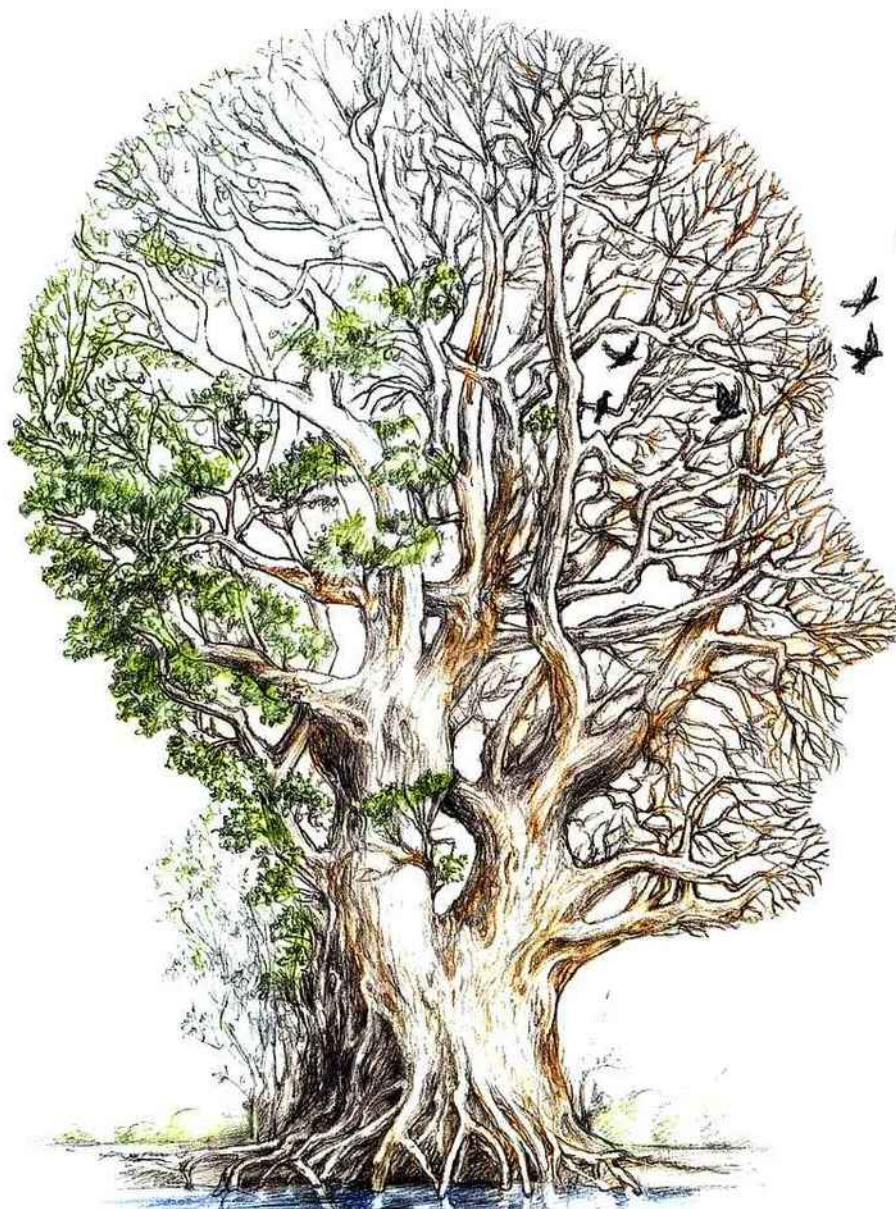




ÇA NOUS
PARLE



PSYCHOGÉNÉALOGIE Et si on traquait les secrets de famille

Non contente de fouiller les registres des mairies et les vieux carnets, cette pratique s'intéresse aussi aux traumatismes de nos ancêtres. Une approche singulière qui ne cesse de faire des émules.

ANNE GHIRINGHELLI - ILLUSTRATION : FLORENCE GENDRE



L'assassinat de John F. Kennedy, le 22 novembre 1963, à l'âge de 46 ans, était-il de la seule responsabilité d'Oswald, ou bien la preuve d'une dette que le président des États-Unis aurait eu à payer? Une dette... à l'égard de ses ancêtres. Le cas JFK est un exemple typique pour les psychogénéalogistes. « Deux des arrière-grands-parents de JFK sont décédés un 22 novembre. Et 46 ans est un âge critique dans son arbre, avec nombre de décès, de divorces et autres problèmes de santé », précise Elisabeth Horowitz, auteure de *Sous l'influence du destin familial, J. F. Kennedy et les programmations secrètes de l'arbre généalogique* (éd. Dervy). Une tragique loi des séries qui se poursuit avec l'assassinat en 1968 de Robert Kennedy, le frère de John, puis la mort de quatre membres du clan dans des crashes aériens.

Payons-nous sans le savoir les fautes de nos aïeux ?

La psychogénéalogie, c'est donc cela, une sorte de chasse aux secrets de famille et aux traumatismes « non-digérés » par nos ancêtres, qui se transmettraient de génération en génération sous forme de répétitions catastrophiques et de symptômes associés. Une approche qui a le vent en poupe. Et pour cause, c'est le mix parfait entre développement personnel et généalogie, une friandise purement française. Selon une étude OpinionWay publiée au printemps dernier, neuf Français sur dix se disent intéressés par la généalogie, et la moitié d'entre eux ont déjà fait des recherches généalogiques. Bénédicte, 47 ans, en fait partie. Elle a toujours été curieuse de l'histoire de sa famille. Alors, il y a quelques années, elle a sauté le pas. « Je voulais comprendre pourquoi trois de mes oncles s'étaient suicidés. Cela ne pouvait pas être un hasard ! » Elle remonte le fil du temps sur sept générations et découvre que ses ascendants, originaires de Nantes, ont fait fortune grâce au commerce de canne à sucre et à l'esclavage. « Ces oncles ont tous vécu

dans d'anciennes colonies et travaillé dans des plantations. Quant à mon père, il était diabétique et il en est mort ! » Pour elle, c'est comme si la descendance payait la faute originelle.

« Les secrets de famille provoquent presque systématiquement des traumatismes dans les générations suivantes, qui peuvent aller jusqu'au déclenchement de psychoses. C'est pour cela que je ne parle pas de "patate chaude" mais bien de grenade que l'on se passe de génération en génération », explique Bruno Clavier, thérapeute*. Sans parler de psychoses, il n'est pas rare que des problèmes de santé chroniques, inexpliqués par la médecine classique, soient à l'origine d'une consultation en transgénérationnel. Claude, 62 ans, fait ainsi clairement le lien entre la disparition de ses maux de dos... et la découverte d'informations concernant la naissance de son père.

Pratique miraculeuse ou simple coïncidence ? La psychogénéalogie a longtemps été dénigrée par les psychanalystes pur jus, héritiers de Freud. « Avec le temps, les psys se sont rendu compte qu'un individu n'est pas seulement le produit d'un homme et d'une femme mais aussi le fruit de toute une histoire familiale.

Martine
51 ans

“Prendre conscience de ce *bis repetita* m'a libérée”

« Il y a deux ans, j'ai essuyé d'importants revers financiers. Mon conseiller en placements a mal évalué la situation et j'ai perdu beaucoup d'argent. J'ai découvert, grâce au transgénérationnel, que je revivais là une histoire déjà connue ! Le frère de ma mère est mort en mer, durant la Seconde Guerre mondiale. Sa femme, devenue veuve, s'est entichée d'un homme qui a dilapidé toute sa fortune. Quand mon thérapeute m'a aidé à prendre conscience de ce *bis repetita*, ça m'a libérée. L'histoire ne recommence pas par hasard mais parce qu'elle n'a pas été digérée par cette aïeule. J'ai réussi à accepter la situation, à en parler sans honte et à dépasser ma peur de toujours manquer. »



Dans la pensée chinoise, cela existe depuis toujours et c'est bien pour cette raison que l'on pratique le culte des ancêtres, honorés par des offrandes », souligne Bruno Clavier.

Chercher les vieilles branches qui perturbent la couvée

Point d'offrande en psychogénéalogie, si ce n'est en terme de temps. Des heures passées à scruter les prénoms, les dates de naissance, de mariage, les causes de décès, la place dans la fratrie... pour en faire d'éventuels signifiants. Mais comment débusquer les non-dits dans cette valse de données ? Et comment délier les langues alors que les protagonistes ne sont en général plus de ce monde et que les fameux secrets sont restés scellés des décennies durant ? « Souvent, les choses se vérifient d'une manière ou d'une autre », raconte Bruno Clavier. « L'inconscient entre dans une dynamique qui nous est d'une aide précieuse. Par exemple, les gens rêvent davantage, des rêves souvent éclairants », renchérit Elisabeth Horowitz.

Dans son bureau de coach de vie et ses ateliers-débats, les « cafés de l'Amour », Bénédicte Ann** utilise elle aussi le transgénérationnel pour mettre en lumière les « loyautés inconscientes ». « La plupart des femmes célibataires ou en couple avec des "hommes catastrophe"

s'interdisent d'être heureuses "par tradition", parce que leur mère ou leur grand-mère étaient malheureuses en amour. »

Y a-t-il une explication scientifique ? « Les chercheurs qui travaillent sur l'épigénétique (influence de l'environnement sur le génome) ont observé que lorsque des rats avaient vécu un traumatisme, le comportement de leur progéniture s'en trouvait modifié. On peut donc affirmer que les affects, et notamment le stress, peuvent se transmettre. Mais pour l'instant, impossible de savoir comment, aucune modification génétique n'ayant été décelée. Je pense d'ailleurs que la solution ne se trouvera pas de ce côté, car j'ai constaté que les enfants adoptés pouvaient eux aussi recevoir un "héritage psychique" de la part de leur famille adoptive », explique Bruno Clavier.

Nicolas Gauvrit***, mathématicien et chercheur en sciences cognitives, reste dubitatif. « Ceux qui ont recours à la psychogénéalogie ont l'impression d'aller mieux... tout simplement parce que parler à quelqu'un permet d'aller mieux ! En médecine comme en psychologie, avant de lancer un traitement, on compare toujours un groupe placebo avec un groupe traité. Or ça n'a pas été fait avec la psychogénéalogie, on ne peut donc pas mesurer ses bienfaits. Par ailleurs, il existe en mathématiques ce que l'on nomme



CINQ CLÉS POUR DÉMARRER

1 Le coup de pouce du Net

Les sites spécialisés (type genealogie.com) ont souvent bien dégrossi le travail. Payants mais à prix raisonnable, ils permettent de mettre en place les premières pierres de l'édifice plus facilement.

2 Des archives 2.0

Aujourd'hui, nombre d'entre elles ont été numérisées. Certaines informations sont donc accessibles directement et... gratuitement. Il suffit de se renseigner auprès du service en question.

3 L'enquête de terrain

On renoue avec la famille éloignée. Inutile d'espérer des révélations lors des deux premiers rendez-vous ! On demande à feuilleter des albums photos, c'est souvent le moyen de recueillir des anecdotes.

4 Le bon matériel

On investit dans un livre d'histoire afin de faire le lien entre la « grande » et la « petite ». Sur une nappe en papier, on crée son arbre avec les infos récoltées, pour obtenir une vue d'ensemble et voir les récurrences.

5 La piste du « tourisme généalogique »

Actuellement en pleine expansion et très à la mode chez nos cousins québécois, qui viennent en France à la découverte de leurs ancêtres, c'est une jolie façon de se lancer.



"le paradoxe des anniversaires". Prenez 23 personnes au hasard. La probabilité que l'une d'elles soit née le même jour que vous est faible, mais la probabilité que, dans ce cercle, deux personnes soient nées le même jour est d'une chance sur deux. C'est une question de point de vue et c'est sur cette illusion que repose la psychogénéalogie. »

Alors, qu'en penser? Le thérapeute et coach Arnaud Riou**** apporte peut-être une réponse de bon sens: « Si vous avez mal à l'estomac, le médecin va vous parler d'un ulcère, l'acupuncteur, d'une faiblesse de l'élément feu, et le psy transgénérationnel, d'un problème avec votre arrière-grand-mère... Le transgénérationnel est un prisme, il en existe d'autres, à chacun de choisir selon sa sensibilité. » ●

*AUTEUR DES FANTÔMES FAMILIAUX, PSYCHANALYSE TRANSGÉNÉRATIONNELLE (ÉD. PAYOT). **AUTEURE D'ARRÊTEZ DE VOUS SABOTER, VOUS ÊTES EXCEPTIONNEL (ÉD. EYROLLES). ***COAUTEUR AVEC JEAN-PAUL DELAHAYE DE COMME PAR HASARD! (ÉD. BOOK-E-BOOK). ****AUTEUR DE RÉVEILLEZ LE CHAMAN QUI EST EN VOUS (ÉD. SOLAR).

Samuel

70 ans

“ La nudité était synonyme pour moi de danger de mort ”

« J'ai toujours été maladivement pudique, au point que je n'allais jamais dans les toilettes publiques. On me disait que cela venait de mon enfance: je me promenais mon pot à la main et me faisais sans cesse houspiller par l'employée de maison. Mais savoir cela ne m'a pas aidé et pour "guérir", j'ai fait un stage de tantrisme. Au moment de me déshabiller, je me suis évanoui... J'ai fini par comprendre, grâce au transgénérationnel, que la nudité était synonyme pour moi de danger de mort, à cause de l'histoire de ma famille. Je suis juif, mes parents ont connu les camps de concentration, des oncles et tantes y sont morts. Et cette nudité, c'était celle qu'on leur imposait avant d'entrer dans les chambres à gaz. »