chez vous ?* »

Étonnement de mon oncle, puisque les noms et prénoms correspondent à ceux de son frère – mon futur père – et que celui-ci est bien vivant.

Après quelques questions, les parents sortent un article de journal, datant des années 1920.

Le frère aîné de mon grand-père est bien mort accidentellement, le 19 février 1922, lors d'une course de ski près de Saint-Cergue (Suisse), à l'âge de dix-huit ans. Un seul portrait subsiste de lui.

Bien des années plus tard, en visitant le site avec mon père, je me rends compte qu'une chape de silence a recouvert la mémoire de ce drame dont je n'avais jamais entendu parler.

Là encore, le manque de mots pour dire le chagrin, la perte, pour témoigner d'un vécu intérieur resté – dès lors – non dit.

Pourquoi mes grands-parents ont-ils donné le même prénom à leur premier fils ? Quel genre de fidélité cela implique-t-il ?

Et cette mort tragique, est-elle seulement « la faute à pas de chance » ?

Je décide de me rendre aux archives cantonales pour en savoir plus.

L'un des premiers documents sur lequel je tombe ne concerne pas mon grand-père, mais son père à lui.

Il a fait la Première Guerre mondiale dans l'armée française et a déserté en avril 1916 !

J'ai sous les yeux le procès-verbal de l'administration genevoise qui date de 1922. Il a donc attendu six ans pour régulariser sa situation.

Même mon père ne le savait pas – encore un lourd secret... et plus de questions.

Mon grand-père me parlait de son père comme d'un ivrogne, mais n'a jamais mentionné son passé militaire.

Quels traumatismes noyait-il dans l'alcool ?

Y avait-il un lien quelconque avec la mort accidentelle de son fils, qui s'est perdu dans le brouillard et serait apparemment mort de froid ?

Comment ce lourd secret a-t-il pesé sur ses enfants, petits-enfants, voire arrière-petits-enfants – c'est-à-dire ma génération ?

Moyennant quelques démarches, les documents trouvés me permettent d'en connaître davantage sur mon arrière-grand-père : précédents domiciles, affectations militaires, situation familiale...

Je reconstitue peu à peu l'énigme de cet aïeul bien mystérieux, qui se prénomme Louis.

Avec cette première photo qui date probablement de l'année 1914.

Originaire de Provence, Louis a répondu à l'appel de mobilisation et quitté sa famille en août 1914. Née en 1911, sa dernière fille a trois ans.

Peut-être cette photo lui a-t-elle été envoyée ?

Debout à gauche, mon grand-père, au centre, son frère victime d'un accident mortel huit ans plus tard.

Leur mère n'est pas à la fête. Elle s'occupera du commerce en l'absence du mari.

Ce commerce, le voilà, quelques années plus tard.

Au début du siècle dernier, Louis s'est établi comme vannier à Genève et c'est sans doute son fils aîné qui se trouve sur sa droite.

À la mort accidentelle de ce dernier, en février 1922, c'est le second fils qui prend sa place – mon grand-père.

Qui reste le seul homme de la famille à la mort de Louis, deux ans plus tard. Mon grand-père a alors dix-neuf ans.

Voilà donc deux hommes disparus prématurément et dont l'absence va peser sur plusieurs générations, mais comment ?

Pour mon grand-père, l'assiduité au travail avait valeur de survie.

Il travailla comme artisan vannier dans une conserverie, puis reprit le magasin de sa mère.

Il a fabriqué un nombre incalculable de paniers de bonbonnes, de paniers de pêche, de hottes ou de pannetons pour la boulangerie, sans compter les réparations de toutes sortes.

La seule manière de s'en sortir, c'était de se lever tôt et de travailler.

Mon père l'aidait et imaginait devenir lui-même vannier. Adolescent, j'ai aussi travaillé avec lui.

Je sens cette injonction vivre en moi, comme je l'ai senti vivre chez mon grand-père.

Il avait une expression : « *Boulot, boulot, bistrot, bistrot.* »

D'abord le travail, ensuite... le travail ! Parce qu'aller boire un verre, ça n'était pas possible.

En colère contre son père alcoolique, il n'allait jamais au bistrot !

Que se serait-il passé s'il s'était arrêté pour prendre un verre ? Sa souffrance serait remontée à la surface !

Peut-être le fantôme déprimant de Louis ou la détresse d'avoir perdu son grand frère, puis son père deux ans plus tard...

Tout un vécu traumatique dont il n'a jamais parlé !

On peut donc penser que son rapport au travail était un mode de gestion de ce traumatisme...

Vient une autre chose pour Louis : la honte d'être un déserteur.

Voilà un homme qui n'avait à Genève qu'un *permis de tolérance* – c'était un Provençal qui vivait chichement du produit de sa vannerie.

« *Un métier de bohémien* », disait mon grand-père.

Avec sa désertion, s'ajoute l'humiliation de ne plus pouvoir retourner dans son pays, la France qu'il a pourtant servie.

Ce sentiment de honte a largement verrouillé l'expression du vécu familial. Il a fallu se taire, se faire petit de peur d'être rattrapé par ce passé.

Rappelons quand même qu'à l'époque, le refus de servir était puni de mort.

Il faut attendre le 11 novembre 2008 pour que le président Sarkozy réhabilite les fusillés de la Première guerre et reconnaisse « *qu'ils n'étaient pas des lâches* ».

Ce qui m'intéresse ici, encore une fois, c'est l'impact sur les générations suivantes.

De la honte portée par son père, mon grand-père a conçu un rapport problématique au social.

Je pourrais dire qu'il n'avait aucune ambition sociale, mais en réalité, il portait la condamnation de son père et de sa lignée.

Il a transmis ce manque de légitimité sociale à ses enfants, et la génération suivante – la mienne – en a aussi hérité.

Image 8 : La grande histoire par la petite porte...

Je me suis donc intéressé de plus près à cette période de la Première Guerre.

J'ai demandé aux archives départementales le registre matricule de mon arrière-grand-père et reconstitué son parcours militaire entre août 1914 et avril 1916.

Ce que vous voyez là, en tout petit, ce sont ses affectations : le 114^e régiment territorial d'infanterie, puis le 120^e dès le 14 septembre 1915.

Sur le site *Mémoire des hommes*, on peut trouver les journaux des marches et des opérations de toutes les unités combattantes.

J'ai donc lu ceux qui le concernaient.

Au départ d'Antibes, son régiment s'est déplacé sur Nice, puis Rouen et Amiens, dans la Somme où il se trouve fin 1914 déjà.

Vu son âge – il avait 37 ans à la mobilisation –, Louis a été incorporé dans un régiment territorial d'infanterie.

Cinquante pourcents des mobilisés français avaient entre 33 et 51 ans : jamais l'âge moyen des combattants n'avait été aussi élevé.

Les « pépères », comme on disait, devaient se borner à la police des lignes frontières, à l'occupation et à la défense des forts et des ponts.

Mais vu la tournure de la guerre, ils furent engagés dans la bataille pour creuser les tranchées, ravitailler les premières lignes, ramasser les cadavres...

En septembre de l'année suivante, Louis passe au 120^e régiment territorial d'infanterie qui, lui se trouve à Verdun.

J'ai lu des témoignages de l'époque, dont celui de l'écrivain Maurice Genevoix, qui a combattu en Argonne.

Nous sommes allés sur place et avons marché sur les pas de Louis, une carte IGN à la main.

Un collectionneur m'a permis de scanner des illustrations de l'époque, dont celles que je vous montre ici.

Les faits consignés dans le Journal des marches et des opérations du 120^e régiment territorial m'a permis d'avoir une idée de ce qu'il avait pu vivre, avec quels traumatismes il était revenu à Genève, en avril 1916.

Je vous en lis quelques extraits :

« Dès septembre 1915, 300 à 460 travailleurs creusent des tranchées, douze jours de front, puis six jours de cantonnement. »

« 6 obus tombent sur le Centre de commandement du Bois de Fays, le poste de téléphone est détruit. »

« Bombardement de Rauzière, un soldat tué, deux soldats tués au Bois de Fays, un soldat amputé reçoit une médaille. »

« Soldat disparu en faisant une patrouille de jour, soldat tué par un éclat d'obus. »

« Soldats cités pour bravoure avant le début de la bataille de Verdun, le 21 février 1916. »

« Pertes de ce mois-là : 8 tués, 20 blessés ; pour mars, 8 tués, 24 blessés ; pour avril : 3 tués, 29 blessés. »

Cela pour son seul régiment.

Ce qui compte, ce ne sont pas les faits eux-mêmes, mais la mémoire traumatique que chacun de ces hommes en a conservée.

Il faut se souvenir qu'à l'époque, la notion de traumatisme de guerre n'avait été qu'effleurée, puisqu'on parlait de « commotion ».

Les traumatisés de guerre – sans parler des déserteurs – étaient tenus en suspicion, considérés comme des simulateurs voulant échapper au combat.

Qu'en était-il réellement ?

À défaut d'un journal intime que Louis n'a pas tenu, j'ai retrouvé le rapport sanitaire du médecin major de son régiment, daté du 8 mai 1916, soit deux jours après sa désertion. En voici quelques extraits :

« L'état des hommes est détestable [...]. Le fait le plus saillant est la grande fatigue. Depuis le 8 mai 1915, date de son arrivée au front de Verdun, le régiment n'a pas cessé un seul jour d'occuper les tranchées de première ligne [...] dans des secteurs exposés à de vifs bombardements. [...] En outre, au cours de cet hiver, la protection contre le froid et contre les intempéries [...] était mal assurée. [...] Il y a aussi l'amaigrissement et chez certains un aspect maladif. [...] Il y a une usure très nette et une diminution de la résistance physique qui pourrait avoir des conséquences graves en cas d'épidémie. »

Voilà qui donne une bonne idée de l'état physique dans lequel Louis est rentré.

Pour ce qui est de son mental, il souffrait d'un état de stress post-traumatique et n'a plus cessé de boire.

Début 1919, pendant l'épidémie de grippe espagnole, la famille a été hospitalisée de longues semaines.

Tout cela montre la souffrance psychique dans laquelle mon grand-père a vécu son adolescence.

L'absence pour lui d'un soutien paternel s'est traduit par une forme de sacrifice dans le travail, comme on l'a vu.

Pour son frère aîné, il y a eu le sacrifice de sa vie, perdue accidentellement quelques années plus tard.

Je pense qu'il y a un lien entre le vécu traumatique de Louise – dont il n'a sans doute jamais parlé – et la mort de son fils aîné.

Ce dernier était épuisé par l'effort et a été « *enseveli par la neige* », selon le compte-rendu paru dans la presse, dans des conditions qui rappellent les tranchées de Verdun : le froid, la stupeur, l'asphyxie...

Cette mort est-elle une manifestation tragique de ce passé non dévoilé ?

Je le pense – et le fait que mon père porte le même prénom que son oncle décédé m'implique également.

Mais de quelle manière ? Concrètement, comment cette mémoire traumatique a-t-elle été transmise d'une génération à l'autre ?

Image 9 : Un chemin de conscience...

J'ai parlé tout à l'heure de la notion de « rôle » en évoquant les souvenirs de ma mère, une première fille à qui l'on cache l'existence d'un demi-frère plus âgé – et qui est donc frustrée de son statut d'aînée.

Je suis cet aîné qui « *a de la chance* » d'être reconnu comme tel, mais qui ravive aussi sa frustration et sa colère lorsque j'exprime de simples besoins.

Voilà que dans la lignée de mon père, le « rôle » d'aîné prend une valeur supplémentaire – puisque l'aîné de Louis est mort tragiquement.

Un aîné occulté dans le premier cas, un aîné sacrifié dans le second.

Quand mes parents me disent que je suis « *grand* », ils me transmettent aussi : « *Tu as de la chance d'être là ! Assume ce rôle d'aîné !* »

Sur l'image du haut, on m'a assis à treize mois devant une chaise en réparation – le travail que faisaient mon père, mon grand-père et mon arrière-grand-père.

L'album mentionne : « *En apprentissage !* »

Le rôle assigné à l'enfant passe dans chaque geste du parent – dans une phrase ou un regard.

J'ai joué ce rôle avec ma petite sœur – et tout au long de ma vie d'adulte avec le sentiment de ne jamais en faire assez.

J'ai en tête certaines somatisations : maux de dos, migraines, sensation d'épuisement... Et toujours l'impossibilité de m'arrêter. Il faut tenir, ne pas défaillir.

Imposer un rôle à un enfant implique la négation d'un certain nombre de ses besoins – et des souffrances qui vont être remises en scène.

Mais revenons à Louis. Lui aussi a dû tenir pour ne pas défaillir – c'était une question de survie.

Son fils est sans doute mort d'épuisement avant de défaillir dans une tranchée de neige.

Quelque mois avant de me rendre à Verdun, j'ai commencé à éprouver des symptômes : difficultés respiratoires, voix enrouée, palpitations. Anxiété et douleurs thoraciques.

Je suis allé voir un médecin qui n'a rien détecté d'anormal.

Et puis j'ai repensé à notre petit appartement de Carouge.

Par manque de place et pour pouvoir étudier, mon père avait installé un dispositif qui isolait le berceau de la lumière à l'aide d'une couverture.

En voici un schéma réalisé par lui.

Je me suis endormi là-dessous pendant les deux premières années de ma vie, de vingt heures à vingt-deux heures environ – après quoi mes parents ôtaient la couverture pour aller se coucher.

Je pense qu'ils étaient persuadés de bien faire, d'avoir trouvé une astuce pour employer notre petit espace au mieux.

Mais ils ne se rendaient pas compte que je manquais d'air !

Je me suis livré à un calcul tenant compte du volume respiratoire d'un enfant d'une dizaine de kilos, de la concentration de dioxyde de carbone expiré et du volume du caisson du berceau.

C'est un gaz plus lourd que l'air, qui a tendance à s'accumuler.

Je suis arrivé à la conclusion qu'au bout d'une heure, l'air que je respirais avait une concentration en CO₂ de 5%. Au lieu de l'habituel 0,03%.

D'après une étude que j'ai consultée, c'est une concentration suffisante pour provoquer des bouffées de chaleur, des palpitations, des douleurs thoraciques, de l'anxiété évidemment...

À plus haute dose, une intoxication au dioxyde de carbone peut être responsable d'une mort subite du nourrisson...

Cela illustre le mécanisme de remise en scène par lequel les traumatismes se transmettent d'une génération sur l'autre.

Cette mise en scène ne rappelle-t-elle pas à la fois les tranchées de Verdun, la congère de neige sous laquelle mon grand-oncle fut enseveli et l'atmosphère étouffante de l'atelier de vannerie de mon grand-père ?

Quoi qu'il en soit, les sensations sont là : anxiété, étouffement, palpitations, peur de mourir...

Voici donc la septième et dernière pièce de ce puzzle.

Sans le savoir, les parents imposent des rôles à leurs enfants au travers de leurs attentes, de leurs injonctions, de leurs désirs non reconnus.

De leur passé non résolu et des rôles qu'on leur a imposés.

Ces rôles peuvent conduire à divers types de manifestations somatiques – voire à d'autres remises en scène.

S'ils se transmettent, c'est bien parce que quelque chose n'a pas été reconnu : un vécu passé n'a toujours pas été intégré en conscience.

La mise au jour de certains moments-clés peut nous aider dans ce processus de résolution.

C'est le cas d'événements restés traumatisants parce qu'incompris, comme ici la mise en scène de la couverture.

Image 10 : Pour conclure...

Ce dévoilement a eu pour moi un effet inattendu, puisque je me suis aperçu que j'avais littéralement vécu sous une cloche.

L'empreinte de la couverture s'est fait sentir tout au long de ma vie, comme un voile posé entre le monde et moi.

J'avais été comme ces personnes que j'ai prises en photo sous la coupe d'une serre étouffante.

Il m'a fallu reconstituer ce puzzle pour le réaliser et m'en libérer peu à peu. Les symptômes physiques ont bientôt disparu.

En faisant ce travail, j'ai entrevu la puissance des projections que les parents font sur leurs enfants et l'impact de ces projections sur nos existences.

Mais aussi l'incroyable sensibilité de l'enfant qui saisit les non dits, les prend sur lui et s'applique sans le savoir à les remettre en scène.

C'est une prise de conscience douloureuse.

Mais dans le même temps, c'est une ouverture extraordinaire puisque dans nos vies, tout se tient !

Il nous faut seulement le réaliser en conscience !

Je vous remercie de votre attention et réponds maintenant volontiers à vos questions.