

FREUD

À LA PLAGÉ

**LA PSYCHANALYSE
DANS UN TRANSAT**

ELSA GODART

FREUD



À LA PLAGE

**LA PSYCHANALYSE
DANS UN TRANSAT**

DUNOD

DANS LA MÊME COLLECTION

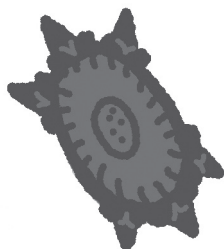
Colette à la plage, Marie-Odile André
Schrödinger à la plage, Charles Antoine
Galilée à la plage, Arnaud Cassan
Shakespeare à la plage, Eddy Chevalier
Pythagore à la plage, Jean-Paul Delahaye
Churchill à la plage, Sophie Doudet
Marx à la plage, Jean-Numa Ducange
Proust à la plage, Johan Faerber
Napoléon à la plage, Richard Fremder

À la plage avec Charles de Gaulle, Jean Garrigues
Turing à la plage, Rachid Guerraoui
Einstein à la plage, Marc Lachièze-Rey
Newton à la plage, Yann Mambrini
Kant à la plage, Francis Métivier
Darwin à la plage, Jean-Baptiste de Panafieu
Sapiens à la plage, Jean-Baptiste de Panafieu
Platon à la plage, Hélène Soumet
Épicure à la plage, Hélène Soumet

Principe de collection, conception & illustration de couverture :
Marie Sourd, Atelier AAAAA

Crédits typographiques : *Grotesque6* © Hoftype (texte courant)

Illustrations de l'intérieur : Rachid Marai



© Dunod, 2021
11, rue Paul Bert, 92240 Malakoff
www.dunod.com
ISBN : 978-2-10-080179-4

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

DU MÊME AUTEUR

Le meilleur des mondes possibles, (avec D.-S. Schiffer, R. Redeker et L. Ferry), Samsa, 2021

Le sentiment d'humanité. Manifeste d'un homme libre, Les éditions Ovadia, 2021

Le sentiment d'humanité. Manifeste d'une femme libre, Les éditions Ovadia, 2021

Éthique de la sincérité. Survivre à l'ère du mensonge, Armand Colin, 2020

Je veux donc je peux. Conquérir notre liberté, [Plon, 2007], InterÉditions, 2020

Métamorphose des subjectivités, trois volumes :

– *Le sujet de l'inconscient. Déformation*, Hermann, 2020

– *Le sujet de la conscience. Formation*, Hermann, 2020

– *Le sujet du virtuel. Transformation*, Hermann, 2020

La dernière Héloïse. Pièce philosophique en huit scènes, Les éditions Ovadia, 2018

La psychanalyse va-t-elle disparaître ?, Albin Michel, 2018

De la bienveillance envers soi-même et autres discours, Uppr, 2017

Je selfie donc je suis. Les métamorphoses du moi à l'ère du virtuel, Albin Michel, 2016

Édith Stein, l'amour de l'autre, [Les éditions de l'Œuvre, 2011], Les Éditions du Toucan, 2014

Être mieux avec soi-même, Michel Lafon, 2012

Ce qui dépend de moi. Petites leçons de sagesse, Albin Michel, 2011

Histoires de sincérité (Dir.), L'Harmattan, 2010

Au secours j'ai peur d'aimer (avec M.-C. Grall), [Plon, 2007], Pocket 2009

La sincérité, ce que l'on dit, ce que l'on est, Larousse, 2008

À tous ceux qui doutent que c'est «l'esprit
qui fait le corps»;
À tous ceux qui oublient que
l'humain est fait d'une matière immatérielle;
À tous ceux qui ont perdu la sincérité propre
à toute quête de vérité.

« Grâce à l'effort de Freud une nouvelle génération regarde
une époque nouvelle avec des yeux plus pénétrants,
plus libres et plus sincères. »
Stefan Zweig, *Sigmund Freud*.
La Guérison par l'esprit (1931).

« Qui devient biographe s'astreint à mentir, à dissimuler,
à embellir et même à cacher son propre manque
de compréhension, car on ne peut pas posséder la vérité
biographique et celui qui la posséderait ne pourrait pas
s'en servir. Dire la vérité est chose impraticable... »
Sigmund Freud, *Lettre à Arnold Zweig* (31 mai 1936).

INTRODUCTION



FREUD... ENCORE ?

Dans notre monde très technicisé, où le sujet humain se réduit toujours plus à sa biologie, où la preuve et le chiffre accréditent une unique vérité, où le sujet se démultiplie sans cesse sous la forme d'avatars et d'identités virtuelles, dans ce monde-là où les tabous sexuels sont tombés depuis longtemps, où la parole paraît s'être libérée, où les maladies psychiques se traitent à coups de médicaments de plus en plus efficaces, à quoi peut-il servir de lire encore et encore Freud ? Dans un contexte où on nous assure que ce qu'on appelait au siècle dernier *l'inconscient* (inconscient psychique chez Freud ou l'inconscient social chez Marx) est désormais localisé dans une partie du cerveau (inconscient neurologique) ou réduit à certaines habitudes comportementales (inconscient cognitif), dans un contexte où l'on recense plus de cinq cents thérapies différentes, pourquoi parler

encore de *psychanalyse*? Cela fait plus d'un siècle qu'on ne cesse de nous rabâcher que Freud est délirant – si ce n'est diabolique – (*Freud Bashing*¹, d'Alain à Onfray²), que sa théorie est pure élucubration et n'a rien de scientifique (de Karl Popper au *Livre noir de la psychanalyse*³), que la psychanalyse ne guérit pas contrairement aux récits de cure proposés par Freud⁴... et aujourd'hui, on nous apporte les preuves (!) des inepties de Freud. Alors pourquoi y revenir? J'y vois au moins trois raisons :

– Tout d'abord, le fonctionnement du psychisme humain ne se réduit pas à des connexions neuronales ou à un flux d'hormones. De même, on ne peut réduire nos angoisses, nos difficultés à vivre, nos douleurs existentielles ni nos différents symptômes à une problématique comportementale ou cognitive. Le sujet humain est avant tout *relation* : relation au monde, à l'autre, à soi. Cette relation n'est réductible à aucun chiffre, à aucune science, à aucune statistique. Aucun médicament ne pourra guérir un chagrin d'amour, aucune thérapie comportementale et cognitive (TCC) n'effacera la douleur de la perte d'un proche, aucun taux de sérotonine ou d'endorphine ne pourra rendre compte du manque d'estime de soi et de nos complexes. (Re-)découvrir Freud et l'inconscient psychique, c'est préserver une certaine conception du sujet humain où le mystère est central dans un contexte qui vise de plus en plus à le nier.

- Ensuite, les réseaux sociaux ont permis de faire sauter des non-dits et des silences assassins. Ainsi, en fut-il de #metoo ou encore de #metooInceste. La parole se libère par-delà la honte et la peur; par-delà les jugements et les regards inquisiteurs. Mais, il ne faudrait pas oublier que le premier à avoir libéré la parole, à avoir rendu possible le fait de parler haut et fort d'amour ou de sexualité, d'angoisse ou de désir fut Freud. Si aujourd'hui, il est possible d'oser briser des silences destructeurs, c'est bien parce que Freud a libéré les mots du carcan du silence. Cette méthode, qui consiste à dire et à *se dire*, il en a fait une cure, la *talk-ing cure*. Pour mieux comprendre comment s'est jouée cette libération de la parole, mais aussi pour continuer à apprendre à *dire* et à *se dire*, car ce n'est jamais simple, (re-)lisons Freud et écoutons-le.

- Enfin, parce que Freud et la psychanalyse qu'il a créée, nous aident à mieux comprendre ce qui se joue en nous lorsque nous souffrons, lorsque nous n'allons pas bien, lorsque nous avons des difficultés avec autrui ou avec nous-même. Comprendre ce qu'est une psychanalyse, comment fonctionne un psychisme humain, comprendre la démarche de Freud, c'est d'une certaine façon comprendre qui nous sommes, pourquoi nous souffrons, pourquoi nous éprouvons quantité de difficultés à vivre. Et ainsi, peut-être, tenter d'aller mieux.

Ce livre s'adresse donc à toute personne désireuse de découvrir la psychanalyse et la grande

invention de Freud ; plus largement, il s'adresse à toute personne qui souhaiterait répondre à cette question si douloureuse : *pourquoi est-il si difficile de vivre heureux ?* C'est pour accompagner nos difficultés à bien vivre et à bien vivre ensemble, pour éradiquer des symptômes invalidants que Freud a créé la psychanalyse. Sur ce point, je crois que cela nous concerne tous et plus que jamais.

Il me reste encore à vous faire part d'une remarque : je ne souhaite pas faire un résumé de l'œuvre et de la vie de Freud, d'autres personnes l'ont fait certainement mieux que je ne le ferais jamais d'Ernst Jones à Stefan Zweig en passant par Élisabeth Roudinesco, Paul-Laurent Assoun ou Olivier Douville, mais je veux vous transmettre ma vision de Freud, en souligner la valence à notre époque, vous en faire une modeste présentation pour que vous puissiez en avoir le goût – le goût suffisant pour aller directement découvrir l'œuvre du père de la psychanalyse. Lire Freud n'est pas réservé qu'aux initiés.

La série *En Thérapie* diffusée sur *Arte* à partir du 4 février 2021⁵, mettant en scène un psychanalyste dans son travail quotidien avec cinq de ses patients, a remporté un succès qui a défrayé la chronique. De nombreux médias se sont interrogés sur les raisons d'un tel engouement⁶. Rappelons que cette série se déroule juste après les attentats du Bataclan en 2015, et que nous sommes en plein traumatisme collectif ; sans doute qu'en pleine pandémie (autre forme de

traumatisme collectif), cette série est entrée en résonance et a eu un effet cathartique salvateur. Sans revenir sur les raisons d'un tel succès, notons que 125 ans après les débuts de la psychanalyse (que l'on date vers 1895-1896), Freud a remporté à nouveau une victoire sur ses innombrables contradicteurs.

Sigmund Freud, homme passionné qui n'a jamais cessé d'œuvrer pour soulager les douleurs psychiques, fils, mari, père, ami, s'est aussi senti responsable du destin de notre humanité dans une époque où le monde bascule – et il en sera le témoin – dans la barbarie nazie. Alors, commençons cette exploration de Freud et de la psychanalyse par les derniers mots du *Malaise dans la civilisation*, l'un des derniers livres écrits par Freud en 1929, des mots quasi prophétiques quand on les lit aujourd'hui :

«La question du sort de l'espèce humaine me semble se poser ainsi : le progrès de la civilisation saura-t-il, et dans quelle mesure, dominer les perturbations apportées à la vie en commun par les pulsions humaines d'agression et d'autodestruction ? À ce point de vue, l'époque actuelle mérite peut-être une attention toute particulière. Les hommes d'aujourd'hui ont poussé si loin la maîtrise des forces de la nature qu'avec leur aide il leur est devenu facile de s'exterminer mutuellement jusqu'au dernier. Ils le savent bien, et c'est ce qui explique une bonne part de leur agitation présente, de leur malheur et de leur angoisse. Et maintenant, il y a lieu d'attendre que l'autre des deux "puissances célestes", l'Éros éternel, tente un effort afin de