

Colloque Renouer avec la beauté du monde

L'innocence perdue , l'innocence retrouvée

Par Jan Bauer

C'est le printemps, le moment justement de renouer avec la beauté du monde, comme dit le titre de ce colloque. L'air s'adoucit, les fleurs poussent, les oiseaux chantent... Dans la nature, les eaux pures coulent dans les rapides, les animaux nouveaux-nés ouvrent les yeux pour la première fois sur le monde. Chez les êtres humains, les coeurs se tournent vers de nouveaux amours, les têtes vers de nouveaux projets. Bref, c'est un temps d'innocence, où tout semble encore vierge et plein de possibilités.

Et pourtant, pour reprendre l'idée du poète anglais T.S. Eliot, pour beaucoup de monde, le printemps est aussi la saison la plus cruelle. Autant il nous pousse vers le bonheur, autant il nous accable avec un sentiment d'échec, si nous sommes trop affligés par des malheurs pour en jouir. Que ce soit les conflits dans le monde ou des maladies et des soucis individuels, ces problèmes nous semblent se moquer de toute notion de beauté ou d'innocence. Ce contraste n'est pas nouveau. La question de savoir comment jouir de la vie malgré les tragédies qui nous touchent et nous entourent a été reprise par toutes les civilisations qui nous ont précédés. Pour les grecs, nos ancêtres culturels, c'est la question centrale du mythe de Demeter et Persephone, et des Grands Mystères — les rites que les initiés ont célébré à chaque printemps pendant 2000 ans. Ils célébraient les Grands Mystères jusqu'à ce que les 'barbares du Nord', c'est à dire les chrétiens, arrivent pour remplacer les temples par des églises.

Comme tous les mythes, l'histoire de Demeter et Persephone se déroule sur plusieurs plans et se prête à plusieurs niveaux d'interprétation. Sur le plan biologique, le mythe explique et célèbre le miracle des saisons, le passage, chaque année, du vert au brun au blanc. Sur le plan humain, il parle de la séparation nécessaire entre une mère et sa fille grandissante, séparation qui permettra l'individuation de chacune avant qu'elles ne se retrouvent de nouveau, adultes et individuelles. Mais le message psychologique le plus important de ce mythe est de nous parler de la perte d'innocence comme d'un événement inévitable et nécessaire dans l'évolution de chaque être humain.

Quelle innocence faudrait-il perdre et pourquoi? L'innocence qu'il faudrait perdre, selon le mythe, est celle décrite dans le dictionnaire comme un état "pur, non souillé par le mal, non blâmable". Cette notion évoque l'être humain avant la Chute, ou l'enfant nouveau-né. Dans la vie réelle, il n'y a pas d'êtres humains vraiment purs et innocents. Nous avons tous notre part d'ombre ou, dans le langage de l'église, de péché originel. Selon C.G. Jung, le psychiatre et psychanalyste suisse, une des tâches principales de chaque individu est justement d'assumer la pleine responsabilité pour sa propre ombre et de la gérer de façon consciente. C'est essentiel à l'individuation. Mais pour faire cela, il faut perdre la notion de sa propre innocence, ce qui n'est pas plus facile pour nous que pour les grecs du 20ème siècle avant Jésus-Christ.

Je me souviens par exemple, d'une visite que j'ai faite il y a quelques années chez des gens très riches. J'étais assise dehors avec la grand-mère, une douairière de 80 ans. Nous buvions du thé en regardant le beau paysage autour. C'était un vrai paradis: pas de pollution, pas de pauvreté, rien pour gâcher la beauté naturelle exquise. Puis cette femme s'est tournée vers moi, et m'a dit: "Vous savez, je peux passer des semaines et des semaines comme ça sans jamais rien voir de laid." Prise de court, j'ai hoché la tête poliment. Mais les mots qui me sont venus à l'esprit aussitôt après étaient un peu moins polis. Ils disaient, "Oui, ma pauvre dame. C'est justement ça le problème. Votre fils est alcoolique depuis des années, votre fille est malheureuse, votre défunt mari avait une maîtresse, le monde extérieur est plein de problèmes, mais vous, vous ne voyez jamais rien de laid. Vous êtes trop innocente." Malheureusement, son argent et sa capacité de déni se combinaient pour la protéger de toute perte d'innocence. Elle est morte en n'ayant jamais vraiment vécu.

D'autres sont plus fortunés, dans la mesure où la vie les coince et les force à vivre une perte d'innocence et à sortir de l'illusion voulant que si l'on suit les règles, la vie va nous épargner. L'homme qui mange parfaitement, fait son jogging tous les jours et fait une crise cardiaque quand même. La femme qui fait tout pour être une mère parfaite et se fait surprendre par sa propre rage destructrice à l'égard de ses enfants. Les parents qui font tout pour leurs enfants, et les voient devenir quand même victimes de maladie ou de drogues. Et, bien sûr, les américains qui vivaient une innocence de peuple invincible,

épargné par des attaques ennemies sur leur propre sol... jusqu'aux événements du 11 septembre 2001.

Nous vivons tous de tels moments tout au long de notre vie. Des moments où notre image de nous mêmes se brise, et puis plus rien n'est comme avant. La question n'est donc pas de les éviter, ou de s'agripper à une innocence factice et dangeureuse, de ne 'rien voir de laid' pour ainsi dire; mais il s'agit plutôt de savoir comment vivre ces pertes pour qu'elle nous mènent vers une transformation plutôt que de nous laisser dans le désespoir.

Le mythe de Demeter et de Persephone nous parle de la transformation possible. Pour tous ceux et celles qui participaient aux rites en honneur du mythe, c'était une initiation aux mystères les plus profonds de la vie et de la mort; les rites de ces mystères commençaient dans la tragédie et finissaient dans la joie. À la fin, l'innocence était retrouvée, mais ce n'était pas une innocence aveugle. C'était la capacité de s'émerveiller comme une enfant et de goûter pleinement à la beauté du monde que seulement la pleine connaissance de la souffrance pouvait fournir.

Aujourd'hui dans nos sociétés prospères et séculières, nous avons délaissé les grands mythes collectifs d'autrefois, y compris pour une grande partie notre mythe chrétien. Mais, comme C. G. Jung le disait, si les deux ne sont plus dans nos cieux, ils sont encore là, dans nos symptômes - dans nos anxiétés, nos maladies, nos souffrances. Ils sont là pour nous faire perdre nos illusions par rapport à notre invincibilité grandiose, et pour nous rappeler que nos défaites peuvent apporter plus de richesses que nos victoires. C'est une leçon que Demeter la mère et Persephone la fille ont eu à apprendre durement toutes les deux.

Voici leur histoire:

Le mythe commence par une scène on ne peut plus innocente: Persephone, une belle jeune fille vierge, cueille des fleurs dans un champ sauvage, en compagnie de deux amies. C'est une ambiance joyeuse de fête champêtre. Demeter, sa mère, qui est la déesse de toute la vie végétale, est absente momentanément. Alors Persephone, attirée par une très belle fleur, s'éloigne de ses amies. Cette fleur, c'est une narcississe, la plus belle fleur

que Persephone ait jamais vue; elle ne peut pas résister à la tentation de se pencher pour sentir son parfum exquis. Erreur. Elle ne s'était pas plutôt penchée que la terre s'ouvre à ses pieds et un homme en sort dans son chariot noir. Il l'enlève et la ramène avec lui aux enfers. Cet homme c'est Hades, le roi des enfers. Il est aussi le frère de Zeus qui, lui, règne sur l'Olympe, le demeure des dieux grecs. Selon le mythe, Zeus savait parfaitement les intentions de son frère et a même organisé l'absence de Demeter pour faciliter le rapt.

Demeter entend de loin les cris de sa fille — mais c'est trop tard. Furieuse contre Zeus, atterrée par la perte de sa fille, la belle déesse quitte l'Olympe et se met à errer sur terre, à la recherche de sa fille. Elle s'enlaidit, s'habille en noir, se fait vieille, hagarde. De plus, elle décide d'interdire la croissance de toute vie végétale sur terre pour obliger la terre d'être en deuil avec elle. C'est, selon les grecs, l'origine de l'hiver.

Un jour, Demeter trouve refuge auprès d'une famille humaine royale qui la prend en pitié et la nomme gouvernante du fils royal. Malgré cet accueil, Demeter sombre dans une dépression profonde, incapable de manger, de rire ou de participer à la vie autour. Puis un jour, une des servantes, lasse de la voir recroquevillée dans son coin, décide de la faire sortir de sa torpeur. Alors, cette femme, une fille de cuisine vulgaire, se met à raconter des blagues devant Demeter. Au début, elle raconte de petites blagues innocentes, dignes d'une déesse éplorée, mais Demeter ne réagit pas. Alors la servante se met à raconter des blagues de plus en plus cochonnes, toutes les blagues qu'elle a apprises dans ses années de service dans les bas quartiers du palais. Finalement, c'est plus fort qu'elle, devant le spectacle de cette servante drôle et grotesque, Demeter commence à rire — et tout change.

Elle retrouve son énergie, se revêt de ses atours de déesse et se remet en route à la recherche de sa fille. En partant, elle ordonne à la reine de faire construire un temple en son honneur et à partir de ce temple, en gratitude à la famille qui l'a accueillie, Demeter promet de donner à toute l'humanité les secrets de l'agriculture. Ces secrets deviendront les bases des célébrations des Grands Mystères. Avant de les donner, toutefois, Demeter s'enferme dans son nouveau temple et fait du chantage à Zeus, lui disant qu'elle continuera à priver la terre de toute récolte, s'il ne fait pas en sorte qu'Hades lui rende sa fille. Finalement, Zeus est obligé de capituler. Il envoie son messager Hermes dire à Hades de retourner Persephone à sa mère. Hades consent, mais offre à Persephone un

fruit, une grenade, en guise de cadeau de départ. Elle en mange un grain, ne se rendant pas compte que la grenade est un symbole du mariage et qu'en manger rend indissoluble l'union entre homme et femme. Ainsi Hades trompe-t-il sa femme, mais en même temps, en l'épousant il la rend reine des enfers, une déesse à son tour, comme sa mère.

Entretiens, innocente encore, Persephone part rejoindre sa mère dans le monde de la lumière. Et lorsque Demeter lui demande si elle a mangé quelque chose avant de partir, elle est obligée d'avouer que oui. Choquée, Demeter sait alors qu'elle ne retrouvera pas sa fille entièrement, comme avant. Zeus décide en apprenant le mariage auquel Persephone a inconsciemment consenti, que Persephone passera seulement 2/3 de l'année avec sa mère et le reste du temps, elle le passera aux enfers avec son mari. Malgré tout Demeter est si contente de revoir sa fille qu'elle fait fleurir de nouveau la terre et enseigne les arts agricoles aux hommes avant de repartir vers l'Olympe.

Que l'on l'interprète sur le plan biologique simplement pour expliquer le cycle des saisons ou sur un plan plus psychologique et spirituel, le mythe nous dit qu'une fois l'innocence perdue elle ne peut pas être retrouvée comme avant. Elle peut être retrouvée oui, mais seulement à condition d'accepter que l'ombre fasse désormais partie du tableau.

Le temps ne permettra pas d'élaborer tous les aspects de notre histoire. Alors je vais en reprendre les grandes lignes pour explorer comment et pourquoi ce jeu mythique d'ombre et de lumière touche nos vies, 3000 mille ans après sa conception.

D'abord, si l'on en reste à la surface, et si nous interprétons le mythe selon certaines valeurs collectives d'aujourd'hui, on pourrait conclure que c'est simplement un exemple de patriarchie abusive et exploiteuse. Zeus, le père, joue un tour à Demeter la mère, pour permettre à son frère d'enlever et de séduire une jeune fille innocente et impuissante. Cela ressemble aux histoires abominables d'inceste et d'abus qu'on peut lire régulièrement dans les journaux. Et pourtant, un mythe qui console et inspire des milliers d'hommes et de femmes depuis 2000 mille ans doit comporter quand même un message plus profond que celui des journaux à sensation! En fait, je vois des Persephones et des Demeters tous les jours dans mon cabinet, des hommes ou des femmes, qui, sans le

savoir, sont plongés dans des pertes d'innocence et une quête mythique pour trouver un sens à leur vie, ce qui les relie aux initiés grecs d'antan.

Cherchons donc ensemble un sens psychologique à ces images mythiques.

Au début, c'est une image de paradis. Il fait beau et chaud, des jeunes filles insouciantes jouent et rient ensemble au soleil. C'est une version grecque de notre Eden biblique. Il n'y a pas d'ombre au tableau. Pas de maladie, pas de laideur, pas de dissonance. Ça va tellement bien d'ailleurs que Demeter se permet de s'absenter de sa fille, confiante que l'harmonie et la joie continueront.

Cette image de paradis gît dans la psyché humaine depuis toujours. Les religions l'ont évoqué pour promettre un avenir meilleur et aussi pour contrôler le comportement des fidèles. Aujourd'hui, la publicité l'évoque par de belles photos à la télévision pour nous convaincre d'acheter des produits. Prenons par exemple la publicité pour certains savons. Présentée dans un cadre de nature parfaite, elle nous promet de nous laver de nos soucis et nos laideurs et de nous retourner à un état de pureté originelle. Les publicitaires ne savent peut être pas les noms des dieux grecs, mais ils savent très bien jouer avec le pouvoir des mythes.

Psychologiquement, cette nostalgie de paradis, c'est le désir de retourner dans le ventre de la mère. Chaque fois que nous espérons gagner à la loterie pour ne plus avoir de soucis matériels, que nous espérons trouver l'amour idéal et fusionnel, nous sommes dans le fantasme du paradis. Toutes les dépendances, la drogue, le sexe, la nourriture, le shopping même expriment ce même désir d'accéder à un état psychologique à l'abri des tourments normaux de la vie ici-bas.

Sur le plan politique Bernard-Henry Levy, le philosophe et journaliste français, en parle dans son livre *La Pureté Dangéreuse*. Dans ce livre, il montre comment la philosophie de tous les nationalismes renvoient à un état de paradis originel. Dans ce paradis, selon le discours officiel, tout le monde vit en harmonie parce que tout le monde se ressemble. Selon le groupe en question, il n'y a pas de juifs, ou de noirs, ou d'anglos, ou de francos, ou d'immigrés ou d'infidèles ou de femmes autonomes pour souiller l'image lumineuse d'une civilisation idéale. Mais justement, sur le plan humain réel, cet idéal de pureté s'avère un des plus destructeurs dans l'histoire, prétexte de guerres et de génocides à travers les siècles.

Il en va de même chez l'individu. Tous les livres populaires sur les dangers du perfectionisme le disent en d'autres termes, mais le message est le même. Chercher à éliminer l'ombre – que ce soit les gens différents de nous mêmes ou des parties de nous mêmes que nous supportons pas – résulte non pas dans un état de perfection mais dans un blocage de toute énergie vitale.

Comme exemple un peu plus psychologique, regardons le cas d'une jeune femme belle et douée qui a travaillé longtemps en thérapie pour se libérer d'un mariage extrêmement abusive et oppressif. Une fois libre, elle est tombée en amour avec un homme beaucoup plus généreux et gentil que son mari. Malheureusement, en bâtissant son nouveau couple, elle est tombée dans le piège de l'innocence. C'est-à-dire qu'elle avait été si malheureuse pendant tant d'années, qu'elle voulait à tout prix vivre cette fois-ci un amour idéal. Sans arguments, sans différences, sans problèmes. Tel Persephone qui jouait dans les champs, cette femme cherchait à retourner à son innocence de jeune fille, à nier l'enfer de son passé abusif, et à trouver le paradis dans son couple. Pourtant, chaque fois qu'elle s'évertuait à créer l'harmonie parfaite avec son chum, elle finissait par sacrifier ses propres besoins, à dépendre trop de lui, et paradoxalement à provoquer en lui un désir de fuir et de l'abandonner – exactement le contraire de ce qu'elle voulait. Il lui a fallu du temps et du travail psychologique pour accepter que les parties en elle qu'elle cherchait à cacher – son autonomie, son agressivité - étaient justement celles dont elle avait besoin pour accéder au respect d'elle même et de l'autre. Son voyage aux enfers avec son premier mari l'avait obligée à trouver en elle son ombre colérique et affirmative pour se défendre. Il ne fallait pas qu'elle essaye de redevenir comme avant, une jeune fille innocente et sans autorité personnelle.

Nous sommes tous comme cette femme et comme Persephone quand nous nous réfugions dans une innocence qui finit par entretenir une haine de toutes les parties de nous mêmes et de l'autre qui ne sont pas parfaites. C'est le chemin vers l'intégrisme. Les grecs savaient déjà cela. Le mythe commence dans le paradis, mais il nous dit que le mouvement de la vie dépend de l'émergence de l'ombre, d'Hades, cet être noir qui met fin à nos illusions. Dans l'histoire donc, ce n'est peut être pas un malheur que Demeter soit absente et ne puisse sauver sa fille. Parfois, il faut accepter d'être absente. Il faut accepter que la sécurité absolue n'existe pas et peut même empêcher la vie. Nos

assurances salaires, nos assurances vie, nos assurances automobiles ne peuvent pas nous épargner tout malheur. Persephone avait besoin de sentir la narcisse, fleur par excellence pour symboliser la prise de conscience de l'identité individuelle. Elle avait besoin de sortir du paradis.

Cela me rappelle un patient avec lequel j'ai travaillé pendant plusieurs années en analyse. C'était un homme très sensible, très intelligent et très fragile psychologiquement. Il avait été élevé dans un milieu brutal par une famille dysfonctionnelle. Evidemment, il souffrait beaucoup de carences affectives. Alors je travaillais beaucoup dans le reflet, dans l'empathie et dans le soutien, pour renforcer son moi et son estime de lui même. Bref, j'étais beaucoup dans le rôle de la mère positive. Je portais une attention particulière au cadre pour renforcer le sentiment de sécurité. Alors un jour, j'ai pris, comme d'habitude, des vacances d'une semaine au printemps. Et, comme d'habitude, j'avertissais tous mes patients des semaines à l'avance. Puis je partais, l'esprit en paix d'avoir prévenu tout le monde. Malheureusement, la paix ne devait pas durer. Aux Etats Unis où je séjournais, j'ai reçu un coup de téléphone de la personne qui restait chez moi pour garder la maison. Elle me disait qu'un homme, un patient, s'était présenté au bureau dans le sous-sol pour son heure d'analyse et qu'elle a été obligée de lui dire que je n'étais pas là. Il a semblé atterré par cette nouvelle, selon la gardienne, mais il n'a pas laissé son nom. Bien sûr, au retour j'ai appris que c'était justement mon patient fragile, celui que je voulais le plus protéger et que j'avais oublié quand même d'avertir de mon absence.

D'abord comme Demeter j'ai été horrifiée de mon oubli. Je me demandais s'il survivrait à une telle négligence, si tout notre travail serait perdu. Et puis, mon patient est venu à son heure habituelle. Surprise. Non seulement il n'était pas mort, ni désespéré, mais il était absolument furieux, et pour la première fois, il a osé se mettre en colère contre moi. Il m'a accusée de tous les torts, m'a comparée à sa famille méchante et négligente, en un mot, il m'en a fait voir de toutes les couleurs. C'était un peu pénible à recevoir, tout ce fiel, après tous mes efforts de bonne mère, mais pour lui c'était le début de la vraie guérison. Mon lapsus maternel lui a permis de récupérer ses propres forces et nous nous sommes rendus compte ensemble qu'il était temps qu'il quitte le paradis d'une thérapie trop enveloppante. Notre travail ensemble a commencé à devenir beaucoup plus égalitaire, dans lequel il est devenu plus partenaire et moins victime. Malgré mes efforts

conscients, la psyché était intervenue pour me rappeler que la surprotection peut devenir une prison...

Dans la vie de tous les jours, on constate souvent que les jeunes ont besoin de courir des risques, de se pencher sur leur narcissisme individuelle, et de provoquer l'arrivée d'un Hades dans leur vie. C'est une nécessité psychique qui mène à la séparation avec la sécurité parentale, c'est la fin de l'innocence enfantine. Dans l'adolescence, Hades peut survenir sous la forme d'un besoin de conduire trop vite, d'expérimenter des drogues, ou pour une fille parfois de dire 'oui' à un garçon louche que les parents désapprouvent.

Mais ce ne sont pas seulement les jeunes qui doivent vivre les risques et les pertes d'innocence... Pendant toute la vie nous alternons entre l'état de sécurité et de statu quo, et le besoin de changement qui nous poussent vers le risque et la rupture. Parfois le changement vient sans qu'on le désire, Hades peut venir sous forme d'amour impossible auquel on ne devrait pas céder, de risque financier qu'on ne devrait pas prendre, de drogue à laquelle on aurait dû dire non. Mais il peut aussi surgir sous forme de maladie, d'échec, de renversement qui se moque de toutes nos précautions et qui nous plonge dans une initiation aux enfers. La psyché humaine refuse de nous laisser vivre dans un état de stabilité permanente. Même Demeter, une déesse, ne peut pas garantir la sécurité totale de sa fille.

Et comment réagit-elle quand Persephone est enlevée? Demeter réagit comme n'importe quel parent. Elle est horrifiée. Elle fait tout pour savoir ce qui s'est passé. Elle oublie tout souci de beauté et de bienséance. Elle se néglige, ne se lave pas, se met en deuil, déchirée entre sa peine et sa rage. Le rapt de Persephone la fait sortir de son image de déesse parfaite, toujours belle, toujours en contrôle. Bref, elle est submergée par sa propre ombre, toutes les parties d'elle que la belle déesse lumineuse ne montre jamais.

Elle est comme nous tous quand nous sommes frappés d'un malheur. Arrachés à notre train train quotidien nous nous trouvons face à notre ombre. La rage qu'on a toujours cachée, la peine qu'on n'avait pas le droit de montrer, la vulnérabilité qu'on n'avait pas le droit de sentir. Toutes nos certitudes sont ébranlées et on reste avec la question: Pourquoi moi, qu'est ce que j'ai fait pour mériter ça? Comme Demeter en temps de crise, on néglige alors souvent notre persona, notre apparence publique. Dans un processus de dépouillement psychologique et physique, on est confronté à l'essentiel

de soi même. Comme Demeter, on se démène pour chercher une solution, ou un sens. Mais cela ne vient pas, pas tout de suite en tout cas. Demeter erre, folle et négligée, pendant neuf jours, avant d'arriver au palais où l'on l'accueille. C'est comme si dans tout processus de perte ou de de malheur, il faille d'abord vivre pleinement son désarroi. Cela fait partie du processus de la perte, et on ne peut pas raccourcir le processus avec des solutions faciles. Neuf jours, ce temps d'errance de Demeter, c'est un rappel des neuf mois de gestation pour créer un enfant. Peut être qu'il faut aussi cette période de gestation de peine, avant de créer des conditions pour s'ouvrir à l'aide des autres, et pour commencer à réfléchir sur le sens de ce qui nous arrive.

Aujourd'hui surtout nous vivons dans une culture qui valorise tellement l'autonomie individuelle, que souvent nous devons nous débattre longtemps, seuls et fiers, avant de rencontrer l'aide qui va vraiment nous soutenir dans notre recherche. Souvent on cherche d'abord des solutions rapides, on cherche dans les livres ou sur le Net ou dans les traitements qui promettent une guérison instantanée. Ce n'est qu'avec le temps, qu'on réalise que l'événement qui nous a arraché à notre bien-être innocent d'avant – la maladie, l'amour impossible, l'échec professionnelle — ne disparaîtra pas avec une pilule magique. Au contraire, il exigera de nous d'aller à la rencontre avec nous mêmes, avec notre ombre et avec les autres, d'une façon entièrement nouvelle. C'est la leçon que Demeter doit apprendre en s'installant au palais. Elle arrive affaiblie, déprimée, mais il y a enfin une brèche dans sa perfection, par où les autres peuvent entrer.

Comme Demeter, nous sommes tous des dieux et des déesses quand nous sommes en pleine forme. Mais cette forme nous éloigne des autres. Invincibles, nous n'avons besoin de rien, ni de personne. Notre apparence parfaite, notre intelligence brillante, nos prouesses professionnelles, peuvent nous attirer la gloire mais elles ne nous lient pas aux autres avec amour et compassion.

Par gratitude pour l'accueil et la compassion qu'elle a reçus des êtres humains, Demeter donnera finalement les secrets de l'agriculture à l'humanité. Elle qui ne devait rien à personne comme déesse apprend la gratitude à travers sa propre perte. [Le psychanalyste Heinz] Kohut, dans ses études sur le narcissisme, nous dit que l'expression de la gratitude est un des signes majeurs de la guérison pour la personnalité narcissique. En un sens, nous sommes tous des narcissiques quand nous ne vivons qu'à

travers nos forces. C'est la souffrance qui nous ouvre aux autres et à la gratitude de ne pas être seuls au monde.

Pour Demeter, avant même d'apprendre et de montrer de la gratitude, elle apprend quelque chose d'autre de très humain, quelque chose que Kohut ne mentionne pas nécessairement, mais que d'autres experts étudient de plus en plus comme une nécessité à la santé. C'est l'humour. C'est au moment où Demeter se met à rire des blagues de la servante que sa dépression commence à dissiper. Elle reprend ses forces et son courage et cette fois, elle ne cherche pas sa fille dans le désespoir de la victime éplorée, mais dans une attitude de mère en colère, sûre d'elle et déterminée à gagner contre le ravisseur de sa fille. Consciente de son pouvoir, elle fait du chantage à Zeus en disant qu'elle plongera la terre dans l'hiver éternel jusqu'à ce qu'elle retrouve Persephone.

Avant d'aller au bout de cette histoire, arrêtons-nous sur le sens de cet épisode, et surtout du rôle étonnant de l'humour dans un mythe aussi solennel. Carl Gustav Jung a dit un jour que les complexes n'avaient pas d'humour. Par cela, il voulait dire que quand on est paralysé par des noeuds émotionnels, on n'est jamais capable de jouer ou de rire. Nous avons tous déjà expérimentés cette pénible situation. Il suffit que nous soyons captifs de nos émotions pour nous rendre compte combien cela nous rend rigides et non disponibles. Tout est lourd, intense, absolu et coulé dans le béton. La partie joyeuse, notre Persephone intérieure enjouée, est rentrée dans le placard! En thérapie, on sait que si quelqu'un est dans un complexe, il n'y a rien à faire au début sauf être patient et empathique. Eventuellement, si l'individu est accueilli dans sa misère et sa rigidité comme Demeter a été accueillie au palais, il peut y avoir une ouverture dans la rigidité. L'enfant intérieur osera sortir, et une petite blague peut aider à briser la carapace. Quand un individu retrouve l'humour, c'est toujours bon signe. Cela veut dire que le moi est de nouveau présent, qu'il n'est plus submergé par des affects et qu'il peut être ouvert à quelque chose de nouveau. Physiologiquement, les études montrent aussi que rire fait du bien. Cela renforce le système immunitaire et aide à combattre le stress, entre autres choses.

Quant à Demeter, c'est donc le rire qui la sort de sa paralysie et lui permet de renouer avec sa détermination de retrouver Persephone. En retrouvant sa fille, elle fait revenir le printemps et la vie sur terre. Mais les retrouvailles entre mère et fille ne restaurent pas un état de paradis comme celui qui existait au début de l'histoire. Car

toutes les deux, Demeter et Persephone, ont été changées, transformées par l'épreuve. Demeter a connu la souffrance, la perte, le deuil, la solitude, la rage et la dépression. Elle a appris en retour le besoin des autres, la compassion, la gratitude et l'humour. Elle est sortie de son épreuve grandie, plus "humaine" en quelque sorte, plus généreuse. Son histoire nous présente les mêmes possibilités dans nos propres vies. On peut vivre nos pertes seules et sombrer dans la dépression, la rage et le désespoir. On peut refuser d'accepter nos peines et nos besoins, on peut chercher refuge dans le blâme – des parents, de la société, de soi-même. En fait, c'est normal et sain de passer à travers ces stades de négativité et de blâme. Cela fait parti du processus, des neuf jours d'errance de Demeter. Pendant les grandes crises de notre vie, il semble qu'il soit nécessaire de vivre d'abord des périodes de grande aliénation. Elles nous aident à rompre définitivement avec l'étape précédente et avec l'image de nous mêmes d'avant. C'est seulement si l'on reste dans ce stade de négativité, bloqué dans le blâme et le regret, que la transformation n'aura pas lieu et l'innocence ne sera pas retrouvée. Dans toute période de changement, il y a d'abord la destruction et l'aliénation. Ensuite la période de réflexion, de travail intérieur, de relation avec les autres.

C'est ce trajet que nous offrent nos burn-outs, nos dépressions. Ceux et celles qui travaillent dans la relation d'aide sont spécialement proches de l'expérience de Demeter car ils s'identifient facilement à l'archétype de la mère qui doit fournir sécurité et bien être aux autres. Il en va de même des parents proches des gens atteints d'une maladie, surtout peut être une maladie mentale qui, dans notre société, isole bien plus que la maladie physique. Quelque soit notre situation dans la vie, nous avons tous une Demeter intérieure. C'est la partie qui aimerait rester en contrôle et régner sur un monde harmonieux. Espérons que, comme Demeter, nous saurons vivre la perte inévitable de cette illusion avec le même courage qu'elle.

something about transformation.

Et qu'en est-il de Persephone ? Est-ce qu'elle reste simplement une victime passive pendant que sa mère fait tout le travail? Ou est-ce qu'elle aussi subit une initiation transformatrice? Déjà, nous avons vu qu'elle a précipité son propre enlèvement, sa propre perte d'innocence, en se penchant sur la belle narcississe. Nous avons vu qu'elle

représente cette partie de nous-mêmes qui a besoin de courir les risques, de couper avec la sécurité statique. Persephone c'est la partie jeune et curieuse en nous, qui ne peut pas être contente de vivre uniquement dans les règles collectives, mais qui est poussée à explorer une identité individuelle.

De façon très concrète, souvent chez les femmes, Persephone c'est la partie qui cherche l'amour et l'aventure à travers les hommes dangeureux. Si, pour les hommes les rites d'initiation ont souvent passé par des exploits héroïques de compétition physique et professionnelle, pour les femmes l'initiation a souvent passé par les rites de la maternité et de l'amour. Cela change. Il y a beaucoup plus de femmes aujourd'hui qui font leurs preuves dans les domaines autrefois réservés aux hommes. Pourtant, Persephone est bien vivante chez de nombreuses femmes, à travers leurs histoires d'amour douloureux et transformateur.

Il arrive que ces histoires tournent mal. La jeune femme innocente est tentée par la narcisse en forme de drogue, et Hades, le dealer, l'enlève. Curieuse, désireuse d'aventures, croyant les promesses d'amour, elle dit 'oui' et disparaît dans les enfers. S'il n'y a pas de Demeter pour venir la chercher, ou si elle mange toute la grenade, pas rien qu'un grain, elle peut y laisser non seulement son innocence, mais sa vie. Aujourd'hui, à une époque de dissolution de liens familiaux où Demeter ne s'aperçoit même pas que Persephone a été enlevée, il y a beaucoup de Persephones dont l'innocence est perdue à jamais. Mais le problème n'est pas juste le manque de protection familiale ou l'abondance des tentations de la vie dans la rue. Le problème, c'est que chez les jeunes, il y a un archétype qui cherche à se vivre, un besoin d'explorer au-delà de l'environnement ordinaire. C'est le même archétype qui pousse la jeune fille dans les contes de fée à ouvrir la porte interdite. Dans les contes, cette porte mène au danger, mais aussi à la possibilité d'initiation à un nouveau stade d'être. Dans la vraie vie malheureusement, pour certaines jeunes filles trop innocentes, trop peu protégées et trop curieuses, elle mène à la destruction seulement.

Sur une note plus positive, on voit beaucoup de femmes qui passent à travers des aventures de Persephone et en sortent changées pour le mieux. On serait étonné d'apprendre combien de femmes apparemment ordinaires, responsables, mûres et stables, ont dit 'oui' au moins un fois dans leur vie à un homme Hades qui les a menées aux

enfers. C'est si fréquent, et en même temps si secret, qu'on dirait qu'il s'agit d'une initiation psychologique particulière. L'homme Hades en question pouvait être un professeur charismatique qui les a flattées, inspirées et abandonnées. Il pouvait être le voyou du quartier rejeté par les parents, ou un homme marié, un thérapeute, le chum de sa meilleure amie, un jardinier comme l'amant de Lady Chatterly. Chaque fois, il s'agit d'un homme interdit, pas correct. Chaque fois leur 'oui', menait à un amour douloureux et souvent abusif. Mais chaque fois, elles ont vécu des émotions et des expériences sexuelles qu'elles disent n'avoir pu vivre autrement. C'était une façon de descendre aux enfers pour aller au bout d'elles-mêmes. A la fin, leur propre Demeter, la partie protectrice d'elle-même, a fini par les sortir de là, et elles ont retrouvé leur vie normale. Souvent, elles ne parlent jamais, ou presque, de ces expériences; mais elles les portent en elles, comme Persephone portait une part d'Hades en retournant dans le monde normal. Elles ont perdu leur innocence et leur virginité psychique de jeunes filles mais elles ont été initiées à une profondeur nouvelle. On voit cette profondeur dans une capacité nouvelle de vivre et d'apprécier la vie, une nouvelle confiance en elles-mêmes et un plaisir nouveau à être en relation avec les autres.

Pour conclure, on pourrait dire que chacun de nous, homme et femme, a sa part de Demeter et de Persephone. Le voyage à travers les enfers et les portes interdites nous enlève notre innocence primaire, mais il nous prépare à vivre des joies plus durables. Grâce à nos Demeters intérieurs, nous devenons plus ouverts à la compassion. Grâce à nos Persephones, nous faisons confiance à notre curiosité et notre ouverture. C'est elle qui nous attire vers de nouvelles fleurs, de nouvelles amitiés, de nouvelles aventures. C'est elle qui nous rappelle que l'âge chronologique n'a rien à faire avec la capacité de s'émerveiller. Ce qui compte, c'est le mouvement de la vie, le cycle été-hiver, descente-remontée, ombre et lumière qui nous dit que nous sommes en vie.