

La construction de l'arbre

Il comporte comme informations, les noms des personnes avec leurs dates et lieux de naissance et de décès, leur dates de mariage mais aussi quelques dates qui peuvent être importantes dans la vie de chacun ; âge des maternités et paternités, âge au moment des changements de lieux de résidence (et cela d'autant plus s'il s'agit d'exil), âge de la personne au moment de la mort d'un être cher... La personne qui construit son arbre indique aussi les liens qui existent entre les membres de la famille, les sentiments qui les unissent ou les séparent, la proximité ou au contraire l'absence de relation ; comment les futurs mariés se sont-ils rencontrés, quel était leur statut social respectif... D'autres informations essentielles seront également portées sur l'arbre, comme les grossesses interrompues volontairement ou pas, les maladies, les causes de décès. Cette construction progressive remonte rarement au-delà des arrière-grands-parents ; cette étape étant le plus souvent suffisante pour percevoir ce qui s'est transmis de génération en génération.

Mémoire individuelle et mémoire familiale

Au fil des séances, la personne va mobiliser sa propre mémoire (qu'elle annonçait souvent défaillante) mais aussi celle des membres de sa famille ; de façon très naturelle, elle interroge d'abord ses parents et grands-parents s'ils sont encore vivants mais aussi des cousins, des parents plus éloignés qui possèdent aussi leur vision de cette histoire familiale ; toute cette recherche aura pour effet de retisser des liens, souvent aussi d'en créer de nouveaux. L'utilisation des archives ne vient que dans un second temps. La confrontation de différents points de vue est une riche expérience ; les entrecroisements de récits avec parfois leurs contradictions viennent bousculer des histoires qui semblaient bien installées. Les drames de l'histoire collective, les guerres, les exils, les migrations... colorent toutes les histoires de famille, mais ce qui est intéressant pour un travail de psychogénéalogie c'est de comprendre comment les événements collectifs sont vécus dans chaque famille.

Qu'est-ce qui apparaît ?

D'abord un arbre ne ressemble à aucun autre ; il a son style, sa forme, ses couleurs choisies au cours de la construction, ses grosses branches comme ses branches plus fines ; il y a par exemple beaucoup d'informations sur un grand-père paternel et on ignore tout du grand-père maternel. Certaines répétitions vont vite émerger ; répétition de prénoms, d'âges, de dates, de situations ; même nombre d'enfants par fratrie ; une personne est 4e de sa fratrie et elle se rend compte que ses deux parents ont aussi occupé cette place. Plus tragique, les parents ont tous deux perdu leur mère au même âge ; on constate d'ailleurs souvent une grande similitude entre les branches paternelle et maternelle ; il est probable qu'on choisit aussi son conjoint et sa conjointe en fonction de son histoire familiale. Certaines maladies vont également se répéter alors qu'elles ne sont pas, dans nos connaissances actuelles, héréditaires

La transmission

Les généalogistes s'intéressent à l'histoire de leur famille souvent aussi pour la transmettre à leurs descendants ; c'est une démarche choisie, consciente et volontaire. Mais "quelque chose" d'autre se transmet entre les générations, quelque chose qui n'est pas du domaine du conscient, qui souvent d'ailleurs n'est pas transmis par des paroles. C'est justement l'analyse de ce "quelque chose" et des modalités de sa transmission qui fait l'objet du travail psychogénéalogique. Ce "quelque chose" peut, comme la "patate chaude" traverser les

générations sans beaucoup de transformations mais peut aussi à chaque génération prendre une forme un peu différente. Par exemple les cauchemars de certains enfants montrent bien qu'ils ont intégré à leur manière une histoire non dite ; leurs parents ont voulu souvent les épargner en ne racontant rien des drames qu'eux-mêmes ont vécus, ou bien étaient incapables de mettre en mots des situations trop effrayantes ; je pense bien sûr à la difficulté de parler de la Shoah mais aussi aux morts violentes : les vivants sont comme pétrifiés dans leur douleur et ne peuvent l'exprimer par des mots. Les "fantômes", c'est ce qu'on peut repérer comme un "fantôme", c'est à dire une personne dont la mort peut être entourée d'un certain mystère ou ne pas être racontée du tout comme si elle n'avait jamais existé ; c'est ce que le psychanalyste Didier Dumas appelle un "vide de représentation, une trace de la souffrance de nos ancêtres qui n'a pas pu se dire" (cité par Nina Canault : Comment paye-t-on les fautes de ses ancêtres). Ce peut être aussi un être disparu de façon tragique et dont le deuil n'a toujours pas été fait car trop douloureux ; les enfants de cette famille portent la nécessité de redonner vie à ce mort (ce qui bien sûr est une "mission impossible") ; c'est ce qu'on constate parfois lorsqu'un enfant porte le prénom d'un être aimé qui vient de mourir. Très marquant également est l'enfant de "remplacement" dont la naissance suit la mort d'un aîné et qui a pour mission, programmée de façon inconsciente par les parents de les consoler et de faire mieux que l'enfant idéalisé qu'ils ont perdu ; Vincent Van Gogh et Salvador Dali ont vécu cette situation très douloureuse.

Les loyautés familiales

Le désir des parents (eux-mêmes reproduisant parfois celui de leurs propres parents ou grands-parents) peut aussi induire les choix de vie d'un enfant ; tout le monde connaît le cas de ceux qui souhaitent que leur enfant réussisse ce qu'ils ont eux-même raté. L'enfant se sent comme une obligation non consciente de répondre à cette demande non formulée. Parfois les messages donnés sont tout à fait contradictoires et la mission est encore une fois impossible ; difficile de vivre avec sérénité et bonheur quand un enfant est poussé par sa famille à faire des études de haut niveau alors que ses parents ont un discours méprisant pour les intellectuels. Par exemple, une de mes patientes a eu un accident le jour où elle devait passer un concours important ; certains échecs scolaires peuvent s'expliquer aussi par l'histoire familiale.

La thérapie transgénérationnelle

Le travail se construit au fil des séances ; il s'articule autour de questions, hypothèses, découvertes, "revisite" de ses ancêtres, et une meilleure compréhension de ce qui s'est joué pour eux comme pour soi ; par exemple, je pense à une personne qui était tellement identifiée à une grand-mère qu'elle ne pouvait que suivre le même chemin et ne se permettait pas de vivre sa vie à elle ; en en prenant conscience, elle a découvert que d'autres possibilités existaient. Une autre patiente, qui reproduisait avec sa mère la relation très fusionnelle que celle-ci entretenait avec sa propre mère, a pu poursuivre ses études à l'étranger et acquérir davantage d'autonomie. Une jeune patiente très dépressive est sortie de son incapacité à s'imaginer dans l'avenir et a construit un nouveau projet professionnel. L'effet du travail de psychogénéalogie est différent pour chacun, mais il s'accompagne toujours d'un soulagement et d'une sensation de libération. La relecture de l'histoire familiale, ce décryptage, n'est rendue possible, "soignante", que parce que des mots essentiels, des mots souvent chargés d'émotion, ont été prononcés et entendus, des mots qui permettent à chacun de (re)trouver sa place et donc son identité propre dans l'ordre des générations. Il ne faudrait pas oublier que nos ancêtres sont aussi un socle qui donne des forces sur lesquelles s'appuyer pour avancer, un socle au service des vivants.