



DÉCEMBRE
2008
NO 13

LA GAZETTE

THÉRAPIE FAMILIALE

La vérité vous
rendra libres

MÉDIATION FAMILIALE

Liberté et
médiation familiale

CONSEIL CONJUGAL

La liberté, une utopie?

SPIRITUALITÉ

Un Dieu de liberté

INVITÉ POUR VOUS

DR. ROLF SCHÄPPI

La liberté au
carrefour des limites



Couple et Famille vous souhaite de Joyeuses Fêtes et une Heureuse Année 2009

Couple et Famille

c'est...

Une association à but non lucratif créée en 1979, soutenue et financée par l'ECR (Eglise Catholique romaine de Genève), la République et le canton de Genève, les dons et le produit de ses activités.

Elle est membre de la FGSPCCF (Fédération genevoise des services privés de consultation conjugale et familiale) et de la FRTSCC (Fédération romande et tessinoise des services de consultation conjugale).

Son objectif est de soutenir et d'accompagner les familles et les couples dans les difficultés relationnelles qu'ils rencontrent. Elle est ouverte à tous, dans le respect des convictions et des valeurs de chacun. Elle propose des consultations en conseil conjugal, médiation familiale, thérapie de couple et de famille.

Depuis plusieurs années, nous avons également développé des programmes de prévention, sous forme de parcours de groupe et de soirées-débats.

Pour connaître plus en détails nos prestations, nous vous invitons à consulter notre site internet

www.coupleetfamille.ch

Avec le soutien de

l'Eglise catholique
romaine de Genève



la République et
canton de Genève





DANS CE NUMÉRO

D'TITE INTRO 4

Ma liberté!
Véronique HÄRING

INVITÉ POUR VOUS 6

DR. ROLF SCHÄPPI
La liberté au carrefour
des limites
Véronique HÄRING

P'Ô...AIME 12

Liberté!
de Victor HUGO

SPIRITUALITÉ D'ICI ET D'AILLEURS 13

Un Dieu de liberté
Edmond GSCHWEND

A LIRE OU RELIRE 14

*«Tête à tête, Beauvoir et Sartre,
un pacte d'amour»*
Béatrice LEISER

UN PARTENAIRE SE PRÉSENTE 15

F-INFORMATION

CONSEIL CONJUGAL 16

La liberté, une utopie?
Monika DUCRET

MÉDIATION FAMILIALE 17

Liberté et médiation familiale
Marie-Jo FAVEZ

THERAPIE FAMILIALE 18

La vérité vous rendra libres
Laurent BUSSET

NEWS 19

Odile TARDIEU

**«Etre libre, ce n'est pas seulement se débar-
rasser de ses chaînes; c'est vivre d'une
façon qui respecte et renforce la liberté
des autres».**

**«Je ne suis pas vraiment libre si je prive
quelqu'un d'autre de sa liberté. L'opprimé et
l'opresseur sont tous deux dépossédés de
leur humanité».**

Ces deux citations de Nelson Mandela éclairent, pour moi, la définition rousseauiste bien connue de la liberté (qui s'arrête là où commence celle des autres) ; il n'est de liberté humaine, donc tissée dans un nœud de relations sociales, que si elle reconnaît la liberté de l'autre et qu'elle s'y ajuste, dans le refus de tout asservissement.

Ce numéro vous apporte plusieurs éclairages sur la notion de liberté. Quelle part de liberté et quelle part de déterminisme dans les comportements de ce mammifère qu'on appelle «homme» ?

Interviewé par *Véronique Häring*, le Docteur **Rolf Schächpi**, psychiatre, psychothérapeute et éthologue vous en dira plus long.

Edmond Gschwend nous en livre sa lecture spirituelle.

Laurent Busset nous parle de l'effet libérateur de la parole vraie au sein de la famille.

Monika Ducret questionne la liberté, en relation avec le couple.

Marie-Jo Favez décrit la médiation familiale comme un espace de liberté redonné à un couple préparant sa séparation.

Ajoutez-y les pointes d'humour et de poésie apportées par notre rédactrice et vous aurez réuni, je l'espère, les ingrédients d'une lecture plaisante et stimulante.

Au bonheur de vous retrouver l'année prochaine !

Martine CHENOU
Directrice





Ma liberté !

Je veux ma liberté ! Qui n'a pas pensé, prononcé ou même hurlé cette phrase un jour ... ?

A ces parents qui refusent des permissions que tous les copains obtiennent !

A ce patron qui rappelle que la pause c'est 15 minutes, pas 25 !

A cette épouse si étouffante certains jours !

A ce banquier qui insiste quotidiennement pour que le compte en rouge vire au noir !

A cet incontournable chalet à la montagne, situé à trois heures de route, qui nous convoque invariablement chaque week-end !

A ce téléphone portable qui sonne quand il veut. Allô ! T'es où ? ... Dans le bain ! J'essaie de me détendre !

Si seulement on pouvait tout envoyer valser....Etre enfin libre ! Etre libre....ou faudrait-il dire libéré ? Encore faudrait-il savoir de quoi ? De nos désirs peut-être ? Dans le fond, n'est-ce pas notre désir d'autonomie qui nous pousse dans l'affrontement avec des parents qui pourtant se donnent tant de mal pour nous garantir ce fameux cadre éducatif, tant recommandé par les spécialistes pour permettre aux enfants de pousser droit ?

N'est-ce pas notre désir d'avoir un meilleur salaire qui nous a motivé à pousser la porte de cette entreprise si prometteuse en avantages multiples ?

C'est bien encore notre désir passionné qui nous a poussé dans les bras de notre partenaire ?

Et la porte de la banque, celle-ci aussi nous l'avons poussée avec le désir d'obtenir un crédit pour acheter ce chalet...le plus cher désir de notre tant aimée épouse. Pensez donc, un rêve d'enfant, ça ne se refuse pas !

Encore lui, notre désir, qui nous a entraîné chez *Fan de Phone*, où une fois de plus, nous avons craqué avec jouissance, pour ce sublime téléphone mobile multi fonctions, avec sonneries différenciées pour mieux maîtriser le dérangement occasionné par la disponibilité qu'offre ce genre d'appareil. Malheureusement

cette fonction nous sert assez peu finalement, car le mode d'emploi n'indiquait pas comment on gère la culpabilité quand il faut appuyer sur «rejeter» et que l'écran nous informe que l'appel vient de «Maman» !

De là à penser qu'effectivement ce sont bien nos désirs qui nous tyrannisent et que la solution est de s'en débarrasser, il n'y a qu'un pas. La société de consommation l'a franchi et propose une formule fort séduisante : *un désir assouvi est un désir supprimé ! Plaisir garanti !* Le plaisir et l'ivresse sont tout de suite au rendez-vous, alors, tout naturellement, nous reprenons cinq billets pour le prix de deux et... repartons pour quelques tours de manège enivrants !...

Les panneaux publicitaires nous laissent entrevoir à quoi pourrait ressembler notre vie si nous réalisions nos désirs les plus fous. Sans effort, la maison de nos rêves nous attend clé en main, avec jardin arboré, enfants joyeux et chien frétilant, bref, la même que celle de la famille qui chante chaque matin «le soleil vient de se lever, encore une belle journée,...». Et soudain, à travers la vitre du bus qui nous emmène vers notre patron qui partagera les douze à quatorze heures à venir de «notre belle journée» - minimum de labeur nécessaire pour acquérir la «maison bonheur» précitée - , il nous semble apercevoir, l'espace d'un instant, placardée contre les murs de la ville, notre femme, blonde, mince, détendue, qui nous sourit au volant de la dernière merveille à quatre roues ! Inespéré ! Bien plus tard, alors que nous sommes déjà immergé dans un bonheur croissant, confortablement installé dans notre canapé cuir, payé en deux-cent cinquante-cinq mensualités, l'écran plat nous annonce la Bonne nouvelle : notre plus fidèle banque nous assure, plus que jamais, de son soutien : il n'y a qu'à demander,...«la banque fait toujours crédit», croit-elle bon de préciser ! Il n'y a plus une minute à perdre, le bonheur est là, à notre porte. Et pour se mettre en condition, un exercice facile en fin de journée : clic de souris !...sur...offres last minute www.lunedemielsouslescocotiersauprès-demablond. Torride garanti ! Ce serait si pitoyable de s'en priver et d'en priver notre chère et tendre qui, elle aussi, grâce à une vision fantasmagique projetée sur écran plat, vient de trouver la solution pour ré-énergiser notre couple ; d'ailleurs, la voilà qui s'approche langoureusement : «chéri, si nous achetions la nouvelle machine à café, tu sais, celle qui fonctionne avec les capsules de toutes les couleurs !» susurre-t-elle... What else ?

Eh oui, what else ? «Si vous n'êtes pas heureux, c'est que vous le faites exprès !» nous chuchote une petite voix sur un ton de reproche.



Faisons-la taire tout de suite !
On raconte que certains sont revenus du Pays des merveilles désabusés: ils témoignent qu'à ce train-là, loin de s'apaiser, la tyrannie des désirs s'est amplifiée. Ainsi, après avoir tout obtenu, ils ont tout

perdu... et...leur banque aussi d'ailleurs !

Descendons vite du manège avant d'être pris de malaise ! Et réfléchissons.

Imaginons un instant que la tyrannie s'arrête : plus un seul désir. C'est le silence et le calme à l'intérieur...

«Dis maman, pourquoi il y a le désir?» pourrait demander naïvement un enfant.

Evidemment tout le monde connaît la réponse, même ceux, surtout ceux-là peut-être, qui le nient : à cause du manque, bien sûr ! C'est lui qui se met en travers de notre quête de la «béatitude de la complétude», ce fameux état dans lequel il ne nous manquerait plus rien ! Nous serions complètement...complets.

C'est le manque qu'il faut donc supprimer ! Plus de manque, plus rien à désirer ! C'est évident !...sauf que si on y parvient,... où puiserons-nous notre désir de vivre ?

Perdre notre désir de vivre ? Ah, ça non alors !

Mais que quelqu'un nous dise alors comment faire pour ne plus être le pantin de cette course au pouvoir et à la possession et jouir de la vie en toute liberté !

Écoutons une des voix de sagesse et voyons si elle nous inspire... Être libre, c'est être maître de soi-même, enseignent les bouddhistes. Connaissance de soi-même et discernement. Reprendre la maîtrise de soi-même pour ne plus céder à la séduction opérée par le plaisir, plaisir qui supprime les doutes et les hésitations tant il est prometteur de bien-être immédiat. Ne plus céder à son pouvoir envoûtant et anesthésiant, car lorsque son effet prend fin, le plaisir se transforme sournoisement en son contraire : déplaisir et souffrance ; et faute d'habitude et d'outils psychiques pour affronter une telle situation, plus sournoisement encore, s'impose la nécessité de consommer une nouvelle dose de plaisir... et le manège repart pour un tour... pas le temps de penser, pas le temps de rêver, pas le temps d'imaginer, de jouer, de vivre..., le manège s'emballe, de-

vient spirale, puis dépendance et souffrance, pour nous retirer, en fin de compte, tout espace de liberté. Discernement. Il s'agirait en fait de discerner si la satisfaction de tel désir apportera réellement, profondément et durablement un mieux-être ou si au contraire elle engendrera un plaisir à court terme, suivi de plus de difficultés et de souffrance. Pour prendre une telle décision avec justesse, une connaissance approfondie de soi-même est importante car il s'agit de procéder à une analyse lucide des motivations qui sont à l'origine de tel ou tel désir: «Pourquoi est-ce si important pour moi d'acquérir cette magnifique voiture à 150'000,- ? Pour épater mes copains ? Pour séduire les femmes ? Non, après mûre réflexion je réalise que dans le fond, je cherche à prouver à mon père ma réussite, lui qui m'a répété durant toute mon enfance que je serais un éternel bon à rien ! Si telle est la motivation à l'origine de ce désir, 150'000,- et des années de remboursement pour prouver à mon père qu'il avait de graves difficultés à apprécier la valeur de son fils, n'est-ce pas un peu cher payé ? De surcroît par la personne qui en a déjà fait les frais ! Et recevra-t-il vraiment le message «tu vois papa, j'ai réussi!» ? Est-ce que l'achat de cette voiture m'apportera ce dont j'ai besoin ? Est-ce le bon moyen pour qu'il me confirme qu'à ses yeux j'ai de la valeur ?».

Une telle analyse augmente la prise de conscience et remet entre nos mains un choix possible : satisfaire ou renoncer à satisfaire tel désir en sachant pourquoi. Avoir un choix, c'est avoir de la liberté. Mais il est vrai que renoncer n'est pas toujours facile. Comme le dit un proverbe tibétain «parler à quelqu'un de renoncement, c'est comme donner un coup de bâton sur le nez d'un cochon. Il n'aime pas du tout ça.»¹

En conclusion, tout a un prix, mais on peut choisir sa monnaie : plaisir sans limite et souffrance de l'asservissement ou liberté retrouvée à travers le choix qu'offre la maîtrise de soi ?

Il me semble que le cours s'annonce meilleur pour la seconde, même si certains jours, on céderait bien à la tentation de faire un peu de change ! Al-lons, amis lecteurs, courage et persévérance pour que les plaisirs de la vie ne nous enlèvent jamais le plaisir de vivre !

¹Plaidoyer pour le bonheur

Matthieu RICARD, Nil éditions, Paris, 2003

Véronique HÄRING

psychologue, conseillère conjugale



*"Je ne puis prendre ma liberté pour but,
que si je prends celle des autres pour but"*

Jean-Paul Sartre



Le Docteur Rolf SCHÄPPI est psychiatre, psychothérapeute et éthologue. Il exerce actuellement à Genève.



**INVITÉ
POUR
VOUS**

La Liberté au carrefour des limites

La liberté: voilà une notion à la mode, qui rime souvent avec absence de contraintes, et qui est établie comme un droit et une évidence. Qu'en pensez-vous?

On n'est pas toujours conscients du fait que la liberté telle que nous la connaissons aujourd'hui est le résultat d'une longue histoire et de la conjonction de plusieurs facteurs biologiques et culturels. Comme vous le savez, il y a deux formes de liberté: la liberté intérieure et celle dont on dispose quand on n'est pas soumis à des contraintes externes. Celle qui nous intéresse peut-être davantage c'est la liberté intérieure qui consiste, d'un point de vue éthologique à disposer d'un choix de réponses possibles face à un stimulus donné. Dans un beau livre qui tient compte aussi bien de la psychologie que de l'éthologie - livre qui date des années 1950 - Gustave Bally, psychanalyste zurichois, parle longuement de la capacité de jouer, manifestation évidente de liberté. Puis, une démarche très intéressante a été proposée par un philosophe allemand, Hans Jonas, qui a esquissé une phylogénèse de la liberté, c'est-à-dire il a essayé de décrire comment la liberté augmente au cours de l'évolution biologique. Il y a aussi un ami primatologue, Hans Kummer, qui a tenté de décrire cette évolution dans le

cadre, si je me souviens bien, d'un cours à l'université populaire. Comme j'ai beaucoup discuté avec lui de cette question, je serai forcément amené à reprendre certaines de ses idées.

Vous voulez dire qu'il y aurait des étapes dans l'évolution auxquelles correspondraient des degrés de liberté différents?

Oui, commençons tout en bas: imaginez par exemple une plante des Alpes. Elle pousse à un endroit donné, parce qu'il n'y a pas trop de vent, il ne fait pas trop froid et elle bénéficie d'un sol suffisamment riche en substances nutritives. Il lui manque quelque chose que nous ressentons comme important pour la liberté, c'est la possibilité de se déplacer. Elle a cependant la «liberté» de croître ou de fleurir. Avec le chamois, un énorme pas est franchi: l'acquisition de la mobilité. Il se déplace, va à la recherche de sa nourriture dispersée ou du partenaire sexuel. Cela fait intervenir d'autres dimensions comme la perception et la motivation.

La liberté que le chamois acquiert par sa mobilité devient une obligation pour assurer sa survie?

Absolument, dès que cette liberté est acquise, elle est obligatoire. Un

chamois ne peut pas ne pas se déplacer. De plus, quand la liberté augmente, le risque augmente aussi: si une branche d'un arbre est cassée, cela n'a pas de conséquences vitales alors que si le chamois se casse une patte, sa survie n'est plus du tout garantie.

La liberté d'un organisme vivant augmente donc en fonction de l'émergence et du développement de nouvelles dimensions sensorielles, motrices ou cognitives?

Oui, et dans le même sens, on peut mentionner l'apparition de la mémoire et de la vision qui est le sens qui permet de constituer une image assez fidèle du monde. Cela dit, il faut que le cerveau soit capable de traiter l'information reçue par l'organe visuel. Ceci n'est pas le cas chez certains insectes aquatiques qui ont des yeux extraordinaires mais un cerveau qui «sait» moins que ce que les yeux voient. Ces insectes ne sont capables de détecter une mouche tombée à l'eau que si elle est vivante; si elle est morte et donc ne bouge pas, ils n'enregistrent pas sa présence. C'est la vibration qui déclenche le comportement de prédation et non pas la configuration visuelle de la mouche. A l'autre extrême, le chimpanzé voit comme nous. Vous pouvez lui faire passer des



tests piagétien, car il est capable de raisonnement abstrait. Si l'on place devant lui une bouteille très peu remplie et une autre remplie aux 3/4 ainsi que 3/4 de pomme et 1/4 de pomme, il saura répondre que 3/4 de pomme et une bouteille remplie à 3/4 sont semblables et qu'1/4 de pomme est dissemblable. C'est incroyable! Pourtant 1/4 de pomme et 3/4 de pomme se ressemblent beaucoup plus qu'un morceau de pomme et une bouteille d'eau. Les yeux voient des pommes et des bouteilles; le cerveau élabore les proportions: il y a du travail là derrière! Le cerveau sait donc plus que les yeux ne voient. Pour revenir à la phylogenèse de la liberté, il faut mentionner ensuite la perception de soi-même qui surgit très tard dans l'évolution. Vous connaissez peut-être l'expérience avec des orangs-outans ou des chimpanzés qu'on a placés devant un miroir après leur avoir fait une tache sur le front: ils se reconnaissent et frottent au bon endroit pour enlever la tache! Enfin, une grande acquisition, c'est ce que l'on appelle *the theory of mind*, la théorie de l'esprit qui apparaît chez les grands singes. Il s'agit de la capacité de savoir ce que le congénère sait ou ce qu'il a l'intention de faire. Il y a eu des expériences à ce sujet dans lesquelles, face à un problème tel que savoir empiler des caisses pour atteindre une banane suspendue au plafond, le chimpanzé est capable de montrer la solution à un gardien qu'il trouve sympathique. Mais s'il n'a pas d'affinité avec lui, le chimpanzé va lui suggérer une fausse solution.

On voit dans cet exemple que le chimpanzé est capable de traiter des informations à plusieurs niveaux différents avant de pouvoir donner la réponse choisie en fonction de la situation, choix qui témoigne d'un degré de liberté déjà élevé ?

Oui, parfaitement! L'intelligence ou la capacité de traiter un maximum

d'informations en vue de ce qu'on va répondre constitue une grande liberté. Cela ouvre énormément de possibilités, mais que nous pouvons, si je me réfère à notre morale, bien ou mal utiliser. Nous pouvons aider l'autre, mais nous pouvons également mentir ou tromper délibérément autrui. En outre, contrairement à l'animal, l'être humain peut se comporter d'une façon cruelle et sadique. C'est là que se pose la question de la liberté de choix chez les personnes à structure psychique très pathologique: ce genre de pathologie prive l'individu de sa liberté de choix, ce que re-

connaissent les tribunaux en les déclarant alors irresponsables. Si quelqu'un a eu une ontogenèse, une histoire personnelle qui lui a appris à détester autrui, je ne pense pas qu'il ait beaucoup de choix entre affection et haine. Une thérapie peut néanmoins augmenter le répertoire de réponses et le choix. Il peut y avoir un progrès, mais encore faut-il, pour entreprendre une thérapie, que la personne malade soit capable de se mettre en question. Il existe donc une possibilité de se socialiser au contact d'une personne plus saine. Les mères singes rhésus qui n'ont pas eu de mère sont de mauvaises mères et maltraitent leurs petits. Mais un changement est possible, car on observe qu'à chaque petit successif, la mère privée de sollicitude maternelle devient meilleure mère.

Cette observation amène presque inévitablement la question de l'instinct maternel: existe-t-il selon vous ?

Chez qui? Vous voulez probablement dire dans notre espèce? Alors je dirais d'abord grossièrement non, parce qu'un tel instinct n'existe même pas chez les grands singes. On sait aujourd'hui que chez les grands singes, pour qu'une femelle soit une bonne mère, il faut qu'elle ait connu, petite, un sentiment de sécu-

rité et de protection auprès de sa propre mère; il faut qu'elle ait pu observer des mères qui traitent correctement leurs enfants et que sa mère lui ait permis de mater son petit frère ou sa petite sœur. Toutefois, il faudrait répondre quelque chose comme «non, non, non, oui» car il existe sûrement une certaine disposition biologique qui favorise le comportement maternel. Je pense à un exemple de Rudolf Schenkel, zoologiste bâlois, avec qui je m'étais entretenu à ce sujet. Selon lui, le comportement maternel n'est pas inné mais acquis chez les grands



singes. Cependant, si une mère pathologique, par exemple une mère qui tient son bébé loin du corps, par les pieds et la tête à l'envers (plutôt qu'à l'endroit et contre sa poitrine), voit une mère qui tient le sien contre elle, tête en haut, elle va corriger la position de son petit. Ce n'est pas la mère au comportement adéquat qui suspendra son bébé par les pieds. Il y

a donc quand même une sorte de prédisposition. Chez les espèces moins évoluées, en revanche, chez les félidés par exemple, le comportement maternel est en grande partie génétiquement préprogrammé.

On voit bien dans vos exemples que les dimensions acquises augmentent non seulement la liberté mais enrichissent et complexifient également les interactions sociales au sein d'une espèce ?

Oui, on peut d'ailleurs aller plus loin et faire aussi une phylogenèse de la monogamie ou de la socialité. A ce sujet, ce qui m'a beaucoup intéressé, c'est le découplage entre sexualité et reproduction, c'est-à-dire le fait que la sexualité puisse être utilisée socialement et qu'elle ne soit plus strictement liée à la reproduction. Par exemple, une jeune femelle chimpanzé peut afficher le signal de l'oestrus - vous savez que chez les chimpanzés l'ovulation ou la fécon-



dité se manifestent par un oedème considérable du derrière qui devient très rouge - et utiliser ce signal comme passeport. Si elle quitte sa communauté d'origine pour rejoindre une autre communauté, elle y sera bien plus facilement acceptée et intégrée grâce à ce signal de fécondité. Ce découplage existe déjà chez les cichlidés, des poissons d'eau douce, chez qui un signal d'origine sexuelle peut être utilisé socialement, dans le but d'apaiser un congénère.

Pour quelle raison certaines espèces utilisent la sexualité uniquement à des fins de reproduction, alors que d'autres espèces animales ont la possibilité d'utiliser la sexualité à des fins sociales ?

Beaucoup d'espèces sont solitaires et pour que quelque chose devienne utile socialement, il faut que la société existe. Dès qu'il y a association de partenaires sexuels qui dure, c'est-à-dire dès que nous avons à faire à des couples, on peut observer des comportements sexuels en dehors des phases de reproduction.

A un certain niveau d'évolution, l'apprentissage commence à jouer un grand rôle dans l'acquisition de la liberté. En même temps, l'apprentissage implique la transmission d'une culture et on peut se demander laquelle de ces dimensions, culturelle ou biologique, sera à terme plus influente sur le comportement ?

Plus on a à faire à des organismes complexes qui vivent longtemps, qui sont en rapport avec des parents ou des grands-parents sur une longue période, plus l'apprentissage joue un rôle important. La protoculture, des systèmes de traditions complexes ou des ébauches de culture déterminent alors les comportements bien plus que la pré-programmation génétique. Nous autres humains sommes essentiellement soumis à



des contraintes culturelles. Même pour un chimpanzé, il faut à peu près huit ans pour qu'il dispose finalement d'une technique efficace pour casser des noix. Il doit apprendre progressivement comment poser la noix sur une racine (enclume) et comment utiliser une pierre ou un morceau de branche comme marteau. Il lui faut des années d'apprentissage et d'observation des autres ! Il est intéressant de savoir que l'enseignement - pourtant fondamental dans notre société - est pour ainsi dire inexistant à un niveau non-humain. Ce n'est que rarement que des primatologues suisses l'ont observé dans la forêt de Taï (Côte d'Ivoire). Quand un petit chimpanzé n'arrive pas à utiliser correctement son marteau, s'il se tape sur les doigts, la mère peut saisir son marteau et lui montrer comment il faut faire, en exécutant l'acte adéquat au ralenti. Cela relève bien d'une forme de culture, car dans un même biotope, différentes communautés de chimpanzés trouvent leurs propres solutions de techniques d'alimentation. Dans un même type de forêt on casse des noix d'un côté de la rivière, mais pas de l'autre. Il faut grandir en contact avec ces traditions pour les acquérir. Donnez des noix, une enclume, un marteau, à des chimpanzés du zoo, ils ne sauront pas quoi en faire.

L'introduction de la culture ouvre de nouvelles possibilités, mais impose aussi des limitations pouvant peut-être même entraver la liberté acquise sur le plan biologique ?

Oui, la liberté qu'on a acquise biologiquement, peut être limitée par les contraintes culturelles. La sociologue Evelyne Sullerot a bien noté que changer une tradition culturelle ou un comportement qui est dû à la culture est souvent bien plus difficile que

de changer quelque chose qui est biologique. Par exemple, grâce aux techniques médicales d'aujourd'hui, il ne serait pas tellement difficile de permettre aux mâles d'allaiter. On sait déjà que les neuroleptiques suffisent pour qu'il y ait la sécrétion de lait chez les hommes. Mais si une culture réproouve, ridiculise l'homme qui donne le biberon, vous pouvez attendre longtemps un tel changement !

Si la culture limite ce que la biologie a ouvert, finalement où se situe notre liberté ?

Il faut se demander ce qu'est la vraie liberté ? Bien sûr, si je suis dans la forêt vierge ou sur un sommet d'une montagne, je peux éprouver un sentiment de liberté. Je pense que les sentiments les plus aigus de liberté, je les ai éprouvés lors de sorties ou de congés au service militaire. C'est alors que l'on doit se plier à des règles très strictes que l'on est capable de vivre avec un maximum d'intensité les quelques rares heures de liberté dont on dispose. Je crois que la vraie liberté est contenue dans des limites qui permettent la vie avec les autres et offrent un cadre sécurisant. Le chimpanzé dispose d'un répertoire de mimiques important, d'une communication sonore et posturale très riche et d'une intelligence qui lui permet de tromper l'autre. Ce potentiel doit être contenu et canalisé pour que le congénère devienne suffisamment prédictible et que la vie en société soit possible. Je comprendrais donc les règles, les contraintes morales et culturelles non pas comme quelque chose qui limite la liberté, mais plutôt qui la canalise, assurant ainsi la possibilité d'une existence sociale, impensable autrement. Voici un exemple qui illustre l'importance qu'a la prévisibilité du comportement du congénère dans la vie sociale. Si, dans un groupe de chimpanzés, un mâle dominant attaque un subordonné par surprise, c'est-à-dire sans le menacer d'abord (ce qui est une règle de politesse), cela peut déclencher une telle rage chez le subordonné que l'ordre hiérarchique s'inverse : c'est le subordonné qui poursuit alors le dominant qui, af-



folé, fuit sur les arbres en hurlant.

Pour revenir à nos monogamies humaines, peut-on identifier quelles sont respectivement la part de culture et la part de biologie qui déterminent nos choix de partenaires ?

On aimerait toujours pouvoir dire dans tel cas là c'est 20% culturel et 80% biologique, mais on ne peut pas le déterminer clairement, car il n'y a pas vraiment de limite entre culture et nature. On peut dire quand même que nos choix sont déterminés avant tout culturellement. Mais nous avons tendance à choisir un partenaire de la même ethnie, à peu près de la même taille, de la même religion. L'homme choisit généralement une femme plus jeune, la femme un homme qui promet de faire carrière. Tout ceci varie bien sûr d'une culture et d'une époque à l'autre. Toutefois, l'homogamie, c'est à dire le mariage avec quelqu'un qui nous ressemble, mais sans qu'il s'agisse d'un parent trop proche, repose probablement sur une prédisposition biologique. Mais c'est le contexte social qui a le dernier mot. Si on vit dans une petite communauté où il n'y a pas beaucoup de partenaires sexuels possibles, le degré de parenté toléré entre partenaires peut augmenter. La tendance à choisir un partenaire démontrant des signes de bonne santé, par exemple des dents saines, une chevelure brillante, est une autre prédisposition biologique de même que la prédilection pour la symétrie, témoin important de santé génétique : symétrie du visage, des épaules, symétrie dans la longueur des bras, des jambes. Ce critère semble exister à tous les niveaux zoologiques. Un criquet, par exemple, choisit un partenaire d'après le chant

chez l'homme, il y a sûrement une disposition biologique à former des couples

qui indique si les ailes ou les organes musicaux de l'instrumentiste sont symétriques. Des anthropologues américains ont tenté de vérifier cette hypothèse avec des étudiants et selon eux, les étudiants mâles dotés d'une meilleure symétrie corporelle auraient besoin de faire la cour moins longtemps pour parvenir à des relations sexuelles. Il n'y a pas eu de suite à ces études qui ont été critiquées, on n'en sait donc pas plus.

Le coup de foudre pourrait-il correspondre à une sorte de photographie expresse qui confirme que tous les critères déterminants sont repérés ?

Lors d'une rencontre, il y a une grande quantité d'informations qui sont échangées à grande vitesse. On sait que nous avons la capacité d'enregistrer et d'évaluer une quantité de critères chez l'autre, entre autres physiques, en très peu de temps, à un niveau non conscient. Peut-être bien que ça explique en partie cet état où tout à coup ça fait «tilt» : les caractéristiques enregistrées et évaluées correspondent à celles que l'individu est en train de chercher sur un plan conscient et surtout inconscient.

Y a-t-il selon vous une raison biologique à former un couple ?

Chez l'homme, il y a sûrement une prédisposition biologique à former des couples parce que le bébé humain est tellement dépendant que la mère a besoin d'aide. J'ai

l'impression qu'il y a une prédisposition à rester en couple durant la croissance de l'enfant, jusqu'à ce qu'il soit indépendant, soit environ vingt ans.

A l'époque du paléolithique, où l'espérance de vie était de 40 ans, la durée de vie d'un couple correspondait au temps nécessaire pour élever un enfant jusqu'à l'autonomie, soit une vingtaine d'années.

Mais aujourd'hui, l'espérance de vie a doublé et il est très difficile de

faire durer un couple quarante, ou soixante ans!

Oui, c'est pourquoi, il faut que la prédisposition biologique permette de pouvoir former de nouveaux couples. Pensez à des périodes pas si reculées où les femmes mouraient en couche et les hommes à la guerre : à ce moment-là il faut que le partenaire soit remplaçable ! Chez certaines espèces monogames comme les petits singes d'Amérique du Sud, monogamie qui repose sur une pré-programmation génétique, les partenaires ont tendance à rester ensemble pour la vie. Si l'un des deux meurt, l'autre peut faire une dépression grave ou une décompensation «psychosomatique» qui peut être mortelle. Là, on voit bien qu'une détermination tout à fait stricte qui impliquerait qu'il n'y ait plus de nouveau partenaire possible, serait biologiquement dommageable.

Le couple est donc une forme d'organisation sociale avec pour fonction première l'entraide homme-femme ou mâle-femelle



pour s'occuper des petits ?

Oui, la monogamie existe là où elle a un sens. Elle prédomine chez les oiseaux, car les deux partenaires sont nécessaires pour nourrir les petits. Chez les mammifères, elle est très rare et n'existe que là où le mâle est indispensable comme, par exemple, chez les petits singes d'Amérique du Sud. Chez ces espèces, chez qui la mère a généralement des jumeaux, le mâle porte les petits et ne les passe à la mère que pour l'allaitement, tant les bébés sont grands et lourds par rapport au poids (et la force) de la femelle. Chez le gorille, le bébé est proportionnellement beaucoup plus petit. Le mâle n'étant pas indispen-



sable, il n'y a pas de monogamie. Chez les mammifères, on trouve plutôt des espèces solitaires ou des structures sociales polygames. Chez le babouin hamadryas, la société est organisée en harems regroupés en clans et les clans en troupeaux. Ce regroupement donne naissance à une société rare et très complexe qui requiert le développement de toute une série de comportements capables d'apaiser la rivalité entre les chefs de harem. En fait, la majorité des singes vit dans des sociétés matrifocales ou matrilineaires. Un mâle vient à un moment donné prendre la tête d'un groupe de femelles, d'un groupe de reproduction. Plus tard, il sera chassé ou éliminé par des mâles plus jeunes.

Est-ce que les espèces monogames se regroupent en société ?

A ma connaissance il n'existe aucune espèce de mammifères où des monogamies sont regroupées en société. C'est comme si la monogamie travaillait contre la formation de sociétés plus complexes puisqu'un sexe expulse les représentants du même sexe et vice-versa comme c'est le cas des gibbons qui vivent en groupes familiaux : un mâle, une femelle et un à quatre jeunes. Le couple défend un territoire : le mâle chasse les autres mâles, mais accepte l'arrivée d'autres femelles ; à l'inverse, la femelle s'oppose à l'intrusion de fe-

melles étrangères. Il est donc assez improbable au vu de l'agressivité d'un couple territorial de voir un jour des communautés composées de couples de gibbons.

Finallement les sociétés humaines ont réalisé quelque chose d'une haute complexité en intégrant des couples dans le groupe social ?

Absolument, et on peut essayer de reconstruire une phylogenèse de cette monogamie insérée dans le groupe. Les chimpanzés ou les bonobos vivent en communautés dans lesquelles règne la promiscuité. Cette structure sociale peut nous servir de modèle de départ. Dans ces communautés polygames, un lien de couple peut s'esquisser. Un jeune mâle ne peut pas faire la cour à une femelle convoitée sexuellement si des mâles dominants sont présents. Que font alors ces mâles subordonnés ? Ils invitent la femelle à partir en « safari » : un couple quitte donc la communauté pendant un certain temps. La cause de notre société complexe est sûrement en rapport avec la *helplessness*, la dépendance du nourrisson humain qui est une sorte de prématuré physiologique. Les bébés humains devraient effectivement naître neuf mois plus tard pour pouvoir disposer de la même maturité corporelle qu'un petit anthropoïde. Nous pouvons donc formuler l'hypothèse que cette dépendance prolongée du petit humain et la surcharge de la mère qui en résulte ont rendu la présence du mâle (ou d'autres adultes) indispensable. C'est peut-être ainsi que le lien hétérosexuel s'est intensifié pour donner progressivement naissance à une société complexe qui regroupe des couples.

L'évolution se poursuit, car on peut observer qu'en quelques dizaines d'années la société a beaucoup changé : le couple n'a plus la stabilité d'autrefois, la sécurité affective qu'il apportait est plutôt recherchée aujourd'hui dans les groupes d'amis ; les femmes assurent leur autonomie financière et la sexualité n'obéit plus aux mêmes codes et n'est plus réser-

vée à une relation sensée aboutir à un mariage et la construction d'une famille. Que devient une valeur comme la fidélité dans ce mouvement ?

Nous avons culturellement beaucoup changé. Je pense au livre que Lord Robert Baden-Powell a destiné à l'éducation des éclaireurs de l'époque. En s'adressant aux garçons, il avait formulé la prescription suivante : « tu n'as le droit d'avoir des relations sexuelles avec une femme que si tu envisages le mariage ». Il y avait donc des prescriptions très strictes et on n'aurait jamais pu, comme l'ont fait mes filles, partir en voyage avec des copains et utiliser la même chambre (de « vrais copains », entendons-nous, c'est-à-dire des amis avec lesquels il n'y avait pas de relations intimes !). Cela aurait été impensable pour ma génération !

On n'a pas encore mesuré tout ce que l'introduction de la pilule a entraîné. La pilule a permis l'émancipation

la fidélité existe si elle en vaut la peine

de la femme qui dispose désormais de son corps et de sa sexualité, mais on ne réalise qu'après coup que les hommes n'associent plus nécessairement sexualité et engagement à l'égard de la femme. Quant à la fidélité, j'aurais un raisonnement tout à fait biologique et peut-être un peu trop matérialiste : la fidélité existe si elle en vaut la peine, si elle paye sur le plan social et sur le plan matériel.

Et qu'est-ce qui peut la justifier d'un point de vue biologique ?

Changer de partenaire n'est pas facile. Sur le plan matériel, on prend le risque de s'appauvrir et il y a la crainte de perdre ses amis et de sortir de son réseau social. J'ai l'impression que dans un couple il y a une sorte d'évaluation permanente pour vérifier si les raisons de rester ensemble sont toujours valables. Ceci correspond peut-être au couple idéal dans lequel persistent la décision et le choix de maintenir le lien. Dès qu'on dépend de l'autre au point de ne pas avoir



assez d'autonomie pour partir, le couple peut devenir un enfer, surtout si on en veut à l'autre de ne pas pouvoir partir. A ce propos, on peut se demander si dans les espèces monogames non humaines, les comportements sexuels qui ont lieu en dehors de la phase de reproduction ne sont pas finalement une évaluation constante de l'autre pour vérifier jusqu'à quel point il est vigoureux et qu'il faut le conserver.

Et s'il sera pertinent de le choisir de nouveau lors de la prochaine phase de reproduction ?

C'est peut-être un peu osé, mais je pense que ce n'est pas faux.

L'allongement de l'espérance de vie, grâce notamment aux progrès de la médecine, crée des situations sociales et familiales dans lesquelles des jeunes grands-parents sont sollicités pour s'occuper à la fois de leurs petits-enfants et de leurs parents très âgés parfois mal en point. Du point de vue de la nature, ne peut-on pas craindre que le vieillissement toujours repoussé mène une société à des situations trop lourdes et sources de problèmes mal anticipés et mal contrôlés ?

Oui, c'est déjà le cas et c'est un énorme problème. Autrefois, dans des milieux paysans, il y avait une partie de la ferme où on pouvait loger les grands-parents, mais maintenant avec le manque d'espace et le prix du mètre carré, ça devient un très grand problème, tout comme d'ailleurs la dévalorisation des vieux dans notre société. Je me souviens d'avoir assisté à un premier de l'an dans une famille Baoulé (Côte d'Ivoire). Ils étaient une centaine et si bien habillés que j'ai eu envie de faire des photos. Comme je connais un peu les règles de cette société, j'ai pris la précaution de demander la permission à un fils de mon âge, qui est allé demander à son frère aîné,

qui lui-même a demandé au père. Le patriarche a répondu «maintenant on mange et on boit et après je vais aller mettre mon habit le plus beau et c'est alors que le «vieux-photo» pourra prendre des images». On voit bien à quel point les vieux sont valorisés et respectés dans cette culture. Dans notre société, on bloque les possibilités de travailler des gens à soixante-cinq ans, on les freine à un moment où la plupart sont encore «fonctionnels». Ensuite, il faut trouver comment les occuper ! Et notre médecine raffinée permet une survie de plus en plus longue. Maintenir à tout prix en vie des gens qu'on a dévalorisés, qui, privés de leurs fonctions sociales et du sens de la vie, attendent la mort, je trouve ça vraiment terrible ! Et on peut se demander comment cela pourrait être changé.

Qu'entendez-vous par là ?

Il y a des sociétés qui s'autolimitent : chez les Esquimaux, au moment où ils ne se sentaient plus utiles, les vieux se laissaient tomber de la luge ; dans la société Massai, au moment où ils se sentaient vraiment très âgés, les vieux étaient encore plus courageux : ils sortaient de nuit de leur manyatta protégée, se mettaient au pied d'un arbre et attendaient le lion. Dans ces sociétés une cohérence entre organisation sociale et ordre biologique était maintenue. Nous devrions trouver des possibilités pour valoriser les personnes âgées. Je pense à une initiative heureuse qui a lieu au Piémont. Des femmes paysannes de montagne âgées (souvent pauvres mais attachées à leurs fermes) ont la possibilité de passer l'hiver dans des homes en plaine. Au printemps, elles regagnent leurs montagnes et continuent ainsi une vie digne d'êtres humains.

Même si la réponse transparait dans vos propos, j'ai envie de vous demander quel est l'intérêt pour vous et dans votre pratique d'avoir ce double regard d'éthologue et de psychiatre ?

Le plus grand avantage me semble

être que les limites, que l'on croyait claires, tombent : il n'y a plus de frontière nette entre nature et culture, entre humain et animal. On se rend compte qu'opposer l'homme à l'animal n'a pas de sens et qu'il faudrait chaque fois préciser de quelle espèce animale on parle. Pour moi l'éthologie ne donne jamais de réponses définitives, mais elle élargit l'horizon, pose de nouvelles questions, permet de nouveaux points de vue. L'éthologie a aussi rempli ma tête d'innombrables images et de scènes de la vie animale. Ces scènes illustrent souvent, sur un plan simplement spatial ou hiérarchique, ce qui se passe chez nous sur un plan psychologique complexe et difficile à décrire. Ainsi la simple proximité spatiale entre individus d'une autre espèce peut donner une idée de l'intensité de leur lien. Il m'arrive d'utiliser ces scènes de la vie animale pour résumer ou simplifier ce qui se passe au niveau humain. Jamais mes patients n'ont ressenti ces comparaisons avec les animaux comme dévalorisantes, bien au contraire.

Votre amour passionné et authentique pour la nature me rappelle celui des enfants ! Serait-ce ce regard-là, ce regard toujours vif et curieux qui abolit les limites et ouvre les horizons ?

Oui, je pense à mes petites-filles et je vois leur avidité de connaître la nature, leur émerveillement de tenir en main une grenouille ou d'apercevoir un hibou «qui n'est pas seulement dans les livres». Une vraie jubilation : «c'est ma première grenouille, mon premier hibou !» Je pense que l'enfant part dans la vie avec un esprit de «naturaliste». Cet intérêt passionné (obser-

propos recueillis par

Véronique HÄRING

psychologue
conseillère conjugale



A lire :

La femme est le propre de l'homme.

De l'éthologie animale à la nature humaine

Rolf SCHÄPPI

Ed. Odile Jacob, juin 2002



Un Dieu de liberté

Une histoire de libération

«Le christianisme officiel a trahi l'Évangile en devenant pouvoir...la Bonne Nouvelle de libération était devenue menace et contrainte». Le malentendu que signale l'historien Jean Delumeau est profond.

L'Histoire judéo-chrétienne commence par une histoire de libération. Dans le désert, le Seigneur s'adresse à Moïse et lui confie sa mission : «J'ai vu, j'ai vu la misère de mon peuple qui réside en Égypte...je suis résolu à le délivrer de la main des Égyptiens et à le faire monter de ce pays vers une contrée riche et vaste, vers une contrée où ruissellent le lait et le miel»¹.

Une lecture attentive des récits des évangiles concernant Jésus fait apparaître la figure d'un homme d'une très grande liberté face à certaines traditions religieuses ; il s'adresse à tous sans distinctions ; il franchit les barrières sociales qui empêchaient bon nombre de gens de participer pleinement à la vie de la communauté (certains métiers étaient source d'impureté ; les femmes étaient reléguées à des rôles inférieurs...)

Cette aventure de liberté se poursuit avec l'apôtre Paul qui s'adresse à la communauté chrétienne de Galatie avec cet appel pressant : «vous avez été

appelés à la liberté...C'est pour que nous soyons vraiment libres que le Christ nous a libérés»².

Adieu la liberté !
Bonjour la liberté !

Pendant trois siècles, la liberté de croire a été totale. Mais ensuite, les empereurs s'en sont mêlés et en 380 la religion chrétienne est devenue religion d'État. Adieu la liberté !

Aujourd'hui dans nos pays, pour le meilleur (parfois pour le pire), c'est la liberté civile qui est la règle. En 1968, on a déclaré la liberté absolue ! Il était interdit d'interdire. On en est heureusement revenu, comprenant que MA liberté s'arrête où commence celle des autres, comprenant qu'une société ne peut pas vivre sans lois ; encore faut-il que la contrainte législative se limite à ce qui est indispensable. Résister aujourd'hui aux abus de Big Brother est important.

L'Église, elle aussi, est mise en demeure, par fidélité à la Parole de Dieu, de jouer le jeu de la liberté.

Delumeau n'hésite pas à affirmer : «la déchristianisation actuelle...sera un bien si, grâce à elle, la Parole de salut est pré-

sentée...à des gens libres de la refuser».

La liberté accomplie

Si la liberté tourne à l'individualisme, au chacun pour soi, elle perd son sens et nos sociétés modernes deviennent invivables. Les prédateurs sont à l'œuvre - toujours plus - ...ils nous mènent vers l'abîme...et dans la crise financière, écologique, humanitaire.

«Que votre liberté ne donne aucune prise à l'égoïsme. Mais par l'amour mettez-vous au service des autres»³.

Une invitation qui a tout son sens !

La liberté est un cadeau.

La liberté est

La liberté est responsabilité

difficile. La liberté est responsabilité.

«La vie, c'est un peu de temps donné à des libertés pour - si tu veux - apprendre à aimer». Cette parole de l'abbé Pierre me semble plus que jamais d'actualité !

¹ Livre de l'Exode, chapitre 5. L'Exode est le deuxième livre de la Bible. Les récits du premier livre (Genèse) mettent par écrit des traditions plus anciennes dont l'historicité n'est pas établie.

² Lettre aux Galates, chapitre 5.

³ id

Edmond GSCHWEND
prêtre et théologien





A LIRE
ET RELIRE

Qui mieux que Sartre et Beauvoir purent mieux incarner le couple libre dans toute sa splendeur ? Voici un ouvrage présentant une « radiographie intime d'un couple de légende ». La relation très particulière qu'entretenaient ces deux intellectuels de renom est ici dévoilée sous toutes ses facettes, aussi complexes et parfois mal-séantes soit-elles. L'amour qu'ils se portaient devait être « nécessaire », essentiel, mais ils ne devaient pas s'empêcher de vivre ce que Sartre appelait des amours « contingentes », c'est-à-dire secondaires et dues au hasard des rencontres.

Beauvoir, elle, rêvait plutôt d'un « Grand Amour », mais accepta le « pacte » imposé par Sartre et en profita aussi à sa manière, mais elle aurait sans doute pu se contenter que de Sartre, chose impensable pour lui. « Pour Sartre, l'amour était un combat opposant deux sujets libres, chacun essayant d'asseoir son emprise sur la liberté de l'autre – tout en essayant de se libérer soi-même de l'emprise de l'autre. Ce scénario surgit à maints détours dans son œuvre – comme aussi bien dans sa propre vie¹ ».

Sartre pensait que tout se dire résoudre l'épineuse question de la jalousie, relevée par Beauvoir... il fallait viser la « transparence ». En théorie, leur pacte pouvait sembler plutôt attrayant. Les faits ancrés dans le fatras du quotidien nous montrent que tout ne fut pas toujours si simple... La correspondance entre Sartre et Simone de Beauvoir (partiellement publiée, post mortem), a été la principale source de ce livre et révèle à quel point leur relation fut parfois tinctée de difficultés réciproques, soit parce que Beauvoir souffrait (en silence) de voir Sartre si amoureux et passionné par d'autres femmes, soit parce que Sartre, malgré le « pacte », se voyait obligé de mentir à toutes ses femmes qui partageaient sa vie, même à Beauvoir, afin de se sortir de situations retorses : « Sartre déclarait avoir horreur des scènes de jalousie auxquelles il était constamment confronté, mais c'est lui-même (...) qui les provoquait. Ses femmes vivaient toutes à moins de dix minutes de chez lui ; elles se voyaient rarement, et aucune ne connaissait la vraie vie de Sartre »². Le fameux pacte de transparence sartrien n'était qu'illusion, peut-être pour entretenir auprès du public le sentiment que le couple Sartre-Beauvoir vivait une idylle parfaite... Mais les lettres publiées révélèrent du voyeurisme, de l'exhibitionnisme, des mensonges, une complexité inimaginable de leurs relations et de leurs sentiments. Sans oublier que les personnes impliquées dans leurs amours dites « contingentes » ont parfois énormément souffert de certains non-dits ou mensonges découverts après-coup.

Malgré tout, ce livre nous fait découvrir que les obstacles vécus dans ce couple « hors norme » leur a tout de même permis de tenir bon, Beauvoir vouant un amour inconditionnel à Sartre. « Je trichais quand je disais *on ne fait qu'un*. Entre deux individus, l'harmonie n'est jamais donnée, elle doit indéfiniment se conquérir »³ écrit-elle dans ses mémoires. Et Sartre, même si sa vie fut jalonnée d'interminables aventures, resta, à sa façon, fidèle au pacte qu'il avait proposé à Simone dans sa tendre jeunesse et qui dura toute leur vie... « Il est une chose qui ne change point, ni ne peut changer : c'est que quoi qu'il arrive et quoi que je devienne je le deviendrai avec vous »⁴ écrit-il dans l'une de ses lettres adressées au Castor (surnom donné à Simone de Beauvoir). Je vous invite donc à découvrir ce livre fort passionnant, qui retrace la vie d'un couple avide d'une liberté toute relative, en somme, car ils se sont parfois laissés prendre au piège dans les méandres de leurs intimes convictions, sources de quelques paradoxes presque insurmontables.

« *Tête-à-tête,
Beauvoir et Sartre,
un pacte d'amour* »

Hazel Rowley

éditions Grasset, 2006

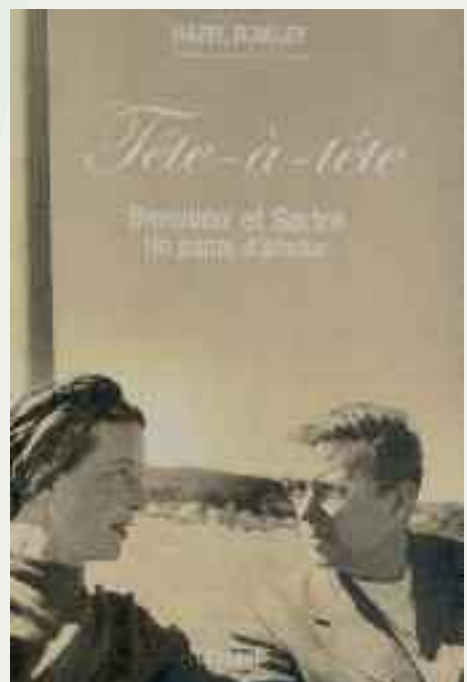
¹ Page 136

² Page 390

³ Page 439

⁴ Page 439

Béatrice LEISER
Conseillère conjugale





F-INFORMATION

F-Information, est une association sans but lucratif, reconnue d'utilité publique et créée en 1981.

Elle s'adresse à toute femme habitant le canton de Genève et ses environs.

F-Information accueille également des hommes.

C'est une équipe professionnelle pluridisciplinaire de onze femmes qui se partagent 5,2 postes de travail.

UN
PARTENAIRE
SE PRÉSENTE

Dans son action quotidienne F-Information

Informe sur les questions d'ordre juridique, professionnel, familial, personnel et pratique. Dans le cadre d'entretiens individuels et confidentiels, les femmes reçoivent des informations et des conseils autour des questions qui les préoccupent

Soutient les femmes dans une démarche individuelle

Prévient les problèmes pour éviter les situations extrêmes

Orienté les femmes vers les organismes ou les professionnel-les adéquats.

Met à disposition une documentation traitant des questions féminines et de l'égalité entre femmes et hommes

Développe une gestion centralisée des ressources documentaires d'associations féminines genevoises

Valorise le potentiel artistique et la créativité des femmes

Stimule les solidarités à travers le partage de compétences et de savoirs

F-Information édite un journal bimestriel, **les Nouv'Elles** et un agenda mensuel, organise des activités collectives, rencontres mensuelles à thèmes, conférences, ateliers et expositions.

Elle gère un site **www.f-information.org**

Sa **bibliothèque Filigrane** met à disposition du public 11'000 documents, livres brochures, articles de presse, vidéos et DVD et offre un service de pointe pour les chercheuses et chercheurs.

F-Information en chiffres en 2007

Fréquentations des prestations de F-Information : plus de 4'500

Fréquentation de Filigrane : plus de 1'800

Membres : environ 800

Prix des consultations – Cotisation de membre

Le prix d'une consultation est de Frs. 40.- pour les non-membres et de Frs. 20.- pour les membres (arrangement possible).

Le prix de la cotisation annuelle est de Frs. 50.- (AVS, AI, chômage, étudiant-e-s Frs. 30.-) et donne droit à une consultation gratuite et aux avantages des membres.

F-Information
67 rue de la Servette
case postale 128
1211 Genève 7

F-Information 022 740 31 00

Filigrane 022 740 31 41



La liberté, une utopie?

La liberté : est-ce faire ce que je veux, quand je veux, avec qui je veux, où je veux ?

L'être humain doit tenir compte de beaucoup de facteurs restreignant son champ de liberté. La biologie du corps, l'environnement dans lequel on vit et surtout notre mode de vie sociétal représentent des cadres importants imposant des limites à notre liberté. Pour survivre, les humains doivent s'entendre et s'accorder entre eux. Les règles qui structurent et modèlent les interactions dans les sociétés humaines et animales constituent le ciment de la vie en communauté. Les apprendre et les respecter sont deux conditions indispensables à la survie tant pour l'animal que pour l'homme.

L'enfant naît totalement soumis à ses pulsions. Ses besoins sont impératifs et l'expression en est immédiate. La tâche éducative des parents est de le sortir de ses pulsions autocentrées pour pouvoir interagir avec son semblable, non pas comme un objet qui satisfait ses besoins, mais comme un être différent ayant des besoins différents.

Cependant à l'intérieur de ce cadre, tout n'est pas prescrit et prédéterminé. La liberté est dans la multitude de choix possibles. Ainsi aujourd'hui, dans notre culture, nous choisissons notre partenaire, le lieu où nous voulons habiter, ce que nous désirons faire, etc...

Que devient notre liberté lorsqu'on s'engage dans le couple ?

La liberté individuelle est un thème souvent abordé en consultation conjugale.

Le couple est donc aussi un cadre qui fixe des limites et impose certaines règles. S'engager c'est être d'accord de limiter nos libertés de célibataire. On ne peut plus faire sans tenir compte de l'autre. Dans l'euphorie de la lune de miel, où être ensemble est le plus important, c'est une évidence. Tenir compte de l'être aimé est si simple que lorsque cette période bénie prend fin on ne sait pas comment on avait fait.

De quelle liberté parlent les couples en consultations conjugales ?

Après la phase de fusion et de passion, arrive le temps où l'un ou l'autre des membres du couple ressent un besoin momentané de solitude, de disposer de temps pour lui. L'autre n'y est pas exclu formellement, mais sa présence n'est pas non plus souhaitée. La naissance de ce besoin n'est pas toujours synchronisée au sein du couple. Le décalage est souvent vécu comme très douloureux par celui qui désire rester encore dans la fusion. La prise de distance du partenaire est alors vécue comme un risque d'abandon. Les couples parlent souvent de la liberté de faire des choses seul, temps individuel et temps du couple. Ce qui pose souvent problème au sujet des temps individuel et de couple, c'est leur répartition au sein de l'entité conjugale. Cette problématique se retrouve par exemple lorsque l'un des partenaires a plus d'occasions de disposer de temps individuel en

raison d'une activité professionnelle exercée à temps partiel. Ainsi lorsque le partenaire travaillant à plein temps rentre après une journée bien remplie, il arrive qu'il veuille également du temps pour lui, au moment où le conjoint, resté à la maison, désire du temps ensemble. Des malentendus apparaissent ainsi chacun revendiquant son besoin soit de solitude, soit de fusion.

L'ajustement de ces deux temps est souvent l'occasion de découvrir les besoins de chacun et la possibilité d'en tenir compte sans souffrance.

Une autre forme de liberté revendiquée au sein du couple est celle de « je suis comme je suis ». Elle exprime la peur de ne plus exister tel que l'on se perçoit, on craint une dissolution de notre identité au profit de l'autre. Cette revendication est à la fois légitime et paradoxale. Elle est légitime car le partenaire doit respecter les spécificités du conjoint, et paradoxale car elle montre une résistance à tout changement, induit par la vie en couple. Cette revendication bloque la possibilité d'évolution personnelle grâce à la relation.

Le couple restreint, certes, les libertés individuelles, mais il offre des possibilités d'évolution par son regard et sa protection. Liberté et engagement dans le couple semblent donc comporter une certaine incompatibilité, tout comme la liberté et les contraintes biologiques de notre corps. Mais comme pour le rêve d'Icare, la créativité dialogue avec nos limites pour lui donner les habits de la liberté.

Monika DUCRET
psychologue
conseillère conjugale





Lorsque des personnes sont en conflit important auquel elles ne voient aucune issue, elles ont le choix : s'en remettre à quelqu'un d'extérieur pour trancher leur différend (très souvent la justice) ou alors faire appel à un médiateur pour les aider à résoudre leur problème « à l'amiable ».

La médiation est donc un mode alternatif de règlement des litiges qui se déroule en dehors d'une procédure juridique et qui s'applique à de nombreux domaines : voisinage, travail, scolaire, commercial et bien entendu familial.

Un des principes fondamentaux sur lesquels elle repose, c'est la liberté : les personnes qui y font recours le font de leur plein gré et elles peuvent s'adresser au médiateur de leur choix. Lui-même travaille en toute indépendance et garantit une totale confidentialité : seules les personnes concernées décident ce qui est ou non transmis à l'extérieur et de quelle manière.

En médiation familiale, les situations les plus fréquentes sont en lien avec une séparation ou un divorce, c'est-à-dire chaque fois que tout ou partie d'une réorganisation familiale concrète devient nécessaire. Contrairement à une idée souvent répandue, la loi laisse une très grande liberté aux couples qui se séparent : si les partenaires parviennent à s'entendre, ils peuvent choisir la façon dont ils vont réorga-

niser leur vie familiale pour autant que ce soit dans l'intérêt des enfants et équitable.

Lorsque les parents sont en conflit (ce qui est fréquent au moment d'une séparation) la médiation familiale leur offre un espace de parole et une tierce personne : ils peuvent ainsi (re)prendre contact, se parler dans l'intérêt de leurs enfants et chercher ensemble des aménagements équitables qui conviennent à toutes les personnes concernées. Pour cela, il est important qu'ils se donnent suffisamment de temps pour pouvoir exprimer librement leurs préoccupations, leurs craintes et leurs besoins. Après quoi ils pourront envisager différentes options, puis prendre les décisions qu'ils estiment les plus justes compte tenu de tous les éléments considérés. Aucune solution ne leur sera imposée et ils pourront ensemble mettre en place un fonctionnement nouveau... en totale liberté.

De cette manière, les couples gardent la maîtrise et la res-

ponsabilité de leurs choix et ne se voient pas imposés des solutions toutes faites qui risquent de ne convenir à personne. S'ils le souhaitent, leurs accords sont consignés par écrit, éventuellement dans une convention. Ils peuvent ensuite la soumettre à un juge, dont le travail consistera à vérifier si les arrangements sont équitables et conformes aux intérêts des enfants.

Ainsi, en donnant une place à l'expression des événements passés et des émotions qu'ils soulèvent, la médiation familiale répond à un besoin auquel la justice ne répond pas. Elle redonne aux gens la capacité de gérer leurs conflits et la liberté de réorganiser leur vie familiale à leur convenance.

Liberté et médiation familiale

la loi laisse une très grande liberté aux couples qui se séparent

Marie-Jo FAVEZ
médiatrice familiale





La vérité vous rendra libres

«La vérité vous rendra libres». Cette magnifique phrase biblique, elle m'est venue à l'esprit après que nous ayons choisi le thème de la liberté pour ce numéro. Quand je pense aux familles que je rencontre, combien elle résonne juste pour moi! Quand il est possible de nous dire nos vérités dans nos relations, combien cela est libérateur!

J'écris ici le mot «vérité» avec un petit v : c'est-à-dire, celle qui correspond à l'effort que nous pouvons faire pour être, dans notre parole, au plus près de ce que nous vivons, de ce que nous ressentons, par rapport à nous-même et dans nos relations. D'ailleurs, une autre forme de vérité nous est-elle vraiment accessible ?

Lorsque nous tendons vers cette vérité-là, alors nous nous engageons sur un chemin de liberté, une liberté qui est à conquérir : celle d'être en lien avec les autres, sans nous renier nous-mêmes ; celle de nous montrer unique et différent, sans rompre nos relations. En vocabulaire systémique, c'est la capacité de se *différencier*.

J'aimerais que vous puissiez assister à une séance de thérapie familiale telle qu'elle peut se tenir dans nos locaux lorsque, après

avoir rencontré une première fois les parents, nous décidons ensemble de faire une réunion avec leurs enfants, pour faire le point sur ce qui se passe à la maison.

L'atmosphère est souvent tendue au début. Les enfants - et surtout les adolescents - se demandent ce qu'ils viennent faire dans cet endroit, et surtout qui est cette personne chez qui leurs parents les emmènent : ami ou ennemi ? Heureusement, les outils du thérapeute sont là pour mettre tout le monde à l'aise : on va, par exemple, utiliser l'image d'une échelle, pour évaluer l'état de bien-être de chacun dans cette famille. «J'aimerais savoir comment tu te sens dans cette famille : tu vois cette échelle ? Tout en haut, à 10, c'est le paradis, tu ne pourrais pas espérer mieux. En bas, c'est zéro, c'est l'enfer, ça ne pourrait pas aller plus mal. Pour toi, c'est comment : chaud, froid ? Qu'est-ce qui fait que c'est chaud, froid ? Qu'est-ce que tu aimerais qui change ? A qui tu pourrais demander quelque chose, pour que tu te sentes mieux dans la famille ?»

Peu à peu, les personnes se détendent. Elles découvrent, elles expérimentent, parfois pour la première fois, qu'il est possible de parler en famille de ce que chacun vit et ressent, sans que cela ait des répercussions négatives. La thérapie familiale devient alors un espace protégé où il est possible de parler de ce que les uns vivent avec les autres, sans que le ciel leur tombe sur la tête.

Par son attitude bienveillante à l'égard de chacun, le thérapeute donne l'autorisation de «parler vrai» : mais bien sûr, la vérité dont il est question ici n'est pas celle d'exprimer sans retenue tous ses ressentis. A chaque fois qu'un des membres de la famille sera «tenté» d'adresser des reproches, ou d'émettre des jugements sur les autres, le thérapeute le ramènera à ses propres sentiments : «au fond si je comprends bien, lorsque ton père s'adresse à toi de cette manière, tu te sens ... humilié, c'est ça ?»

le thérapeute donne l'autorisation de «parler vrai»

Progressivement, les sentiments émergent. Derrière les problèmes, les soucis, les échecs, derrière les affrontements, derrière les blocages de la relation, on se met à entendre la douleur de ne pas être compris - les adultes parfois autant que les enfants - dans ses besoins, dans ses attentes, dans ses tentatives maladroites ou parfois paradoxales de les exprimer ; on entend la soif d'être accepté, d'être reconnu pour qui on est - et qu'on nous enlève ces étiquettes et ces définitions qu'on nous a collées dessus, et qui nous enferment ; on entend des êtres qui ont un besoin vital du respect, de l'amour



et de l'attention de leurs proches et qui peuvent se refermer comme des huîtres s'ils ne les obtiennent pas.

Lorsque ces choses se disent, l'étonnement surgit alors sur certains visages : c'est pour moi les plus beaux moments de la thérapie, lorsque des parents découvrent ainsi la sensibilité de leurs enfants, la finesse de leurs perceptions, leur maturité et leur bon sens ; ou lorsque les enfants se rendent compte que, derrière ces personnes qui jouent leur rôle de parent du mieux qu'ils peuvent, il y a des êtres vulnérables, parfois handicapés dans l'expression de leur affection et très soucieux de l'épanouissement de leurs enfants - même s'ils s'en font une fausse représentation : mais cela est une autre histoire !

«La vérité vous rendra libres»... quand nous trouvons le courage de la dire, quand nous trouvons la possibilité de la faire entendre, elle nous mène à coup sûr vers des relations plus justes, harmonieuses, chaleureuses, en un mot : VIVANTES.



Laurent BUSSET
psychologue,
thérapeute de famille

Un départ à Couple et Famille...

Il y a un peu plus de 5 ans, *Pascale Fontanet* entrait à Couple et Famille comme secrétaire. Le 31 décembre prochain elle nous quitte pour travailler au musée de la Réforme. Depuis presque une année, désirant travailler plus, elle partageait son temps entre Couple et Famille et ce musée. Son nouveau lieu lui est donc familier.

Nous sommes tristes de voir partir une collaboratrice efficace, accueillante et qui participait avec enthousiasme et franchise à la vie de Couple et Famille. Nous lui souhaitons bonne chance dans ces nouvelles fonctions.

Et surtout nous la remercions pour ces années passées ensemble.



NEWS

Une date à retenir...

L'assemblée générale
de Couple et Famille aura lieu
le lundi 23 mars 2009

Couple et Famille remercie chaleureusement tous ceux qui soutiennent l'association, que ce soit par des dons, leur amitié, ou de la « publicité » autour d'eux.

Odile Tardieu
Présidente

**“Quand la vérité n'est pas libre,
la liberté n'est pas vraie”**

Jacques Prévert

Vous souhaitez soutenir notre association?

Nous serons heureux de recevoir vos dons sur notre
CCP 12-10967-2

Vous souhaitez devenir membre de notre association?

Cotisation annuelle :

Fr. 40,- pour les personnes et les couples

Fr. 80,- pour les personnes morales et les associations

*Les membres de l'association recevront **LA GAZETTE** gratuitement*

Si vous n'êtes pas membre de l'association, nous vous proposons un abonnement à

LA GAZETTE

Abonnement simple Fr. 10,- par an
Abonnement de soutien Fr. 20,- par an

COUPLE ET FAMILLE

Rue du Roveray 16

1207 GENEVE

022.736.14.55

info@coupleetfamille.ch

consultations sur rendez-vous
français - espagnol

retrouvez-nous
sur le web

www.coupleetfamille.ch

**PROCHAIN
NUMÉRO**

**JUIN
2009**

- Je souhaite m'abonner à **LA GAZETTE**
 Abonnement simple - Fr. 10,- par an
 Abonnement de soutien - Fr. 20,- par an

Nom.....

Prénom.....

Adresse.....

.....

- Je souhaite adhérer à l'association Couple et Famille - Fr. 40,- par an
 Personne morale, association - Fr. 80,- par an

Coupon à retourner à COUPLE ET FAMILLE - Rue du Roveray 16 - 1207 GENEVE
Demande d'abonnement ou d'adhésion par e-mail : info@coupleetfamille.ch