

THIERRY FRELÉCHOZ

PSYCHOTHÉRAPEUTE FSP

## ŒDIPE REVISITÉ PAR NARCISSE

Conférence Simposietto octobre 2020

### Introduction

Œdipe et Narcisse, drôle de mélange ! Lorsque j'ai fait mes études, il y a très très longtemps, c'est presque *il était une fois...*, Œdipe était le socle fondateur de nos apprentissages, il était le référentiel absolu de la psyché. Il existait le « pré-oedipien » et « l'oedipien », et mieux valait avoir résolu son complexe d'Œdipe sinon gare, nous étions voués aux gémonies.

Aujourd'hui, force est de constater que les pathologies qui nous préoccupent n'ont pas grand-chose à voir avec « le complexe Œdipe » et ses avatars.

Nous avons plus à faire, ou plutôt à nous battre avec des problématiques qui ont à voir avec le narcissisme, dans ses excès ou ses défauts d'ailleurs.

Il m'est donc paru utile dans le cadre de la formation de faire discuter ses deux termes de la théorie psychanalytique, de les confronter avant de tenter d'en proposer une synthèse.

Avant cela je vais les présenter brièvement.

### Œdipe

En préambule, il faut préciser que nous aurons pour cela à faire la distinction entre le mythe d'Œdipe et le complexe d'Œdipe.

Nous connaissons tous l'histoire d'Œdipe, ce héros grec, enfant adopté par la psychanalyse, qui l'a voulu meurtrier de son père et réalisant l'inceste avec sa mère ! Tous les petits humains partageraient avec lui ce même désir- inconscient s'entend mais quand même- au point que cette histoire a été élevée au statut de complexe, le fameux complexe d'Œdipe.

L'histoire d'Œdipe est un peu différente. Œdipe ignorait qui était son vrai père, il ne savait pas qu'il couchait avec sa mère et que quand on lui a révélé la vérité il s'est crevé les yeux.

Les deux enfants mâles issus de cette union (Etéocle et Polynice) se sont entre-tués, sa fille (Antigone) est enterrée vive parce qu'elle a rendu les hommages funèbres à ses frères.

Alors reprenons l'histoire à son début. Le devin avait prévenu Laïos, le père, que s'il avait un enfant, cet enfant le tuerait. Il a épousé Jocaste en refusant de faire l'amour avec elle, et que

celle-ci l'a enivré avant de le « séduire ». A la naissance de leur fils, Laïos l'a suspendu par les chevilles à un arbre pour le laisser mourir. Un berger l'a recueilli et il a été adopté par un couple royal qui l'a élevé comme leur fils.

Au moment où l'on révèle à Œdipe la prédiction du devin -qu'il allait tuer son père et coucher avec sa mère- il les a fuis immédiatement.

On connaît la suite. Dans son voyage de fuite, arrivé au bout d'un défilé avec son char, Œdipe rencontre un homme qui ne veut pas lui céder le passage (reculer avec un char dans un défilé est impossible). Ils se battent, et le plus jeune tue le plus vieux.

Œdipe poursuit sur son chemin, il rencontre la Sphinx qui lui pose LA question : « Qui marche à quatre pattes le matin, sur deux pattes à midi et à trois pattes le soir ? », à laquelle il répond de façon juste et il délivre Thèbes de « la peste ».

Le mot peste est ici à comprendre dans le sens antique du terme, il signifie « l'indifférenciation », ou tous sont semblables à tout, ce qui amène la confusion (chacun est identique à l'autre, on ne peut pas les identifier), le chaos et donc à la peste. On sait que dans certaines sociétés les jumeaux étaient tués parce que ne pouvait pas différencier l'un de l'autre.

Oedipe est récompensé en devenant roi (Il a remis de l'ordre) et il épouse la reine, parce que son époux est décédé. On connaît la suite. Jocaste se pend quand elle comprend qu'elle a couché avec son fils, Œdipe se crève les yeux et leurs enfants meurent.

Si l'on prend les mythes grecs comme des leçons de sagesse, de philosophie ou pour des indications des risques et des tentations qui guettent chaque humain dans son développement, alors l'interprétation classique freudienne est curieuse.

En effet, accuser Œdipe, cet enfant innocent, sous prétexte qu'il aurait des désirs inconscients, est assez particulier ! Plus innocent que lui c'est difficile. Il fait tout pour éviter ses parents qu'il fuit, et il part faire sa vie d'adulte ailleurs.

On le sait, du temps de Freud, les parents avaient été déclarés innocents par définition. Déjà la sexualité infantile avait fait scandale et donc la remise en question de la sagesse des adultes n'était pas envisageable. Donc les récits des enfants sur des abus sexuels, ou de la maltraitance étaient perçus comme des fantasmes inconscients exprimés par des enfants « malades ».

Aujourd'hui une relecture du complexe d'Œdipe m'oblige à penser que cette histoire, ce mythe s'adresse surtout aux parents. La leçon que l'on pourrait en tirer serait de l'ordre de :

- « Messieurs : « laissez grandir vos enfants, un jour ils vous dépasseront »
- et vous Mesdames : « ne cherchez pas à les garder dans votre couche, ils sont destinés à féconder d'autres femmes ! ».

Examinons maintenant l'autre terme de notre réflexion à savoir le mythe de Narcisse et le narcissisme.

## Narcisse

Nous connaissons tous la fin du « héros » dans ce mythe. A trop vouloir se mirer dans l'eau du fleuve, il tombe et se noie dans l'image de lui-même.

Non sans avoir au préalable séduit un certain nombre de personnes qu'ils abandonnent et qu'ils laissent dans une grande détresse.

Dans le langage courant, le narcissisme exprimerait : « l'amour de soi » ou « l'amour pour soi ».

Le mythe de Narcisse nous préviendrait donc- dans le sens d'une leçon de vie- : « qu'à trop s'aimer on se perd ! ».

Dans le langage psychanalytique, le terme de « narcissisme » ne signifie pas toujours quelqu'un qui s'aime trop, mais signale un déséquilibre dans la construction de la personnalité d'un individu.

Ce déséquilibre ou se défaut peut se présenter sous deux formes différentes, complètement opposées par ailleurs.

- Soit dans le sens du manque. Un manque, un manque d'amour, d'estime de soi, un sentiment d'indignité, la sensation de ne rien valoir...

- Ou alors, au contraire, dans le sens d'un sentiment hypertrophié de sa valeur propre, qui a pour conséquence que la personne qui en souffre à l'impression que les autres ne font pas assez attention à lui , qu'il mériterait plus d'attentions, de soins, et d'égards, bref c'est un Very Importance Personn.

Dans le langage psychanalytique le terme de « narcissisme » est à entendre dans le sens d'une défense. Une défense est une façon pour notre psychisme de faire face au monde qui nous entoure, c'est une modalité de notre « être au monde ». La notion de « défense » n'est pas forcément négative, elle signale un mode d'adaptation au monde, elle peut être provisoire, définitive, rigide ou souple.

Etudions maintenant comment le narcissisme se met en place dans la construction d'une personnalité. Commençons par le début, à savoir l'enfant. A sa naissance, de par nature, il est impuissant, sans capacité, sans défense, à la merci du monde extérieur. Sans l'autre, sans l'objet - ou plutôt une personne- pour l'accompagner, il est perdu. Ou pour reprendre la formule de Bion : « un enfant tout seul, cela n'existe pas », et il ajoute : « cela meurt ! ».

Alors, pour se défendre - c'est-à-dire pour faire face à la détresse et à son impuissance (la néoténie)- l'enfant développe un fantasme (une idée inconsciente ou plutôt non-consciente) de Toute Puissance, une idée de grandiosité qui vient combler la réalité et qui l'aide à vivre. Dans ce sens, ce mécanisme de défense est sain, dans la mesure où il aide à vivre et à grandir. Un enfant qui n'aurait pas cette défense serait écrasé par la réalité qu'il affronte et il ne pourrait qu'en être désespéré.

L'enfant se persuade que c'est lui qui s'est auto-engendré, qu'il a créé le monde - la preuve quand il ferme les yeux celui-ci cesse d'exister- que quand il pleure on s'occupe de lui et quand il en a assez, il fait tout disparaître et il s'endort !

La qualité de l'adéquation de l'objet mère, sa capacité d'adaptation aux besoins de l'enfant donne à l'enfant le temps nécessaire à sa maturation pour que progressivement il puisse faire face à la réalité.

Et c'est là qu'une partie du développement de l'enfant va se jouer, ce *jeu-jeu* est ici à entendre comme le jeu qui doit exister dans un engrenage pour bien fonctionner- c'est un jeu fonctionnel entre son narcissisme, ou son idée de toute puissance et la confrontation avec la réalité qui elle, fait peu de cadeaux !

L'objet-mère avec son adéquation renforce chez son enfant ce sentiment de toute-puissance, elle s'efforce de répondre à ses besoins de façon la plus rapide possible, elle se consacre entièrement à lui... dans un premier temps. Ce temps, hélas, ne va pas durer, petit à petit, progressivement, en tenant compte des réactions de l'enfant tant qu'elle le peut, la mère-objet va introduire un temps de latence, ne pas répondre immédiatement au besoin de l'enfant, bref elle va introduire de la frustration.

L'enfant va donc vivre une suite de désillusions qui vont lui faire prendre conscience qu'il n'est pas seul au monde, que d'autres existent, que maman aime aussi un autre objet -le père- qu'il a peut-être des frères et sœurs et que le monde ne lui obéit pas au doigt et à l'œil.

Quel travail, que d'effort pour accepter la réalité dans ce qu'elle est ! C'est pour cela que l'on parle du travail psychique, les choses ne sont pas naturelles elles ne se font pas toute seules !

Et c'est quand cet ajustement ne fonctionne pas, quand l'écart entre l'attente et les soins n'est pas adéquat que la construction du narcissisme devient défaillante.

Cette « défaillance » peut avoir des conséquences différentes. La sensibilité de l'enfant, sa vitalité, ou des composantes inconnues comme la force des pulsions jouent un rôle. Des enfants d'une même famille, traitées de façon identique, réagiront différemment. Caricaturalement on peut tracer deux lignes directrices opposées :

- La première est celui du manque. Il y a trop de trou, trop d'espace, trop d'attente, trop de désillusion trop tôt, trop de manquement. Résultat à l'âge adulte un sentiment de nullité, « je ne vauds rien », « je ne suis rien », « je suis incapable de ... », « L'Autre est Tout », « Je ne vauds pas la peine que l'on me donne de l'attention », « les adultes ont mieux à faire, je viens ensuite... ».
- la seconde c'est quand il n'y en a pas assez de manque. Trop de présence, trop de totalité, pas assez d'espace de manque. Résultat l'enfant devenu adulte va réclamer « de l'amour »- ou ce qu'il appelle telle- c'est-à-dire l'adéquation parfaite entre sa demande et la réponse de la réalité, il va demander... et quoi que l'on fasse ce ne sera jamais assez !

Entre ses deux extrêmes il existe bien sûr toute une série de réactions possibles, mais ceci serait les deux pôles opposés du narcissisme.

## Quand Narcisse revisite Œdipe

Donc le narcissisme serait un équilibre sain entre l'amour de moi-même et la place de l'Autre dans ma vie, entendre « Autre » ici comme ce qui n'est pas moi, ou comme disent les mathématiciens le « non-moi ». Avoir une estime de soi suffisante sans qu'elle soit grandiose. Ce serait l'acceptation de la réalité et le sentiment d'y avoir ma place. De ma possibilité de m'y déployer en tenant compte des paramètres de cette réalité.

Ceci serait donc un premier équilibre à constituer pour l'enfant, une première étape dans sa construction psychique qui lui permettrait d'affronter certains pans de la réalité qui vont venir mettre à mal son « narcissisme primaire », dans le sens de son sentiment de Toute Puissance.

Et Œdipe alors ? Que veut signifier le complexe d'Œdipe ?

Reprenons la question du complexe d'Œdipe sous l'angle développemental.

Accéder à l'« l'Œdipe », c'est accepter trois choses :

- que l'on a été engendré,
- de la différence des générations,
- la différence des sexes.

Soit accepter l'idée que l'on ne s'est pas créé nous-mêmes, qu'il existe des petits et des grands et que pour l'instant on fait partie des petits, qu'il existe deux sexes et que l'on en possède qu'un des deux !

Et quand je dis « accepter », il faut entendre par là que cette *acceptation* n'est pas définitive, et qu'elle posera des questions toute la vie.

Et même si l'on a franchi tous les écueils du développement infantile, pour autant que cela soit possible, la vie se charge de nous confronter à nouveau à ce questionnement qui peut mettre à mal notre estime de nous-même, si chèrement acquis. Je peux présenter caricaturalement de la façon suivante :

- Comment accepter d'être issu de ses parents là, « *N'aurais-je pas été enlevé à un roi et une reine et confié à ses manants qui veulent m'éduquer* ».
- A l'adolescence avec la découverte de la possibilité de la sexualité. « *C'est bien ennuyeux de devoir passer par l'autre sexe pour vivre ma sexualité* ».
- A l'âge adulte : « *S'apercevoir que devenu adulte je ne peux pas tout faire !* »
- Devenu parent : « *Mais mes enfants ne sont « que » cela, quelle déception moi qui croyais que...* »

- Plus tard, avec la vieillesse, qui pointe son nez : « Déjà, *si tôt, et ces jeunes qui me dépassent, courent plus vites, savent plus de choses...* ».

Le narcissisme, cette défense de base contre le réel, contre la dure réalité, continue donc de se manifester tout au long de nos vies, et il agite notre psychisme.

Donc un signe d'équilibre mental - provisoire comme tout équilibre, sinon on tombe dans, le stable, l'immobile puis le figé- cet équilibre toujours à reconquérir serait la proportion entre notre narcissisme (l'estime de soi...) et Œdipe (représentant du réel).

J'ai pour habitude de dire que : « le fou est celui qui refuse le réel ».

Thierry Freléchoz  
*Psychothérapeute FSP*  
*Psychanalyste IIPB*  
*Didacticien SIPSyM*