

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À CHICOUTIMI

THÈSE PRÉSENTÉE À  
L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DU DOCTORAT EN THÉOLOGIE PRATIQUE  
OFFERT À  
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À CHICOUTIMI  
EN VERTU D'UN PROTOCOLE D'ENTENTE

PAR  
FRANCINE GAUDREULT

UN RITE DE GUÉRISON POUR LA MÉMOIRE CORPORELLE DE LA FEMME INCESTUÉE :  
MOURIR AU SILENCE POUR RENÂÎTRE À LA VIE

2015

Copyright, Francine Gaudreault, 2015

## **IDENTIFICATION DU JURY**

Université de Montréal  
Faculté des études supérieures

Cette thèse présentée par :  
Francine Gaudreault

Et a été évaluée par un jury composé des personnes suivantes :

Nicole Bouchard, présidente du jury  
Marc Girard, directeur de recherche  
Denise Couture, codirectrice de recherche  
Guy St-Arnaud, membre du jury  
Alain Faucher, examinateur externe

## RÉSUMÉ

Tout être humain possède des droits et libertés intrinsèques, destinés à assurer sa protection et son épanouissement, et tous sont égaux en valeur et en dignité. C'est ce qu'affirme le préambule de la Charte québécoise des droits et libertés de la personne. Pourtant il existe encore des femmes adultes n'ayant pas eu droit au respect et à la liberté à cause du tabou qui entoure l'inceste. Les statistiques démontrent que 83 % des 5341 victimes d'agression sexuelle, enregistrées en 2008, sont de sexe féminin et plus de la moitié, soit 53 %, ont moins de 18 ans. Malgré la multitude d'interventions offertes par différents organismes, plusieurs femmes adultes ont de la difficulté à faire le deuil de cette infâme expérience pour réussir ce que Carl Jung appelle le processus d'individuation. En lien avec cette problématique, je vais faire l'essai de nouveaux outils d'intervention susceptibles de faire accomplir un pas de plus aux approches thérapeutiques déjà existantes. Pour dégager un sens et transformer cette expérience vécue, il est intéressant d'expérimenter une démarche s'articulant autour des différents axes de la méthode associée à la théologie pratique. La première partie, l'observation, qui se veut descriptive, se résume en deux temps : tracer les contours historiques, juridiques et religieux entourant le phénomène et observer et décrire l'expérience vécue par huit femmes adultes victimes d'inceste. La dramatique qui se dégage de l'observation mettra en lumière l'importance de la symbolisation pour se souvenir des éléments demeurés sous silence depuis très longtemps. Dans une deuxième partie, je procéderai à une compréhension herméneutique de la pratique. C'est en ayant recours à différents cadres théoriques des sciences humaines, plus particulièrement en psychologie et en anthropologie (Girard, Jung et Van Genep), qu'une modélisation de la pratique deviendra possible. La partie suivante en est une d'interprétation théologique, elle cherchera à découvrir à travers le symbolisme quels sont les textes d'origine qui peuvent traduire et expliquer le drame incestueux. Mon regard se posera sur quelques mythes (Œdipe, Nyctiménée, les Indiens Tatuyo), tout autant que sur deux récits bibliques : un récit descriptif du phénomène de l'inceste dans le Premier Testament (2 Samuel 13) et un récit ouvrant la voie à une intervention thérapeutique (Marc 5,21-43). La dernière partie se proposera d'esquisser un projet d'intervention auprès des femmes incestuées, comportant un rituel de guérison qui met à profit le symbolisme et se fonde sur une vision holistique de la personne y compris la dimension spirituelle. En prospective, cela pourrait déboucher sur un travail interdisciplinaire permettant de créer une réseautique entre les différents intervenants œuvrant auprès des femmes ayant vécu l'inceste.

Mots-clés : identité féminine, inceste, symbole, psychologie analytique, rites, récit de vie et rêves, dimension spirituelle, théologie pratique.

## SUMMARY

Every human being possesses intrinsic rights and freedoms designed to ensure his protection and development; all are equal in worth and dignity. This is what the preamble of Quebec's Charter of human rights and liberties says. Yet, there still exist adult women in 2011 that do not have the right to respect and freedom because of taboos surrounding incest. Statistics show that 83% of the 5341 victims of sexual assault, recorded in 2008, were females and more than half, that is 53%, were less than 18 years of age. Despite a multitude of interventions offered by different agencies, many adult women have problems putting this terrible experience behind them to succeed at what Carl Jung calls the process of individuation. In light of this problem, I am going to try new methods of intervention which will hopefully take existing therapeutic approaches a step further along. To find meaning and transform this experience, it is interesting to experiment with a process built around the different axis associated with practical theology. The first part, observation, which is descriptive, can be summarized in two stages: tracing historical, legal and religious issues surrounding the phenomenon, and observing and describing the experience lived by eight adult women who were victims of incest. The drama that emerges from this observation will highlight the importance of symbolisation to remember long silenced elements. In the second part, I will proceed with a hermeneutic understanding of the practice. In using various theoretical frameworks of human sciences, particularly in psychology and anthropology (Girard, Jung et Van Gennepe), a modeling of the practice will become possible. The part that follows will be a theological interpretation; it will try to discover through symbolism which original texts could be used to interpret and explain the incestuous drama. My analysis will include a number of myths (Œdipe, Nyctiménée, les Indiens Tatuyo), as well as two biblical stories: a narrative description of the incest phenomenon in the Old Testament (2 Samuel 13) and a story that paves the way to a therapeutic intervention (Marc 5:21-43). The last part will sketch out an intervention project with female victims of incest, involving a healing ritual which builds on symbolism and is based on a holistic view of the human being including the spiritual dimension. In prospective, this could lead to an interdisciplinary work creating networking among different persons working with women who have experienced incest.

Key words: feminine identity, incest, symbol, analytical psychology, rites, life stories and dreams, spiritual dimension, practical theology.

## REMERCIEMENTS

Il m'aura fallu beaucoup de souffle pour réussir à porter à terme ce projet si cher à mes yeux. Plusieurs fois je me suis retrouvée perdue, seule et isolée dans ce monde universitaire. Au terme de ce voyage, lorsque je me retourne pour voir le chemin que j'ai parcouru, je vois le visage de plusieurs personnes et je réalise à quel point j'ai été accompagnée tout au long de cette quête pour donner un sens à ma vie et à celle des femmes ayant vécu l'inceste.

J'aimerais présenter ma gratitude aux quatre hommes de ma vie : Michel, Martin, Marc-André et Nicolas ainsi qu'à leurs compagnes, Josianne et Nadine. Ils ont eu la patience de me laisser écrire cette thèse à travers notre vie quotidienne et ils m'ont encouragée à poursuivre malgré mes doutes et mon impatience. Je ne saurais oublier Élodie et Olivier, mes deux petits-enfants, qui sans le savoir me donnaient de l'énergie à en revendre comme l'aurait fait une pile Duracell.

J'aimerais remercier sincèrement mon directeur de recherche, Monsieur Marc Girard. Il m'a accueilli les bras ouverts en m'offrant son soutien et son respect lorsque je lui ai parlé d'entrer dans les profondeurs de la vie où se cache le secret de l'inceste. Sa confiance, ses encouragements et ses précieux conseils ont été sans contredit une grande source de motivation dans la continuité de la rédaction de cette thèse. Il n'a jamais mis en doute la pertinence de ce projet et ma capacité de le mener à terme. Ses différents commentaires rédactionnels m'ont permis de voir l'importance de la qualité de l'écriture dans un parcours doctoral. Merci également à Madame Denise Couture, professeure et chercheuse de l'Université de Montréal et co-directrice de cette thèse, pour le grand dévouement apporté au parachèvement de cette thèse.

Je remercie également ceux qui à un moment où l'autre m'ont aidée à progresser dans la rédaction: Mme Nicole Bouchard, qui a su éclairer de façon spontanée mon trajet en m'obligeant à me mettre à l'écoute de mon intuition. Elle a toujours été fidèle à mes choix et à ma liberté d'être. Monsieur Marc Jean pour ses recommandations et ses précieux conseils relativement au volet pratique, Monsieur Jacques Cherblanc pour ses suggestions en lien avec les sciences des religions, et je ne saurais oublier les bons mots d'encouragements des étudiants côtoyés pendant les séminaires : Régis, André et Judith. Ils ont cheminé avec moi comme le bâton du pèlerin dans les chemins de Compostelle.

Il convient également de remercier Madeleine, Déborah, Julie, Joëlle, Sarah, Rose et Céline qui ont grandement contribué à la réalisation de ce projet d'écriture. Les femmes adultes m'ont fait confiance et m'ont accueillie à bras ouverts dans leur maison familiale. Elles ont accepté de me confier, avec sincérité et générosité un côté intime et personnel de leur histoire. Encore merci pour le temps consacré à écrire chacune votre récit de vie.

## TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ .....	ii
SUMMARY .....	iii
REMERCIEMENTS .....	iv
LISTE DES TABLEAUX.....	ix
LISTE DES FIGURES.....	x
EXERGUE.....	xi
INTRODUCTION .....	1
CHAPITRE 1 UN REGARD CONTEXTUEL SUR L'INCESTE.....	14
1.1 La notion d'inceste.....	15
1.1.1 L'étymologie .....	16
1.1.2 La variabilité du concept.....	17
1.2 L'inceste dans l'histoire : de l'acceptation à l'interdit.....	21
1.3 La prohibition de l'inceste .....	25
1.3.1 La perspective anthropologique .....	26
1.3.2 La perspective sociale.....	28
1.3.3 La perspective psychanalytique.....	32
1.3.4 La perspective juridique .....	36
1.3.5 La perspective religieuse .....	38
1.4 Le regard sociologique : quelques statistiques.....	44
1.5 Synthèse des acquis.....	50
CHAPITRE 2 À L'ÉCOUTE DE HUIT FEMMES VICTIMES D'INCESTE .....	52
2.1 Une histoire de vie en formation.....	53
2.1.1 Le choix d'un symbole personnel.....	55
2.1.2 Une trousse de symboles .....	56
2.1.2.1 Un récit autobiographique .....	58
2.1.2.2 Les traumatismes révélés par les symboles personnels .....	61
2.1.2.3 Le récit de rêve récurrent de la chercheuse.....	62
2.1.2.4 Le dessin de la chercheuse.....	63
2.1.2.5 Le rituel symbolique de la chercheuse.....	65
2.2 La méthodologie .....	66
2.2.1 Le profil des participantes .....	68
2.2.2 Le choix d'une approche méthodologique .....	74
2.2.3 Le déroulement des entrevues .....	76
2.2.4 La démarche d'analyse des données .....	79
2.3 Le témoignage des femmes ayant vécu l'inceste : une expérience de symbolisation.....	81
2.3.1 Une première rencontre : la perception de soi et l'estime de soi.....	81
2.3.2 Une deuxième rencontre : la symbolisation de l'être .....	87
2.3.2.1 Les traumatismes révélés par le choix d'un symbole personnel.....	94
2.3.2.2 L'espoir d'une éventuelle libération.....	101

2.3.3	Entre la deuxième et la troisième rencontre : une phase de production active.....	104
2.3.3.1	Le récit de vie des sept autres femmes .....	104
2.3.3.2	Les récits de rêves récurrents.....	127
2.3.3.3	Le dessin d'une des femmes et les symboles qui émergent.....	132
2.3.3.4	Le poème d'une des femmes et les symboles qui émergent .....	134
2.3.4	Une troisième rencontre : l'espoir d'une renaissance.....	135
2.3.4.1	La découverte d'un trésor caché .....	136
2.3.4.2	Expérimentation d'un certain rituel symbolique .....	138
2.3.5	Une quatrième rencontre : retour sur l'expérience après vingt-deux mois.....	146
2.4	Synthèse des acquis.....	149

### CHAPITRE 3 UNE RENAISSANCE DE L'ÊTRE AU REGARD DES SCIENCES HUMAINES..... 152

3.1	L'apport précieux de la fonction symbolique .....	153
3.1.1	L'étymologie du mot symbole.....	154
3.1.2	Une représentation graphique du symbole .....	155
3.1.3	La fonction du symbole.....	156
3.1.4	Une différenciation du symbole d'avec certaines notions connexes .....	157
3.1.5	Une typologie commode des choses symboliques .....	162
3.1.5.1	Présentation théorique .....	162
3.1.5.2	Application et analyse.....	166
3.1.6	Les principaux lieux de libération de la fonction symbolique.....	173
3.1.6.1	Les images et les symboles dans les récits de vie.....	173
3.1.6.2	Les images et les symboles dans les rêves récurrents.....	175
3.1.6.3	Les images et les symboles dans les dessins.....	186
3.1.6.4	Les symboles et les images dans la poésie .....	192
3.1.6.5	Les symboles et les images dans l'essai de symbolisation rituelle.....	195
3.2	Un cadre théorique : les concepts psychologiques de Jung .....	200
3.2.1	La vie de Carl Gustav Jung .....	201
3.2.2	Les fondements de l'oeuvre de Carl Gustav Jung.....	203
3.2.2.1	La psyché.....	203
3.2.2.2	Le moi conscient.....	205
3.2.2.3	La persona (image de soi).....	206
3.2.2.4	Les souvenirs inconscients .....	208
3.2.2.5	Les archétypes de l'inconscient collectif .....	210
3.2.2.6	Un archétype particulier : l'ombre.....	212
3.2.2.7	L'archétype de la fonction inconsciente : l'Anima et l'Animus.....	214
3.2.2.8	L'archétype de la totalité : Le Soi.....	217
3.2.2.9	Le symbole et le processus d'individuation.....	218
3.2.3	La synthèse des acquis .....	223
3.3	La pertinence et l'utilité d'un rite de guérison : un cadre théorique (Van Gennep).....	226
3.3.1	Le rite en général.....	227
3.3.2	Le rite de passage selon Van Gennep.....	230
3.3.2.1	La structure du rite de passage selon Van Gennep .....	232
3.3.3	Le rite de guérison.....	233
3.3.4	Application au cas des femmes victimes d'inceste : le passage de la mort à la vie .....	235
3.3.5	Synthèse des acquis .....	236



CHAPITRE 4 UNE INTERPRÉTATION SAPIENTIELLE ET THÉOLOGIQUE DU PHÉNOMÈNE DE L'INCESTE.....	238
4.1 L'inceste dans la mythologie .....	239
4.1.1 Le mythe de Nyctiméné.....	240
4.1.2 Le mythe des Indiens Tatuyo du Nord-Ouest de l'Amazonie .....	243
4.1.3 L'expérience de l'inceste chez les Tatuyo.....	244
4.1.4 Un récit miroir tiré de la Bible .....	250
4.1.5 Une renaissance possible.....	256
4.1.6 Synthèse des acquis.....	261
CHAPITRE 5 ESQUISSE D'UN PROJET D'INTERVENTION : UNE DÉMARCHE HOLISTIQUE D'ACCOMPAGNEMENT INCLUANT LA DIMENSION SPIRITUELLE.....	263
5.1 L'objectif général.....	264
5.2 La durée du parcours rituel .....	264
5.3 La description.....	265
5.4 La première rencontre : la mise en route.....	266
5.5 La deuxième rencontre : L'exploration symbolique de la blessure.....	268
5.6 La troisième rencontre : un temps d'arrêt productif (la marge) .....	276
5.7 La quatrième rencontre : la révélation intérieure (l'agrégation) .....	278
5.8 Synthèse des acquis.....	284
CONCLUSION.....	286
BIBLIOGRAPHIE.....	292
ANNEXE 1 .....	301
ANNEXE 2 .....	302

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau I - Le texte du Lévitique 18, 1-30.....	38
Tableau II - Profil de la chercheuse .....	54
Tableau III - Présentation des participantes de la recherche.....	73
Tableau IV - Les émotions et les sentiments des participantes.....	85
Tableau V - L'apparition d'une maladie psychosomatique .....	86
Tableau VI - Les symboles choisis par les participantes .....	88
Tableau VII - Poème de Madeleine .....	135
Tableau VIII - Une histoire intitulée: Le bouddha d'or.....	147
Tableau IX - Les facteurs clés de l'observation .....	150
Tableau X - Les expériences fondamentales versus la typologie des choses symboliques.....	163
Tableau XI - Le symbole choisis par la chercheuse situé par rapport à la typologie des choses symboliques .....	167
Tableau XII - Le symbole choisi par les participantes situé par rapport à la typologie des choses symboliques .....	169
Tableau XIII - Les autres choses symboliques choisies par les femmes.....	171
Tableau XIV- L'interprétation des symboles selon Freud.....	179
Tableau XV- L'interprétation des symboles des rêves selon Jung .....	184
Tableau XVI - L'interprétation des symboles intuitifs dans le poème d'une participante.....	194
Tableau XVII - Le mythe de Nyctiméné.....	240
Tableau XVIII - Le mythe des Indiens Tatuyo du Nord-Ouest de l'Amazonie .....	243
Tableau XIX – 2 Samuel 13, 1-29 .....	257
Tableau XX - Marc 5,21-43 .....	257
Tableau XXI - Un rite de guérison pour la mémoire de la femme incestuée.....	284
Tableau XXII - Le parcours de la recherche en théologie pratique .....	288

## LISTE DES FIGURES

Figure 1 - Évolution du taux d'infractions sexuelles, Québec, 2001-2009 .....	45
Figure 2 - Répartition des autres infractions d'ordre sexuel selon leur catégorie, Québec, 2009.....	46
Figure 3 - Répartition des victimes d'infraction sexuelle selon le sexe et le groupe d'âge, Québec, 2009.....	47
Figure 4 - Répartition des jeunes victimes d'infraction sexuelles selon le groupe d'âge, par sexe, Québec, 2009 .....	47
Figure 5 - Répartition des jeunes victimes d'infraction sexuelles connaissant l'auteur présumé selon le type de relation, par groupe d'âge, Québec, 2009 .....	48
Figure 6 - Répartition des victimes d'infractions sexuelles selon le délai de signalement de l'infraction, Québec, 2009 .....	49
Figure 7 - Répartition des victimes, jeunes et adultes, selon le délai de signalement de l'infraction, Québec, 2009 .....	50
Figure 8 - Le langage symbolique de la chercheuse .....	55
Figure 9 - Le kit de symbole de la chercheuse.....	56
Figure 10 - Les symboles de la première petite boîte .....	57
Figure 11 - Les symboles de la deuxième petite boîte .....	58
Figure 12 - Le dessin de la chercheuse .....	64
Figure 13 - Le symbole de Céline.....	99
Figure 14 - Le premier dessin de Déborah.....	132
Figure 15 - Le deuxième dessin de Déborah.....	133
Figure 16 - Un schéma de base-.....	155
Figure 17 - Le signe .....	158
Figure 18 - L'image .....	159
Figure 19 - La métaphore.....	159
Figure 20 - L'allégorie.....	160
Figure 21 - Le symbolisme du premier dessin de Déborah.....	188
Figure 22 - Le symbolisme du deuxième dessin de Déborah .....	189
Figure 23 - Le symbolisme du dessin de la chercheuse .....	190
Figure 24 - Les fondements de la psyché.....	204
Figure 25 - La mise en marche dans le chemin de la renaissance.....	224

## EXERGUE

Tout effacer : Marie-Chantal Toupin

J'ai tant voulu tout effacer de ma mémoire  
Bannir les souvenirs, les jeter au feu  
Ne plus jamais les revoir  
Ne plus jamais rien sentir  
Quand quelqu'un me parle de toi.

Retire tes mains de sur mon corps  
Et laisse-moi m'en aller  
Je ne veux pas revoir la mort  
Grâce à mon âme, j'ai ressuscité  
J'ai tant voulu tout effacer de cette histoire  
Chasser les souvenirs, les anéantir  
Les laisser dans le noir  
Ne plus jamais sentir  
Ton regard, ton souffle, sur moi

Retire tes mains de sur mon corps  
Et laisse-moi m'en aller  
Je ne veux pas revoir la mort  
Grâce à mon âme, j'ai ressuscité

Tu m'as fait vivre l'enfer  
Comment ai-je fait pour continuer  
M'échapper de tes bras de fer  
Par la fenêtre, j'ai regardé.  
Sur la montagne une croix briller  
Qui me disait : « Garde ton calme,  
Je te sauverai, je te sauverai. »  
Laisse-moi  
Laisse-moi m'en aller

Retire tes mains de sur mon corps  
Et laisse-moi m'en aller  
Je ne veux pas revoir la mort  
Grâce à mon âme, j'ai ressuscité

Tu m'as fait vivre l'enfer  
Comment ai-je fait pour continuer  
Par la fenêtre, j'ai regardé  
Je n'ai jamais cessé de prier  
De prier

## PROCESSUS DE RÉFLEXION

Les paroles de la chanson de Marie-Chantal Toupin sont exceptionnelles pour me permettre l'amorce de cette recherche. On peut y voir le portrait type de la souffrance et de la détresse de la femme incestuée qui réussit à survivre à partir du mystère de sa foi. On ne peut passer sous silence ces cris du cœur, du corps et de l'âme.

## INTRODUCTION

*Il y a des océans de larmes que les femmes n'ont jamais versées, car on les a habituées à emporter dans la tombe les secrets de leurs parents, les secrets des hommes, les secrets de la société et les leurs propres.*  
Clarissa Pinkola Estés<sup>1</sup>

### Le sujet

Depuis quelques années, le nombre de dénonciations par des femmes ayant vécu des agressions sexuelles perpétrées par un membre de leur famille ne cesse d'augmenter considérablement. De plus en plus d'histoires d'inceste sont dévoilées au grand jour dans les médias. Les groupes de défense pour les droits de la personne se mobilisent et le sujet revient fréquemment dans les débats politiques et sociaux. En effet, il existe encore des femmes qui poursuivent leur vie d'adulte, leur carrière, la maternité, malgré ce qu'elles ont vécu au cours de leur enfance. Plusieurs femmes adultes ayant vécu des agressions sexuelles lors de l'enfance avec un membre de leur famille et qui ont conservé le secret depuis dix, vingt ou trente ans aimeraient bien se libérer de ce lourd fardeau en dévoilant leur histoire. Carl Jung affirme : « Ce que nous n'avons pas voulu savoir de nous-mêmes nous revient au visage comme destin. »<sup>2</sup> Comment les aider à sortir de ce passé qui contamine sans cesse leur présent? Comment les aider à se libérer des émotions imprimées dans

---

<sup>1</sup> Estés, Clarissa, Pinkola, *Femmes qui courent avec les loups : histoires et mythes de l'archétype de la femme sauvage*, 1996, p. 511

<sup>2</sup> Sédillot, Carole, *ABC de la psychologie jungienne*, Paris : Éditions Grancher, 2003, p. 325.

leur mémoire corporelle et qui affectent la personnalité? Mon intérêt se porte donc sur l'accompagnement des femmes adultes qui ont vécu l'inceste lors de la période de l'enfance.

### **Le point de départ de la recherche**

L'origine de ce projet est avant tout d'origine personnelle. Pendant quarante ans j'ai adhéré à une histoire familiale qui faisait de moi une petite fille heureuse et chanceuse d'avoir été adoptée par une famille. J'y croyais moi aussi. Pourtant il y avait une autre version, celle dont mon moi intérieur était le seul à être témoin, et personne n'aurait voulu l'écouter et encore moins y croire. J'étais fatiguée d'être condamnée au secret et les symptômes corporels et psychologiques dont je souffrais étaient un signe de ma résistance au terrible mal qui hantait ma vie depuis longtemps. Ce mal avait un nom : l'inceste.

Une motivation complémentaire est venue m'appuyer dans cette démarche de recherche. C'est la voix de plusieurs femmes qui ont décidé de briser le silence, par exemple : trois des sœurs Dionne, Marie-Chantal Toupin, Élisabeth T., Nathalie Simard, en démontrant les effets visibles et destructeurs de l'inceste sur leur identité. Certaines d'entre elles expriment dans leur témoignage de quelle manière elles ont réussi à survivre à ce drame. Leurs révélations ont ramené à mes souvenirs les effets dévastateurs des traumatismes que mon corps et mon âme ont subis lors de mon enfance et de mon adolescence, ainsi que la source intarissable d'amour qui m'a aidée à survivre : la foi en Dieu. Tous les mots entendus de la bouche des femmes victimes d'inceste ont traduit ma douleur physique, psychologique et spirituelle comme l'auraient fait les ondes d'un tsunami à toutes les fois que le mot inceste ou agression revenait dans ma mémoire. Le souvenir de ce silence occasionnait la réouverture d'une vieille blessure où mon corps devenait comme un volcan en éruption. Il faisait

ressurgir les mots cachés au fond de mon être. Je n'avais jamais oublié, j'avais seulement anesthésié les différents traumatismes vécus en m'empêchant d'intégrer mes blessures physiques, psychiques et émotionnelles. Le philosophe Jean-Paul Sartre définit bien ce que vit le corps de la femme : « La honte est l'hémorragie de l'âme. » Pour éviter de montrer mon secret, ma honte et mes émotions à la société, je m'obligeais à porter un masque comme le comédien au théâtre.<sup>3</sup> Un beau matin en me regardant dans le miroir, la maxime du philosophe Socrate « connais-toi toi-même » me revint à l'esprit. Qui suis-je, moi qui vis sous l'emprise de mes blessures d'enfance et qui cache ma personnalité aux autres et surtout à moi-même?

Cette recherche de sens face à ma vie m'a permis de faire un travail sur moi-même avec l'aide de plusieurs personnes ressources qui offraient différents cours universitaires en théologie et en sciences humaines : sur la mort, le récit de vie, la ritualité, les passages de la vie, le symbolisme, la Bible, la dimension spirituelle et la sexualité. Je désirais me donner les moyens pour traduire et écrire ce silence ainsi que cette foi que j'avais toujours conservée cachée sous clé à la manière d'un enfermement. Cette quête de sens m'a permis de replonger dans mon histoire et dans mes souvenirs. L'écriture de mon récit de vie, l'analyse d'un rêve récurrent, le griffonnage d'un dessin et les photos de mon album de famille ont permis de faire échapper ces mots du ventre et de m'investir dans une parole unique, la mienne. Une démarche rituelle et symbolique m'a permis de déposer les cendres de ce passé dans la terre mère et par le fait même faire le deuil de l'expérience incestueuse.

Il n'y a aucun doute que cette recherche universitaire s'est amorcée en tout premier lieu sur la base de mon expérience personnelle, et ce que j'avais vécu ne pouvait s'arrêter là. J'ignorais si

---

<sup>3</sup> Poujol Jacques et Claire, *Manuel de relation d'aide : l'accompagnement spirituel et psychologique*, Paris : Empreinte Temps Présent, 1996, p. 146.

j'étais un cas unique parmi tant d'autres et j'avais le désir de parler avec d'autres femmes de la souffrance vécue, du voyage intérieur parcouru, des peurs, des espoirs, de la guérison possible et de la vie retrouvée. Je me suis demandé combien de femmes adultes ont vécu ce drame avec un père, un grand-père, un frère ou encore un deuxième conjoint de leur mère, et ne font aujourd'hui que survivre.

### **La présentation de la recherche et la problématique**

Plusieurs femmes ayant vécu l'inceste avec un membre de leur famille se trouvent dans notre entourage et n'ont jamais dévoilé leur histoire. D'autres l'ont fait, mais n'ont pas été prises au sérieux. Brenda J. Saxe écrit :

Le silence qui entoure l'inceste et les pressions exercées pour que le secret soit gardé ont eu pour effet d'isoler celles-ci [les femmes] dès leur enfance et ont perpétué leur sentiment de détresse et de honte. À cause des abus survenus dans leur enfance, la plupart des survivantes croient qu'elles resteront seules toute leur vie, dans l'isolement et la peur.<sup>4</sup>

Vues de l'extérieur, les femmes adultes ayant vécu l'inceste semblent comme toutes les autres femmes; pourtant, à l'intérieur d'elles se cache une souffrance méconnue, risquant d'entraîner avec le temps un déséquilibre et parfois un effondrement psychologique. Leur identité n'est pas définie exclusivement par l'expérience de l'inceste, mais celle-ci n'en demeure pas moins une violation du caractère sacré de l'intégrité de la personne. « Son identité profonde, le cœur de son être, son âme,

---

<sup>4</sup> Saxe, Brenda J., *De victime à survivante : un modèle de traitement de groupe pour les survivantes d'inceste*, Ottawa : Santé Canada, 1993, p. 3.



tout lui paraît souillé, impur, profané.»<sup>5</sup> La souffrance incrustée dans la peau, les images de l'agression, les secrets, les humiliations verbales, la trahison, les malaises physiques, la sexualité blessée sont des conséquences qui persistent bien des fois durant des mois, des années et souvent une vie entière.

La littérature dresse une liste impressionnante de conséquences psychosociales et spirituelles des agressions sexuelles. Les conséquences sur la personne abusée concernent surtout son identité, son image d'elle-même, son rapport au monde et à la communauté, voire à la transcendance, et elles entraînent souvent une mise en cause de sa capacité de vivre. Signalons-en quelques-unes : sentiment d'impuissance; désespoir et sentiment d'absurdité de la vie; difficulté à accepter une force spirituelle ou même rejet de celle-ci; difficulté de se lier à une force transcendante; sous-développement d'une image de Dieu souvent figée à l'âge des abus; ambivalence envers la communauté des croyants; absolutisation et polarisation des concepts du bien et du mal.<sup>6</sup>

L'inceste est une agression sexuelle d'une extrême violence qui se vit fréquemment au sein de la cellule familiale et il est considéré comme un acte « diabolique, c'est-à-dire que c'est l'impossibilité de poser des frontières affectives, psychologiques et corporelles, entraînant une relation fusionnelle, possessive, de dépendance et de soumission.»<sup>7</sup> La personne qui a de telles blessures infligées dans son enfance, et l'inhibition de ces sentiments ressemble à une gymnaste qui subit une blessure au début d'une épreuve olympique. Pour continuer la compétition, l'athlète doit conserver sous le sceau du silence sa souffrance et ingurgiter différents anesthésiants pour cacher sa douleur, sinon la sportive risque de se faire éliminer de la compétition. Cela suffira-t-il

---

<sup>5</sup> Nadeau, Jean-Guy, Golding, Carole, Rochon, Claude, *Autrement que victime : Dieu, enfer et résistance chez les victimes d'abus sexuels*, Montréal : Les Éditions Novalis, 2012, p. 37.

<sup>6</sup> Nadeau, Jean-Guy, « Prier pour survivre. La prière des victimes et des survivantes d'abus sexuels » dans *Prier Dieu dans un monde sans Dieu*, Ottawa : Médiaspaul, 2006, p. 113.

<sup>7</sup> Odile, Mary, *L'inceste de l'autre côté du miroir : du fil du rasoir au fil de la tendresse*, France : Quintessence, 2006, p. 118.

pour faire d'elle une championne? Lorsque la femme/enfant se retrouve sous l'emprise de son agresseur et de sa famille, elle est incapable de naître à une authentique liberté de l'être. Elle demeure enfermée dans sa bulle, vivant dans la peur et la souffrance et le dialogue avec l'extérieur est très difficile. Mary Odile écrit: «La femme éjectée de son humanité, de sa dimension symbolique, d'être relationnel, dévoilée de son vêtement social, sa peau de mots, l'individu se retrouve à nu, les tripes à l'air, aplati à sa seule dimension biologique et psychologique.»<sup>8</sup> Les femmes adultes ont de la difficulté à faire le deuil de l'expérience odieuse vécue au cours de l'enfance pour devenir des femmes épanouies.

Plusieurs femmes agressées désirent maintenant dévoiler leur histoire pour se libérer de ce lourd fardeau, mais leur entourage a si souvent qualifié leur douleur de folie qu'elles ont appris à vivre avec ces souffrances et elles n'entrevoient surtout pas de guérison. Au dire de plusieurs d'entre elles, les thérapies actuelles ne sont pas suffisantes pour rejoindre le passage difficile qu'elles doivent faire pour découvrir leur psyché. Elles ont souvent cheminé avec des psychologues, des psychiatres, des sexologues, des travailleurs sociaux, mais comme le dit Blanche Landry : «Plusieurs d'entre eux ne croient pas en la guérison réelle et absolue d'une victime d'inceste. Selon eux, la femme peut se libérer de ses traumatismes, mais ne peut en aucun cas se libérer complètement et doit se résoudre à vivre une vie insatisfaisante.»<sup>9</sup> Les femmes ayant vécu l'inceste ont besoin de lancer le cri qui les étouffe, de nommer la douleur et de la formuler en paroles qui

---

<sup>8</sup> *Ibid.*, p. 149.

<sup>9</sup> Landry, Blanche, *Le secret de Blanche*, Québec : Les Éditions de l'homme, 1999, p. 161

seront entendues par une autre personne. « La souffrance invite l'homme [la femme] à se confier en la parole qui le constitue comme sujet pour un autre, quelle que soit son altération. »<sup>10</sup>

Plusieurs femmes ayant vécu l'inceste ont le désir de marcher avec un accompagnateur/trice pour expérimenter un processus de symbolisation qui leur permettrait éventuellement de renaître. Elles ont besoin d'un regard nouveau, enrichi de la dimension spirituelle, qui pourrait bouleverser toutes les représentations communes de ce sujet tabou. De là provient ma question de recherche : « Comment un rituel symbolique peut-il permettre à une femme qui a subi l'inceste lors de son enfance, de laisser réémerger son identité personnelle, y compris la dimension spirituelle? »

### **Une étude avec une démarche en théologie pratique**

La recherche s'inscrit dans le cadre de la démarche en théologie pratique développée par des chercheurs et des théologiens de l'université de Montréal depuis une trentaine d'années. La théologie pratique fournit une méthode appropriée pour analyser le discours des femmes agressées d'hier et d'aujourd'hui, à leurs questionnements, à leurs doutes et à leur espérance afin d'apporter une lecture juste de l'expérience vécue.

La théologie pratique est une science empirico-herméneutique : « empirique, quant à son souci de pertinence et d'efficacité, quant à l'attention au réel, à l'expérience et aux pratiques, et enfin quant à sa perspective analytique et à son usage des instruments issus des sciences sociales, et

---

<sup>10</sup> Rugira, Jeanne-Marie, « Pouvoir procréateur de l'histoire de vie : entre la crise et l'écrit », dans *La formation au cœur des récits de vie : expériences et savoirs universitaires*, Paris/Montréal : Harmattan, 2000, p. 66.

herméneutique, quant à sa dimension réflexive. »<sup>11</sup> La plupart des recherches en théologie pratique utilisent les méthodes qualitatives, car « les chercheurs étudient les personnes ou les phénomènes dans leur "habitat naturel" et ils tentent de comprendre la signification des choses surtout à partir de ce que ces personnes lui apportent. »<sup>12</sup>

Les méthodes qualitatives envisagent « les phénomènes humains comme des phénomènes de sens [...] "compris" par un effort spécifique tenant à la fois à la nature humaine du chercheur et à la nature de ces phénomènes de sens. »<sup>13</sup> Au cœur de notre recherche, l'utilisation d'une méthode qualitative permet d'analyser le discours des femmes agressées, leurs questionnements, leurs doutes et leur espérance, afin d'en arriver à une lecture juste de l'expérience vécue.

Le matériel empirique choisi pour notre recherche est le récit de vie, selon une approche biographique. C'est dans le domaine de la sociologie, plus particulièrement à Chicago dans les années 1920-1930, qu'est née la sociologie empirique nord-américaine. « Les enseignants encourageaient leurs étudiants à recueillir des "documents humains", notamment des autobiographies (écrites) et des récits de vie. »<sup>14</sup> Depuis, il y a un regain d'intérêt pour les récits de vie dans plusieurs disciplines des sciences humaines, l'anthropologie, l'histoire, l'ethnographie, la sociologie, la psychologie, la littérature, la linguistique, etc. L'intérêt des récits de vie, c'est qu'ils permettent « d'étudier l'action dans la durée. »<sup>15</sup> Écrire sur son propre vécu permet l'identification

---

<sup>11</sup>Nadeau, Jean-Guy, « Une méthodologie empirico-herméneutique », dans *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004 p. 226.

<sup>12</sup> Marcel Viau, « La méthodologie empirique en théologie pratique », dans *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004, p. 90.

<sup>13</sup> Mucchielli, A. *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines et sociales*, Paris : Armand Collin, 1996, p. 182.

<sup>14</sup> Bertaux, Daniel, *Le récit de vie : l'enquête et ses méthodes*, Paris : Arman Colin, 2005, p. 7.

<sup>15</sup> *Ibid*, p. 8.

et la construction du sujet, l'intégration du discontinu dans le continu, dans une trame narrative qui lui donne sens.

Pour le travail de recherche, j'ai placé mon autobiographie en premier. Cela n'est pas anodin du tout. Pour m'aventurer en terre étrangère et me faire proche des participantes, il fallait avant tout que j'aie confiance en moi et en mes ressources. Je me devais d'avoir fait la paix avec moi-même et de dire qui j'étais maintenant. Et surtout, il était impératif d'avoir effectué moi-même le parcours d'une expérience spirituelle. Si je n'avais pas pris le temps de prendre conscience des refoulements accumulés dans mon inconscient, il y a aurait eu un risque de projection sur les participantes. En m'impliquant de cette manière dans la recherche, cela ne signifie pas pour autant que les résultats obtenus soient livrés à mon jugement subjectif. Au contraire, pour être objective, je me devais de quitter mon savoir préalable sur la pratique pour me mettre à l'écoute de l'altérité. Le fait que l'autre se dévoile m'a permis de saisir la complexité du monde que je cherchais à mieux saisir.

« Vouloir faire une histoire de sa vie, c'est vouloir accéder à l'historicité, c'est-à-dire à la construction personnelle de sens à partir des sens reçus, des nons-sens et contresens qui égrènent et jalonnent l'expérience vécue des entre-deux, naissance et mort, organisme et environnement. »<sup>16</sup>

Pour aider les participantes, la chercheuse offre un ensemble de symboles afin de les aider à symboliser la pratique. Les symboles choisis sont différents de ceux de la chercheuse. Ils ont été choisis en lien avec la saison alors en cours, c'est-à-dire l'Halloween et la fête de Noël. Les symboles sont polysémiques, en ce sens qu'ils peuvent être appel à la vie ou à la mort selon la pratique vécue par les participantes. « L'expérience symbolique jaillit toujours au cœur d'une

---

<sup>16</sup> Pineau, Gaston, Le Grand, Jean-Louis, *Les histoires de vie*, Paris : Presses universitaires de France, 1993, p. 76.

expérience humaine globale qui concerne à la fois le corps, l'affectif et le cognitif. [...] Elle implique des éléments sensibles perçus par les sens.»<sup>17</sup> En principe, la perception du symbole favorise une prise de conscience : la femme incestuée peut mieux découvrir son vécu profond et amorcer l'écriture de son récit biographique.

Pour passer de la praxis initiale à une praxis transformée, j'ai utilisé cette méthode de la théologie pratique qui repose sur les étapes suivantes, soit : l'observation du milieu pratique, l'analyse et l'élaboration de la problématique à partir des sciences sociales et des traditions de sagesse, l'intervention et le tout débouchant sur la prospective.

Dans un premier temps, j'ai questionné la praxis pour mettre en lumière ses dessous invisibles et ses différents constituants afin de mieux en connaître le drame. Il était essentiel de poser un regard attentif sur les différents regards véhiculés par les sociétés d'hier et d'aujourd'hui afin de situer dans un horizon plus universel ce crime qui semble imprescriptible. Les points de vue provenant de différents champs disciplinaires : médical, ethnologique, sociologique, littéraire, juridique et religieux, m'ont révélé une multitude de définitions concernant cet indicible drame humain. Cette grande variation des définitions et la variabilité de l'interdiction de l'inceste m'ont amenée à mieux comprendre le phénomène. Les statistiques des dernières années provenant du Ministère de la Sécurité publique du Québec ont fourni des chiffres sur la situation vécue par les enfants féminins de la région du Saguenay Lac-Saint-Jean et ailleurs au Québec. Les réflexions des mouvements féministes démontrent le chemin pénible parcouru par le sujet féminin et les stigmates profonds

---

<sup>17</sup>Brodeur, Raymond, « Symboliser l'expérience : symbole – expérience symbolique – dynamique symbolique », dans *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004, p. p.526.

laissés à ces enfants d'hier qui sont devenues des femmes d'aujourd'hui. Les données descriptives extraites de la première observation m'ont permis d'explicitier et de systématiser la praxis de la recherche.

Cette première exploration constitue un bon départ pour la compréhension de l'inceste, mais pour analyser un tel phénomène, il est nécessaire de se mettre à l'écoute de la parole des femmes. Outre mon propre récit autobiographique, l'observation a mis en lumière le vécu de sept autres femmes affectées par le drame de l'inceste. Le temps d'exploration sur le terrain m'a permis de mieux saisir les différents enjeux qui se posent autour de la mémoire corporelle de la femme adulte. L'observation m'a permis d'entrer au cœur même du phénomène où se retrouvent les composantes socio-personnelles et spirituelles de l'inceste ainsi que le système d'emprise psychologique, affectif et familial qui contraint les femmes au silence et au secret pour une période de temps indéterminée. L'analyse des différentes données m'a permis de regrouper l'information sous quatre axes : (1) la personnalité; (2) l'ombre de la personnalité; (3) la dimension spirituelle de la personnalité et (4) la renaissance. Les résultats des données vont constituer le deuxième chapitre de la thèse. À ce stade de la recherche, mon hypothèse est la suivante : les femmes qui vivent une grande souffrance, souvent inexprimée, peuvent profiter grandement, sur la base d'une approche holistique de la personne humaine, d'un accompagnement qui, à travers un parcours symbolique, leur permet de raconter leur histoire et éventuellement de « renaître à la vie. »

Le troisième chapitre constitue une première interprétation des données à partir des sciences humaines. Il est important, à ce stade, d'orienter la recherche sur les différents concepts clés les plus importants qui découlent de l'observation : le symbolisme, la mémoire corporelle de la femme incestuée et le rite de passage. L'élaboration théorique permet de cerner la problématique à travers

différents modèles des sciences humaines, plus spécifiquement de la psychologie et de l'anthropologie. Le cadre théorique de Marc Girard sur le symbolisme, le schéma structurel de la personne humaine selon Carl Gustav Jung, et les rites de passage selon Arnold Van Gennep sont les cadres utilisés pour l'interprétation. Un nouveau pari d'interprétation devient alors possible : il est opportun de suggérer une démarche thérapeutique, fondée sur la ritualité et la spiritualité.

Le quatrième chapitre de la thèse, intitulé l'herméneutique de la tradition, propose une interprétation de l'observation à l'aide de quelques textes mythologiques, sapientiaux, et théologiques. Cette deuxième interprétation est utile, non seulement pour l'éclairage apporté à la compréhension de l'inceste et de sa guérison, mais parce que ces textes mettent en lumière des expériences pertinentes pour notre propos. Il s'agit de dégager une corrélation mutuelle entre les données provenant de mon observation et la structure narrative de quelques récits anciens. Pour atteindre mon objectif, j'ai étudié l'inceste dans quelques patrimoines traditionnels. Trois textes provenant de la mythologie (le mythe de Nyctiméné, le mythe des Indiens Tatuyos, et le mythe d'Œdipe) ainsi qu'un récit tiré du Premier Testament (2 Samuel 13) illustre l'ampleur du drame incestueux. L'Évangile a aussi été mis à contribution pour élargir mon horizon autour du deuil que doivent traverser les femmes blessées dans leur féminité. Une étude symbolique d'un texte du Nouveau Testament, Marc 5, 21-43 (la guérison d'une hémorroïsse et la résurrection de la fille de Jaïre) permet d'éclairer le phénomène de l'inceste sous l'aspect de renaissance.

Le cinquième chapitre, l'intervention, consistera à esquisser une intervention rituelle qui met à profit tout le potentiel du symbolisme. Il s'agit d'une démarche holistique, applicable à des femmes adultes qui ont vécu l'inceste lors de la période de l'enfance. Le but de cet accompagnement est de soigner l'être et de le reconnecter avec sa source de lumière, le Soi, avec possibilité d'ouverture à la



dimension spirituelle. Pour cheminer, la personne a besoin d'un accompagnateur ou d'une accompagnatrice qui saura se faire proche, marcher avec elle, l'écouter, l'aider à relire son histoire et favoriser l'équilibre intérieur.

Le dernier chapitre, la prospective, consistera à présenter de manière inchoative des stratégies concrètes qui pourraient éventuellement servir dans un cadre de collaboration interdisciplinaire. Il existe bien des mouvements qui travaillent avec les femmes agressées. Leur travail est admirable, mais aucun d'eux ne semble avoir sondé la voie symbolique pour permettre aux femmes victimes d'inceste de retrouver leur identité et leur intégrité. Cette thèse pourrait éventuellement être utile au sein de différents milieux d'intervention auprès des femmes, mais aussi, d'une manière plus large, dans certains milieux de formation comme les universités : nous pourrions même entrevoir la possibilité d'offrir aux étudiants en psychologie, en travail social, en sciences infirmières, en médecine et en théologie, un cadre de réflexion et une initiation pratique à une méthode d'approche holistique qui se sert du symbolisme, applicable à des champs d'intervention proches de celui qui fait l'objet de la présente recherche.

## CHAPITRE 1 UN REGARD CONTEXTUEL SUR L'INCESTE

*Derrière la complexité,  
il y a l'indicible et l'inconcevable.  
Sous les conflits, il y a le monde.*  
Edgar Morin<sup>18</sup>

Une réflexion en cours d'action et sur l'action est d'une grande utilité dans une recherche, car elle nous permet de porter une attention toute spéciale à l'analyse d'une praxis et, par le fait même, une meilleure compréhension de la situation problématique de l'agir humain qui nuit à l'advenir du salut en ce monde et à la réalisation de ce monde. Le rôle de la théologie pratique est de faire émerger la dynamique d'une pratique et de la confronter à son milieu, c'est-à-dire à ses acteurs et à ses référents, pour permettre une prise de conscience de son langage, de ses façons de faire et des enjeux, dans le but d'améliorer la pratique et son rendement. « Jacques de Grand'Maison a comparé la théologie pratique à une technique de forage qui permet au chercheur d'aiguiser son regard et d'explorer les différentes strates qui soutiennent la quête de sens des femmes et des hommes de ce monde. »<sup>19</sup> Pour ce travail de recherche, la théologie pratique demeure la méthode par excellence pour me permettre d'analyser une pratique qui est toujours considérée comme taboue dans notre société et sources de conflits qui perturbent bien des femmes depuis des générations.

L'inceste est une pratique qui se vit depuis fort longtemps dans notre monde et pourtant ce même mot de sept lettres est toujours aussi effroyable à entendre, car il a été démontré que la personne agressée vit des conséquences psychologiques et physiques désastreuses. Encore au XXI<sup>e</sup>

---

<sup>18</sup> Morin, Edgar, *Mes démons*, Paris : Stock, 1994, p. 324.

<sup>19</sup> Bouchard, Nicole, *Quand une femme devient mère*, Québec : Fides, 1997, p. 25.

siècle, lorsqu'une femme adulte désire dénoncer la situation, elle a peur des représailles et elle préfère s'enfermer dans le mutisme et le déni de ses multiples souffrances. Les statistiques récentes, les observations des mouvements féministes et les interventions professionnelles auprès des femmes abusées ont démontré les cicatrices profondes que le drame a laissées chez elles. Pour appréhender la complexité de l'expérience, l'interdit qui l'entoure et la transgression de l'interdit, il me faut interroger comment les différentes cultures à une même époque ou encore même selon les groupes sociaux intéressés l'ont compris dans l'histoire.

Le premier chapitre présente un état des connaissances et de la compréhension du phénomène de l'inceste dans un contexte historique, juridique et ecclésial. J'ai cherché à approfondir la notion d'inceste à partir de son étymologie, de son histoire et des différentes théories qui expliquent les raisons pour lesquelles il y a l'interdit de l'inceste. De plus, j'analyse la pratique<sup>20</sup> à la lumière des différentes statistiques, plus spécifiquement dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

### **1.1 La notion d'inceste**

Il est difficile de parler d'inceste. La définition semble claire, me dira-t-on, parce que le thème est très répandu dans la littérature et la dramaturgie. Eh bien, pas du tout! La définition de l'inceste varie selon le contexte, la culture et l'environnement. L'éclairage anthropologique, social, psychanalytique et religieux, offre une diversité de termes chargés de sens différents :

---

<sup>20</sup> Tout au long de la recherche, le mot « pratique » signifie expérience.

consanguinité, mariage, amour, relation sexuelle, interdit, lien parental. L'extrême diversité des définitions dans la littérature me permet de dire qu'il n'y a pas un inceste, mais des incestes.<sup>21</sup> Il est intéressant d'aborder la notion d'inceste en partant de l'étymologie, mais surtout il faut tenir compte de la variabilité du concept.

### 1.1.1 L'étymologie

Le mot inceste serait apparu dans les écrits religieux aux environs de 1350. Aldo Naouri écrit :

Du latin *incestum* qui veut dire strictement « sacrilège ». *Incestum* dérive lui-même de *incestus* qui signifie « impur, souillé ». Lequel *incestus* est forgé sur le *in* privatif et *cestus* déformation de *castus* qui signifie « chaste, pur ». Si bien que *incestus* aurait aussi le sens de « non chaste ». [...] Il s'avère que le même *castus* s'est rapidement et curieusement confondu dans l'évolution de la langue avec *cassus* qui signifie « vide, exempt de », jusqu'à le supplanter comme supin du verbe *careo*, « je manque ».<sup>22</sup>

Cette piste étymologique insiste sur l'idée de manque, de vide. Or cela correspond tout à fait à l'état dans lequel se retrouve la victime suite à des agressions successives.

Par ailleurs, une autre interprétation étymologique, plus symbolique, recherche l'origine du mot inceste dans le mot latin *cestus* : « ceinture [de Vénus] qui doit susciter l'amour », et qui était le symbole de la fidélité féminine dans le mariage.<sup>23</sup> Dans la tradition grecque, l'enlèvement de la ceinture était le symbole de l'acte sexuel et le fait de rompre la ceinture par tout autre membre que

---

<sup>21</sup> Raimbault, Ginette, Ayoun, Patrick, Massardier, Luc, *Questions d'inceste*, Paris : Odile Jacob, 2005, p. 43.

<sup>22</sup> Naouri, Aldo, « Un inceste sans passage à l'acte », dans *De l'inceste : la relation mère-enfant*, Paris : Odile Jacob, 2000, p. 109.

<sup>23</sup> Maisch, Herbert, *L'inceste*, Paris : Robert Laffont, 1970, p. 14.

l'époux apparaît comme un inceste, c'est-à-dire un manquement à un tabou sexuel familial et une violation de la fidélité féminine.

### 1.1.2 La variabilité du concept

Le langage employé pour décrire le mot inceste dépend de l'époque et des règles employées au sein des différentes sociétés. Autrement dit, la définition dépend du contexte légal et culturel.

A. Chez les Grecs de l'époque classique il n'y a aucun mot qui signifie exactement inceste.

Pour désigner certaines des unions que nous jugeons incestueuses, les Grecs utilisaient des expressions complexes telles que : mariage aux conséquences irrémédiables et contre la loi, mariage impie ou encore contraire à l'ordre religieux. [...] À partir de l'ère chrétienne, l'histoire de la langue française invente des mots nouveaux, désignant différents types d'unions condamnables. [...] Il faudra attendre au IX<sup>ième</sup> siècle pour trouver le terme union entre consanguins.<sup>24</sup>

B. Chez les Romains, le mot *incestus* ou *incestum* avait des connotations religieuses : la violation des vestales qui se devaient au serment de chasteté, ou encore l'interdiction matrimoniale, c'est-à-dire de relations sexuelles entre des parents, jusqu'au sixième degré.<sup>25</sup>

C. Plusieurs cultures non occidentales ne disposent pas de terme correspondant au nôtre pour qualifier l'inceste. Par exemple, en chinois, on parle de « désordre » ou de « confusion » dans les relations. En indonésien, le mot qui désigne l'inceste signifie « répugnant » et il existe même des

---

<sup>24</sup> Rudhart, Jean, « De l'inceste dans la mythologie grecque », dans *Revue française de psychanalyse*, tome XLVI, Paris : Presses universitaires de France, 1982, p. 731.

<sup>25</sup> Maisch, Herbert, (1970), *op. cit.* p. 14.

sociétés où le phénomène de l'inceste est considéré comme inimaginable et aucun terme ne permet de le qualifier.<sup>26</sup>

D. Le dictionnaire Littré définit l'inceste comme « une conjonction illicite entre des personnes qui sont parentes ou alliées au degré prohibé par les lois. » Cette définition inclut deux types de personnes, celles avec qui l'on est apparenté par le sang et les autres avec qui l'on est apparenté par alliance.

E. Le *Dictionnaire de Théologie Catholique* décrit l'inceste ainsi :

Le péché commis par le commerce charnel qu'ont ensemble des personnes unies par la consanguinité et l'affinité aux degrés interdits par l'Église. Pour saint Thomas et pour tous les théologiens, l'inceste est une espèce déterminée du vice de la luxure. Les espèces de ce vice se différencient par la condition des femmes dont on abuse, l'inceste, étant *abusus consanguinearum vel affinium*, constitue une espèce particulière de luxure.<sup>27</sup>

F. Le Code criminel du Canada, article 155, définit ainsi l'inceste :

- (1) Commet un inceste quiconque, sachant qu'une autre personne est, par les liens du sang, son père ou sa mère, son enfant, son frère, sa sœur, son grand-père, sa grand-mère, son petit-fils ou sa petite-fille, selon le cas, a des rapports sexuels avec cette personne.
- (2) Quiconque commet un inceste est coupable d'un acte criminel et passible d'un emprisonnement maximal de quatorze ans.
- (3) Nul ne doit être déclaré coupable d'une infraction au présent article si, au moment où les rapports sexuels ont eu lieu, il a agi par contrainte, violence ou crainte émanant de la personne avec qui il a eu ces rapports sexuels.

---

<sup>26</sup> De Lannoy, Jacques Dominique et Feyereisen, Pierre, *L'inceste : un siècle d'interprétations*, Paris : Presses Universitaires de France, 1992, p. 4.

<sup>27</sup> Mangelot, E, *Dictionnaire de théologie catholique*, Tome 7, Paris : Letouzey et Ané, 1923, p. 1540.

(4) Au présent article, frère et soeur s'entendent notamment d'un demi-frère et d'une demi-soeur.<sup>28</sup>

G. Le Code civil du Québec, pour sa part, ne mentionne pas le mot inceste. Par contre, on y retrouve une définition de l'agression sexuelle.

Une agression sexuelle est un geste à caractère sexuel, avec ou sans contact physique, commis par un individu sans le consentement de la personne visée ou, dans certains cas, notamment dans celui des enfants, par une manipulation affective ou par du chantage. Il s'agit d'un acte visant à assujettir une autre personne à ses propres désirs par un abus de pouvoir, par l'utilisation de la force ou de la contrainte, ou sous la menace implicite ou explicite. Une agression sexuelle porte atteinte aux droits fondamentaux, notamment à l'intégrité physique et psychologique et à la sécurité de la personne.<sup>29</sup>

Le terme d'agression sexuelle s'applique à diverses situations telles que : viol, abus sexuel, infraction sexuelle, contact sexuel, inceste, exploitation sexuelle, prostitution.

H. Le Comité de la Protection de la Jeunesse du Québec élargit un peu la notion : « toute activité à caractère sexuel impliquant un enfant et un adulte qui a avec cet enfant un lien de responsabilité ou de figure parentale. »<sup>30</sup> L'approche féministe va dans le même sens : « tout acte avec sous-entendus sexuels commis par un adulte en qui l'enfant a pleinement confiance et à qui il est incapable de dire non à cause de son âge et du contexte de la relation. »<sup>31</sup>

---

<sup>28</sup> Dubois, Alain, *Code criminel annoté et Lois connexes*, Cowansville : Les Éditions Blais, 1997, p. 153.

<sup>29</sup> Ministère de la Santé et des Services sociaux, *Orientations gouvernementales en matière d'agression sexuelle*, Québec : Gouvernement du Québec 2001, p. 22.

<sup>30</sup> Marois, Michele, R., *L'inceste : une histoire à trois et plus : apprendre à les aider*, Québec : Le Comité, ministère de la Justice, 1982, p. 13.

<sup>31</sup> *Ibid*, p. 13.

I. En psychothérapie, la description de l'inceste se précise :

Toute forme d'activité sexuelle entre un enfant et un membre de la famille élargie. L'activité sexuelle peut revêtir diverses formes comprenant la nudité, l'exhibitionnisme, le voyeurisme, des attouchements génitaux ou aux seins, la masturbation, la fellation, le cunnilingus et la pénétration, soit digitale ou pénienne, de l'anus ou du vagin. L'agresseur est le parent biologique ou adoptif, le beau-parent, le concubin de la mère de l'enfant, frère aîné, etc.<sup>32</sup>

Le psychologue Pierre Foucault précise ceci :

Parler d'abus sexuels, c'est d'abord parler d'abus, donc d'un acte de pouvoir, [...] un geste par lequel un adulte, plus fort, ne tient pas compte de la réalité de l'enfant et le soumet à des conditions qui ne conviennent pas à un enfant [...] Abuser d'une personne, c'est la priver de son statut (enfant, malade, personne handicapée ou personne âgée), et l'amener, par la force, la séduction, l'influence induite, le chantage ou autrement à servir des intérêts qui ne sont pas les siens.<sup>33</sup>

L'inceste constitue un phénomène important dans notre culture. Depuis quelques années l'attention s'est portée aussi sur l'inceste chez les garçons. Pour les besoins de la recherche, je me devais de me limiter au discours d'une seule catégorie de personnes. Comme je me sentais personnellement impliquée, mon centre d'intérêt s'est défini ainsi : les femmes adultes qui ont vécu un traumatisme sexuel lors de leur enfance, avec un membre de la famille élargie. Je vais préciser chacun des éléments de cet énoncé.

Le traumatisme est « une blessure, choc, commotion ou émotion violente. [...] À la suite de traumatismes de l'affectivité, les réactions psychologiques sont nombreuses : affaiblissement du

---

<sup>32</sup> Sgroi, Suzanne M. *L'agression sexuelle et l'enfant : Approche et thérapies*, Saint-Laurent : Éditions du Trécarré, 1986, p. 26.

<sup>33</sup> Cité dans: Nadeau, Jean-Guy, Golding, Carole, Rochon, Claude, (2012), *op.cit.*, p. 39.



moi, des liens avec le monde extérieur qui entraîne des régressions intellectuelles à long terme; sentiment de frustration qui conduit à des crises émotives, des troubles du sommeil. Certains malades présentent des symptômes d'hystérie, [...] parfois ils [elles] se réfugient dans l'alcoolisme.»<sup>34</sup> L'enfant qui y fait face n'est capable ni de comprendre, ni de réagir à cet acte insidieux qui consiste en un abus de pouvoir et un abus de confiance.

On entend par « inceste » un large éventail de comportements désordonnés à caractère sexuel perpétrés sur un enfant : le harcèlement à connotation sexuelle sous toute ses formes (regard persistant, paroles obscènes, gestes, attouchements ou propositions), le comportement de l'agresseur qui montre ses parties génitales à l'enfant (exhibitionnisme) ou encore qui essaie d'observer la nudité de la personne (voyeurisme), et la contrainte par le chantage ou l'intimidation pour obtenir une relation avec pénétration (le viol). Peu importe le geste posé, il entraînera de multiples séquelles qui demeureront chez la femme adulte.

Un membre de la famille élargie peut être le père, la mère, un frère, une sœur, un oncle, une tante, un grand-parent. On mentionne aussi le beau-père ou le père adoptif, car même si celui-ci n'a pas de lien consanguin, il a malgré tout un lien quasi parental de protection.

## **1.2 L'inceste dans l'histoire : de l'acceptation à l'interdit**

L'inceste a toujours dérangé, peu importe la culture et la société, et il fait toujours aussi peur. Comme le dit Mary Odile : « L'inceste n'est pas nouveau. S'il se situe au fondement et à l'origine

---

<sup>34</sup> Gauquelin, Michel; Gauquelin, Françoise, *La psychologie moderne de A à Z*, Paris : Centre d'étude et de promotion de la lecture, 1971, p. 532.

de l'identité humaine, il se situe également à l'origine de l'histoire de l'humanité. »<sup>35</sup> Les études scientifiques — anthropologie, sociologie, ethnologie, psychologie, mythologie — montrent que le phénomène de l'inceste fait partie de l'histoire humaine. Plusieurs chercheurs ont démontré l'existence de constantes violations du tabou (interdiction) de l'inceste.

A. À la période préhistorique, les relations sexuelles sont permises entre frères et sœurs, cousins et cousines, ou encore entre membres ayant un lien d'affinité, car cette union assure la survie de la tribu et la préservation du territoire. L'interdit de l'inceste prend naissance avec l'arrivée de l'ère néolithique. Les familles se sont multipliées et les hommes cherchaient à combler leurs besoins d'appartenance et d'échange. « Les tribus néolithiques sont contraintes d'unir leurs forces, de partager les territoires et d'échanger la nourriture et les femmes. »<sup>36</sup> « Chez la plupart des peuples anciens, parfois très civilisés, à l'exemple des dieux, l'inceste est bien considéré, mais aussi partiellement obligatoire ». <sup>37</sup>

B. Chez les Chaldéens, l'inceste était interdit au moins en ligne directe jusqu'au premier degré par le Code d'Hammourabi (2000 av. J.-C.). Par contre, chez les Mèdes et les Perses, l'inceste était non seulement admis, mais il était souhaitable.

Le mariage était obligatoire et plus la parenté était proche entre les conjoints, plus il était louable. Aussi non seulement la sœur s'unissait à son frère comme en Égypte, mais encore le père à sa fille ou la mère à son fils, du moins parmi les Mages.<sup>38</sup>

---

<sup>35</sup> Odile, Mary, (2006), *op. cit.*, p. 94.

<sup>36</sup> Haesevoets, Yves-Hiram L., *L'enfant victime d'inceste : de la séduction traumatique à la violence sexuelle*, Belgique : Éditions de Boeck et Larcier, 2003, p. 25.

<sup>37</sup> Maisch, Herbert, (1970), *op. cit.*, p. 17.

<sup>38</sup> Mangelot, E (1923), *op. cit.*, p. 1543.

Le cas le plus connu est rapporté par Hérodote : le roi Cambyse épousa sa sœur aînée, puis sa sœur cadette. La tradition iranienne autorisait l'inceste non seulement pour les prêtres et les souverains, mais aussi pour tous les zoroastriens.

C. Chez les Égyptiens, « les relations incestueuses ont connu leur apogée sous les XVII<sup>ième</sup> et XVIII<sup>ième</sup> dynasties des Ptolémées. »<sup>39</sup> Le pharaon prenait rarement une étrangère pour devenir épouse royale. La femme choisie était un membre plus ou moins éloigné de sa famille afin de conserver la pureté de la race dans la dynastie. « Cléopâtre est la femme la plus célèbre issue de ces unions entre frère et sœur : elle était à la fois la nièce et la sœur de son époux. »<sup>40</sup>

D. Chez les Hébreux de l'époque pré-mosaïque, « les mariages entre frère et sœur consanguins (du même père) étaient autorisés, mais non ceux entre frère et sœur utérins (de la même mère). »<sup>41</sup>

E. Chez les Grecs, dans la mythologie, il existait des couples ayant eu des relations amoureuses entre les membres de la famille. Par exemple, on y retrouve : parmi les dieux, Zeus/Jupiter qui épouse sa sœur Héra/Junon, et Cronos qui épouse sa sœur Rhéa; ou parmi les héros humains, Œdipe qui épouse sa mère Jocaste. Toutefois, « le droit civil, soutenu par l'opinion publique, s'opposait aux mariages incestueux, les lois religieuses excluaient peut-être les coupables de la communauté, mais le droit pénal refusait de s'intéresser à toute violation de la liberté individuelle commise en

---

<sup>39</sup> Kélada, Henri, *Les délits sexuels*, Montréal : Éditions Aquila, 1975, p. 108.

<sup>40</sup> Maisch, Herbert, (1970), *op. cit.*, p. 19.

<sup>41</sup> Kélada, Henri, (1975), *op. cit.*, p. 108.

privé. »<sup>42</sup> Les cas les plus célèbres parmi les hommes d'État ont été : le mariage d'Archeptolis avec sa sœur et celui de Cimon d'Athènes avec sa sœur.

F. Ce qui était toléré chez les Grecs était interdit chez les Romains. Tout mariage consanguin était interdit non seulement par la loi civile, mais encore par la loi morale. Pourtant, « un des cas les plus célèbres d'inceste resté impuni sous l'Empire romain fut celui de Caligula avec sa sœur Agrippine; celle-ci, épouse de Claude et impératrice mère, aurait eu des relations sexuelles avec son propre fils. »<sup>43</sup>

G. Chez les Israélites, la Genèse nous rapporte quelques épisodes d'inceste. Nous connaissons celui des filles de Loth avec leur père (Genèse 19,30-38) et l'inceste d'un fils, Ruben, avec la concubine de son père, Bilha (Genèse 35,22), un acte honteux qui a été sanctionné et condamné (Genèse 49,4). Dans l'histoire du peuple juif, les livres prophétiques du Premier Testament racontent l'union incestueuse d'Amnon avec sa demi-sœur (2 Samuel 13); Amnon a été assassiné plus tard sur l'ordre d'Absalom.

H. Dans les toutes premières générations chrétiennes, le phénomène n'est pas absent. Paul dénonce un cas d'inceste à Corinthe (1 Co 5). Dans cette ville renommée pour sa corruption, il se produisit, parmi les chrétiens, un cas spécial de fornication, rare même chez les païens : un homme vivait avec la femme de son père, c'est-à-dire avec sa belle-mère.

---

<sup>42</sup> Maisch, Herbert, (1970), *op.cit.*, p. 20.

<sup>43</sup> *Ibid*, p. 21.

I. Malgré la législation, le clergé n'est pas épargné par l'inceste. Limitons-nous à deux exemples frappants.

Le Pape Jean XII, qui en 962, avait sacré empereur Otton le Grand, fut destitué en 963 : non seulement il était accusé d'inceste avec sa mère et sa sœur, mais il aurait transformé l'église Saint-Jean-de-Latran en maison de prostitution. L'antipape Jean XXIII s'accuse, devant le concile de Constance (1415), d'inceste, d'adultère et d'autres délits.<sup>44</sup>

Il est impossible d'écrire une histoire complète de l'inceste. Le petit développement qui précède n'avait qu'un but : montrer que, depuis le début des temps et d'une époque à l'autre, malgré les interdits, les relations sexuelles consanguines ont toujours existé, exposé à un large choix de jugements de valeur qui vont de l'approbation au refus total en passant par la tolérance.

### 1.3 La prohibition de l'inceste

À l'origine du processus de la création, dans la Genèse, il se produit une suite de séparations : Dieu sépare la lumière et les ténèbres, il sépare les eaux qui sont sous le firmament de celles qui sont au-dessus du firmament, puis les eaux d'en bas de la terre ferme. (Gn 1,3-10) La coupure entre les composantes diverses du monde est un geste essentiel pour la création. Il en va de même avec la naissance d'un enfant : il y a la coupure du cordon qui sépare la mère et l'enfant. Et pour que celui-ci devienne adulte, les parents, en un certain sens, doivent couper les liens qui les unissent à lui afin de le laisser grandir et devenir adulte à son tour. C'est pour la même raison que l'interdit de l'inceste a fait son apparition en tant qu'acte fondateur de la société. : « Loi d'organisation sociale,

---

<sup>44</sup> Maisch, Herbert, (1970), *op. cit.*, p.23.

mais aussi loi de développement psychique, l'interdit de l'inceste structure notre façon d'aimer, nos comportements sexuels, et nous ancre dans notre dimension d'être relationnel et symbolique. »<sup>45</sup>

L'interdit de l'inceste permet à l'enfant de se couper de ses liens familiaux pour devenir un adulte autonome et indépendant.

Depuis l'ère néolithique, dans à peu près toutes les sociétés, peu importe la culture et l'environnement, il existe des règles qui interdisent les unions sexuelles incestueuses ou encore les mariages entre membres de la même famille.

Ce sont les Romains qui ont commencé à réprimer l'inceste.

Ils avaient prévu des peines sévères : au début de la République, on contraignait les coupables au suicide; au Premier Siècle av. J.C., on précipitait le condamné du haut de la roche Tarpéienne. Plus tard, on condamnait les coupables au bûcher et à la confiscation de leurs biens.<sup>46</sup>

Il est intéressant de faire l'étude de certaines règles historiques qui vont nous faire comprendre les raisons pour laquelle l'inceste a été prohibé au sein de la plupart des sociétés.

### **1.3.1 La perspective anthropologique**

Aux environs du XIX<sup>ième</sup> siècle, les anthropologues ont repris une idée provenant du domaine de la biologie qui consistait à protéger la reproduction et les lois de l'hérédité. Selon la théorie

---

<sup>45</sup> Odile, Mary, (2006), *op. cit.*, p. 87.

<sup>46</sup> Kélada, Henri, (1975), *Op. Cit.*, p. 108.

biologique, les sociétés qui pratiquent l'inceste ont moins de chance de survie que les autres, à cause des risques de pathologie et de tares héréditaires causées par les éventuels effets de la consanguinité.

Rappelons d'abord qu'en biologie, la parenté ne concerne que les relations de descendance lignagère et non les relations d'alliance. Deux individus sont considérés comme parents biologiques s'ils ont, dans les réseaux généalogiques de leurs ascendants, un ou plusieurs ancêtres communs, quel qu'en soit le niveau. La conséquence génétique possible de cet apparentement est la possibilité de présence chez un descendant d'un couple apparenté de deux copies "identiques par descendance" d'un même gène possédé par l'un de ces ancêtres communs. Le descendant d'un couple apparenté est traditionnellement dit consanguin, bien que le sang n'ait rien à voir là-dedans, et ce qualificatif aberrant est souvent étendu au couple procréateur apparenté. En soi, la possession de deux copies d'un même gène crée un état "homozygote" particulier, parmi de multiples homozygotes possibles. [...] La mesure biologique de la parenté et de la consanguinité [...] a pour objet de déterminer les probabilités d'isoaction et d'identité des gènes d'un individu en fonction de son réseau généalogique. Elle permet, en conséquence, de déterminer les risques de pathologies génétiques récessives des enfants d'un couple, en fonction de la situation de parenté de ce couple, et de quantifier les éventuels effets de la consanguinité (par exemple de l'inceste) à ce niveau.<sup>47</sup>

La théorie biologique explique la prohibition de l'inceste en se basant sur les découvertes biologiques face aux effets génétiques défavorables de la consanguinité.

---

<sup>47</sup> De Lannoy, Jacques-Dominique, Feyereisen, Pierre, *L'inceste : un siècle d'interprétations*, Paris : Presses Universitaires de France, 1992, p. 256.

### 1.3.2 La perspective sociale

#### A. Le sociologue et philosophe français du XIX<sup>ième</sup> et XX<sup>ième</sup> siècle : Émile Durkheim

La prohibition de l'inceste se situe à la base de l'organisation exogamique signifiant l'obligation pour une personne d'un groupe de chercher son conjoint à l'extérieur du clan ou du groupe territorial auquel il/elle appartient. Émile Durkheim définit dans un premier temps ce qu'est un clan :

Un groupe d'individus qui se considèrent comme parents les uns des autres, mais qui reconnaissent exclusivement cette parenté à ce signe très particulier qu'ils sont porteurs d'un même totem. Le totem lui-même est un être, animé ou inanimé, plus généralement un végétal ou un animal, dont le groupe est censé être descendu et qui lui sert à la fois d'emblème et de nom collectif. Si le totem est un loup, tous les membres du clan croient qu'ils ont un loup pour ancêtre, et par conséquent qu'ils ont en eux quelque chose du loup. C'est pourquoi ils s'appliquent à eux-mêmes cette dénomination; ils sont des loups. Le clan ainsi défini est donc une société domestique, puisqu'il est composé de gens qui se regardent comme issus d'une même origine. Mais il se distingue des autres sortes de familles par ce fait que la parenté y est fondée uniquement sur la communauté du totem, non sur des relations de consanguinité définies. Ceux qui en font partie sont parents, non parce qu'ils sont frères, pères, cousins les uns des autres, mais parce qu'ils portent tous le nom de tel animal ou de telle plante. [...] C'est donc le totem qui constitue la propriété caractéristique du clan.<sup>48</sup>

En deuxième lieu, Émile Durkheim, étudiant des tribus australiennes, se base sur leur conception du sang et les croyances totémiques pour émettre son hypothèse sur l'exogamie.

---

<sup>48</sup> Durkheim, Émile, *La prohibition de l'inceste et ses origines*, disponible sur Collections les auteurs classique, <http://dx.doi.org/doi:10.1522/cla.due.pro4>, Consulté le 7 décembre 2013, p. 5.



Il en conclut que les indigènes considèrent le sang comme principe vital et s'imaginent qu'un croisement avec les membres d'un même clan totémique serait un grand péché ou un crime puisque le totem est la figuration de l'ancêtre de la tribu, donc du même sang que l'homme ou le clan auquel il appartient.<sup>49</sup>

Le totem d'un clan qui possède le même sang est considéré comme sacré et divin et ses membres sont tenus de le respecter en tant que descendants et porteurs des mêmes gènes. « L'inceste représente bien pour les consanguins, en particulier pour les hommes et tout le groupe en général, un danger de contagion sanglante, »<sup>50</sup> puisque la première relation sexuelle féminine verse généralement du sang. L'exogamie devenait la conséquence nécessaire des lois totémiques et quiconque violait ces lois devenait un meurtrier, car il avait violé un tabou. Il devenait un danger pour lui-même et pour les autres.

## **B. L'anthropologue et ethnologue français du XX<sup>ième</sup> siècle : Claude Lévi-Strauss**

Pour Lévi-Strauss, la prohibition de l'inceste est au fondement du lien social et c'est par cette règle que la vie sociale devient organisée. « La prohibition de l'inceste est le pivot d'un mouvement nécessaire grâce auquel s'organisent les alliances. »<sup>51</sup> L'anthropologue français insiste sur le fait que la base de la vie sociale passe par l'existence de la famille nucléaire et le tabou de l'inceste perpétue cet état et devient par le fait même la base de l'organisation exogamique de la société primitive. « La prohibition de l'inceste est moins une règle qui interdit d'épouser mère, sœur ou

---

<sup>49</sup> Maisch, Herbert, (1970), *op. cit.*, p. 37.

<sup>50</sup> Makarius, Raoul et Laura Lévi Makarius, « Essai sur l'origine de l'exogamie et de la peur de l'inceste », *La revue l'Année sociologique*, 3e série, Paris : Les Presses universitaires de France, 1955-1956, p. 173-230.

<sup>51</sup> Rouyer, Michelle, et Drouet, Marie, *L'enfant violenté, des mauvais traitements à l'inceste*, Paris : Bayard, 1994, p. 200.

fille, qu'une règle qui oblige à donner mère, sœur ou fille à autrui. C'est la règle du don par excellence. »<sup>52</sup>

### **C. L'anthropologue, ethnologue et sociologue anglais : Bronislaw Malinowski**

Bronislaw Malinowski affirme que l'inceste est antagonique avec l'établissement des premières fondations d'une culture, « il est le péché originel de l'homme, car, dit-il, la tentation pour la cohabitation est très grande. »<sup>53</sup> Le tabou protège la famille nucléaire contre les luttes intestines; il maintient la hiérarchie entre générations et la cohésion familiale.

### **D. L'anthropologue et ethnologue française du XX<sup>ème</sup> siècle : Françoise Héritier**

Pour Françoise Héritier, il semble anormal de réduire l'inceste au simple noyau familial (père, mère, grand-père, grand-mère, oncle, tante, etc.) Elle écrit:

Qu'est-ce que l'inceste? Comment définir ce qui est incestueux et ce qui ne l'est pas? Pour la plupart d'entre nous aujourd'hui, il semble aller de soi qu'il s'agit toujours et seulement de relations sexuelles directes entre des partenaires de sexe différent, consanguins à des degrés plus ou moins rapprochés ou alliés matrimoniaux. Les exemples qui viennent le plus spontanément à l'esprit portent sur des relations entre père et fille, entre mère et fils, entre frère et sœur, mais il existe aussi entre un homme et la fille de son épouse ou l'épouse de son frère, etc<sup>54</sup>.

---

<sup>52</sup> Lévi-Strauss, Claude, *Les structures élémentaires de la parenté*, Paris : Mouton & Co., 1967, p. 552.

<sup>53</sup> Szabo, Denis, (1958), *op. cit.*, p. 12.

<sup>54</sup> Françoise Héritier, *Les deux sœurs et leur mère*, Paris : Odile Jacob, 1994, p. 11.

C'est à partir de ce questionnement que Françoise Héritier interprète l'inceste comme un phénomène psychosocial et non seulement psychosexuel. Elle offre une définition complémentaire de l'inceste : elle parle d'inceste du deuxième type.

L'expression s'appuie sur l'horreur de la mise en contact de deux consanguins du même sexe (une mère et sa fille ou un père et son fils) partageant le même partenaire sexuel dans une relation triangulaire. (Par exemple, entre un homme et sa conjointe et aussi avec la fille de celle-ci, née d'une union antérieure.) Selon elle, la construction et l'équilibre de la société se fondent sur l'opposition entre identique et différent en tant que processus de différenciation des sexes.

Le critère fondamental de l'inceste, c'est la mise en contact d'humeurs identiques. Il met en jeu ce qu'il y a de plus fondamental dans les sociétés humaines : la façon dont elles construisent leurs catégories de l'identique et du différent. L'opposition entre identique et différent est à la base de la construction de la société, elle est première, car fondée dans le langage de la parenté sur ce que le corps humain a de plus irréductible : la différence des sexes, le masculin et le féminin.<sup>55</sup>

En commettant un inceste du deuxième type, la personne faisant partie de la même famille provoque un contact entre deux êtres identiques et le non-respect du principe d'exogamie (sexe et consanguinité différent). L'inceste du deuxième type est une transgression symbolique de l'ordre généalogique qui entraîne un dessèchement social, des maux individuels et collectifs.

---

<sup>55</sup> Françoise Héritier, *Les deux soeurs et leur mère*, Paris : Odile Jacob, 1994, p. 11.

### 1.3.3 La perspective psychanalytique

La psychanalyse, au cours du dernier siècle, a joué un rôle important dans la mise en lumière des traumatismes infantiles que sont l'inceste et les agressions sexuelles. « L'explication que Sigmund Freud va proposer de l'origine de cette prohibition se fonde sur trois types de données : sa pratique clinique et la connaissance qu'il en tire de la sexualité infantile, les idées de Darwin, et les travaux sur le totémisme. »<sup>56</sup>

#### A. La théorie de la séduction<sup>57</sup> ou la *neurotica*

En 1896, à la suite de ses recherches cliniques et des récits de ses patientes souffrant de névrose, Sigmund Freud formule la conception de la genèse des névroses :

[...] Freud nommait la *neurotica*, ou théorie de la séduction : sous ce terme latin est désigné sa conception d'alors d'une étiologie des névroses, c'est-à-dire d'une cause et une origine commune, consistant en un traumatisme sexuel effectif vécu dans l'enfance. Freud [...] pense avoir trouvé la conception d'ensemble permettant à la fois de comprendre et de traiter les troubles psychiques.<sup>58</sup>

La théorie de la séduction de Freud « attribue au souvenir de scènes réelles de séduction le rôle déterminant dans l'étiologie des psychonévroses. »<sup>59</sup> En d'autres mots, chez la victime « un traumatisme sexuel précoce aurait été refoulé et c'est un deuxième traumatisme après la puberté qui

---

<sup>56</sup> De Lannoy, Jean-Dominique; Feyereisen, Pierre, (1992), *op. cit.*, p. 13.

<sup>57</sup> La séduction est une scène réelle ou fantasmatique, où le sujet (généralement un enfant) subit passivement, de la part d'un autre (le plus souvent un adulte), des avances ou des manœuvres sexuelles.

<sup>58</sup> Parat, Hélène, *L'inceste*, Paris : Presses universitaires de France, 2004, p. 57.

<sup>59</sup> Laplanche, Jean, et Pontalis, Jean-Baptiste, et autres, *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris : Presses universitaires de France, 3<sup>e</sup> édition, 1970, p. 436.

en réveillerait les traces et entraînerait un compromis symptomatique. »<sup>60</sup> Freud présentait cette théorie comme une grande découverte comparable à celle « des sources du Nil ». Pourtant moins d'un an plus tard, Freud écrivait dans une lettre à son fidèle ami Fliess, son abandon de la théorie de la séduction : « Je ne crois plus à ma neurotica. »<sup>61</sup> Freud donne la raison de cet abandon : « [...] la conviction qu'il n'existe dans l'inconscient aucun indice de réalité de telle sorte qu'il est impossible de distinguer l'une de l'autre la vérité et la fiction investie d'affect. »<sup>62</sup>

## **B. Le complexe d'Œdipe**

« Freud, en ayant rejeté l'hypothèse de la séduction par le père, la remplace par celle du désir incestueux de l'enfant à l'égard de la mère et de son désir meurtrier à l'égard du père. »<sup>63</sup> Freud parle alors du complexe nucléaire ou du complexe maternel, notamment dans son étude sur l'hystérie. En 1897, Freud écrit à son ami Fliess une lettre : « J'ai trouvé en moi comme partout ailleurs, des sentiments d'amour envers ma mère et de jalousie envers mon père, sentiments qui sont, je pense, communs à tous les jeunes enfants. »<sup>64</sup>

Freud parle de l'Œdipe pour la première fois en 1898, après la mort de son père. Selon Freud, « le complexe d'Œdipe fixe la libido au parent de sexe opposé et déclenche une hostilité marquée

---

<sup>60</sup> Nachim, Claude, *Sigmund Freud : sa vie, son génie, ses limites*, Paris : Bréal, 2010, p. 25.

<sup>61</sup> Freud, Sigmund, *La naissance de la psychanalyse : lettres à Wilhelm Fliess, notes et plans*, Paris : Presses universitaires de France, 1969, p. 190.

<sup>62</sup> *Ibid*, p. 191.

<sup>63</sup> Nachim, Claude, (2010), *op. cit.*, p. 16.

<sup>64</sup> Freud, Sigmund, *La naissance de la psychanalyse : lettres à Wilhelm Fliess, notes et plans*, Paris : Presses universitaires de France, 1969, p. 198.

envers le parent du même sexe, considéré comme un rival. »<sup>65</sup> Le tabou de l'inceste est fondateur de la Loi et le complexe d'Œdipe est défini comme le désir inconscient d'entretenir un rapport sexuel avec le parent du sexe opposé (inceste) et celui d'éliminer le parent rival du même sexe (parricide). Freud relègue sa théorie des pulsions au profit de celle de l'imaginaire œdipien, et selon lui, le complexe est vécu normalement entre trois et cinq ans. Selon Freud, la théorie de l'imaginaire œdipien joue un rôle fondamental dans la structuration de la personnalité et dans l'orientation du désir humain. Ce n'est qu'en 1910, dans un texte intitulé «Contribution à la psychologie de la vie amoureuse » qu'apparaît le terme complexe d'Œdipe, et celui-ci devient un concept clé de la psychanalyse.

### C. La transgression de l'inceste et le totémisme

Le sujet du premier livre de Sigmund Freud, *Totem et Tabou*, est consacré à la psychologie collective. « Freud entreprit de retracer les origines, non seulement de la religion, mais de la culture humaine tout entière et d'établir une relation entre le complexe d'Œdipe individuel et la préhistoire de l'humanité. »<sup>66</sup> Pour tenter d'expliquer l'universalité et l'utilité heuristique du complexe d'Œdipe, Freud fait une incursion dans le monde ethnologique en se référant à une hypothèse de Darwin au sujet du *mythe de la horde primitive*.<sup>67</sup>

Pour Darwin, l'homme vivait, à l'origine, en petites hordes, et chacun de ces groupes était sous l'autorité d'un seul mâle fort, violent et jaloux, qui, comme cela se passe chez certains animaux supérieurs, interdisait l'inceste à ses fils et se

---

<sup>65</sup> Kieser'l Baz, Illel, *Inceste et pédocriminalité, crimes contre l'humanité*, Montréal : fondation littéraire fleur de lys, 2006, p. 166.

<sup>66</sup> Ellenberger, Henri Frédéric, *Histoire de la découverte de l'inconscient*, Paris : A. Fayard, 1994, p. 563.

<sup>67</sup> Les aborigènes de l'Australie.

réservait les femelles. Les frères se réunirent un jour, tuèrent leur père pour ensuite le manger, ce qui mit fin à l'existence de la horde paternelle. Épris de sentiments de culpabilité face à ce geste, ils renoncèrent à leur mère et sœurs pour ensuite invoquer l'esprit de leur père défunt dans un animal. Par la suite, ils sculptèrent l'effigie de l'animal représentant leur père en un totem et sacrifièrent l'animal correspondant pour se le partager à un repas commun.<sup>68</sup>

Freud retrouve de nombreuses concordances entre la vie psychique des peuples primitifs et la psychologie des névrosés.

Il retrouve le même caractère irrationnel dans le tabou des peuples primitifs et dans les phobies des névrosés, la même toute-puissance de la pensée dans les procédés magiques et dans les fantasmes névrotiques. Freud propose dès lors une théorie générale, fournissant une base commune pour expliquer les symptômes névrotiques, certains phénomènes sociaux et culturels chez les peuples primitifs, et l'origine même de la civilisation. Freud trouve un dénominateur commun dans l'histoire du meurtre du père primitif, élargissement de la notion du complexe d'Œdipe. Tout petit garçon, avait dit Freud, doit surmonter son secret désir de tuer son père et d'épouser sa mère. S'il parvient à surmonter heureusement cette épreuve, l'enfant incorporera l'image de son père dans sa propre personnalité et une vie adulte normale. S'il échoue, il sera condamné à la névrose. Tel est le destin de tout homme, mais ce destin individuel est lui-même le reflet d'un événement décisif se situant dans la préhistoire de l'humanité.<sup>69</sup>

«Telle fut l'origine des deux premiers commandements de l'humanité, la prohibition du parricide et celle de l'inceste; tel fut le commencement de la culture, de la morale et de la religion, et en même temps le prototype du complexe d'Œdipe.»<sup>70</sup> Pour Sigmund Freud, il était important de démontrer que « les peuples sauvages ressentent encore comme menaçants des désirs incestueux qui

---

<sup>68</sup> Maisch, Herbert, (1970), *op. cit.*, p. 49.

<sup>69</sup> Ellenberger, Henri Frédéric, (1994), *op. cit.*, p. 563.

<sup>70</sup> *Ibid*, p. 563.

sont devenus la proie du refoulement chez les Occidentaux et constituent le complexe nucléaire de la névrose. »<sup>71</sup>

### **1.3.4 La perspective juridique**

#### **A. Le Code criminel du Canada**

Le Code pénal au Canada est très strict quant au geste de l'inceste : c'est un délit criminel qui mérite d'être puni sévèrement. Le premier Code criminel canadien, en 1892, incriminait l'inceste.<sup>72</sup> L'article 155, en vigueur depuis 1985 a déjà été cité textuellement à la page 29 de la thèse.

#### **B. Le Code civil du Québec**

Du côté du Code civil du Québec, la loi a pour but d'interdire certaines relations pouvant être incestueuse. L'inceste s'est étendu aux interdictions de mariage, étant donné que le mariage vient légitimer les relations sexuelles entre époux, c'est-à-dire le fondement d'une famille.

Voici l'article 125, de 1969 à 1994 :

En ligne collatérale, le mariage est prohibé entre le frère et la sœur, légitimes ou naturels, et entre les alliés au même degré, aussi légitimes ou naturels; toutefois, cette prohibition de mariage entre alliés n'existe plus lorsque le mariage qui produisait l'alliance a été dissous par le décès de l'un des conjoints, mais si ce

---

<sup>71</sup> Nachim, Claude, (2010), *op. cit.*, p. 78.

<sup>72</sup> Commission de réforme du droit du Canada, Droit pénal : infractions sexuelles. = Criminal law : sexual offences, Document de travail 22, Ottawa : Commission de réforme du droit du Canada, 1978, p. 32.



mariage a été dissous par divorce, elle continue d'exister jusqu'au décès du conjoint dont le mariage avait produit l'alliance.<sup>73</sup>

L'article 373 n°4 du nouveau code civil du Québec stipule que :

Avant de procéder au mariage, le célébrant s'assure de l'identité des futurs époux, ainsi que du respect des conditions de formation du mariage et de l'accomplissement des formalités prescrites par la loi. Il s'assure en particulier qu'ils sont libres de tout lien de mariage ou d'union civile antérieur, sauf, en ce dernier cas, s'il s'agit des mêmes conjoints et, s'ils sont mineurs, que le titulaire de l'autorité parentale ou, le cas échéant, le tuteur a consenti au mariage.<sup>74</sup>

Au Canada, le gouvernement fédéral et les provinces ont certains pouvoirs sur le mariage. En 1990, le gouvernement fédéral dépose une loi sur le mariage exprimant les degrés prohibés. L'article 2(2) au chapitre 46 de la loi Canadienne stipule ceci : « Est prohibé le mariage entre personnes ayant des liens de parenté, notamment par adoption, en ligne directe ou en ligne collatérale s'il s'agit du frère et de la sœur ou du demi-frère et de la demi-sœur. » 1990, ch. 46, art. 2; 2005, ch. 33, art. 13. Il est à noter que « l'adoption fait naître les mêmes droits et obligations que la filiation par le sang. »<sup>75</sup>

---

<sup>73</sup> Beaudoin Jean-Louis, Renaud, Yvon, *Codes civils, Montréal* : Wilson et Lafleur, 1992, p. 63.

<sup>74</sup> Québec [province], Ministère de la Justice, *Code Civil du Québec*, Sainte-Foy : Publications du Québec, 2007, p. 117.

<sup>75</sup> Beaudoin, Jean Louis, Renaud et al, (1992), *op.cit.*, p. 123.

### 1.3.5 La perspective religieuse

Au niveau religieux, l'inceste est considéré comme criminel et il est intéressant de regarder ce qu'en disent les religions monothéistes : le judaïsme, le christianisme et l'islam<sup>76</sup>. La Torah, la Bible, le Catéchisme de l'Église catholique, le Code de droit canonique et le Coran vont m'aider à élucider les différentes positions des religions autour de cet acte odieux.

#### A. Le judaïsme

La Loi mosaïque interdit les mariages et les contacts sexuels de nature incestueuse. Cette prohibition est longuement détaillée au chapitre 18 du Lévitique. À plusieurs reprises le terme « découvrir la nudité » est utilisé pour évoquer une relation sexuelle incestueuse interdite.

#### Tableau I - Le texte du Lévitique 18, 1-30

**1- Yahvé parla à Moïse et dit :**

**2- Parle aux Israélites; tu leur diras : Je suis Yahvé votre Dieu.**

**3- Vous n'agirez point comme on fait au pays d'Égypte où vous avez habité; vous n'agirez point comme on fait au pays de Canaan où moi je vous mène. Vous ne suivrez point leurs lois,**

**4- ce sont mes coutumes que vous appliquerez et mes lois que vous garderez, c'est d'après elles que vous vous conduirez. Je suis Yahvé votre Dieu.**

**5- Vous garderez mes lois et mes coutumes : qui les accomplira y trouvera la vie. Je suis Yahvé.**

**6- Aucun de vous ne s'approchera de sa proche parente pour en découvrir la nudité. Je suis Yahvé.**

**7- Tu ne découvriras pas la nudité de ton père ni la nudité de ta mère. C'est ta mère, tu ne découvriras pas sa nudité.**

**8- Tu ne découvriras pas la nudité de la femme de ton père, c'est la nudité même de ton**

---

<sup>76</sup> Les religions sont placées par ordre chronologique.

père.

9- Tu ne découvriras pas la nudité de ta sœur, qu'elle soit fille de ton père ou fille de ta mère. Qu'elle soit née à la maison, qu'elle soit née au-dehors, tu n'en découvriras pas la nudité.

10-Tu ne découvriras pas la nudité de la fille de ton fils; ni celle de la fille de ta fille. Car leur nudité, c'est ta propre nudité.

11-Tu ne découvriras pas la nudité de la fille de la femme de ton père, née de ton père. C'est ta sœur, tu ne dois pas en découvrir la nudité.

12-Tu ne découvriras pas la nudité de la sœur de ton père, car c'est la chair de ton père.

13-Tu ne découvriras pas la nudité de la sœur de ta mère, car c'est la chair même de ta mère.

14-Tu ne découvriras pas la nudité du frère de ton père; tu ne t'approcheras donc pas de son épouse, car c'est la femme de ton oncle.

15-Tu ne découvriras pas la nudité de ta belle-fille. C'est la femme de ton fils, tu n'en découvriras pas la nudité.

16-Tu ne découvriras pas la nudité de la femme de ton frère, car c'est la nudité même de ton frère.

17-Tu ne découvriras pas la nudité d'une femme et celle de sa fille; tu ne prendras pas la fille de son fils ni la fille de sa fille pour en découvrir la nudité. Elles sont ta propre chair, ce serait un inceste.

18-Tu ne prendras pas pour ton harem une femme en même temps que sa sœur en découvrant la nudité de celle-ci du vivant de sa sœur.

19-Tu ne t'approcheras pas, pour découvrir sa nudité, d'une femme souillée par ses règles.

20-A la femme de ton compatriote tu ne donneras pas ton lit conjugal, tu en deviendrais impur.

21-Tu ne livreras pas de tes enfants à faire passer à Molek, et tu ne profaneras pas ainsi le nom de ton Dieu. Je suis Yahvé

22-Tu ne coucheras pas avec un homme comme on couche avec une femme. C'est une abomination.

23-Tu ne donneras ta couche à aucune bête; tu en deviendrais impur. Une femme ne s'offrira pas à un animal pour s'accoupler avec lui. Ce serait une souillure.

24-Ne vous rendez impurs par aucune de ces pratiques : c'est par elles que se sont rendues impures les nations que je chasse devant vous.

25-Le pays est devenu impur, j'ai sanctionné sa faute et le pays a dû vomir ses habitants.

26-Mais vous, vous garderez mes lois et mes coutumes, vous ne commettrez aucune de ces abominations, pas plus le citoyen que l'étranger qui réside parmi vous

27-Car toutes ces abominations-là, les hommes qui ont habité ce pays avant vous les ont commises et le pays en a été rendu impur.

28-Si vous le rendez impur, ne vous vomira-t-il pas comme il a vomi la nation qui vous a précédés?

29-Oui, quiconque commet l'une de ces abominations, quelle qu'elle soit, tous les êtres qui les commettent, ceux-là seront retranchés de leur peuple.

30-Gardez mes observances sans mettre en pratique ces lois abominables que l'on appliquait avant vous; ainsi ne vous rendront-elles pas impurs. Je suis Yahvé, votre Dieu.

Les v. 6-18 énumèrent une série d'unions illicites : avec le père ou la mère, les beaux-parents, la sœur ou la demi-sœur, entre grands-parents et petits-enfants, entre neveux ou nièces et oncles et tantes, beaux-frères ou belles-sœurs, cousins et cousines (voir aussi Lv 20,11-12.14.17.19-21). Dieu avertit son peuple que pour préserver la dignité humaine et l'harmonie dans la famille, il faut éviter « de découvrir la nudité », c'est-à-dire l'intimité du corps dévoilé, la propre chair touchée.

À partir du chapitre 19, on ne parle plus seulement d'inceste, mais de gestes immoraux (par exemple, Lv 19,19-20.29; 20,10.13.15-16.18). « Les interdits sexuels d'origine biblique n'ont pas été édictés pour contribuer au bon fonctionnement et à l'amélioration d'un certain genre d'organisation sociale, de type patriarcal. Ils ont pour fin de préserver un régime de procréation privilégié, d'assurer la paix dans les familles, qui s'arment des protections de l'endogamie, [...] la proscription de l'adultère et de l'inceste. Cette volonté d'assurer l'ordre des générations et des fécondités légitimes s'exprime avec une rigueur égale dans l'énoncé des interdits sexuels complémentaires, qui portent sur l'onanisme pris dans son sens vulgaire, sur l'homophilie et la bestialité. »<sup>77</sup> Dans son ensemble le Lévitique édicte des lois pour donner de meilleures chances à l'union conjugale et à la paternité-maternité future.

## **B. Le christianisme**

Le Code de droit canonique mentionne les multiples sanctions à l'égard de l'inceste, et aussi les différentes règles que l'Église catholique utilise pour légiférer en matière de mariage. Au début, les

---

<sup>77</sup> Cheverny Julien, *L'interdit sexuel : les jeux du relatif et du variable*, Paris : Hermann, 2013, p. 187.

peines du droit canon se limitaient à des peines d'ordre spirituel : « [...] L'excommunication temporaire ou perpétuelle, parfois l'interdiction de se marier et, à partir du VIII<sup>ième</sup> siècle, une pénitence plus ou moins grave selon les cas et selon les contrées. »<sup>78</sup> Le droit canonique en vigueur de 1917 à 1982 établissait les peines à l'égard de l'inceste.

Canon 2357 :

Les laïques légitimement condamnés pour des délits contre le sixième commandement, commis avec des mineurs de moins de seize ans, ou pour viol, sodomie, inceste, excitation à la prostitution, sont infâmes par le fait même, en plus des autres peines que l'Ordinaire jugera à propos de leur infliger. »<sup>79</sup>

Le nouveau Code décrit très bien qu'au sein de l'Église la prohibition de l'inceste s'étend jusqu'au quatrième degré de parenté.

Canon 1091 :

1. En ligne directe de consanguinité : est invalide le mariage entre tous les ascendants et descendants, tant légitimes que naturels.
2. En ligne collatérale : il est invalide jusqu'au quatrième degré inclusivement.
3. L'empêchement de consanguinité ne se multiplie pas.
4. Le mariage ne sera jamais permis s'il subsiste quelque doute que les parties sont consanguines à n'importe quel degré en ligne directe ou au second degré en ligne collatérale.<sup>80</sup>

---

<sup>78</sup> Mangenot, E., (1923), *op. cit.* p. 1552

<sup>79</sup> *Traité de droit canonique*, Tome IV, Publié sous la direction de Raoul Naz, Paris : Éditions Letouzey et Ané, 1955, p. 760.

<sup>80</sup> Société internationale de droit canonique et de législations religieuses comparées, *Code de droit Canonique*, Paris : Édition du Centurion, 1984, p.192.

Pour pallier à ces empêchements de mariage, l'Église offrait des dispenses, mais seulement si les liens de parenté ne sont pas du premier degré en ligne directe ou collatérale. « L'inceste entre consanguins au premier degré est beaucoup plus grave que l'inceste entre alliés au même degré; ainsi l'inceste d'un homme avec sa mère ou sa sœur propre est plus grave que celui qu'il commettrait avec sa marâtre ou avec la sœur de sa femme. »<sup>81</sup>

Outre le droit canon, le Catéchisme de l'Église catholique se prononce aussi en matière d'inceste aux paragraphes 2356 et 2388.

Paragraphe 2356 :

Le viol désigne l'entrée par effraction, avec violence, dans l'intimité sexuelle d'une personne. Il est une atteinte à la justice et à la charité. Le viol blesse profondément le droit de chacun au respect, à la liberté. À l'intégrité physique et morale. Il crée un préjudice grave, qui peut marquer la victime sa vie durant. Il est toujours un acte intrinsèquement mauvais. Plus grave encore le viol commis de la part des parents (inceste) ou d'éducateurs envers les enfants qui leur sont confiés.<sup>82</sup>

Paragraphe 2388 :

L'inceste désigne des relations intimes entre parents ou alliés, à un degré qui interdit entre eux le mariage. S. Paul stigmatise cette faute particulièrement grave : « On n'entend parler que d'inconduite parmi vous... C'est au point que l'un d'entre vous vit avec la femme de son père!... Il faut qu'au nom du Seigneur Jésus... nous livrions cet individu à Satan pour la perte de sa chair. »<sup>83</sup> L'inceste corrompt les relations familiales et marque une régression vers l'animalité.<sup>84</sup>

---

<sup>81</sup> Mangenot, E., (1923), *op. cit.* p. 1552

<sup>82</sup> *Catéchisme de l'Église catholique*, Ottawa, Conférence des évêques du Canada, 1993, 479 p.

<sup>83</sup> 1 Corinthiens 5,1-4-5

<sup>84</sup> *Catéchisme de l'Église catholique*, (1993), *op.cit.* p. 486.

### C. L'islam

Mahomet est arrivé à un moment troublé de l'histoire de l'Arabie où les membres des différentes tribus s'adonnaient à beaucoup de perversions telles que le viol et l'inceste. Mahomet a dicté des règles qui couvrent l'ensemble des comportements individuels, sociaux ou familiaux. De façon générale, l'islam interdit les *zulm*, c'est-à-dire la cruauté et la violence, d'ordre physique, émotionnel, mental ou spirituel, et qui constituent des dommages à la dignité de l'humanité. On trouve aussi des textes considérés comme des écrits islamiques, mais non canoniques. Là, les allusions deviennent plus manifestes, au sujet du viol, de l'inceste, de l'homosexualité, car l'islam traditionnel avait très peur de tous les sujets qui traitaient de sexualité. Le Coran n'a pas de mot spécifique pour l'inceste, mais nous y retrouvons les interdits pertinents<sup>85</sup> :

Vous sont interdites : vos mères, vos filles, vos soeurs, vos tantes paternelles, vos tantes maternelles, les filles de vos frères, les filles de vos soeurs, vos mères qui vous ont allaités, vos soeurs de lait, les mères de vos femmes, les belles-filles placées sous votre tutelle, nées de vos femmes avec qui vous avez consommé le mariage, nulle faute cependant ne vous sera imputée si le mariage n'a pas été consommé – les épouses de vos fils, issues de vos reins. Il vous est encore interdit d'épouser deux soeurs – exception faite pour le passé – Dieu est, en vérité, celui qui pardonne, il est miséricordieux. (Sourate 4,23)

La transgression de l'interdit de l'inceste est considérée comme une transgression des frontières de Dieu, et un péché qui mérite une peine.

---

<sup>85</sup> *Le Coran*, Préface par J. Grosjean, traduction de D. Masson, Paris, Gallimard, 1967, p. 81.

#### 1.4 Le regard sociologique : quelques statistiques

L'inceste est un drame vieux comme le monde et pourtant, dans notre société, les femmes ont encore de la difficulté à parler de ce sujet. « Au Québec, à partir des années 1970, les mouvements féministes et les associations en faveur du bien-être des enfants démontrent l'importance du phénomène des abus sexuels subis par les filles et les femmes. »<sup>86</sup> L'implantation, au Québec, en 1978, de la Loi sur la protection de la jeunesse a permis de s'interroger et de développer des outils thérapeutiques et de prévention pour faire face à cette problématique. Les années 1980 sont prolifiques à cet égard, mais le mur du silence autour de l'inceste est demeuré imposant. À partir de 1990, le gouvernement impose des coupures budgétaires dans le système de la santé et des services sociaux, ce qui affaiblit les mouvements d'aide. Pourtant, les différents constats véhiculés par les médias, par les enquêtes policières et par les témoignages, ont provoqué une augmentation des plaintes et une prise de conscience au sein de la société.

Plusieurs cas d'inceste judiciairisés au Québec ont fait couler beaucoup d'encre et depuis ces dénonciations, plusieurs femmes témoignent de la souffrance qu'elles ont vécue en prenant la parole. À chaque semaine ou presque, on peut lire dans le journal local une dénonciation de cas d'inceste. Malgré un net progrès de la conscientisation du public, des mythes tels : l'enfant menteur, l'enfant provocateur, le maintien de l'équilibre familial et la peur persistent dans la population, et il y a un long parcours à faire pour dire et faire comprendre l'impact de l'inceste sur la femme et la société. Cela rend plus difficile l'établissement des statistiques fiables concernant l'inceste.

---

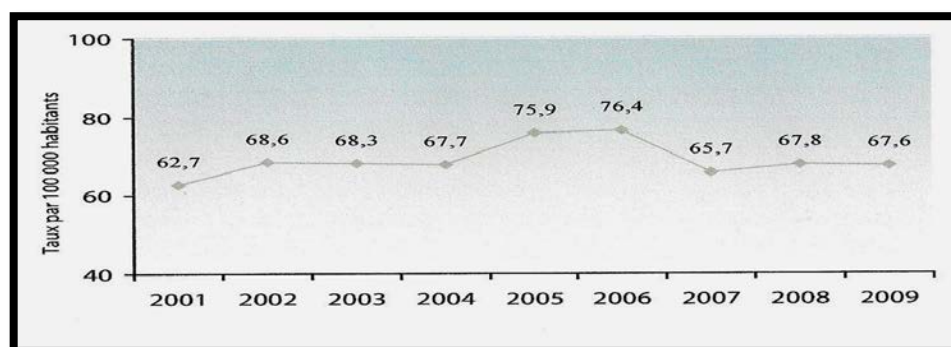
<sup>86</sup> Haesevoets, Yves-Hiram L., *L'enfant victime d'inceste : de la séduction traumatique à la violence sexuelle*, Belgique : Éditions de Boeck et Larcier, 2003, p. 15.



Cependant, les statistiques de 2009<sup>87</sup> sont maintenant à notre disposition, et il est intéressant de se pencher sur les différents résultats.

Cinq mille deux cent quatre-vingt-treize infractions sexuelles (agressions sexuelles et autres infractions d'ordre sexuel)<sup>88</sup> ont été enregistrées par les corps de police du Québec en 2009. Ces infractions sont demeurées sensiblement au même niveau qu'en 2008. En effet, le taux d'infractions sexuelles par 100,000 habitants n'a varié que de 0,2 % par rapport à celui de 2008. Si on fait exception des taux de 2005 et 2006 qui ont été plus élevés notamment en raison de la médiatisation de « cas célèbres »<sup>89</sup>, le taux de 2009 est comparable à ceux enregistrés annuellement depuis 2002.

**Figure 1- Évolution du taux d'infractions sexuelles, Québec, 2001-2009**



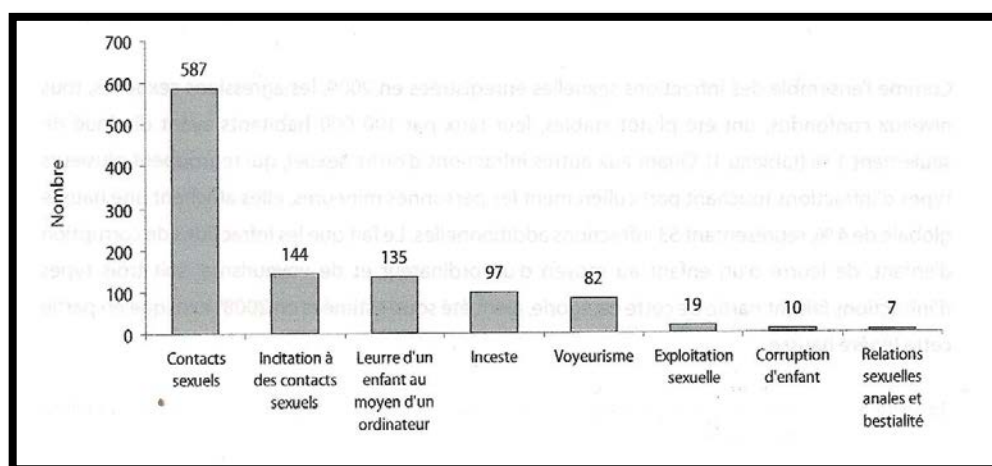
<sup>87</sup> Ministère de la sécurité publique du Québec, *Statistiques 2009 sur les agressions sexuelles au Québec*, 2011, pp. 1-62, sur le site internet suivant : <http://www.securitepublique.gouv.qc.ca> Vu sur internet le 5 septembre 2011.

<sup>88</sup> Les autres infractions d'ordre sexuel regroupent les infractions suivantes : les contacts sexuels, l'incitation à des contacts sexuels, l'exploitation sexuelle, l'inceste, les relations sexuelles anales non consentantes ou entre personnes de moins de 18 ans, la bestialité et, depuis 2008, la corruption d'enfant, le leurre d'un enfant au moyen d'un ordinateur et le voyeurisme.

<sup>89</sup> Ce facteur, jumelé aux efforts de sensibilisation du public sur les conséquences négatives de ces crimes et à la nécessité de les signaler aux autorités, a favorisé le dévoilement d'infractions sexuelles qui auraient pu autrement être gardées sous silence.

Les infractions étaient huit fois sur dix des agressions sexuelles simples<sup>90</sup>, et deux fois sur dix, d'autres infractions sexuelles. On constate qu'un peu plus de la moitié d'entre elles (587 des 1081) étaient des contacts sexuels. Suivaient principalement l'incitation à des contacts sexuels (144), le leurre d'un enfant au moyen d'un ordinateur (135), l'inceste (97), et le voyeurisme (82).

**Figure 2 - Répartition des autres infractions d'ordre sexuel selon leur catégorie, Québec, 2009— Répartitions des autres infractions d'ordre sexuel selon leur catégorie, Québec, 2009**

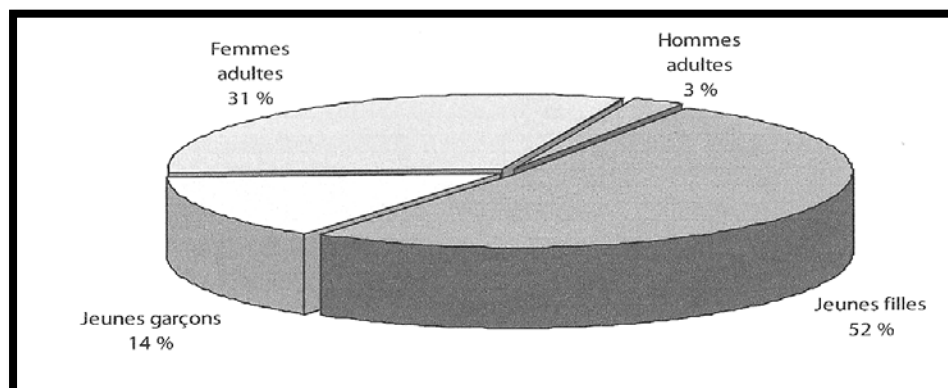


Une minime partie des autres infractions d'ordre sexuel était de l'exploitation sexuelle, de la corruption d'enfant et d'autres formes de relations sexuelles forcées.

Les victimes féminines de moins de 18 ans sont fortement surreprésentées parmi les victimes d'infractions sexuelles. Elles représentent la moitié des victimes, soit une proportion de 52 %. Les autres proportions sont : les femmes adultes (31 %), les jeunes garçons (14 %) et les hommes adultes (3 %).

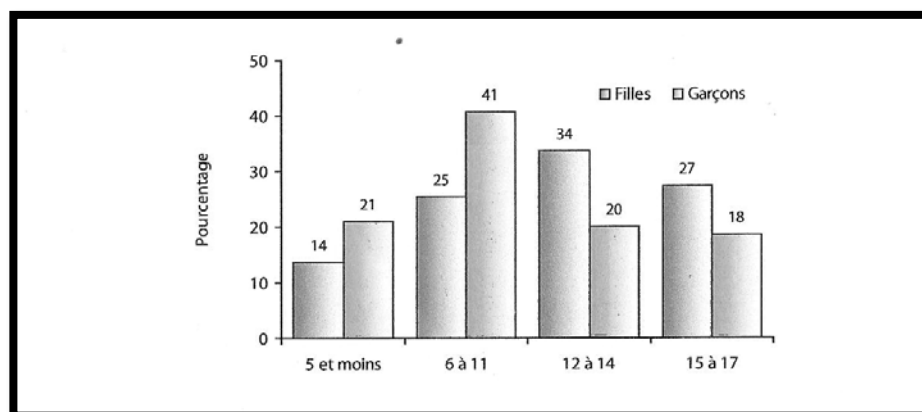
<sup>90</sup> Agression sexuelle simple (art. 271) : agression sexuelle qui ne cause pas ou presque pas de blessures corporelles à la victime.

**Figure 3 - Répartition des victimes d'infraction sexuelle selon le sexe et le groupe d'âge, Québec, 2009**



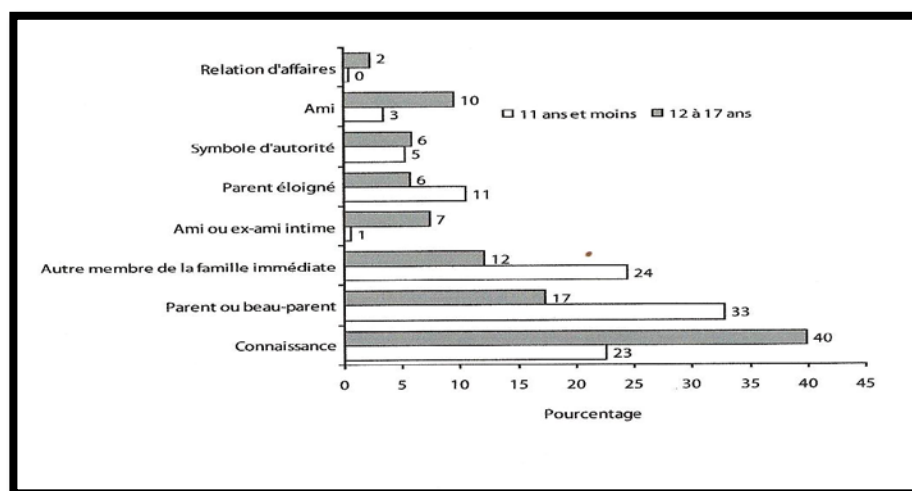
Plus précisément, lorsque nous considérons l'âge des jeunes victimes, on constate que les jeunes filles ont subi une infraction sexuelle surtout à l'adolescence. En effet, 61 % étaient âgées entre 12 à 17 ans au moment de l'infraction, 25 % de 6 à 11 ans et 14 % de 5 ans et moins

**Figure 4 - Répartition des jeunes victimes d'infraction sexuelles selon le groupe d'âge, par sexe, Québec, 2009**



Les jeunes victimes, filles et garçons, ont dit plus souvent avoir été agressés par un membre de leur famille, que ce soit le parent ou un beau-parent (24 %), un autre membre de la famille immédiate (18 %), un parent éloigné (8 %) ou une personne en situation d'autorité (6%).

**Figure 5 - Répartition des jeunes victimes d'infraction sexuelle connaissant l'auteur présumé selon le type de relation, par groupe d'âge, Québec, 2009**

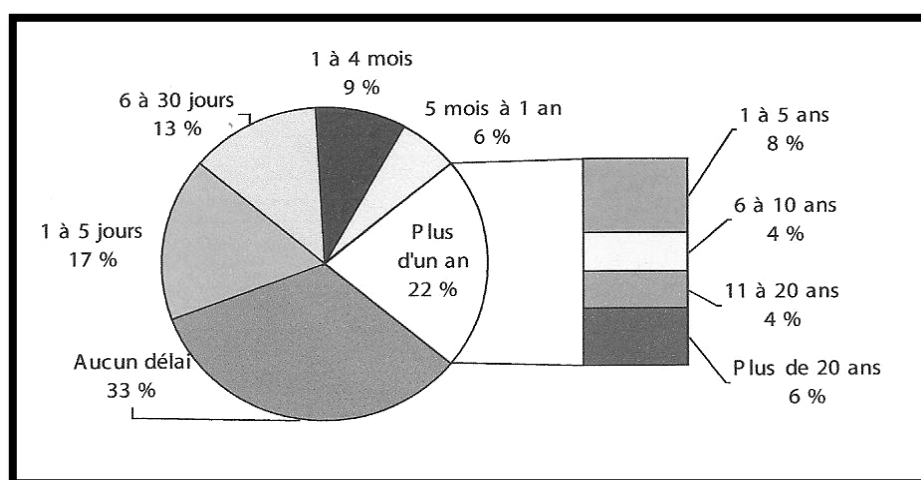


En raison du lien étroit qui unit souvent les victimes et les auteurs présumés, il n'est pas surprenant que la majorité des jeunes victimes (76 %), tous âges confondus, aient été agressées dans une résidence privée. Notons que cette proportion atteignait 88 % pour les enfants de moins de six ans. Les autres principaux endroits où ont eu lieu les infractions sexuelles sont un établissement d'enseignement, un établissement commercial, une zone de plein air et la voie publique.

Les infractions sexuelles ne sont pas toutes portées à l'attention de la police au cours de la même période. Les données sur le délai entre le jour de l'infraction et celui de la plainte permettent ainsi de constater que le tiers (33 %) des infractions sexuelles enregistrées en 2009 ont été commises le jour

même. Par ailleurs, pour 17 % des infractions, le signalement a eu lieu dans les cinq jours suivants, pour 13 %, au cours du mois suivant et pour 15 %, dans les onze mois suivants. Enfin, 22 % des infractions ont été signalées à la police plus d'un an après avoir été perpétrées, il est intéressant de préciser que 10 % avaient été commises depuis plus de dix ans.

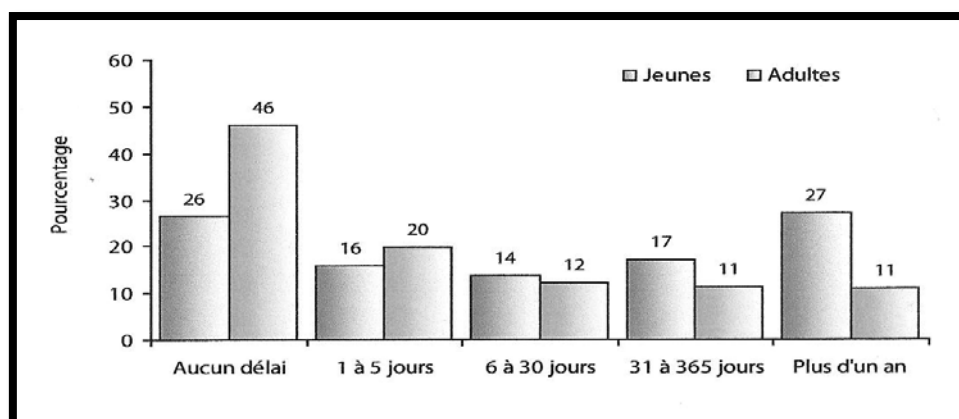
**Figure 6 - Répartition des victimes d'infractions sexuelles selon le délai de signalement de l'infraction, Québec, 2009**



Comme le démontre le graphique 7, les infractions sexuelles envers les jeunes à être signalées le jour même, sont de l'ordre de 26 % des cas. De plus, on constate que 56 % des infractions envers les jeunes ont été portées à la connaissance des policiers dans les 30 premiers jours. Les plus longs délais chez les jeunes vont de pair avec le fait que ces derniers ont plus souvent un lien de dépendance étroite avec l'auteur présumé. En effet, les victimes agressées par un membre de la famille ou par une personne en situation d'autorité sont en proportion plus nombreuses à afficher un délai de signalement supérieur à un an. Il faut aussi ajouter que les jeunes, surtout les plus jeunes, ont été victimes d'un membre de leur famille, ce qui les place dans une situation délicate. Les plus

jeunes peuvent craindre de se confier et de ne pas être crus ou encore de devoir se séparer de leur famille suite aux révélations. Par ailleurs, les jeunes enfants n'ont pas nécessairement la capacité de reconnaître la nature de l'événement et de le communiquer.

**Figure 7 - Répartition des victimes, jeunes et adultes, selon le délai de signalement de l'infraction, Québec, 2009**



### 1.5 Synthèse des acquis

Ce premier chapitre constitue la première spirale de notre recherche en théologie pratique. Elle m'a permis de poser un regard attentif sur les différentes réflexions que les sociétés d'hier et d'aujourd'hui posent sur ce crime humanitaire qui semble imprescriptible. Ces questions d'inceste qui hier étaient cachées dans le secret des familles et qui aujourd'hui commencent à être dénoncées farouchement au grand jour ne sont pas agréables à entendre ni faciles à comprendre. Tous ces points de vue provenant de différents champs disciplinaires : médical, ethnologique, sociologique, littéraire, juridique et religieux, me révèlent une multitude de définitions concernant cet indicible drame humain. La principale difficulté de compréhension de l'inceste réside dans la grande

variation des définitions et la variabilité de l'interdiction selon les sociétés et les époques. Pour certains, l'interdit de l'inceste est la base de l'organisation sociale, et pour d'autres, un processus social qui affecte les rôles respectifs des membres de la famille. À vrai dire, il est ardu de mener une étude phénoménologique et d'établir un indice de prévalence, car les statistiques sont partielles et l'accès aux sources est difficile : ce qu'on peut trouver ne représente qu'un pâle reflet de la réalité. La réflexion dans le domaine éthique ne suffit pas pour nous offrir des pistes intéressantes qui expliqueraient en quoi l'expérience d'être incestuée est un drame qui empêche la croissance de l'enfant dans son devenir-femme.

Après avoir réalisé une première observation et analyse dans le temps et dans l'espace, il importe de me mettre à l'écoute des histoires particulières que certaines victimes ont vécues. Les cas d'inceste ne se ressemblent pas tous. C'est pourquoi il revient aux femmes concernées de dire ce qu'elles ont vécu. À ce stade, en tant que chercheuse praticienne, j'amorce la deuxième boucle herméneutique qui consiste à donner une place au témoignage des femmes.

## CHAPITRE 2

### À L'ÉCOUTE DE HUIT FEMMES VICTIMES D'INCESTE

*« Ne pas avoir de souvenirs de son enfance, c'est comme si tu étais condamné à trimballer en permanence une caisse dont tu ne connais pas le contenu. Et plus tu vieillis, plus elle te paraît lourde, et plus tu deviens impatient d'ouvrir enfin ce truc. » Jurek Becker<sup>91</sup>*

Après avoir fait une première description de la pratique, le deuxième temps d'observation va me permettre d'entrer en plein cœur de l'expérience de quelques femmes adultes qui ont vécu l'inceste au cours de leur enfance. Une telle pratique ne se révèle pas si facilement. Il me faut savoir l'interroger, et essayer d'en comprendre les dessous invisibles, les drames et les enjeux. De la même manière qu'un musicien écrit une symphonie en l'écoutant d'abord intérieurement, je dois me mettre à l'écoute des vibrations intérieures des victimes d'inceste, de leurs histoires et de leurs rêves qui construisent leur compréhension du pays réel. Jean-Guy Nadeau mentionne que « la cueillette des données, l'attention au monde et à la parole de l'autre acquièrent ici un statut théologique particulier dans la mesure où elles sont les conditions d'une prise en compte sérieuse de l'expérience. »<sup>92</sup> Dans ce chapitre, je vais explorer le vécu de huit femmes victimes d'inceste, un peu comme le ferait un spéléologue pour explorer une caverne sombre. Je livrerai dans un premier temps mon témoignage personnel et j'écouterai ensuite celui de sept autres femmes.

---

<sup>91</sup> Jurek Becker fut interné, alors qu'il n'était encore qu'un très jeune enfant, dans les camps de Ravensbrück et Sachsenhausen, dont il ne garda aucun souvenir. Sa vie durant, il fut à la recherche du petit garçon qui survécut à l'horreur des camps grâce au dévouement de sa mère. Miller, Alice, *Notre corps ne ment jamais*, Paris : Flammarion, 2004, p. 71.

<sup>92</sup> Nadeau, Jean-Guy, « Une méthodologie empirico-herméneutique », dans *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004 p. 229-230.



## 2.1 Une histoire de vie en formation

Mon travail de recherche a débuté en 2005, lorsqu'une onde de choc secouait tout le Québec. Nathalie Simard brisait le silence, en dévoilant ce que son impresario lui avait fait vivre des années durant.<sup>93</sup> Avec courage et détermination, cette jeune femme a reconstitué sa vie grâce à sa discographie, ses émissions de télévision étant ses seuls repères. « Sa biographie aurait dû être écrite sur une portée de musique. Pas de bémols. Pas de dièses. Pas de demi-tons. Une vie toute en noires... »<sup>94</sup> Au cours de la même année, une artiste du Québec, Marie-Chantal Toupin, écrivait une chanson intitulée « *Tout effacer* » qui révélait l'inceste qu'elle avait vécu lors de son enfance, non sans exprimer ses peurs, sa douleur et sa source d'espoir. À l'écoute de ces récits, une vive douleur s'engendrait à l'intérieur de moi. Je me surprénais à ressentir moi-même leur souffrance et à les pleurer comme si leur histoire était la mienne. Ces récits ont fait ressurgir tous les morceaux de moi éparpillés et refoulés faisant partie de mon histoire. L'écoute de ces paroles a engendré une grande révolte en moi, car je me suis demandé pourquoi ces femmes qui sont sur la sellette ont la possibilité de raconter leurs souffrances et leur drame, alors que moi, une femme ordinaire, je préfère conserver cette douleur à l'intérieur de mon corps. C'est de cette manière que je me suis mise en route pour traverser le long tunnel qui me permettrait de passer des ténèbres à la lumière. Avant de continuer, il serait important que je vous donne quelques coordonnées à mon sujet.

---

<sup>93</sup> L'impresario était devenu le tuteur de Nathalie. Son crime consiste en ceci : il a attenté à la pudeur d'une personne de sexe féminin, a eu des rapports sexuels avec une personne qui n'était pas son épouse et qui avait moins de quatorze ans, il a encouragé sa victime à accepter une rançon de 300,000 dollars pour cacher un acte criminel.

<sup>94</sup> Vastel, Michel, *Briser le silence*, Outremont, Québec : Libre expression, 2005, p. 15.

**Tableau II - Profil de la chercheuse**

	Âge	Occupation	État civil	Nombre d'enfants	Agresseur	Début de l'agression
<b>Francine</b>	46 ans	Mère au foyer	Mariée	3 garçons	Père	À l'âge de 6 ans

L'écriture de mon récit de vie me donnait la permission de prendre la parole et d'écouter cette voix qui m'a conduite à l'entrée de la chambre noire de mes pensées les plus secrètes. Au centre de mon labyrinthe, des mots de silence attendaient d'être traduits à travers mon écriture. Ces mots m'ont permis de nommer l'indicible et de donner un nom au terrible mal de vivre qui hantait ma vie et me détruisait lentement : l'inceste. Pour dire vrai, je me suis battue avec moi-même pour écrire ce récit de vie, car je n'avais pas le goût de retourner en arrière pour relire ces différents passages qui constituaient les chapitres de ma vie et j'ignorais quelles émotions allaient surgir de cette explosion de mots. J'avais omis volontairement de les écrire et maintenant j'avais peur de les regarder en face, car je savais que je ferais ressortir de vieux démons. Tant de maux, de larmes et de douleurs sont ensevelis depuis plusieurs années sous une épaisse carapace. Je prenais le risque de dévoiler un traumatisme qui avait laissé peu de séquelles physiques visibles, mais plutôt des conséquences psychiques et sociales sérieuses. Comment parler de cet odieux drame, de ce sujet qui hantait ma vie, de cette tristesse qui habitait au fond de moi, de cette douleur corporelle, sans risquer de tomber dans l'horreur, dans la peur et dans la haine?

### 2.1.1 Le choix d'un symbole personnel

Pour m'aider à traduire mes émotions, je me suis servie du langage symbolique. Il semblait pour moi un outil efficace pour m'aider à découvrir ce que j'avais enfoui au plus profond de moi depuis si longtemps. L'image que j'ai choisie en tant que symbole personnel provient d'une parole inscrite dans la Bible : « Alors Yhwh Dieu, modela l'homme avec la glaise du sol, il insuffla dans ses narines une haleine de vie et l'homme devint un être vivant.» (Gn, 2,7) J'ai donc choisi d'utiliser comme élément symbolique:

LE VASE



LE FEU



**Figure 8 - Le langage symbolique de la chercheuse**

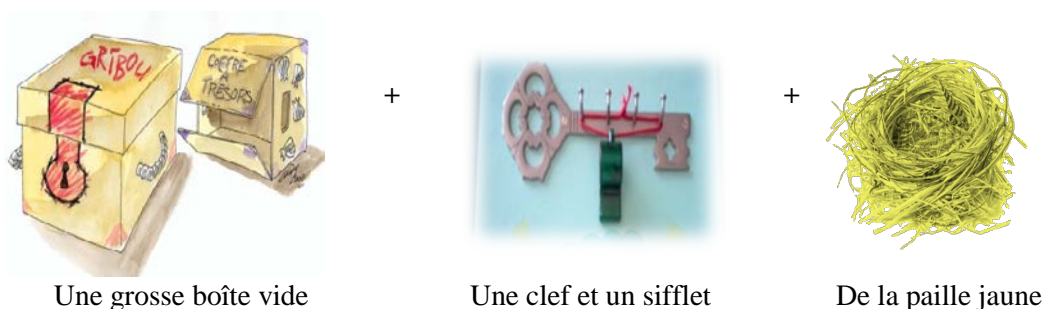
Je vous explique en quelques mots le pourquoi de ce choix.

*Le vase unique et précieux que Dieu a créé à partir de son souffle et de la terre a été brisé en mille morceaux par l'inceste. J'ai eu un choix difficile à faire. Je reste détruite à jamais ou encore j'écoute cette force irrésistible qui demande à ce vase de se donner les moyens pour se reconstruire différemment. Il me faut renâître à partir de l'alchimie où le feu transforme le métal en or. Le feu va chauffer mes traumatismes en me permettant de reconstruire plus facilement le vase que je suis en nouvelle créature. Tranquillement, je vais devenir plus solide malgré la présence de cicatrices. Et je redeviendrai l'œuvre d'art qui a été construite lors du début de ma création.*

## 2.1.2 Une trousse de symboles

Pour me donner les moyens de retrouver mes vraies racines, il me fallait accepter de laisser parler ce silence en moi, de faire la lumière sur ce qui était ombragé, de refaire le casse-tête de mon vécu en acceptant d'utiliser des morceaux qui étaient jusqu'à aujourd'hui inconnus. Pour ce faire, j'ai utilisé un ensemble de symboles qui va me permettre d'entrer dans les profondeurs de mon être et d'y découvrir un monde intérieur de grande richesse.

**Figure 9 – Les symboles de la chercheuse**



*Cette boîte même si simple, elle n'a de valeur symbolique pour moi que par son contenu, et je sais qu'ouvrir une boîte est toujours un risque. La grosse boîte symbolise ma vie et mes souvenirs.*

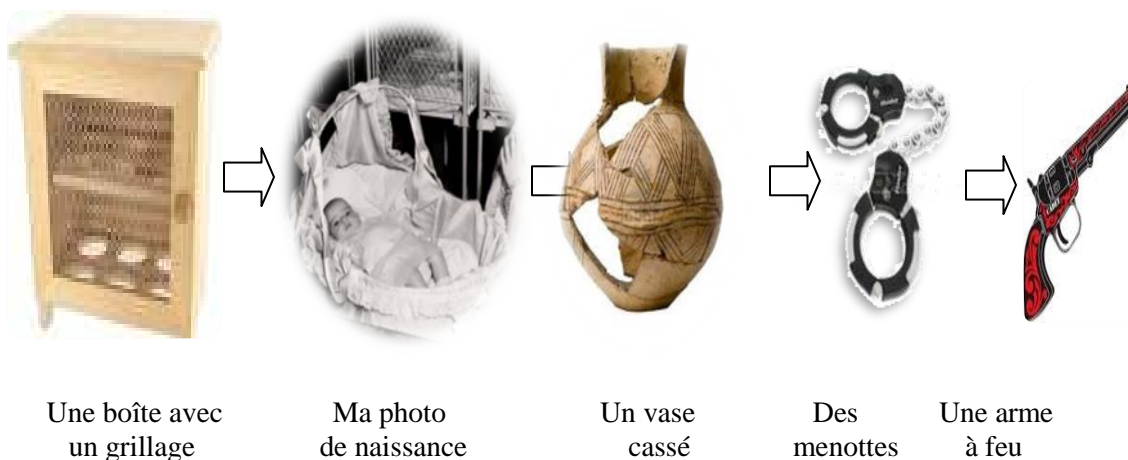
*Le sifflet exprime le cri que je dois faire pour exprimer ma douleur. Il est le souffle dont j'ai besoin pour respirer la vie.*

*La clef est le symbole du mystère à percer, de l'énigme à résoudre. Je suis la clef capable d'ouvrir la porte intérieure dans laquelle je suis enfermée depuis mon enfance pour en dévoiler le secret, et je serai capable de fermer la porte pour que l'on ne puisse plus venir me déranger dans le futur.*

*La paille symbolise à la fois mon berceau, mais aussi mon tombeau. Elle représente la matrice qui m'a fait naître, mais aussi la matrice familiale qui m'a empêchée de grandir. La couleur jaune est une image de chaleur et d'espérance. Elle symbolise la flamme fragile qui m'a aidée à survivre et aussi celle qui me fera renaître.*

À l'intérieur de la boîte, nous retrouvons deux autres petites boîtes en bois.

**Figure 10 - Les symboles de la première petite boîte**

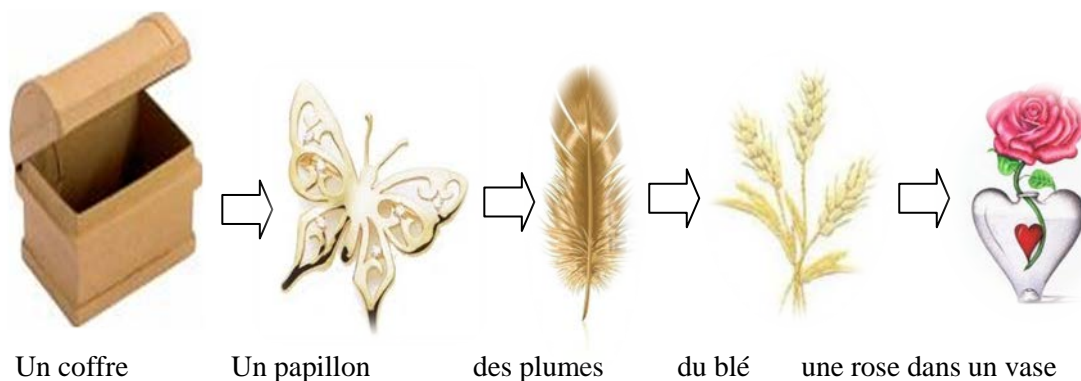


*La première boîte parle : de mon enfermement, de mon adoption, de mes agressions, de mon désir suicidaire et d'une féminité déchirée. Elle symbolise ma prison avec tous les éléments porteurs de souffrance. Elle contient mes souvenirs, mes épreuves, mes pleurs, mes déceptions, et mes peurs.*

La deuxième boîte est un coffre aux trésors.

*La deuxième boîte parle de ma libération, de mon envol, de ma métamorphose, de ce que je désire devenir, mon avenir et ma quête de sens. On y retrouve des symboles qui parlent de fécondité : le blé et la rose. Le papillon symbolisant mon espoir et ma transformation, les plumes représentant la sécurité, l'élévation vers une transcendance, la protection, j'oserais dire les bras sécurisants d'une maman. Le vase n'est nul autre que moi ayant subi une transformation.*

**Figure 11 - Les symboles de la deuxième petite boîte**



J'étais maintenant prête, avec tous ces symboles, à me raconter, à faire de ma vie une histoire qui deviendrait créatrice de mon identité et de ma condition humaine.

Le travail autobiographique procéderait à l'avènement d'un *je humain*, à la naissance ou à la renaissance du sujet. [...] Il s'agit ici d'un acte de naissance, d'une naissance qui n'est pas seulement d'un personnage, mais d'une personne, de la personne même de l'auteur.<sup>95</sup>

Le récit que je vais raconter viendra dire : « *Voilà qui je suis et d'où je viens.* » La route que je vais tracer n'est pas n'importe laquelle, mais celle du combat dont je me dois de sortir victorieuse.

### 2.1.2.1 Un récit autobiographique

J'avais toujours cru que ce passé était derrière moi avec son lot de blessures. Je pensais avoir tourné la page alors qu'au contraire mon corps qui bouillonnait comme un volcan avait le goût de

---

<sup>95</sup> Rugira, Jeanne-Marie, « Pouvoirs créateurs de l'histoire de vie : entre la crise et l'écrit », dans *La formation au cœur des récits de vie : Expériences et savoirs universitaires*, Montréal : Édition L'Harmattan, p. 57.

traduire ces mots du ventre, ces mots secoués, ces mots en fusion qui attaquaient mon être en le détruisant peu à peu. J'avais toujours réussi jusqu'à maintenant à rendre cette douleur invisible, car elle ne devait en aucun cas éblouir personne. J'avais quarante-six ans, j'étais fatiguée de me battre contre des fantômes et de demeurer sous l'emprise de cette ombre qui me suivait depuis trop longtemps déjà. J'ai alors pris la décision d'écrire mon autobiographie, car elle me permettrait de découvrir des renseignements précieux sur la réalité que mon corps était en train de vivre et de mieux découvrir le mystère d'un Dieu m'aidant à survivre.

### **A. L'éveil des souvenirs**

*Le trente août 1959, une ombre plane sur la ville de Chicoutimi, une jeune femme met au monde une petite fille qu'elle n'a peut-être même pas désirée, mais elle lui donne tout de même la chance de vivre en lui donnant naissance. Un enfant qui pourtant n'avait besoin d'autre que de l'amour des bras de sa mère, son sourire et sa voix. Vingt-quatre heures après ma naissance, elle signe et l'on m'emporte à l'orphelinat de Chicoutimi. Tout ce qu'il me reste est cette photo prise dans un journal le jour de Noël. J'y vois des barreaux de fer démontrant que déjà ma vie est une prison. La preuve que même bébé, j'étais consciente de ce qui m'habitait est qu'à l'âge de cinq mois, je ne pesais que dix livres, je ne voulais plus manger. Par miracle, en janvier 1960, un jeune couple avec un garçon de sept ans est venu à l'orphelinat et m'a adoptée. Ils m'ont fait soigner, m'ont donné de l'amour et tout ce dont un enfant a besoin. J'ai grandi comme tous les autres enfants sauf qu'à six ans, un choc fatal est venu briser ma vie, jamais je n'oublierai ce jour et les autres. J'ai seulement à fermer les yeux et je revois tous les gestes qu'il m'a fait subir, les paroles qu'il me disait, les menaces, les insultes, les petits cadeaux et surtout le silence qu'il m'imposait pour ne pas se faire découvrir. Ma vie est liée à toute cette souffrance et à cet effroi. Mon inconscient traîne les traces de mon passé et il me suit pas à pas.*

*Le jour de mes six ans, je le revoyais, ce matin, comme dans un feedback, jamais je n'oublierai ce jour. Mon père se permettait de me faire des attouchements sexuels en plaçant ses mains dans ma petite culotte et il a continué son petit jeu bien des années durant jusqu'au moment où je lui eus promis de le tuer s'il osait encore mettre ses mains et son regard sur mon corps. Au début, je ne comprenais pas, j'avais peur de sa réaction et je me devais de lui être soumise. Il pouvait profiter de ma faiblesse. Ce jour-là, mon cœur s'était éteint, j'avais fermé les poings et le temps m'avait enlevé le goût de vivre. La peur s'était imposée à mes nuits et je ne*

*voulais pas savoir ce que serait le lendemain. Il avait volé mon enfance, détruit mon innocence, m'avait fait devenir adulte et oublier tout ces passages que je devais faire pour grandir, et j'en voulais aussi à ma mère qui disait me protéger. Je sais aujourd'hui qu'elle a dû faire du mieux qu'elle le pouvait parce qu'un agresseur est comme un loup affamé, il surveille sa proie pour lui sauter dessus et la manger, et elle ne voulait pas perdre sa fille unique.*

*J'étais incapable de me protéger des pressions extérieures, car ma mère m'avait couvée et surprotégée trop longtemps, ce qui faisait de moi une personne naïve qui croyait que tout le monde pouvait me fournir le bonheur et l'amour. J'étais dépendante de ces deux personnes adultes. J'ai quitté la maison à vingt-deux ans après avoir connu l'homme de ma vie. Encore, ce ne fut pas facile. Apprendre à aimer un homme pour quitter la maison. Est-ce que je l'aimais vraiment? Une chose est certaine, il était pour moi : sa sensibilité, sa patience m'ont permis de connaître avec le temps le véritable amour. Oui, je dois le dire, ce passé n'a pas hanté la vie d'une seule personne, mais celle d'un couple. De mon union, j'ai fait naître trois beaux garçons, le plus merveilleux de ma vie malgré tout ce que cela comporte. Imaginer, à mon troisième accouchement, tout le personnel déçu, car j'avais un troisième garçon. Essayer de leur faire comprendre que vous ne vouliez pas de fille. La peur de faire vivre la même chose à quelqu'un d'autre. Non jamais, pas de filles, cela aurait été trop dur pour moi. J'aurais vécu et je leur aurais fait vivre l'enfer en les surprotégeant.*

## **B. La loi du silence**

*Je demeurais enfermée dans ma chambre close et cadenassée pour ne plus jamais sentir ce souffle et ces caresses sur mon corps. Je vivais une grande douleur morale qui m'obligeait à m'emprisonner dans cette pièce pour éviter d'imposer ma colère, mon agressivité et ma honte aux gens de mon entourage. Avec le temps, il s'est créé un grand silence en moi, car épuisée je n'en pouvais plus. C'est horrible de vivre dans la noirceur et d'être séparée du monde alors qu'on ne comprend pas ce qui nous arrive. Je portais des masques et j'avais monté autour de moi un mur assez épais pour que personne ne voie ce que j'ai vécu pendant toutes ces années. Personne ne devait savoir, car je risquais de ne pas être crue et je briserais le lien familial. J'ai tissé autour de moi une toile de peur, de concessions et de négatif, ce qui a fait de moi une femme non libre. Je préférais demeurer dans l'ombre pour éviter de me faire dire que je suis la coupable. J'aurais aimé comprendre pourquoi l'homme qui était venu m'adopter pour m'aimer et me protéger, celui que j'aimais parce qu'il était mon père, m'a plutôt abusée sexuellement. Jamais je n'aurai de réponse.*



## 2.1.2.2 Les traumatismes révélés par les symboles personnels

### A. Les répercussions psychosomatiques

*Personne ne connaissait mon silence, ma peur et mon angoisse et je choisissais de me laisser juger à cause de mon regard froid et dur, et pourtant je ne cherchais qu'à montrer combien j'avais mal en dedans. Je me sentais inférieure à tout le monde, je vivais comme un automate, le corps emmitouflé comme un ours à l'abri de tout regard et je négligeais l'embellissement de ma beauté féminine. J'avais honte d'être une femme et de penser que les hommes me regardaient seulement pour ma sexualité. J'étais hypersensible et j'avais tendance à prendre toute la douleur du monde sur mes épaules pour régler les problèmes. J'avais toujours de la difficulté à m'affirmer, car j'étais tellement habituée à penser que je ne valais rien. Mon corps n'en finissait plus de souffrir à cause de cette douleur physique et psychologique devenue intolérable. Toute mon adolescence et le début de l'âge adulte, je les ai passés à vomir à tous les matins mon déjeuner. J'ai eu des maux de jambes et de la diarrhée à toutes les nuits et des maux de ventre chroniques. Combien de médecins ai-je consultés pour toujours me faire dire que c'était entre les deux oreilles que j'avais mal, et pourtant, moi je savais que j'avais mal, je n'étais pas folle. Jusqu'au jour où un docteur m'a prescrit des antidépresseurs, car tous mes examens étaient normaux. Il me faisait mal, ce corps, et je le haïssais tellement, car il était plein de défauts et dépourvu de qualités.*

### B. La dépression

*Cette ombre qui me suivait partout m'obligeait à me couper de mes émotions en croyant que l'amour n'avait pas le droit d'exister pour moi. Il n'y avait plus rien de beau en moi, j'étais envahie par différentes taches que je nommerais : honte, culpabilité, faible estime de moi, peur, colère, soumission, état dépressif et suicidaire, anxiété, hypersensibilité et perfectionnisme. Avec les années, j'avais fermé mes fenêtres pour ne plus rien voir, j'avais fermé les lumières en préférant demeurer dans la noirceur de mon incertitude. J'en étais venue à vouloir m'anéantir, me détruire pour ne plus être vue par personne. À trente-cinq ans, je cherchais un moyen pour mettre fin à mes jours, ou plutôt un moyen pour mettre fin à cet enfer qui envahissait tout mon être, je cherchais une libération, et pourtant je ne voulais pas mourir.*

## C. Un cri à l'aide

*Combien de fois ai-je demandé à Dieu de venir me chercher et de m'emmener auprès de lui pour me sauver. Je savais que je n'avais pas le droit de m'enlever la vie et j'avais peur de Dieu et du péché. Pourtant un jour de grand désespoir, mon regard s'est tourné vers Dieu et je lui ai lancé ce cri d'alarme : « Mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné? » J'avais besoin d'aide et je savais que la foi m'aiderait à trouver les clés du salut. À partir de ce moment, une illumination divine, me montrant trois petits visages, est venue me dire que j'étais son enfant bien-aimée, qu'il m'avait choisie et je devais vivre pour mes trois enfants chéris. J'ai alors demandé un signe, un tout petit qui me montrerait que Dieu était présent et me soutenait dans cette période où je ne voulais plus vivre. Une réponse rapide est venue, une sonnerie de téléphone d'une ancienne amie qui me disait que son voisin venait de se suicider. J'ai alors éclaté en sanglots et je lui ai demandé de me tendre la main, car c'était moi la prochaine sur la liste des avis de décès. Je me suis ancrée, par la suite, dans cette espérance qui me disait qu'un jour je sortirais de cette prison, de ces murs et ce, grâce à cette flamme qui est en moi comme source d'espérance. Je me permettais d'aller puiser dorénavant, dans la nature et la théologie, les conseils et les aidants nécessaires pour que je retrouve une pleine santé et que je grandisse dans ma recherche spirituelle.*

### 2.1.2.3 Le récit de rêve récurrent de la chercheuse

Je ne pouvais oublier ce vieux rêve qui venait hanter mon sommeil à toutes les nuits pendant mon adolescence. J'ai donc pris le temps de m'arrêter pour écouter ces informations plus que secrètes qui provenaient de mon intérieur.

*Une petite fille seule et craintive est accroupie et cachée dans une pièce de la maison. Elle surprend un homme en train de crier et de menacer une femme. Il mentionne qu'il va la tuer si elle ne l'écoute pas. Il prend un fusil et soudainement cette enfant sort de son abri et elle retire l'arme des mains de son père et la pointe sur le corps de sa mère en disant que c'est elle, leur enfant, qui va la tuer et non pas seulement elle, mais aussi son père. Après avoir commis son crime, l'enfant fait craquer une allumette et elle prend plaisir à incendier la maison familiale. Elle ouvre ensuite la porte et quitte les lieux sans se retourner. À cet instant, je me réveille effrayée et je cherche du regard et avec mes mains la porte de sortie de ma chambre.*

Que peuvent bien signifier tous ces symboles?

*La petite fille craintive et cachée qui se terrait dans la noirceur en position fœtale à l'intérieur de la maison est la partie du « moi » meurtrie que je cache aux autres et à moi-même. Elle est cette enfant abandonnée, adoptée et agressée sexuellement.*

*La maison est un labyrinthe en tant que sentier symbolique et voie de réalisation spirituelle.*

*L'homme et la femme du rêve font partie de ma famille, ce sont mes parents.*

*L'arme à feu symbolise l'instrument de l'oppression et en même temps celui de la justice. Il représente l'agression, la sexualité refoulée et la colère. En pointant l'arme à feu sur les deux individus devant moi, je décide qu'il est temps de faire tomber les masques et de sortir de mon état de victime.*

*Le feu de l'allumette ou encore l'incendie symbolise le désir de purification, d'une renaissance.*

#### **2.1.2.4 Le dessin de la chercheuse**

Les jours où j'étais incapable d'écrire, je prenais mes crayons de couleur et je gribouillais maladroitement des traits sur du papier. Le mythe du Minotaure a grandement inspiré ma créativité, car il symbolise à mes yeux le combat que doit mener un être humain contre un taureau féroce. Les symboles que je retrouve dans mon dessin sont :

*Le Minotaure symbolisant mon état psychique dominé par un agresseur sans scrupule. L'attaquant possède un bagage destructif exceptionnel et il me faut le détruire pour réussir à donner un sens à ma vie et aussi retrouver ma pleine féminité.*



**Figure 12 - Le dessin de la chercheuse**

*Le labyrinthe pour moi est celui de la féminité, et je le tiens entre mes mains comme le fait une mère avec son enfant. Le trajet du labyrinthe symbolise le rite de passage ou encore le chemin intérieur que je dois faire dans ma quête de sens. Je dois traverser les différents couloirs de ma vie pour aller y tuer les éléments obscurs, ceux qui m'empêchent d'avancer dans mon individuation.*

*L'enfant intérieur ou encore le Soi se situe en plein centre de mon être. Il est la force qui me permettra de découvrir ma vraie identité. Le Soi me parle à partir de symboles, dans les rêves, et aussi dans la maladie. Il me fait découvrir les événements douloureux, des secrets bouleversants, des émotions enfouies ou des retrouvailles avec des parties dissociées de ma personnalité.*

*À l'intérieur de mes mains, il y a un rouleau de fil. Il symbolise ma persévérance ou encore ma foi. Comme le petit poucet qui place des cailloux sur son chemin, moi j'y déroule un fil qui me permettra de ressortir du labyrinthe sans me perdre et aussi avec la certitude d'une renaissance.*

### 2.1.2.5 Le rituel symbolique de la chercheuse

#### A. La combustion

Pour m'aider à renaître, j'ai utilisé un symbolisme qui a transformé ma souffrance en une création révélatrice de sens comme l'alchimiste qui transforme le plomb en or.

*J'ai fait un bouquet avec une rose blanche, qui est le symbole de l'innocence et de la pureté, et une rose rouge sang, symbole de l'inceste, de la souffrance et de la douleur. J'ai pris ensuite un ruban noir et l'autre mauve pour faire le nœud du bouquet : cela signifiait le lien de mort qui m'unit à ces personnes et le désir profond de me libérer. J'ai pris aussi du papier violet (couleur de l'avent), qui est symbole du deuil, de la tristesse et de la pénitence que mon père n'aura jamais faite. Sur le papier, j'ai écrit ces mots qui ont semé la confusion en moi : « De votre fille d'amour. »*

#### B. Une renaissance

*Devant deux personnes ressources, je me suis laissé bercer par la chaleur et la couleur vive d'un feu ardent. Dans un premier temps, j'ai pris les éléments symboliques, une pièce à la fois, et je les ai tous jetés au feu. Dans un deuxième temps, j'ai allumé une chandelle de baptême à cette braise afin que dorénavant cette petite flamme d'espérance me guide dans les chemins de la vie. Dans un dernier temps, j'ai ramassé les cendres brûlantes, qui contenaient les éléments obscurs qui provoquaient en moi la peur, la honte, l'angoisse, une faible estime de moi-même et les ai mises dans une petite boîte de métal. Je me suis ensuite rendue au cimetière où repose mon père et j'ai laissé à la terre-mère ce qui ne m'appartenait plus.*

## C. Épilogue : l'espoir d'une totale libération

*Je ne me bats plus contre la vie, j'ai déposé les armes. Avec le temps, j'ai recollé les morceaux de ma vie, et j'ai appris à faire des choix. Il me suffit dorénavant d'être moi, de me dévoiler sans aucune restriction, en demeurant fidèle à ma voie et à la création que je suis. Peu importe l'égratignure qui se produira sur le vase que je suis, je prendrai les moyens nécessaires pour réinventer l'œuvre unique que je suis, je choisirai les personnes capables de m'aider à cheminer afin que ma vie soit toujours une œuvre d'art. C'est ma responsabilité de prendre soin de ma vie et je dois lui donner toutes les chances possibles pour qu'elle grandisse en plénitude.*

### 2.2 La méthodologie

Comme le lecteur ou la lectrice peut le constater, le commencement de ce projet est centré sur ma propre expérience et c'est de cette manière que la recherche sur le terrain a pris naissance. Après plusieurs mois de réflexion, je me suis demandé si beaucoup de femmes avaient vécu l'inceste et étaient à la recherche de leur subjectivité. Je prends donc le risque de la parole de l'autre en passant de mon récit à celui des autres femmes.

Dans la partie suivante, je rendrai compte des aspects méthodologiques de la recherche. Je préciserai, dans un premier temps, la stratégie utilisée pour recueillir mon échantillonnage ainsi qu'une description des participantes. Dans un deuxième temps, je vais définir de quelle manière s'est effectuée la collecte de données, les entrevues et la démarche d'analyse des données.

La première tentative a été de lancer une invitation à des femmes qui avaient vécu une expérience incestueuse. J'ai ciblé en premier lieu les différents mouvements féminins de la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean, l'endroit idéal pour me permettre de documenter et d'analyser les

enjeux de cette expérience douloureuse. Cette tentative n'a pas donné de résultat. Les responsables des différents centres étaient ouverts à la possibilité d'une nouvelle démarche de libération; par contre, les femmes en consultation, dans les différents groupes, n'avaient pas le goût de recommencer une nouvelle intervention qui les obligerait à se replonger dans leurs blocages, leurs souffrances et leurs différents conflits intérieurs. Les femmes adultes ayant vécu l'inceste lors de l'enfance vivent dans un monde où le silence est difficile à rompre. Le halo de mystère qui entoure ce drame est si épais qu'il n'est pas intéressant pour ces femmes de parler publiquement de ce qu'elles ont vécu dans la cellule familiale.

Suite à un bref découragement, j'ai alors choisi de parler de mon sujet de recherche avec des gens de mon entourage, mes amis, mon médecin, mes collègues étudiants à l'université et ma famille. Le résultat fut très positif. Il s'est produit un phénomène de boule de neige : les débuts ont été difficiles, puis tout a débloqué. J'ai obtenu le nom de six femmes qui ont accepté volontairement de participer à cette recherche, et ce, suite à l'explication de la démarche et des garanties éthiques et professionnelles. En cours de route, une septième femme, qui a entendu parler de la recherche, est venue se joindre à l'étude en me léguant généreusement son récit de vie ainsi que le rêve récurrent qui la hantait depuis plusieurs années.

Les différents critères de sélection sont les suivants :

- L'âge : des femmes adultes;
- Le domicile : région du Saguenay;
- Le drame vécu : l'inceste subi au cours de leur enfance, aux dépens d'un père, frère, beau-père, grand-père, oncle;
- Le suivi : différents essais d'accompagnement thérapeutique;

- L'acceptation du projet : ouverture à expérimenter éventuellement un rite de guérison.

### **2.2.1 Le profil des participantes**

Pour permettre à la lectrice ou au lecteur de bien se situer dans la recherche, il est de mise de faire une courte description des participantes<sup>96</sup>, suivi d'un tableau récapitulatif.

#### **Madeleine**

Madeleine est âgée de soixante ans, célibataire, et elle provient d'une famille nombreuse. Elle a été agressée par son frère à l'âge de huit ou neuf ans, et ce jusqu'à l'âge de douze ans. Madeleine était incapable de prononcer et encore moins d'écrire le mot agression ou inceste lors de notre première rencontre, car elle se sentait très coupable. Elle était pour la fratrie celle qui pleurait tout le temps, qui ne jouait pas avec les autres. Elle vivait du rejet et en vit encore aujourd'hui. Sa grande foi en Dieu et la prière l'ont aidée à panser ses plaies, à pardonner et surtout à continuer à cheminer tout en sachant que les cicatrices étaient toujours présentes. Madeleine a consulté plusieurs thérapeutes, mais jamais ils n'ont mis le doigt sur ce qui se passait en elle. Elle se disait stable dans son instabilité. Dans la quarantaine, elle se dirige au Cegep en nursing. Elle avait tout pour réussir, mais son comportement la suivait partout : elle s'affirmait avec agressivité, elle avait des problèmes physiques, et un équilibre psychologique très fragile. Elle aurait aimé mourir si elle n'avait pas eu peur de l'enfer. Suite à nos rencontres, Madeleine est capable de dire qu'elle a vécu l'inceste au cours de son enfance avec l'un de ses frères.

---

<sup>96</sup> Tous les noms de femmes sont fictifs.



## **Déborah**

Déborah a cinquante-trois ans et est l'aînée d'une famille de cinq enfants. La vie familiale de Déborah en a été une d'horreur et de peur. Le père de famille était violent envers sa conjointe et autoritaire envers les enfants. Elle se souvient des multiples agressions sexuelles horribles que son père lui a fait vivre à partir de l'âge de neuf ans. Pourtant sa mère lui confie que son père aurait commencé les attouchements vers l'âge de deux ans et demi. Le tout a cessé vers l'âge de dix-huit ans et demi après qu'elle ait menacé son père de tout dévoiler ce qu'il lui avait fait endurer. Malgré les séquelles psychiques, physiques et les nuits cauchemardesques qui la suivaient sans arrêt, Déborah garde le secret, se marie et enfantera deux beaux garçons. Ce n'est que dix ans après son mariage qu'elle dévoilera à son conjoint les faits vécus dans sa famille. Elle fait des études pour devenir infirmière auxiliaire. La plus grande difficulté qui la suit depuis toujours est son manque de confiance en elle : dans son travail, ses amitiés et sa vie de couple. Elle a déjà brisé le mur du silence en écrivant son récit de vie, pourtant elle m'a révélé des éléments qu'elle avait omis d'écrire et même de dire à son conjoint. Déborah a la foi et à tous les matins elle va se recueillir dans son petit coin de prière. Les anges sont ses protecteurs, ils sont un souffle intérieur qui l'aide à construire sa nouvelle naissance. Les trois quarts de sa guérison sont dus à la dénonciation de son père à la justice au cours des dernières années. À la suite de notre démarche, Déborah est capable de dire que d'avoir la foi, c'est croire en l'autre, mais aussi en soi si l'on veut guérir.

## **Julie**

Une femme de cinquante-deux ans, mariée, divorcée et en couple présentement. Julie est mère d'une fille unique, et grand-mère d'une petite-fille de onze ans et d'un petit-fils de huit ans. Elle

provient d'une famille de dix enfants. Son premier agresseur a été son grand-père à l'âge de dix ans, et par la suite ce fut son père qui agressa les quatre filles de la maison. La vie de Julie a pris un autre sens lorsqu'elle s'est révoltée contre son père et lui a dit qu'elle le tuerait s'il la touchait encore. Le silence s'est rompu au décès de leur mère. Julie n'a jamais eu d'aide de personne sauf ce jour où il y a eu un bon samaritain sur sa route, son médecin, qui lui a sauvé la vie. Le mur de brique bâti par Julie au cours des vingt-sept dernières années s'est effondré et il n'a pas été facile à percer. Comme bien des femmes de la région, Julie a eu une éducation sévère en ce qui a trait à la religion, et c'est de la foutaise pour elle aujourd'hui. Lors de nos rencontres, elle disait que la situation de victime était réglée et qu'elle était passée à autre chose, mais le fait de revenir en arrière lui a fait bouger les entrailles un peu. Julie a réalisé un grand cheminement face à la douleur, mais comme elle le dit, « je n'oublierai jamais ». Aujourd'hui, elle est fatiguée de se battre, elle ne demande qu'une petite vie tranquille avec son ami, son chalet, la pêche, la chasse et sa fille.

## **Joëlle**

Une dame de cinquante et un ans provenant d'une famille de sept enfants : trois garçons et quatre filles. Joëlle est très anxieuse lors de notre première rencontre, elle verse des larmes et me démontre sa colère face à la sexualité, à l'obligation du silence, et face aux hommes en général. Elle n'a aucune confiance en elle, elle est soumise et dépendante affective. Son oncle est son premier agresseur, elle avait cinq ans, et vivait la sensation de la mort à toutes les fois où il venait rendre visite à la maison. J'omettrai volontairement de nommer les nombreux autres hommes qui lui ont fait des attouchements. L'automutilation a été sa porte de secours, car elle a été obligée de consulter après plusieurs récidives. Joëlle a été perturbée dans sa sexualité au point de vérifier si elle aimerait avoir des relations avec les femmes. Joëlle s'est cloîtrée dans la maison pendant deux ans et demi de

peur d'être observée par un homme. Elle ne parle pas de guérison complète, mais seulement du désir de reprendre goût à la vie pour elle-même et avec ses enfants. Joëlle vient de réaliser un rêve vieux de trente-cinq ans, soit de terminer sa scolarité. Elle travaille à temps partiel et fait un peu de bénévolat.

## **Sarah**

Sarah a cinquante ans et est l'aînée d'une famille de cinq enfants : un garçon et quatre filles. Elle a vécu dans un milieu chaotique : la mère de la famille était dépendante et le père très autoritaire. Elle était une enfant pacifique, humaine, à l'écoute des autres sauf d'elle-même. Elle exerce la profession d'infirmière et de professeur dans un collège. Le père a abusé sexuellement des cinq enfants et la mère n'a jamais voulu avouer la chose. Elle se tenait toujours occupée pour oublier tout ce qu'elle vivait à la maison. Sarah s'est mariée et a eu deux enfants : une fille et un garçon. Elle était une femme indépendante, elle gérait tout le temps. Ces derniers temps, la dame a vécu un épuisement professionnel et des troubles de sommeil. Sarah a été obligée d'ouvrir le tiroir de sa vie pour y retrouver tous les éléments que sa mémoire avait cachés dans le noir. Elle s'est toujours tenue loin des médecins, car elle croit que la médecine ne changerait pas grand-chose face à une telle problématique de santé. Elle a un guide intérieur, et fait recours au massage, à l'acupuncture, à la médecine douce et à l'imagerie mentale. Elle est une fille très spirituelle et Dieu est présent pour elle. Sarah y recourt souvent dans ses moments de léthargie.

## **Rose**

Dame de quarante-cinq ans étudiant à l'université. Dans le cadre de l'un de ses cours, elle a entendu parler de mon sujet de thèse. Elle souhaite me dévoiler l'évènement qu'elle a vécu aux environs de l'âge de quatre ans ainsi que le rêve récurrent qui est venu hanter ses nuits pendant trente-cinq ans. Rose a vécu une enfance effacée et troublée jusqu'à onze ans. Elle prend en charge son petit frère, car sa mère trop fragile ne peut le faire. Cela dure jusqu'à son départ de la maison familiale à vingt ans. Rose a de la difficulté à trouver son identité, les ténèbres la hantent, la froideur la suit et son cauchemar est fidèle. Elle enfante et tout un choc l'attend à l'accouchement : le deuxième et le troisième enfant sont des filles. Pourquoi? Elle n'en sait rien. En hiver 2006-2007, c'est le black-out, une méga-dépression avec des idées suicidaires, choc émotionnel intense. Grâce à deux séances d'hypnose, Rose retrouve la période de quatre à onze ans disparue de sa mémoire depuis longtemps. Elle laisse émerger les souvenirs et revit l'expérience traumatisante qu'elle nomme « un viol collectif à caractère incestueux. »

## **Céline**

Céline est une femme de trente-six ans, mère de trois enfants et vivant en couple. Elle provient d'une famille de trois enfants dont l'une est sa sœur jumelle. Elle a vécu dans un milieu très pauvre et rempli de dysfonctions : un père alcoolique et une mère souffrante et déchirée par la vie. Elle a été agressée par le frère de sa mère et ensuite par son père. Sa sœur jumelle l'a été aussi et Céline ignore si le cas était semblable pour la troisième fille de la maison. Son adolescence fut assez rocambolesque, et elle est vite devenue dépendante affective : les relations amoureuses et interpersonnelles étaient très chaotiques. Cette quête identitaire s'est terminée à l'âge de dix-huit

ans par une dépression majeure. Une étape remplie de confusion, de blessures, d'angoisses profondes, de rage au cœur, de solitude, de désespoir et de mépris. Elle n'a jamais sombré dans l'alcool, la drogue ou les déboires. Le mal de vivre se traduisait dans tout son corps par d'innombrables souffrances physiques et psychiques. Un long cheminement thérapeutique et spirituel la conduira par la suite vers des chemins nouveaux. Au cœur de cette nouvelle vie, elle a mis au monde deux magnifiques enfants, une fille qui a maintenant treize ans et un garçon de huit ans. Elle se nourrit d'adoration et de prière depuis l'âge de vingt ans, et son but est de prendre soin des plus pauvres et des plus démunis.

<b>Tableau III - Présentation des participantes de la recherche</b>						
	<b>Âge</b>	<b>Occupation</b>	<b>État civil</b>	<b>Nombre d'enfants</b>	<b>Agresseur</b>	<b>Âge au début de l'agression</b>
<b>Madeleine</b>	60 ans	Infirmière	Célibataire	Aucun	Frère	8-9 ans
<b>Déborah</b>	53 ans	Infirmière	Mariée	2 enfants	Père	3 ans
<b>Julie</b>	52 ans	Femme au foyer	Mariée	3 enfants	Père et oncle	10 ans
<b>Joëlle</b>	51 ans	Étudiante au sec.	Divorcée	2 enfants	Oncle	5 ans
<b>Sarah</b>	50 ans	Infirmière Enseignante	Divorcée	2 enfants	Père	3 ou 4 ans
<b>Rose</b>	42 ans	-----	Mariée	2 enfants	Père et grand-père	4 ans
<b>Céline</b>	36 ans	Aidante naturelle	Mariée	3 enfants	Père et oncle	5 ans

### 2.2.2 Le choix d'une approche méthodologique

Pour laisser émerger le passé des femmes adultes, j'avais besoin de choisir une méthode qui tiendrait compte de la pluralité des participantes, de leur subjectivité et de la complexité de l'expérience. Mon choix s'est fixé sur le récit de vie qui constitue un bon exemple d'utilisation de l'analyse qualitative. La méthode favorisée m'a semblé un moyen privilégié pour décrire et raconter un épisode de vie à une autre personne, ou tout simplement pour mieux comprendre l'expérience de vie d'une autre personne.

L'histoire de vie peut être définie comme étant un récit qui raconte l'expérience d'une personne. Il s'agit d'une œuvre personnelle et autobiographique stimulée par un chercheur de façon à ce que le contenu du récit exprime le point de vue de l'auteur face à ce qu'il se remémore de différentes situations qu'il a vécues.<sup>97</sup>

C'est au moyen du récit de vie que le sujet va construire son expérience. « La construction de l'histoire d'un sujet, c'est-à-dire d'un *je* qui raconte sa vie en tentant d'articuler son vécu en une unité cohérente, afin que s'élabore, pour lui-même et pour celui qui l'écoute, ce qu'il est. »<sup>98</sup> Pour ce qui est de l'inceste, plus précisément, le récit va permettre d'exprimer un vécu enfoui depuis longtemps parce que frappé d'un interdit, il permet une extériorisation des émotions et des souffrances.

Le recours aux récits de vie s'avère ici particulièrement efficace, puisque cette forme de recueil de données empiriques colle à la formation des trajectoires; elle

---

<sup>97</sup> Deslauriers, Jean-Pierre, Mayer, Robert, « Quelques éléments d'analyse qualitative : l'analyse de contenu, l'analyse ancrée, l'induction analytique et le récit de vie », dans *Méthodes de recherche en intervention sociale*, Montréal : Gaétan Morin, 2000, p. 180.

<sup>98</sup> *Ibid*, p. 180.

permet de saisir par quels mécanismes et processus des sujets en sont venus à se retrouver dans une situation donnée, et comment ils s'efforcent de gérer cette situation, voire d'en sortir.<sup>99</sup>

L'écriture du récit, en tant que discours narratif, va permettre à la femme de « raconter »<sup>100</sup> cet épisode de vie à une autre personne. « Comme le soulignait Daniel Bertaux en 1980, « le pavé majeur que les histoires de vie projettent dans le champ social et scientifique, c'est l'expérience humaine ». <sup>101</sup>

En obtenant plusieurs récits de femmes ayant vécu une situation sociale similaire, en tant que témoignage de l'expérience vécue, je bénéficierai des perceptions qu'elles ont acquises de leur propre expérience. L'ensemble des lettres attachées l'une à l'autre permettra l'articulation d'une histoire qui laissera un trésor extraordinaire de sens.

Au-delà des définitions littéraires ou disciplinaires, l'histoire de vie est ainsi abordée comme pratique autopoïétique, c'est-à-dire qui travaille à produire elle-même sa propre identité en mouvement et à agir en conséquence. [...] Il s'agit avant tout d'approcher un processus humain, un phénomène, au sens fort du terme anthropologique, qui concerne en permanence la construction d'une personne dans son être en devenir.<sup>102</sup>

La chercheuse qui possède déjà une connaissance du terrain s'aidera du questionnaire semi-dirigé et aussi des symboles pour créer un dialogue entre elle et la participante.

---

<sup>99</sup> Bertaux, Daniel, *Le récit de vie; l'enquête et ses méthodes*, Paris : Armand colin, 2005, p. 21.

<sup>100</sup> « Faire le récit de ».

<sup>101</sup> Pineau, Gaston, Le Grand, Jean-Louis, *Les histoires de vie*, Paris : Presses universitaires de France, 1993, p. 85.

<sup>102</sup> *Ibid*, p. 4.

L'entrevue semi-dirigée consiste en une interaction verbale animée de façon souple par le chercheur. Celui-ci se laissera guider par le rythme et le contenu unique de l'échange dans le but d'aborder, sur un mode qui ressemble à celui de la conversation, les thèmes généraux qu'il souhaite explorer avec le participant à la recherche. Grâce à cette interaction, une compréhension riche du phénomène à l'étude sera construite conjointement avec l'interviewé.<sup>103</sup>

Le symbole, morceau de réalité, est doté d'un pouvoir singulier : né de la constatation d'une absence, il induit une quête qui, dépassant son utilisation matérielle, conduit à voir dans l'invisible, à percer les secrets de choses qui ne demandent qu'à se découvrir dès qu'elles se sentent interrogées par le regard qui n'est pas celui d'un simple curieux, mais celui d'un véritable contemplatif. [...] Le langage que l'on dit "clair" ou conscient révèle vite l'existence d'une autre langue qui plonge ses racines dans les profondeurs de l'esprit.<sup>104</sup>

La démarche utilisant le questionnaire semi-dirigé et le symbolisme dans l'imaginaire, le rêve, le dessin et l'écriture, vont me permettre de recueillir le plus de données possibles sur ce que l'inceste a provoqué sur l'identité corporelle et spirituelle des femmes souffrantes.

### 2.2.3 Le déroulement des entrevues

La première étape de l'expérience avec les candidates s'est réalisée par voie de communication téléphonique. Au cours de la conversation, j'informais la femme de mon identité en tant qu'étudiante au doctorat et aussi femme ayant vécu l'inceste, des buts visés par la recherche, de mes intérêts en tant que chercheuse, de mon désir d'explorer l'expérience qu'elles ont vécue dans le passé, et de l'opportunité de vivre un petit rituel de guérison de l'ordre du symbolique. De cette manière, je proposais un filtre aux candidates, c'est-à-dire « un pacte d'entretien qui orientait et

---

<sup>103</sup> Savoie-Zajc, « L'entrevue semi-dirigée », dans *recherche sociale de la problématique à la collecte des données*, Québec : Presses de l'université Laval, 2003, p. 296.

<sup>104</sup> Cocagnac, Maurice, *La parole et son miroir : les symboles bibliques*, Paris : Cerf, 1994, p. 31.



précentrait l'entretien. »<sup>105</sup> Le plan des rencontres était le suivant : quatre entrevues d'une durée d'une heure trente environ seront réalisées dans un intervalle de deux semaines, sauf pour la quatrième entrevue qui sera effectuée vingt-deux mois après le début de la démarche. Comme je l'ai déjà signalé : les points de repères pour les entrevues étaient formulés à partir de quatre axes, soit : (1) la personnalité; (2) l'ombre de la personnalité; (3) la dimension spirituelle et (4) la renaissance.

Nous fixions ensuite la date de la première entrevue. Les entretiens avaient lieu, selon la disponibilité de chacune, à leur résidence privée, un milieu chaleureux, accueillant et intime, où l'on se sent facilement à l'aise. La première rencontre en était une de familiarisation et de mise en confiance. Il me fallait leur expliquer de quelle manière les rencontres allaient se dérouler.

Il était aussi important de respecter un code d'éthique qui consistait à préciser les avantages et les inconvénients de cette collaboration, les droits à respecter, la confidentialité vis-à-vis la diffusion possible des résultats et la probabilité de la résurgence de souvenirs pénibles liés à l'inceste, lesquels pouvaient provoquer une désorientation temporaire. Des garanties éthiques leur étaient offertes par un formulaire de consentement et une déclaration d'honneur.<sup>106</sup>

La chercheuse prenait des dispositions pour créer les meilleures conditions qui permettraient la libération d'émotions et la réintégration de soi, dont ne pas être distraites par des éléments externes, le téléphone ou encore l'arrivée d'une autre personne à l'improviste. Dans une position confortable, une chandelle allumée sur une table, une petite enregistreuse que l'on plaçait loin du regard de la participante, car elle aurait pu déranger la concentration, et voilà tout en place. Il est d'une grande

---

<sup>105</sup> Bertaux, Daniel, *Le récit de vie; l'enquête et ses méthodes*, Paris : Armand colin, 2005 p. 39.

<sup>106</sup> Disponibles en annexe.

importance de centrer les témoignages sur l'expérience qui nous préoccupe, soit l'inceste, et il ne faut surtout pas oublier qu'« à ce stade exploratoire, l[a] chercheu[se] à tout à apprendre et aussi – c'est le plus difficile — à désapprendre : il lui faut remettre en question les présupposés qu'[elle] porte en [elle]. »<sup>107</sup>

Le dialogue, à chaque rencontre, débutait par une question bien simple : « Comment ça va? » Je répétais chaque fois le but de la recherche et précisais à nouveau la durée de l'entrevue. Par la suite, une période d'intériorisation était suggérée, consistant en une courte allégorie improvisée par la chercheuse, adaptée au thème de la rencontre et au besoin de la personne interviewée. La rencontre se continuait par une stratégie de visualisation qui devrait permettre la libération d'un important bagage inconscient. Toutes les rencontres s'effectuaient à partir de différents symboles, tantôt choisis par la chercheuse, tantôt par la participante. Le matériel symbolique permettait d'exprimer de manière visible le vécu et les émotions, il permettait d'opérer lentement la transformation de la femme vers une renaissance.

Entre la deuxième et la troisième rencontre, les participantes étaient invitées, de manière individuelle, à rédiger leur récit de vie. Plusieurs femmes avaient déjà rédigé leur autobiographie, mais elles avaient omises d'inclure l'expérience incestueuse, comme par amnésie. L'histoire personnelle est un outil irremplaçable pour les personnes en quête de leur identité et le symbolisme permet de recréer leur subjectivité en explorant les profondeurs de leur inconscient. Ce qui soigne la personne n'est pas seulement le fait de se raconter que le fait de se sentir vibrer et de se reconnaître dans une parole qui fonde et tisse l'identité.

---

<sup>107</sup> Berteaux, Daniel, (2005), *op. cit.*, p.50.

Les rencontres ont été très satisfaisantes pour la chercheuse, car toutes les participantes y sont allées de leurs joies, de leurs tristesses, de leurs peurs, de leurs angoisses et de leur espérance. Elles ont fait confiance et ont eu grand plaisir à révéler leur secret. Il ne faut pas oublier que, dans presque tous les cas, ces révélations n'avaient jamais été faites auparavant.

#### **2.2.4 La démarche d'analyse des données**

Une fois les enregistrements complétés, j'avais rassemblé le matériel nécessaire pour procéder à l'analyse des données. Pourtant il restait encore un rigoureux travail à faire, la retranscription des entrevues. Il va sans dire que cette longue et lourde tâche se réalisait après chaque entrevue, car la mémoire est une faculté qui oublie facilement, et « le texte doit reproduire fidèlement l'entretien : les répétitions, les fautes de langage, les pauses, les hésitations ainsi que les questions ou les autres interventions du chercheur sont notées. On notera aussi les expressions non verbales qui ont une portée significative sur le contenu. »<sup>108</sup> Vient ensuite l'étape de l'analyse et de l'interprétation des données.

L'analyse du récit de vie a certaines particularités. À partir de ses intuitions et de ce qu'il a recueilli, le chercheur essaie d'organiser le matériel recueilli. [...] Guidé par quelques grands principes, le chercheur codera l'information, en commençant par ce que Mucchielli appelle les « noyaux de sens », c'est-à-dire les plus petites unités de sens que l'on peut retrouver dans le texte.<sup>109</sup>

Il me fallait maintenant faire une analyse thématique des récits de chacune des participantes.  
« L'analyse thématique des récits de vie a donc ses mérites, notamment celui de préparer un certain

---

<sup>108</sup> Mayer, Robert, Ouellet, Deslauriers, Jean-Pierre, (2000), *op. cit.*, p. 184.

<sup>109</sup> *Ibid*, p. 184.

type d'analyse comparative et de faciliter la rédaction du compte-rendu de recherche. »<sup>110</sup> Par la suite, il m'a fallu procéder à une analyse comparative. « C'est par la confrontation des données recueillies à différentes sources que s'élabore progressivement dans l'esprit du chercheur un modèle. »<sup>111</sup> La richesse et la variété des témoignages fait apparaître un modèle qui rend intelligible le phénomène observé.<sup>112</sup>

L'ethnologue Daniel Fabre s'exprime ainsi :

Le terrain reste le moment où, à partir de la perception de l'inaperçu, dans un travail de dessillement devant l'évidence qui aveugle, se dégagent quelques hypothèses qu'une exploration raisonnée va ensuite mettre à l'épreuve, vérifier, affiner, étendre. Ensuite, au moment de la mise en écriture, la plupart des ethnologues d'aujourd'hui, quel que soit leur rapport aux « sources », vont entrelacer les effets du réel qui rendent sensible l'espace social peuplé de figures personnelles dont ils témoignent et le déroulement de leur analyse qui tente de ramener à l'intelligible cette réalité toujours quelque peu étrangère.<sup>113</sup>

Une réflexion fondée sur les récurrences et sur les singularités m'a permis de regrouper les informations autour de quatre thèmes prépondérants : la perception de soi et l'estime de soi, la symbolisation de l'être, une phase de production active et l'espoir d'une renaissance.

---

<sup>110</sup> Bertaux, Daniel, *Le récit de vie; l'enquête et ses méthodes*, Paris : Armand colin, 2005 p. 93.

<sup>111</sup> *Ibid*, p. 95.

<sup>112</sup> On entend par modèle une description en profondeur du sujet de l'étude qui prend en compte ses configurations internes de rapports sociaux, ses rapports de pouvoir, ses tensions, ses processus de reproduction permanente, ses dynamiques de transformation.

<sup>113</sup> Bertaux, Daniel, (2005), *op. cit.*, p. 106.

## 2.3 Le témoignage des femmes ayant vécu l'inceste : une expérience de symbolisation

Un même petit mot de sept lettres, « inceste », nous donne l'impression que toutes les femmes vivent le même drame. Pourtant non, toutes ces histoires sont chaque fois différentes et c'est bien ce que nous a démontré le témoignage des huit femmes qui sont le sujet de la présente recherche. Tous les mauvais souvenirs qui ont imprégné leur mémoire et qui ont été mis sur papier nous ont révélé des éléments importants concernant notre problématique. Ces informations vont nous permettre une observation systématique.

### 2.3.1 Une première rencontre : la perception de soi et l'estime de soi

Les femmes participantes semblent être comme toutes les autres, et pourtant elles ne sont pas comme toutes les autres. Elles le savent bien, elles sont des « victimes ». Des personnes qui ont vécu l'inceste et qui continuent à avoir des séquelles dans leur vie à cause de ce drame passé, peu importe les faits et la durée du geste posé.

*Mon mode de vie a été bâti à cause de cela. Ce que j'ai vécu, les rejets, les déceptions, je les vis dans tout ce que je fais. J'ai l'impression d'être la honte de la famille et j'ai toujours vécu de même, et je vis cette situation dans mon milieu de travail et je ne suis plus un enfant. (Madeleine)*

*Les conséquences de ces viols ont eu un impact terrible sur ma vie. J'ai des séquelles qui seront là jusqu'à ma mort. (Joëlle)*

Au plus profond d'elles-mêmes se cache une blessure profonde et indescriptible, dont la mémoire se souvient encore malgré les nombreuses années écoulées. Le temps n'efface rien. Même

vingt, trente, ou cinquante ans plus tard, le problème demeure entier. Les femmes adultes se souviennent encore de ce geste qui les a détruites.

*Toute ma vie, je me sentais victime de ce que je vivais. (Madeleine)*

*Je me souviens comme si c'était hier. Il m'a fait terriblement mal et a provoqué un traumatisme épouvantable. (Julie)*

*À partir du temps que tu es habitée par ce fait-là, tu peux vivre toute ta vie comme cela. Je ne pourrai jamais oublier, car cela m'habite, et à quelque part cette difficulté m'a nui. [...] Je vivais contre cela malgré moi, car je refusais d'en parler. J'ai été incestuée et j'ai à vivre avec cela. (Sarah)*

*L'obscurité, les ténèbres me hantent. La froideur me suit toujours. J'avais le goût, l'odeur et les sensations physiques. Je répétais combien j'étais dégueulasse, sale, j'avais le corps endolori. Je me sentais poisseuse. (Rose)*

Elles ont réussi à survivre, mais la souffrance demeure présente de façon plus ou moins masquée.

*Je suis attachée, je ne puis me libérer, je suis prisonnière de mon passé. Un poids lourd pèse sur moi, le moi et le mien me réclament. Je suis volée dans ma propre maison, par des voleurs intrépides. (Madeleine)*

*On essaie de vivre en se disant que cela ne m'a pas dérangée. Aujourd'hui, c'est d'avoir osé affronter mes propres peurs face à lui qui me permet de mieux me sentir dans ma peau. Il me fait encore peur même à mon âge. Je serai un jour vivante (Déborah)*

*Je suis une rescapée de l'inceste et je travaille à ma reconstruction. Je suis une survivante, mais elle va toujours m'habiter, cette expérience, et elle fait partie de ta vie autant négative tant que tu ne fais pas le ménage de tes affaires. (Sarah)*

Le drame que ces femmes ont vécu porte un nom qu'il ne faut pas dire trop fort dans notre société, car il est encore honteux. Elles ont ressenti une grande douleur et la vivent encore, même

à l'âge adulte. Cette recherche a pour but de les laisser parler, nommer ces parts éparpillées d'elles-mêmes, et de les affronter une après l'autre pour ainsi prendre le risque du changement. L'inceste, un mot qui en dit long, mais qui en dit encore plus lorsqu'il provient du vécu des victimes.

*Je n'aime pas les définitions dans les livres. C'est écraser une personne dont tu as le pouvoir. Je nommerais cela un abus. J'étais une petite fille et c'est comme s'il avait pris le plus pur en moi, c'est comme s'il m'avait salie pour le reste de mes jours et encore ce n'est pas encore assez fort. (Madeleine)*

*C'est une intrusion dans ce que j'avais de plus intime, mon moi. Celui qui l'a détruit, s'est permis de le toucher, de l'agresser, de l'humilier, de la pénétrer au cœur de son intimité pour assouvir ses bas instincts. (Déborah)*

*C'est un abus où la personne n'est pas consentante... une personne jeune qui est abusée dans son entité au complet, un abus de pouvoir, un abus de confiance... de la violence pour moi, du vol, voler une partie de notre identité, notre physique, notre psychologique, un vol sans consentement. (Sarah)*

*Ce n'est pas seulement salir le corps, mais l'âme et l'identité d'une personne. C'est de l'incompréhension, c'est tordu, c'est un enfant qui ne comprend pas la sexualité à cet âge, en d'autres mots, c'est dégueulasse. (Céline)*

L'inceste est une agression sexuelle d'une extrême violence qui se vit fréquemment au sein de la cellule familiale et il est considéré comme un acte « diabolique. »<sup>114</sup> Une telle histoire, qui n'en est pas une d'amour, empêche l'éclosion du bonheur et de l'épanouissement. Les femmes agressées qui ont vécu leur enfance dans un milieu confus n'ont pas été capables de s'individualiser, de devenir des personnes libres et autonomes. Avec les années, elles ont eu à faire face à une crise identitaire. L'agresseur leur a volé leur personnalité et leur identité. Lorsqu'elles se regardent dans le miroir, leur réflexion face à elle-même, leur estime de soi est souvent négative. Comme le dit une auteure ayant elle-même vécu l'inceste, « la femme éjectée de son humanité, de sa dimension symbolique,

---

<sup>114</sup> Odile, Mary, *L'inceste de l'autre côté du miroir*, Aubagne Cédex : Éditions Quintessence, 2006, p.117.

d'être relationnel, dévoilée de son vêtement social, — "sa « peau de mots ", — l'individu se retrouve à nu, les tripes à l'air, aplati à sa seule dimension biologique et psychologique. »<sup>115</sup>

*Je suis craquée, fêlée, mon identité est cachée par le passé. Je n'ai pas d'équilibre, je vis dans la peur et je panique facilement. (Madeleine)*

*Je n'étais pas grand-chose, j'étais une petite fille dans un corps déchiré à partir de sept à douze ans. J'étais toujours enragée, je ne souriais jamais, tout me tapait sur les nerfs, c'était épouvantable, je voulais être seule et c'est ce dont j'ai besoin encore, de cette solitude. (Julie)*

*Je n'étais rien, une morte. J'étais une poubelle, un déchet, un fond de vidange et mon corps ne m'appartenait plus. Je n'avais pas de personnalité, on me prenait comme on voulait, je n'étais rien. (Joëlle)*

Lorsque la femme/enfant se retrouve sous l'emprise de la matrice familiale, elle ne peut pas naître et évoluer progressivement dans la société. Suite aux agressions successives, la femme construit autour d'elle un mur infranchissable qui l'empêchera de se relier à elle-même et aux autres. Elle demeure captive et enfermée dans sa bulle, vivant dans la peur et la souffrance. Ces états entraînent différentes maladies sociales : peur, isolement, repli sur soi, insécurité.

*J'étais renfermée, j'étais presque toute seule, je n'étais pas comme les autres; j'étais spéciale. Je vivais dans la peur de ne pas être correct, de décevoir les autres. J'avais soixante ans et je me refermais de plus en plus et je craignais mes collègues. Je pourrais dire que je suis une inadaptée sociale. (Madeleine)*

*Je me plonge dans une obscurité rassurante. Je vis les années suivantes en cauchemar et en flottement hors de mon corps. Une fuite de la souffrance et du deuil. Une mort de mes émotions. Les barrières et les murs que j'érige toujours autour de moi, comme des armes. Je vis dans le néant. (Rose)*

---

<sup>115</sup> *Ibid*, p.149.



*La peur qui m'empêche de réaliser tout ce que je veux faire. Un enfermement et je demande une ouverture, mais je suis bloquée intérieurement par la peur de réaliser. Dans cette image je me vois, moi, petite dans la peur la plus traumatisante et qui m'empêche de prendre mon espace, de voler. Elle me cristallise. Ces peurs d'enfance m'empêchent de sortir de mon cocon. (Céline)*

La relation de soumission, de possession et de dépendance de l'agresseur et de la famille structure le style affectif de l'enfant autour de la peur : on croit que, pour être aimé, il faut être soumis à ses parents.

*Je faisais vraiment tout ce qu'il me demandait, car j'avais très peur de lui et en même temps je me disais qu'il ne fallait pas qu'il aille en prison parce que tout le monde m'en voudrait. (Déborah)*

*J'étais craintive, très « psychologue », j'étais celle qui écoutait papa et maman, avait les bons mots pour les aider, qui aidait les enfants qui se chicanaient entre eux pour tempérer, pour qu'il n'y ait pas de guerre. J'ai appris à m'oublier au profit des autres. (Sarah)*

Plusieurs émotions et sentiments ont été ressentis chez nos participantes.

<b>Tableau IV - Les émotions et les sentiments des participantes</b>	
<b>Madeline</b>	Le péché, l'ingénuité, la honte, la salissure, la culpabilité
<b>Déborah</b>	La peur, le dégoût, la honte, la culpabilité, la gêne, la perte d'estime de soi, la déception de ne jamais être crue, la trahison, la non-confiance
<b>Julie</b>	La rage
<b>Joëlle</b>	La haine, la colère, la peur

<b>Sarah</b>	La honte, la culpabilité, l'absence d'émotions, l'agressivité
<b>Rose</b>	La douleur cruelle, dévorante, perte de confiance, mort émotionnelle
<b>Céline</b>	Le dédain, la colère, la douleur, la haine, le mépris, la non-compréhension

La femme, même devenue adulte, a de la difficulté à se sortir de cette matrice fusionnelle et à naître au monde en tant que femme épanouie. Elle vit dans l'obscurité, et le temps s'est arrêté au moment de la blessure. C'est l'apparition d'un symptôme psychosomatique qui va permettre à la souffrance de refaire surface et bien souvent fournir l'occasion d'en parler plus ouvertement.

<b>Tableau V - L'apparition d'une maladie psychosomatique</b>	
<b>Madeleine</b>	Une dépression à 47 ans
<b>Déborah</b>	Un cancer du sein
<b>Julie</b>	Une dépression et un suicide raté à 37 ans
<b>Joëlle</b>	Des gestes d'automutilation
<b>Sarah</b>	Un épuisement professionnel à 50 ans
<b>Rose</b>	Une dépression et un désir de suicide
<b>Céline</b>	Une dépression à 18 ans

Suite à ces premières révélations personnelles, je remets à chacune des femmes une bulle transparente dans laquelle se trouve un ange ayant en main soit un livre, soit une étoile. Une source lumineuse de différentes couleurs fait briller cet ange dans la nuit. Cet objet choisi par la chercheuse

est utilisé en tant que préparation à la rencontre suivante. Avant de quitter, j'invite la femme interviewée à se choisir un symbole propre à elle, qui pourrait éventuellement l'aider à entreprendre une démarche de libération plus profonde. Je prends note de ce symbole.

### **2.3.2 Une deuxième rencontre : la symbolisation de l'être**

Déjà deux semaines sont passées, et toutes les femmes sont heureuses de me rencontrer pour faire la deuxième entrevue. Cette fois, je les invite à une sorte de voyage intérieur à partir de multiples symboles, les uns proposés par la chercheuse, et l'autre, celui que chacune des femmes a identifié à la rencontre précédente. Pour cette seconde rencontre, la femme devient une voyageuse, la chercheuse est le bâton de pèlerin et le symbole est le véhicule de transport. Dans un climat d'intériorisation, elles vont laisser parler leurs différentes images intérieures qui deviendront la mémoire vivante de tous les déséquilibres et malaises qui ont porté atteinte à leur identité. Elles sont toutes prêtes pour un pèlerinage dans une espèce de jungle symbolique.

#### **2.3.2.1 Un point de départ pour approfondir la prise de conscience**

Le symbole émerge, pour une part, des profondeurs de l'inconscient, et il a le pouvoir de nous y replonger. La recherche offre aux femmes blessées un outil pour leur permettre de surmonter les traumatismes de l'inceste. Pour Joseph Campbell, grand mythologue, « le symbole s'apparente à une énergie qui informe le corps humain autant que l'univers. »<sup>116</sup> Ma démarche va donc recourir à la fois à des symboles choisis par chaque femme et à un *kit* de symboles proposés par la chercheuse.

---

<sup>116</sup> Labonté, Marie-Lise, *Guérir grâce à nos images intérieures*, Montréal : Les éditions de l'homme, 2006, p.152.

## A. Le choix d'un symbole personnel

À la fin de la première rencontre, les participantes ont été invitées à se choisir un symbole personnel.

**Tableau VI - Les symboles choisis par les participantes**

<b>Madeleine</b>	Le vase	<b>Sarah</b>	Le feu et l'arbre
<b>Déborah</b>	Les anges	<b>Rose</b>	Les ténèbres et le feu
<b>Julie</b>	Les étoiles	<b>Céline</b>	Le papillon
<b>Joëlle</b>	L'eau		

Il est intéressant de découvrir les raisons pour lesquelles les femmes agressées ont décidé de choisir tel élément symbolique. Que peut bien signifier ce symbole en rapport avec leur identité?

### ➤ Le vase

*L'argile, c'est fragile. Je suis une cruche vide, cassée, et elle sera pleine et réparée à ma mort. J'en possède une en terre cuite et elle est tabassée, elle est toute petite, mais je l'aime. Elle montre ce que je suis, ce qu'est l'être humain. Lorsque l'on vit quelque chose de profond, on est craqué de partout. Si on reste craqué, ce n'est pas pire, mais quand cela tombe, on voit le morceau toute notre vie et ce n'est pas facile de vouloir le recoller. (Madeleine)*

### ➤ Les anges

*Les anges me ressemblent, car j'ai toujours été la douceur. Avant, je n'avais pas cela dans ma vie, et ils sont arrivés au fil du temps, je me suis accrochée. Les anges me calment, me rassurent et je me sens branchée. Leurs ailes m'aident à m'élever à un autre niveau. Ils m'aident à avoir une autre image de moi et ils permettent d'utiliser ma douceur d'une autre façon. (Déborah)*

➤ **Les étoiles**

*La lumière de ma vie s'est illuminée en une étoile brillante à l'âge de 37 ans. Lorsque je vais au chalet et que je regarde le ciel, je me sens comme une étoile. Aujourd'hui, je suis une étoile qui a réussi à briller à travers la noirceur parce que lorsque j'ai eu fini de régler mes affaires, j'étais assise à un feu, toute seule, le ciel était étoilé et j'aurais dit que j'en ai vu une me faire un clin d'œil. L'étoile d'avant n'a jamais été aussi brillante et cela représente ma paix intérieure qui me dit que je suis allée au bout de tout cela. C'est le passage de l'étoile qui essayait de briller dans la noirceur, mais c'était tellement gros qu'elle n'était pas capable d'être vue et aujourd'hui elle est devenue la plus belle du ciel. (Julie)*

➤ **L'eau**

*L'eau qui cherche à m'enlever vers le fond est en même temps cette force de vie qui m'entraîne à ressortir ma tête de l'eau pour prendre de l'air et survivre. Il n'y a que de l'eau, aucune terre à l'horizon. Que va-t-il advenir de moi? (Joëlle)*

➤ **Le feu et l'arbre**

*Une chandelle : un arbre est imprimé sur la cire. Elle est restée allumée pendant deux mois et j'écrivais ce que mes rêves et mon inconscient me disaient. J'étais à l'écoute de ce que je vis la nuit. Mon plus beau cadeau : une lumière qui brûle et ne se consume pas. Mon arbre dirait : tu sais, je t'ai toujours donné des bourgeons et tu ne les as jamais vus. (Sarah)*

➤ **Les ténèbres, le feu**

*Il y a la noirceur, l'obscurité où je me suis cachée, enfuie. Il y a aussi le feu dévorant comme les enfers, mais qui peut devenir espoir de passion de vie et de remontée vers la conscience. Le trop chaud du feu dévorant et le trop froid des ténèbres me font penser à la mort, à la douleur, au deuil et à la mort émotionnelle. Ces symboles peuvent être interprétés d'une autre façon en tant que source de guérison et depuis, j'ai l'impression de vivre chacune des étapes du développement de ma nouvelle vie. (Rose)*

### ➤ **Le papillon**

*Ce papillon, il est vraiment moi sous toutes ses formes avec son développement, sa beauté, sa fragilité. Il représente pour moi tout ce que je suis, ma vie entière, mon passé, mon présent, mon avenir, ma personnalité, vraiment c'est moi. Toute sa beauté, sa liberté, ses ailes et ses couleurs me représentent. Il est menacé par ses prédateurs en se déposant sur une branche. Je ne me suis pas arrêtée à la métamorphose du papillon, mais je suis ouverte à travailler ce changement si cela peut donner un sens à ma vie. (Céline)*

## **B. Une trousse de symboles**

Moi-même, comme chercheuse, j'ai proposé aux sept femmes rencontrées un certain nombre de choses symboliques pour vérifier si cela pouvait produire un effet.

### ➤ **Un ange lumineux ayant un livre en main dans une boule de verre**

En remettant cet objet aux participantes, je leur mentionne que : l'ange dans la boule de verre symbolise la femme agressée et enfermée depuis longtemps dans sa bulle, le livre est l'histoire de leur vie qu'il est temps de dévoiler à la société. L'ange s'illumine de multiples couleurs à partir

d'un simple contact du doigt. La participante a le choix de demeurer dans l'ombre ou de dévoiler ses couleurs.

➤ **La chandelle**

Pourquoi une chandelle? Elle évoque la lumière que l'on cherche à allumer pour voir dans le noir. Elle symbolise la flamme de l'espoir qui vient rallumer le feu de la paix, de l'amour et de la foi, et elle provient de l'enfant intérieur de chacune des femmes. Les femmes ont de la difficulté à trouver la chandelle à travers les brins de paille.

*Je me demande si la chandelle ne symboliserait pas cette lumière qui est difficile à trouver à l'intérieur de moi. (Céline)*

➤ **Une boîte noire**

La boîte noire que j'ai utilisée ressemble à celles des avions de transport, où on y retrouve tous les messages qui se sont dits tout au cours du voyage. La boîte symbolise tous les événements, les émotions, les gestes et visages inscrits dans l'inconscient de la personne.

*C'est une belle boîte. Je veux la conserver, mais en enlevant la toile d'araignée et les serpents. (Joëlle)*

*Le coffre noir c'est comme une tombe qui enterre et ce qui est dedans c'est inerte et plein d'émotions, c'est plein de souvenirs. (Madeleine)*

➤ **De la paille**

Les brins de paille évoquent le nid familial dans lequel vit toujours la femme incestuée.

La participante met le feu dans sa paille et brûle l'une des photos avec la chandelle de l'espoir. *C'est bizarre, on dirait que je veux détruire mon passé et mon agresseur.* (Déborah)

➤ **Les chaînes**

Les chaînes symbolisent ce qui enferme la victime.

*Les chaînes représentent chaque petite boule pour chaque étape que j'avance. En cour de justice, tu es enchaîné et c'est toi qui es coupable.* (Joëlle)

*La chaîne est l'emprise en dedans.* (Déborah)

➤ **Le serpent**

Le serpent évoque la bête qui vient sournoisement chercher sa proie.

*Je n'aime pas cela. Eurk... ce n'est pas regardable. J'aime mieux le voir la tête à l'envers. Je ne suis pas capable de le regarder. Il se cache et sort au bon temps, dans le sous-sol, sous l'escalier.* (Madeleine)

*Je n'aime pas les vers, ce sont l'horreur et la peur.* (Déborah)

*On les laisse dans la boîte. Ils me font penser à la peine excessive que j'ai eue* (Julie)



*Je ne veux pas les voir, laisse-leur la face vers le bas, car ils ressemblent à mon agresseur, à ces vicieux, à ces violeurs, à ces sangsues qui ont détruit ma vie.*  
(Joëlle)

### ➤ **L'araignée**

L'araignée symbolise l'agresseur qui tisse une toile autour de sa victime.

*La petite araignée, je ne l'aime pas beaucoup, je vais la tasser de là, tu me fais peur.* (Julie)

*L'araignée me donne des hauts le cœur et je ne les aime pas trop... Je la tire au bout de mes bras. L'araignée est poignée dans la toile et elle représente la peur dans ma vie et je dois faire l'effort de l'ôter de là. Cela me fait penser à un goût amer et aux blessures que j'ai reçues du passé familial : tous les sévices, psychologique et sexuel. Oui, elle représente mon agresseur.* (Céline)

### ➤ **La toile**

La toile symbolise le piège qui emprisonne la femme incestuée. Déborah enlève la toile et avec difficulté la jette à la poubelle.

*Il me faut éliminer cette toile pour me permettre de respirer et de voler.* (Céline)

### ➤ **Le masque**

Le masque ressemble au déguisement de théâtre qui cache la vraie identité.

*Le masque, je sais qu'il est tombé envers certaines personnes telles mon directeur spirituel et une grande amie. Je veux que l'on m'aime sans mon masque et va-t-on continuer à m'aimer sans lui? (Madeleine)*

*Le petit masque ressemble à quelqu'un qui veut parler et n'est pas capable. Qui essaie, mais que personne n'écoute. Il veut s'exprimer, mais les mots ne sont pas capables de sortir. La bouche est fermée; tu regardes, mais c'est le silence imposé. J'ai le goût de redonner vie à ce masque en lui ouvrant la bouche et je lui redonnerais des couleurs. (Julie)*

*La fille dure, les yeux, me font penser à moi lorsque je ne voulais plus voir et que je me coupais avec des lames de rasoir. Une personne sans âme, sans cœur, plus rien. J'ai toujours caché mes souffrances face aux agressions, avec la peur de ne pas être crue. J'étais comme morte embaumée. (Joëlle)*

*Le masque, moi, j'aurais le goût de ne pas le détruire, car une partie de moi a été cela. Il y a une partie avec laquelle j'ai composé. Je vais plutôt lui mettre de la couleur, lui dire : « Transforme cela en beauté, tu as besoin de couleur. » Je vais le peindre. Le détruire va moins venir le chercher et je suis rendue à travailler ma beauté. (Céline)*

### **2.3.2.1 Les traumatismes révélés par le choix d'un symbole personnel**

Le langage symbolique est un allié privilégié pour aider la personne souffrante. Il va permettre aux sept femmes de découvrir ce qui est caché au plus profond d'elles-mêmes depuis longtemps, car « sans l'étude de soi, de nos pensées et de nos motivations sous-jacentes à nos actions extérieures, nous ne pouvons accéder à une authentique connaissance de soi. »<sup>117</sup> J'ai placé dans la boîte cinq représentations différentes du symbole que les femmes ont choisi. J'invite maintenant les participantes à se choisir une reproduction parmi les cinq bouts de papier sur la table. Je leur demande de regarder attentivement la forme du symbole choisi, d'écouter le message intérieur que

---

<sup>117</sup> Sergi, Christina, *L'ouverture : un parcours spirituel pour devenir Soi*, Montréal : Les Éditions Novalis, 2011, p. 25.

l'inconscient essaie de leur dire, et de le ressentir pour réussir à parler de la blessure qu'elles ont encore été incapables de dévoiler jusqu'à maintenant. Or, j'ai pu observer un fait inattendu lors du choix de l'image symbolique : les femmes ont toutes choisi en premier les représentations désignant leurs souffrances et leurs séquelles pour ensuite aller vers celles démontrant leur désir de renaissance.

### ➤ **Les séquelles physiques**

Le corps de la femme qui n'est pas capable de faire le deuil de son expérience traumatisante en subit diverses conséquences physiques.

*Je saignais et avais de la diarrhée. J'ai fait des crises d'appendicite et on me disait malade imaginaire. On m'a dit que j'avais une tumeur cérébrale et qu'il me restait quatre mois à vivre, et je suis encore en vie. Toutes mes chirurgies sont en urgence. Je n'ai pas de maladie comme les autres. Je n'ai pas des symptômes inscrits dans les livres. Je trouve que je suis grosse et je mange mes émotions. (Madeleine)*

*J'ai honte de mon corps. J'ai toujours eu des maux à part des autres. Je commence à m'apprécier un peu plus, à me trouver belle. (Déborah)*

La victime d'inceste se sent sale, souillée, et pour tenter de se dépouiller de ce sentiment, elle a tendance à utiliser différents stratagèmes obsessionnels d'hygiène corporelle.

*Je me sentais sale et j'avais honte. Je me suis tant lavée... par la suite, cela a duré quelques mois. (Madeleine)*

*J'ai dormi pendant un mois dans le bain avec une certaine quantité d'eau, car j'avais l'impression que l'odeur de l'agresseur était entrée dans ma peau. J'avais beau me frotter avec mes mains pour la faire partir, rien n'y faisait. (Joëlle)*

### ➤ Les séquelles psychologiques

L'inceste est un crime imposé à la victime et « il dépasse les capacités de métabolisation du psychisme. »<sup>118</sup> Peu importe le nombre de fois qu'il s'est produit, avec ou sans violence, cela ne change rien puisque la femme n'a pas eu le choix. Ses proches ne l'ont pas protégée comme ils l'auraient dû; le coupable se sert de menaces pour la réduire au silence. La femme ne parvient pas à mettre un terme à sa souffrance. Alors son sentiment d'impuissance entraîne de graves dommages d'ordre psychologique. Des traumatismes psychiques qui demeurent bien souvent toute la vie. Pour éviter une désorganisation psychique complète, l'enfant qui a été agressée utilise le mécanisme de « dissociation. »<sup>119</sup> Lors de l'agression, l'enfant place sa concentration sur une image, une odeur, un son. Cela va lui permettre de se dissocier, « de sortir d'elle-même. » Elle n'est plus en contact avec ses émotions et sa pensée.

*Ma seule porte de sortie était de m'imaginer que ce n'était pas à moi qu'il faisait cela, je me dédoublais. À partir de ce moment, je me suis souvent dédoublée pour fuir, pour avoir moins mal, pour ne pas avoir honte de moi, pour réussir à survivre à travers la douleur, la peine, l'impuissance, la trahison et le silence. (Déborah)*

*Je sais que j'ai sauvé ma vie en m'enfuyant dans le néant. (Rose)*

Dans le quotidien, des flash-back peuvent provoquer l'éveil de souvenirs qui font craquer la carapace que la victime s'était si solidement construite. L'image de cette mise à mort provoquée par l'agression ressemble à une épée de Damoclès et peut surgir à n'importe quel moment. Ces images

---

<sup>118</sup> Laupies, Vincent, *Les quatre dimensions de l'inceste : compréhension factuelle, psychique, systémique et éthique; approche intégrative de la thérapie chez l'adulte*, Paris, L'Harmattan Inc., 2000, p. 19.

<sup>119</sup> *Ibid*, p. 48.

d'enfermement sont chargées d'un contenu émotionnel qui utilise une voie sensitive pour ramener le souvenir du drame.

*Quelqu'un qui parle fort, si mon idée est mauvaise, je repense à mon père qui disait que je n'étais pas bonne à rien sauf pour commettre ses désirs. Les odeurs telles du fromage parmesan... Me laver la tête à l'évier..., car j'ai peur que mon père survienne en me prenant la tête pour la placer dans le lavabo. La radiothérapie me faisait pleurer à l'intérieur et la thérapeute m'a dit que j'ai revécu mon agression, c'est-à-dire que je revivais une image où mon père me touchait : il fallait que je baisse mon pantalon et monte mon gilet en l'air alors que lui se masturbait. J'avais honte de moi et je voulais me cacher. Je trouvais cela humiliant et j'étais moins que rien. Dans les médias, c'est moins pire, mais je ne peux m'asseoir avec un film, car j'ai peur que mon conjoint voie comment je vais réagir face à ces images. (Déborah)*

*Lorsque mon chum enlève sa ceinture de pantalon, le son de la pièce de métal... me fait souvenir de mon agresseur. (Julie)*

*Une fille naît, et c'est une catastrophe pour moi. Je refuse toute idée de féminité pour elle. Ni vêtement, ni lulu, ni même de couleur rose. Je suis enceinte de nouveau et c'est l'angoisse, des larmes de panique, la torture des émotions, et c'est encore une fille. C'est comme si le ciel m'était tombé sur la tête. (Rose)*

*Lorsque j'ai connu mon chum, il avait une ressemblance avec mon agresseur. En écoutant la télévision, je viens dans tous mes états et ça réveille en faisant monter des réactions. (Céline)*

Dans bien des cas, le sommeil de la victime d'inceste est perturbé. La femme adulte est insécurisée et a peur de s'abandonner au sommeil qui vient après des heures d'épuisement. Elle est hantée par l'heure du sommeil.

*Mes nuits étaient cauchemardesques. Je ne savais pas quand mon père viendrait me voir. J'ai passé trois ou quatre ans sur le qui-vive. J'étais stressée pour dormir. Longtemps à ne pas dormir toute seule, besoin de mon frère, de la gardienne, des enfants... Je couchais sur le sofa, car j'étais plus en sécurité. J'avais le contrôle des deux entrées et je voyais tout, m'évitant ainsi la surprise de voir entrer quelqu'un par une porte (Déborah)*

*J'ai vécu des périodes où j'ai dormi 15 ans ou même près de 20 ans sur le divan. La chambre est un danger, et surtout le lit. La télévision ouverte pour entendre parler et les lumières ouvertes aussi : c'était ma sécurité. Il me fallait une sortie. Pour moi la chambre représente le sexe et je n'étais pas capable, je ne me reposais pas. (Joëlle)*

### ➤ **Les séquelles d'ordre sexuel**

L'inceste est extrêmement traumatisant pour le développement de la sexualité : non seulement il contrecarre la volonté libre, mais il est prématuré. Il empêche la croissance de la sexualité génitale adulte, il dévore l'autre en soi. Une initiation sexuelle trop précoce entraîne des conséquences souvent tragiques. Chez certaines femmes adultes, l'inceste provoque l'abstinence à cause du dégoût que les gestes ont provoqué.

*Moins j'en ai, mieux je suis. Cela a toujours été mon problème et cela ne se règlera jamais. Je suis aujourd'hui avec quelqu'un à qui je n'ai pas eu le choix de dire ce qu'il en était. Au début, je lui en donnais un peu plus, mais avec le temps je ne suis plus capable. Je ne sais pas si ce sont les souvenirs qui reviennent encore et je n'ai pas cherché à comprendre si c'était cela. Les relations... J'ai même demandé au médecin de me coudre tout cela pour que je n'aie plus de relations. Cela sera toujours mon problème (Julie)*

*Dès qu'un homme me séduit, dès que je crois qu'il va falloir que je me déshabille et me couche avec, je le quitte. Je reste toute seule plutôt. La peur est omniprésente. Je voudrais avoir un homme dans ma vie, mais sans avoir de sexe, avoir une chambre à part, mon cocon. Je ne veux plus qu'on me touche. (Joëlle)*

D'autres sexualisent tous leurs rapports humains, car elles ont besoin d'affection et d'attention. Une femme incestuée se perçoit parfois comme un objet sexuel et inconsciemment elle fera tout pour attirer les hommes, pour se montrer désirable et elle cherchera le bonheur dans la prostitution.

*Je regarde cette image que j'ai choisie [un papillon courbé vers l'avant, dans une jolie robe brillante, et les mains attachées par des chaînes] et c'est comme si j'avais grandi dans le monde de la séduction. Je vois son corps courbé pour attirer les hommes ou les autres vers moi, mais son regard est tellement triste. Elle est tellement belle à l'extérieur, mais à l'intérieur... J'ai attiré l'amour par la beauté physique et non par mon cœur, car il était trop brisé. Je me suis servie de ma beauté que j'avais étant jeune pour attirer de l'amour vers moi. Tous des stratagèmes pour..., pourtant j'étais toujours déçue, car les hommes qui venaient à moi n'étaient pas des hommes sains. J'attirais ce que j'étais et ce que je voulais refléter.*  
(Céline)



**Figure 13 - Le symbole de Céline**

La femme ayant vécu l'inceste est coupée de sa partie féminine, car elle se sent souillée et nie sa féminité. Elle peut même vivre une désorientation face à sa propre sexualité.

*Avec le temps, je mettais des épaisseurs de linge pour ne pas montrer ma féminité. J'ai essayé pour vérifier si je n'étais pas aux femmes. Par trois reprises j'ai vérifié, car je croyais qu'avec une femme je n'aurais pas à souffrir. Je n'étais pas capable de m'adresser à un homme.* (Joëlle)

### ➤ Les séquelles familiales

Les familles où se vit l'inceste sont dysfonctionnelles. La hiérarchie est perturbée de différentes manières. L'enfant devient une femme adulte en oubliant son enfance, son adolescence. Le père a abusé de son corps et a enfreint la loi. Il a eu recours à la violence pour imposer ses règles. Il a exploité la confiance que l'enfant avait envers lui. La victime a aussi du mépris pour sa mère parce

qu'elle savait et n'est pas venue à son secours. Elle peut aussi éprouver le même ressentiment envers les autres membres de la famille.

*Je suis soumise à cause de mon père et je faisais tout ce qu'il me demandait. Plus proche de ma mère, mais elle était soumise à lui. Je n'ai pas de compassion pour elle et je n'ai jamais ressenti d'amour face à mes parents, comme si je n'existais pas. On dirait que nous, les enfants, étions dans des cases séparées. On ne s'est jamais parlé de ce que l'on vivait. Quatre sur cinq ont été agressés. Je n'aurais pas cette famille et cela ne me dérangerait pas. (Sarah)*

*La famille où mon âme a choisi d'évoluer est un milieu rempli de dysfonction. Mon père était un grand alcoolique et ma mère, une femme très déchirée par la vie et tout aussi souffrante. Malgré tout le respect et l'amour que j'ai à leur égard, il n'y avait absolument rien de rassurant, et les chances de m'épanouir dans cet environnement étaient plutôt faibles, et malheureusement ma sécurité et mon développement étaient réellement compromis. (Céline)*

### ➤ **Les séquelles professionnelles**

Même au travail, dans un milieu professionnel, ces séquelles sont incrustées dans la mémoire et elles peuvent ressurgir à n'importe quel moment.

*Je pleurais devant mon patron comme s'il avait deviné ce que je vivais. Lorsqu'on me fait des remarques sur mon travail, je pleure, je suis insécure. Je me renferme de plus en plus et je crains mes collègues. Je n'arrivais pas à m'affirmer sans agressivité, problèmes physiques, équilibre psychologique très fragile, et je me retrouve en burn-out. J'en suis à vouloir mourir à tout prix. (Madeleine)*

*J'ai peur des voix fortes. Si je donne mon opinion et que les gens me disent « non », alors je dis je n'aurais pas dû parler. Je me suis trompée encore. Je manque de confiance, d'estime de soi. Je me sens coupable. J'ai honte de moi. Tu développes inconsciemment le besoin d'être aimée, et ce, même à mon travail. Si deux personnes se chicanent, je vais tout faire pour arranger les choses. Si on parle d'abus, cela me fait mal, car j'ai l'impression que cela est écrit dans mon front. (Déborah)*



### 2.3.2.2 L'espoir d'une éventuelle libération

Au fond de leur boîte, j'ai eu l'idée de cacher une deuxième représentation du symbole choisi par chacune des participantes, mais, cette fois, avec valence positive (par exemple, eau emprisonnante → eau libre, vase cassé → vase neuf.) Il s'agissait de leur permettre de vivre un autodépassement. La modification du symbole leur montre que l'amour a toujours été présent en elle. Leur âme ne s'est pas perdue, elle s'est seulement cachée au milieu de tout ce désordre comme un trésor précieux. Elles sont invitées à regarder ce petit symbole : il va les aider à prendre conscience du chemin parcouru depuis plusieurs années et les différents moyens à leur service pour réussir à renaitre.

*J'ai le goût de vivre ma féminité. Je veux prendre soin de ma personne; je suis capable de me regarder et de me trouver belle et de me dire que je suis quelqu'un d'important à mes yeux. (Madeleine)*

*La liberté de me libérer de tout cela. La liberté d'être moi et pas empreinte de lui. Mon but est de devenir moi, de me sentir moi, de ne plus avoir ce qui n'appartient qu'aux autres. (Déborah)*

*J'étais une battante et j'ai tout enterré cela non pas parce que je n'ai plus le goût de me battre. J'aimerais que cela revienne, je suis trop zen maintenant. (Julie)*

*J'ai appris que j'avais la foi plus forte que je ne le pensais. J'ai appris que j'avais gardé espoir en la vie malgré toutes ces années. Je suis une personne courageuse et je ne le savais pas. J'ai appris à quel point j'aimais vivre pour ne pas me suicider, que la vie est belle pareil, mais avant je ne le voyais pas. À force de travailler sur moi, le meilleur reste à venir. Je ne veux plus laisser ces pensées et ces douleurs, la haine et la culpabilité m'envahir parce qu'ils ont assez d'avoir eu mon corps, ils n'auront pas le reste. (Joëlle)*

*J'ai besoin de temps à moi-même et non pas de temps pour les autres. J'ai besoin de me ressourcer, de dire « non » lorsque cela ne me tente pas et de me sentir bien avec cela. Vivre pour soi, apprendre à se faire plaisir, et de m'amuser comme un enfant, retrouver l'enfant que je n'ai pas été, rire et faire rire. Je me donne le droit de pleurer, de vivre les étapes au lieu de refouler. (Sarah)*

*Je laisse l'amour m'envahir, me dorloter, me créer des liens d'attachement tout neuf et bientôt, je l'espère des plus sécurisant. Je sais qu'il y aura d'autres barrières, d'autres murs de béton que je construirai, mais à force d'amour, je réussirai à en faire tomber, encore et encore, jusqu'à ce que l'amour guérisse mes blessures profondes et que je n'en aie plus besoin. (Rose)*

*La douceur, la patience, du temps, de m'accorder de ne pas être perfectionniste. Donne-toi du temps (Céline)*

### ➤ Une personne aidante

L'agresseur avait le pouvoir de faire taire sa victime. Les mots et la souffrance non-dite se sont vite traduits en maux. Il en va ainsi pour toutes les participantes. Malgré cela il y a une personne, un guide qui un jour a su tendre l'oreille pour éviter que l'incestuée commette le pire des drames. Écoutons le message que chacune des femmes a à dire à cette personne aidante.

*Je remercie Dieu d'éveiller ma conscience, de me réveiller. De m'avoir réveillée et de m'avoir montré ma misère, mon chagrin. Ça fait mal de voir ce que l'on devient, et à chaque fois que je fais une découverte sur moi, c'est une souffrance. Par contre, il y a de la joie. Je suis heureuse d'avoir une relation avec le Seigneur et ma vie c'est lui. Je ne suis pas capable de vivre sans lui. Il a été capable, à travers le mal, de sortir du bien. (Madeleine)*

*Des personnes qui ont été des lumières sur mon chemin, qui m'ont aidée d'une certaine façon à voir mes forces, voir qui j'étais, voir l'être merveilleux que j'étais : mes enfants, mon conjoint, mes amis. (Déborah)*

*Ma sœur, si elle n'avait pas été là, je ne serais pas là. Elle m'avait dit qu'elle serait toujours là. C'est de valeur que notre relation ne soit plus ce qu'elle était. Elle me manque, elle a été là tous les jours de mon hospitalisation. Elle ne m'a jamais lâchée et j'espère que notre relation va redevenir comme avant c'est tout ce que je souhaite et je l'aime. [...] Le gros merci va à elle. (Julie)*

*Les enfants. Ils sont la plus belle chose que je n'ai jamais accomplie dans ma vie. C'est ma plus grande réussite de les avoir mis au monde, de leur avoir donné la vie. Même s'il y a des hauts et des bas... C'est grâce à eux si j'ai continué à vivre, à être en vie, parce que j'avais besoin d'eux et ils avaient besoin de moi. (Joëlle)*

*J'ai développé un don de communication avec l'au-delà, les anges, j'ai l'impression de toujours être habitée par quelqu'un, j'ai l'impression que quelqu'un me dicte, j'ai l'impression de ne pas être seule, j'ai l'impression de toujours avoir quelqu'un avec moi. Je ne sais pas quel ange, mais je me sens constamment habitée, le jour comme la nuit, je fais des rêves révélateurs et je me sens collectée. (Sarah)*

*Cette personne de confiance, j'ai l'impression que c'est moi. À l'intérieur de moi, la personne de confiance, c'est Dieu, c'est le rocher, c'est le plus grand. Si j'avais une personne extraordinaire, ce serait l'homme avec lequel je vis présentement. C'est vraiment celui qui serait le premier, c'est lui. (Céline)*

### **Un message pour l'agresseur**

Les femmes ayant participé à notre recherche sont maintenant invitées à laisser un message à leur agresseur.

*Il n'est pas mon père, seulement mon géniteur... Je ne peux pas dire que je l'aime, je le hais depuis toujours. Aujourd'hui je le regarde et je vois combien il a été manipulateur et à soixante-quinze ans il l'est encore. Je n'ai pas de pitié envers lui c'est sûr, car il n'a pas eu pitié de moi. Il me dégoûte, car j'étais obligée de lui faire des fellations même non lavées. Je suis adulte, mais il me fait encore très peur et je me demande si j'étais face à lui si je n'aurais pas encore peur. Je suis contente de l'avoir défié en le dénonçant et j'ai pété la bulle de tout le monde. (Déborah)*

*Il a brisé ma vie, pourquoi? Qu'est ce que cela t'a apporté? Voilà 20 ans, cela aurait été de la rage, car ma vie, c'est lui qui l'a tout pris, il est parti avec. Peut-être, que si j'étais allée à l'hôpital, il m'en aurait laissé un bout, mais... (Julie)*

*C'est une question que je ne me suis jamais posée. Tuée..., ils ont brisé ma vie, mon enfance, ma petite enfance, ma pré-adolescence, mon adolescence, ma vie adulte, ma vie de femme, ma vie émotionnelle, ma vie de couple, ma vie sexuelle. C'est ce que je leur dirais. (Joëlle)*

### 2.3.3 Entre la deuxième et la troisième rencontre : une phase de production active

Le langage symbolique utilisé dans les rencontres précédentes a permis aux participantes de se rendre à l'écoute de la blessure fondamentale et de la douleur qui en émane. La chercheuse a préparé le terrain à une ouverture psychique du processus d'enfermement, et il est temps aux participantes de partir à l'aventure dans leur vie. Le récit de vie, le dessin, le rêve et la poésie sont toutes des sources extraordinaires que les participantes ont bien voulu utiliser pour me révéler les signes invisibles qui se cachent au plus profond de leur être depuis des années. Il est temps de se mettre à l'écoute du dialogue des victimes avec leur enfant intérieur.

#### 2.3.3.1 Le récit de vie des sept autres femmes

Simon Harel<sup>120</sup> écrit : « L'autobiographie serait une tentative de "survie" psychique dont l'enjeu est de mettre à distance une référentialité obsédante pour laquelle il s'agit de trouver une explication satisfaisante. »<sup>121</sup> Le récit de vie pour les sept femmes devient un moyen de se réapproprier une identité confinée dans un passé secrètement gardé. Pour faciliter la lecture des récits j'ai cru bon ajouter des sous-titres.

#### 1. Le récit de vie de Madeleine (60 ans)

*J'écrivais beaucoup, mais jamais sur ce que j'avais vécu. Après plusieurs tentatives infructueuses, ce récit, je l'ai écrit et pourtant je ressentais de la culpabilité, et ma*

---

<sup>120</sup> Professeur titulaire au Département d'études littéraires, Université du Québec à Montréal.

<sup>121</sup> Rugira, Jeanne-Marie, « Pouvoirs procréateurs de l'histoire de vie : entre la crise et l'écrit », dans *La formation au cœur des récits de vie : Expériences et savoirs universitaires*, Paris : L'Harmattan, 2000, p. 56.

*raison me disait et redisait sans cesse : Et si cela n'était pas vrai! Pourtant, je sais et suis convaincue que cela m'est arrivé et je revois même les lieux. J'ai eu de l'agressivité en écrivant et c'était la première fois que je laissais sortir cela. Dans la prière, j'ai demandé à Dieu de me guider et d'inspirer ce récit pour en tirer du bien à mon esprit, guérison de ma mémoire, et guérison intérieure, ainsi que pour m'aider à me pardonner et à pardonner toutes les personnes qui ont essayé de m'aider, et aussi celles qui ont gardé le silence, et l'agresseur qui a empoisonné ma vie. Intérieurement, ça me dit de faire confiance.*

### ➤ **La mémoire d'une victime**

*Toute ma vie, je me suis sentie victime de tout ce qui m'arrivait. Un moment donné, je me suis dit : « Belle innocente, pourquoi tu as fait cela? » Cette écriture a fait sauter le bouchon. Comme une écluse que l'on vient d'ouvrir, l'eau était stagnée, il y avait toutes sortes d'algues bleues et j'ai pataugé là-dedans. Par contre, cela a fait un bien énorme dans ma tête. C'était mon imagination et après ce n'était plus la même chose. Je le voyais, le film, et j'ai écrit un long métrage. Je le voyais me parler et c'est comme s'il recommençait autrement, ces gestes vis-à-vis de moi, en tant qu'enfant, mais en me voyant comme adulte. Cela m'a fait du bien et je comprenais ce que j'ai vécu. Les misères que j'ai eues dans ma vie. Ma dépression n'est pas arrivée pour rien. Combien de fois en ai-je parlé, mais personne n'est allé au fond de moi. La plaie se refermait et je disais : « C'est dans ma tête. » Pourtant j'étais sûre que cela était arrivé. J'ai refoulé et oublié. En écrivant, je me suis aperçue que mon frère avait encore de l'emprise psychologique sur moi. Lorsque j'ai écrit cela, je le dis, il s'est emparé de ma vie et je pensais que cela a duré seulement un ou deux ans et pourtant cela a duré toute mon enfance, et cela a arrêté à 13 ans lorsque ma mère m'a envoyée pensionnaire. J'écrivais et j'étais choquée, mais cela est venu spontanément. Après avoir écrit, je me suis sentie libérée de ce fardeau.*

### ➤ **L'éveil des souvenirs**

*Vers l'âge de huit à neuf ans, l'un de mes frères, mon aîné de huit ans, m'a fait des choses et m'en a fait faire. Je me souviens qu'il me montrait son sexe (pénis). Il me le faisait toucher tout en me demandant de le flatter. Il prenait ma main et il faisait avec des mouvements de va-et-vient, nous étions dans le sous-sol dans une chambre. Je devais toujours lui toucher, « son pénis », le prendre dans mes mains, le faire bouger... Il n'y avait pas de menaces, mais il me disait que je ne devais pas en parler, c'était fait toujours en cachette; il était fin avec moi. Il me demandait de*

« goûter à son pénis »; je le dis dans ses mots vulgaires, car c'est comme cela qu'il disait; je me sens vulgaire et cochonne d'écrire ceci; et moi « belle innocente », je faisais tout ce qu'il me demandait... et plus tard, ça durait depuis longtemps et je me souviens qu'il m'avait demandé de baisser mes culottes et il m'a touché avec ses doigts; c'est maintenant que je prends conscience que cela a duré plusieurs années. À chaque fois, il sortait son pénis, il me le faisait toucher, de le goûter, et même le sucer... cela s'est produit plus d'une fois... et lorsque je pense à tout cela, j'en ai mal au cœur. Encore aujourd'hui je me pose souvent la question, est-ce que je provoquais, est-ce que je prenais l'initiative? La lumière qui m'est venue au début, c'est que les abus se sont produits plus longtemps que je me souvenais; il mettait son doigt sur mon sexe... L'une des dernières fois où il a abusé, je me tenais devant lui, mon frère m'a déshabillée, au lieu de mettre son doigt comme les dernières fois, il m'a touchée avec son pénis; il m'a fait mal et je me souviens que je ne voulais pas, mais cette fois, il n'était ni fin, ni doux comme avant. Ce fut la dernière fois, car maman nous a découverts. Je me suis fait disputer... Je me souviens qu'elle m'a amenée chez un médecin... J'avais douze ans, c'est la première fois que je me souviens de l'âge que j'avais, car elle m'a envoyée pensionnaire. Par la suite, la vie a continué, mais on me disait souvent que j'étais renfermée, j'étais presque toujours seule, je pleurais, je n'étais pas comme les autres; j'étais spéciale.

### ➤ Les répercussions psychosomatiques

Lorsque l'adolescence est arrivée, les problèmes ont commencé pour moi. Je ne comprenais pas pourquoi j'avais certains comportements. La confiance manquait en moi et la fratrie me traitait comme quelqu'un de spécial. Je vivais dans la peur de ne pas être correcte, de décevoir les autres. On me trouvait renfermée. On me disait certaines paroles qui me faisaient très mal, je pleurais et j'étais agressive, etc. Avec le temps, j'avais oublié ces abus, et ce n'est que très, très récemment que j'ai mis des mots aussi crus sur ce que j'avais vécu. À l'école, j'étais souvent punie, c'était vers moi que se tournaient les professeurs lorsqu'ils avaient quelqu'un à punir. J'ai consulté des thérapeutes, mais jamais on n'a mis le doigt sur ce qui se passait en moi. En bref, j'étais stable dans mon instabilité. Les emplois que j'ai eus au début de ma vie adulte causaient bien des problèmes à mes employeurs. Je me considérais une victime et j'agissais en victime, sans savoir pourquoi. [...] Lorsque j'entendais parler d'abus sexuels ou d'inceste, je prenais les nerfs, j'arrivais à peine à me contrôler et je ne comprenais pas pourquoi. Cela me choquait qu'on dise cela sur la place publique. [...] Toute ma vie je me sentais victime de ce que je vivais, et voilà que je suis coupable. Je me sentais sale et j'avais honte. Je me suis tant lavée par la suite, cela a duré quelques mois. [...] On me reproche tellement de choses dans mon comportement, j'essaie de faire avec. [...] Une de mes sœurs me taquinait et m'appelait Aurore, j'étais leur souffre-douleur.

### ➤ **La dépression**

*Après bien des détours dans la quarantaine, je suis allée au cégep en nursing. J'ai très bien réussi mon cours et la vie s'ouvrait devant moi. Mais entre l'espoir et la réalité, je me suis aperçue que ce n'était pas suffisant. Mon comportement me suit partout. Lorsqu'on me fait des remarques sur mon travail, je pleure, je suis insécure. Je n'arrivais pas à m'affirmer sans agressivité. Avec des problèmes physiques et un équilibre psychologique très fragile, je me retrouve en « burn-out » pour ne pas dire en dépression. J'avais quarante-sept ans, et j'étais en train de donner raison à moi-même et à ma famille, soit de dire que je suis anormale, que je ne ferai jamais rien de bon dans ma vie, etc. J'en étais rendue à vouloir mourir à tout prix et si je n'avais pas eu peur d'aller en enfer, je serais passée à l'acte, je ne voyais que cela pour m'en sortir.*

### ➤ **Un cri à l'aide**

*Je décide de faire une thérapie et de m'investiguer à plein. Il fallait que je comprenne : pourquoi toutes ces difficultés, pourquoi j'étais ainsi, pourquoi je pleurais dès que l'on désirait me parler dans un bureau, pourquoi je tremblais, pourquoi j'avais tant de problèmes physiques, pourquoi je souffrais tellement d'anxiété et pourquoi je paniquais pour des riens. Je me sentais sale et j'avais honte. [...] Mes sœurs savent que mon frère m'a fait subir certaines choses, mais si je leur disais tout, elles me diraient que c'est mon imagination, que j'exagère, elles me demanderaient de protéger la famille, etc. Il vaut mieux garder cela pour moi et les personnes en qui j'ai mis ma confiance. Heureusement que j'ai rencontré mon Seigneur en profondeur, c'est cela qui me donne la force de continuer à avancer.*

### ➤ **Le passage vers une libération**

*La thérapie sous la forme de PNL<sup>122</sup> me fait prendre conscience que je n'avais pas été seulement touchée, mais que c'était allé plus loin. Ce que j'ai vécu lors de cette*

---

<sup>122</sup> Programmation neuro-linguistique (PNL) est mis au point en 1972 et il est un ensemble de techniques de communication et de transformation de soi qui s'intéresse à nos réactions plutôt qu'aux origines de nos comportements. Elle privilégie le comment au pourquoi, propose une grille d'observation pour améliorer la perception que nous avons de nous-mêmes et des autres. Elle permet également de se fixer des objectifs et de

*prise de conscience a été la cause d'une grande souffrance, de l'agressivité contre moi et contre le silence de ceux qui savaient. Je m'en voulais tellement. J'avais peur d'aller plus loin, de creuser, car c'était aussi souffrant de faire cette thérapie que de vivre ma vie. J'avais tout oublié et voilà que des bribes me reviennent à la mémoire. J'ai alors vérifié auprès d'une de mes sœurs si c'était vrai, les abus envers moi; elle m'a répondu : « Voyons, Madeleine, tu n'as sûrement pas oublié cela. » J'étais choquée de leur silence, de leur inertie, de me faire sentir coupable, je leur en voulais. J'ai cessé la thérapie et j'ai continué mon chemin, mais avec plus d'agressivité, et la culpabilité m'habitait désormais. Je me suis tant lavée... par la suite, cela a duré quelques mois...*

*J'ai repris mon travail au bout de deux ans, mais rien n'était réglé et je crois que c'était même pire. Mais je sais que tout date de l'enfance, et je ne suis pas capable de mettre des mots et à qui en parler. À qui faire confiance. Je dis des choses, mais j'ai l'impression de tourner autour du pot, comme on dit. Je ne suis pas capable d'aller plus loin. Voilà qu'une offre m'est faite de participer à une étude sur l'abus ou l'inceste. Quoique je me sente réticente au début et humiliée sur le moment de l'offre, je sais que c'est une dernière chance que je me donne, je dis oui et je m'y donne à plein. Comment puis-je expliquer cela? Tout est en douceur et les symboles employés ouvrent les portes de mon cachot. Enfin, mes masques tombent, je suis capable d'exprimer verbalement tout ce que j'ai vécu. L'un des symboles est si fort que je suis prise de nausées. Je suis une personne qui vomit d'écœurement facilement et voilà que j'expérimente le pourquoi de cet écœurement. Pour la première fois, je donne un nom à ce frère, je peux lui dire ce que je ressens, ce qu'il m'a fait : les douleurs physiques, la souffrance psychologique. Pour la première fois, je peux décrire les gestes, employer les vrais mots et lui dire tout le mal qu'il ma fait et fait faire. Je revis ce que ma mémoire avait mis dans le placard, et je comprends pourquoi aujourd'hui je me cachais dans la garde-robe ou que l'on me disait sans le dire ouvertement que je ne devais pas être là, quand il arrivait quelqu'un en visite. Grâce à d'autres symboles, je peux me pardonner, dire à l'enfant que j'étais que ce n'était pas de ma faute. Le vase qui était cassé, peut-être reconstruit, car Dieu est capable de tout. J'ai de la souffrance, mais en même temps je sens qu'un poids physique m'est tombé des épaules.*

---

les réaliser. C'est une boîte à outils, dont la clé réside dans le langage et l'utilisation que chacun de nous fait de ses cinq sens et de son corps. <http://www.psychologies.com/Therapies/Toutes-les-therapies/Therapies-breves/Articles-et-Dossiers/La-PNL-ou-programmation-neuro-linguistique>, Vu sur internet le 22 août 2014.



## 2. Le récit de vie de Déborah (53 ans)

La participante avait déjà brisé le mur du silence depuis longtemps en écrivant son histoire, mais elle m'a avoué avoir écrit des éléments qui n'avaient pas encore été dits dans ce récit et même que son conjoint ne sait pas encore. Elle avait mis de côté les feuilles pour écrire ce récit, elle remettait toujours à plus tard. L'écriture l'a poignée un peu et elle est contente de l'avoir fait. Son récit, il se retrouvera dans son coffre au trésor.

*Je parle de la maison de verre que je me suis construite avec mon époux depuis mon mariage, de ma porte de sortie pour éviter la souffrance, de cette boule d'émotions qui est demeurée cachée pendant des années dans un petit coin de mon cœur et qui a su s'ouvrir pour devenir une source intarissable de découvertes sur ce que je suis, ce que je peux être, ce que je vise à devenir : un être accompli dans ce qu'il y a de plus merveilleux.*

### ➤ La mémoire d'une victime

*J'ai 53 ans et je me souviens de très peu de choses en bas âge. J'étais une enfant docile et très peureuse. Mes souvenirs sont plus nombreux à partir de huit ans, mais j'en ai peu qui soient joyeux ou agréables. Ma mère m'a raconté qu'un jour, lorsque j'avais environ 3 ans, j'ai dit à ma grand-mère maternelle que mon papa jouait avec mon pipi. Celle-ci aurait demandé à mon père ce qui se passait : mon père aurait dit que j'en inventais, que c'était lorsqu'il me remontait ma petite culotte après avoir été à la toilette. Ma grand-mère lui aurait dit qu'il avait besoin de ne pas me toucher, en lui lançant un pot de fleurs. Vers l'âge de 8 ans, je me souviens comment papa était violent envers ma mère et autoritaire envers nous ses enfants. Il nous embarrassait souvent dans notre chambre, nous battait pour des riens tout simplement parce qu'on ne faisait pas tout comme il voulait que ce soit fait ou dit comme il pensait.*

➤ **L'éveil des souvenirs**

*C'est aussi vers cet âge que je me souviens qu'il m'a montré comment le masturber, qu'il jouait après ma vulve. Au fil des mois il m'obligeait à lui faire des fellations. Pour être certain que je ne parlerais pas, il me disait que si j'en parlais à ma mère ou à la police, qu'il irait en prison et que je ne le verrais plus. Vers l'âge de neuf ans, notre famille a déménagé à Québec et je crois que pour lui l'occasion était belle d'en profiter encore plus. Au fil des années, il me demandait plus souvent de lui faire des masturbations et des fellations, mes seins commençaient à être plus gros et il voulait les « flatter » comme il me disait. Je lui obéissais toujours en espérant que ça arrête un jour, mais comme le temps était long! Il offrait à ma mère d'aller la reconduire au centre d'achats puis il revenait pour faire la fête. Souvent aussi c'était lorsque ma mère était couchée, il venait dans la chambre pour me réveiller ou si je faisais semblant de dormir, il réveillait une de mes deux sœurs. À ce moment-là je m'en voulais, car je me sentais coupable qu'il lui demande de lui faire quelque chose. En cachette, je me bouchais les oreilles pour ne rien entendre. D'autres fois, il m'amenait en auto [...]. Il s'arrêtait sur le bord de la route dans le parc et là je devais le croquer ou le manger comme il me disait. Quand j'y repense, c'est dégueulasse! Il n'était même pas lavé et je devais le manger et en plus il me demandait de le sucer comme on suce un suçon jusqu'à ce qu'il éjacule. J'avais mal au cœur et j'avais peur que ce liquide descende dans ma gorge. Je devais m'exécuter, car il menaçait de me laisser sur le bord de la route si je refusais. Il y a quelques années, mon frère m'a dit qu'une fois mon père l'avait fait débarquer dans le parc parce que celui-ci avait refusé de lui faire ce qu'il lui demandait. Je faisais vraiment tout ce qu'il me demandait, car j'avais très peur de lui et en même temps je me disais qu'il ne fallait pas qu'il aille en prison parce que tout le monde m'en voudrait. [...] Mon père avait un très grand pouvoir sur moi et il le savait. Je pliais devant lui de peur de me faire battre, je faisais tout ce qu'il voulait. Son autorité dépassait les bornes de l'imagination. Moi ainsi que les membres de ma famille nous étions à sa merci dans plusieurs domaines de notre vie. Pour chacune de nos vies, il en était le propriétaire, le roi et maître, on lui appartenait adieu que pourra!*

➤ **Les répercussions psychosomatiques**

*Je l'aimais beaucoup, mais seulement le jour. Mes nuits étaient cauchemardesques! [...] Je me souviens que lorsqu'il partait de ma chambre, je me vois encore toute recroquevillée, pleurant en silence, me demandant ce que je pourrais faire pour que ça arrête. Je crois que je devais avoir seize ans lorsqu'il a commencé à me pénétrer par le rectum. Je me souviens que ça me faisait très mal [...] Ma seule porte de sortie était de m'imaginer que ce n'était pas à moi qu'il faisait cela, je me*

dédoublais. À partir de ce moment, je me suis souvent dédoublée pour fuir, pour avoir moins mal, pour ne pas avoir honte de moi, pour réussir à survivre à travers la douleur, la peine, l'impuissance, la trahison et le silence. Dans mes souvenirs, je ne me souviens pas vraiment de l'âge où il a commencé à vouloir me pénétrer par le vagin. C'est peut-être à seize, peut-être à dix-sept ans. Chose certaine, je me suis sûrement dédoublée là aussi pour ne pas avoir mal dans mon corps, mais aussi dans mon âme. Je me souviens que je ne voulais pas [...]. Souvent dans ces moments je me disais que je serais mieux morte plutôt que d'avoir à subir tout cela. Des fois je pense que je suis psychosomatique, car j'ai souvent des petits quelques choses qui sont vrais, mais qui ne sont pas visibles.

### ➤ La dépression

*Je voulais tellement que ça arrête que dans ce temps-là, dans ma tête, je ne pensais pas au suicide, mais aujourd'hui, lorsque je pense à ce que j'ai fait, je crois que j'ai voulu mourir tellement que j'avais mal dans mon corps et dans mon âme. Mal de ne pas trouver de solution pour que mon père cesse d'abuser de moi. Je me souviens qu'une fois j'étais avec une de mes sœurs et je me suis envoyée devant un camion et elle m'a tirée par le bras en me demandant ce que je faisais là. Une autre fois, vers l'âge de douze ans, une dame m'a frappée avec son auto et elle ne comprenait pas pourquoi je m'étais tassée sur son chemin, mais moi je savais. Je voulais simplement que les abus cessent. Vers l'âge de dix-huit ans, je m'étais couchée avec un couteau parce que je voulais le tuer s'il venait encore dans ma chambre.*

*Puis vers l'âge de dix-huit ans et demi, une de mes tantes est décédée, et mon père nous obligeait mon amoureux et moi à venir à tous les jours au corps et au service [...]. C'est alors que je lui ai dit : « Oblige-nous, voir, à y aller, tout ce que tu m'as fait, la ville de Saguenay va le savoir au complet et à partir d'aujourd'hui tu ne me touches plus. » Je criais tellement fort que je pensais que ma tête allait éclater, je sentais le sol se dérober sous mes pieds et j'ai vite monté dans ma chambre, pensant m'écrouler. Tout à coup j'ai entendu mon père monter, il est entré dans ma chambre et il m'a dit que c'était correct qu'on pouvait faire ce qu'on voulait, qu'il ne me toucherait plus et de ne rien dire. Je me souviens de ce moment comme si c'était hier tellement c'est clair dans ma tête. À partir de ce jour, il ne m'a plus touchée.*

➤ **Un cri à l'aide**

*Les années ont passé et je gardais toujours en moi ce secret. Je me suis mariée et, bien sûr, je n'ai rien dit à mon mari. Dix ans après, en prenant une marche, je lui ai dit que j'avais été abusée sexuellement par mon père. Celui-ci n'en croyait pas ses yeux. Il était dans une telle colère que je regrettai de lui en avoir parlé. À partir de ce moment je me suis refermée et j'évitais de lui en parler. Encore quelques années se sont écoulées et mon mari a fait une crise cardiaque et il a bien failli mourir. [...] Pour moi, ce fut très difficile. Suite à cet accident, je vivais sans cesse dans la peur. Ma maison de verre s'est fragmentée, elle fut ébranlée après treize ans de bonheur stable. Après deux ans, je vivais toujours dans la peur et une amie me dit qu'elle comprenait, mais que ma peur était démesurée, qu'il devait y avoir autre chose. Ce n'est qu'après deux heures de discussion que j'ai fini par lui dire que peut-être c'était dû au fait que j'avais été abusée par mon père et qu'enfin j'étais en sécurité avec quelqu'un que je ne voulais pas perdre. Elle m'a suggéré de consulter quelqu'un pour m'aider à y voir plus clair. Ce que j'ai fait. J'ai vu un psychologue qui m'a dit de voir l'inceste en face... et tous ces événements.*

➤ **Le passage vers la libération**

*Au fil des ans, de consultation en consultation, peu à peu j'ai appris à me reconstruire une estime de soi, à reprendre confiance en moi, à être capable de m'affirmer, de dire mon opinion. Avec mon père j'avais tout perdu! Avec lui je ne pouvais m'exprimer, il me disait de me fermer, je ne pouvais me tromper, car pour lui je ne savais rien faire et il le faisait à ma place, je ne pouvais rien décider, car c'est lui qui avait ce pouvoir, je ne pouvais le défier, ni oser le contrarier, car il me disait que j'avais une tête de cochon. Au point de vue de la sexualité, j'ai encore du chemin à faire, mais j'y arriverai. Aujourd'hui, je peux dire que je me suis beaucoup aidée à me reconstruire. J'ai fait partie de plusieurs comités où je devais m'exprimer, ce qui m'a aidée même si ce fut difficile, à construire mon estime de soi et à prendre confiance en moi. Après tant de travail assidu sur moi-même, envers et contre tous, le 27 octobre 2006, j'ai porté plainte contre mon père pour ce qu'il m'a fait subir. Confiante en moi-même, je savais que ma famille ne serait pas vraiment d'accord avec moi, mais j'en étais rendue là dans ma vie. [...] Un an s'est écoulé et mon père est toujours en attente de passer en cour et il avoue avoir abusé de quatre de ses enfants sur cinq, mais il nie ce qu'il a fait. Il a plaidé non coupable. Mes sœurs ne me parlent plus, elles prennent pour mon père. Par contre mon frère a porté plainte avec moi. Quant à ma mère, je ne sais pas vraiment son fond de pensée.*

*En janvier 2007, j'ai été opérée pour une tumeur au sein gauche. J'ai dû recevoir des traitements de radiothérapie. J'ai trouvé ça très difficile et ça m'a remis en question sur tous les plans de ma vie y compris ce que j'ai vécu via mon père. Mon fils aîné m'a dit une phrase réconfortante. Il m'a dit que j'étais en train de faire le grand ménage dans ma vie, que cette tumeur au sein appartenait au passé et qu'il fallait qu'on me l'enlève. Que maintenant tout allait très bien aller dans ma vie! Ça m'a fait du bien d'entendre ça de mon fils. Je suis fière de ce que je suis devenue et de ce que j'ai accompli pour enfin en arriver un jour qui, j'espère, n'est pas trop loin, à être guérie des blessures du passé que mon père m'a infligées et toutes les répercussions qui ont affecté ma vie sur plusieurs facettes. J'aurais encore des pages et des pages à écrire sur ma vie, mes émotions, mes sentiments et mon ressenti. Cette boule d'émotions qui est demeurée cachée pendant toutes ces années dans un petit coin de mon cœur a su s'ouvrir il y a de cela dix-sept ans et depuis ce jour elle ne cesse de rouler. Maintenant elle est pour moi une source intarissable de découverte sur ce que je suis, ce que je peux être, ce que je vise devenir : un être accompli dans ce qu'il y a de plus merveilleux. Je ne savais même pas qui j'étais, maintenant je commence à savoir. Je veux continuer à découvrir cette personne qui est en moi dans toute son authenticité, je veux être passionnée de moi, je veux enfin m'aimer pour ce que je suis et non pour ce que l'on veut que je sois.*

### **3. Le récit de Julie (52 ans)**

*J'ai commencé à écrire au chalet dans le calme total où les hommes étaient partis et cela a très bien été. C'est une libération de ce que tu ressens, la souffrance que j'ai eue. C'est une sorte de libération non complète, mais ça enlève un poids. Pour moi, c'est ce que j'ai ressenti. Je me suis sentie très bien. Ce fut le passage de mon grand-père qui fut le plus dur. Pour moi c'est réglé et j'ai passé à autre chose, mais le fait de revenir sur le sujet m'a fait bouger et brasser un peu.*

#### **➤ La mémoire d'une victime**

*J'avais dix ans quand tout a basculé ma vie. Moi si petite, pourquoi a-t-il fallu que ça m'arrive? On est innocent à cet âge. Lorsque j'entends cela même si c'est réglé, ça bouge dans mon corps, cela me fait vivre des choses et je ne veux plus revenir là-dessus.*

➤ **L'éveil des souvenirs**

*Je me souviens comme si c'était hier. Il m'a fait demander de venir lui faire une accolade et je me suis précipitée vers lui en n'imaginant pas qu'il briserait ma vie. Il a mis sa main, son pouce, dans ma vulve et là j'ai senti un traumatisme épouvantable en me chuchotant de rester tranquille. J'ai dit pourquoi, grand-papa, tu fais cela? Il a dit : « tais-toi ». J'étais emprisonnée dans ses bras et là j'ai senti une douleur atroce, j'ai criée si fort qu'il m'a lâchée, le sang coulait entre mes jambes, je pleurais et mon regard vers lui était d'une haine épouvantable. Voilà qu'après ça été au tour de mon père. Je me souviens qu'il me disait : « Tu es trop maigre, t'n'as pas assez de seins », mais cela ne l'a pas empêché de me faire ces horreurs. J'avais très peur de lui. J'ai tellement fait dans ma tête de scénarios pour essayer de le tuer, mais étant petite fille je me disais : « Je ne réussirai jamais ». Je suis devenue très agressive et quand un jour j'ai demandé de l'aide, personne n'a rien fait pour moi. Et voilà qu'un jour un homme presque de l'âge de mon père s'intéresse à moi. Il voulait me sauver. Mon Dieu que j'étais naïve! Il m'a promis terre et monde que j'ai réussi à tout faire pour lui faire plaisir, aller même à me faire faire de la prostitution en croyant qu'il m'aiderait à me sortir de cette maison.*

➤ **Les répercussions psychosomatiques**

*Je ne savais plus à qui me confier. Personne n'était là pour moi. J'étais comme un zombie. J'avais très peur de tout ce qu'on me disait et je ne savais plus ce que c'était vivre. J'ai réussi à traumatiser mes frères et sœurs quand je les gardais. J'avais tellement de rage en moi que c'était à eux à qui je m'en prenais pour me défouler. J'en voulais au monde entier pour le mal que l'on m'a fait, je n'étais pas du monde et je suis sûre que c'est pour ça que je n'ai pas une belle relation avec certains membres de ma famille. Le jour où je me suis révoltée contre mon père, ma vie a pris un autre sens. En lui disant que s'il me retouchait, je le tuerais. On m'a enlevé des morceaux : l'appendice, les amygdales, l'utérus tout en pensant que j'étais malade. Tout était relié à l'inceste, mais je ne l'avais pas dit. J'avais mal et les médecins m'ouvraient pour enlever la partie souffrante.*

➤ **La dépression**

*Et là a été le fil de ma vie. État dépressif... personne ne m'aime. J'ai vagabondé d'homme en homme en essayant de vraiment trouver l'amour sans jamais y arriver.*

*Jusqu'au jour où arrive monsieur x dans ma vie. Encore là il m'a quittée. Je n'ai jamais eu de réponse à cette rupture, car moi dans ma tête c'était pour la vie. Voilà que le temps me rattrape. Ma grosse dépression qui arrive et change ma vie à l'âge de trente-sept ans. Le mur de briques pour la femme qui se pensait très forte et qu'on ne pouvait plus atteindre s'est effondré et pas à peu près. Maudit que ça fait mal. La douleur que tu portes depuis vingt-sept ans vient de se briser, ce mur de brique que tu as bâti n'est pas facile à percer.*

➤ **Un cri à l'aide**

*Le psychiatre a voulu m'envoyer à Roland-Saucier et pourtant je n'étais pas folle. Le docteur Y qui me prend en main... et voilà que la thérapie commence. Là, tu te dis en toi-même : « Si tu ne vas pas jusqu'au bout de tout cela, tu ne réussiras jamais à vivre pleinement. » Cela n'a pas été facile, j'avais tellement de problèmes à régler que je pensais que je deviendrais folle. Mais j'ai eu un très bon médecin qui a su me guider, qui m'a donné des antidépresseurs, m'a beaucoup parlé et surtout écoutée.*

➤ **Le passage vers la libération**

*Cela m'a pris un an à me sortir de ce malheur. Mais aujourd'hui, je suis capable de me protéger et apprendre à éloigner tout ce qu'il y a de négatif dans la vie. Ce qui compte aujourd'hui, c'est moi en premier. Ma vie est plus sereine et plus calme. Aujourd'hui, je vis avec un homme que j'aime beaucoup. On a beaucoup de choses en commun, on se complète très bien l'un à l'autre. La douleur de l'inceste est toujours en moi. Cela ne pourra jamais s'éteindre complètement, car il y a des actes ou des paroles qui font que tu n'oublies jamais. Mais n'empêche qu'aujourd'hui il est primordial de profiter du cadeau que je me suis fait : c'est de vivre pleinement heureuse avec tous ceux que j'aime et ne pas laisser le négatif entrer dans ma vie. Mon plus grand moment de bonheur c'est d'admirer ma belle étoile brillante dans le ciel qui m'a donné le goût d'apprécier les beaux jours de la vie, à réapprendre à vivre pleinement.*

#### 4. Le récit de vie de Joëlle (51 ans)

*C'est la première fois que j'écris sur mes agressions. Je l'ai écrit vite parce que cela venait trop me chercher. Je l'ai écrit vite pour ne pas sentir. Cela fait du bien, c'est sûr. Cela fait vivre plein d'émotions, de la colère, et lorsque tu arrives vers la fin, tu te sens bien de l'avoir écrit. J'ignore si je suis différente des autres, mais des fois j'en ai tellement parlé en thérapie. Il arrive que je me dépêche, car je suis tannée d'en parler, de retourner dans cela, et je ne veux plus y retourner.*

##### ➤ La mémoire d'une victime

*J'ai fait un ménage dans tout cela. Je sais qu'il y a des blessures qui ne partiront jamais, mais on dirait que je ne veux plus perdre de temps là-dedans. C'est l'écœurement, je l'ai tellement pleuré que si je peux m'éviter d'aller profond, cela fait mon affaire. Pour mes cinquante ans, je veux vivre le reste de ma vie à ne plus pleurer sur tout cela. Je veux devenir sereine. Ceci est l'histoire d'une partie de ma vie.*

##### ➤ L'éveil des souvenirs

*Le souvenir où je peux reculer le plus loin est à l'âge de cinq ans. Maman me dit : «Ton parrain et ta marraine viennent faire un tour. » Je revois mon parrain assis sur la chaise à côté de la porte avec son écœurant de sourire en me disant : « Viens t'asseoir sur ton parrain, ma belle filleule. » Une fois assise sur lui, quand personne ne regardait, il avait une main sur mon genou et il montait sa main pour me toucher les parties génitales. J'étais paralysée par la peur, je ne sais pas pourquoi, mais je savais que c'était mal. Les autres fois quand il venait, je disais à maman que j'étais malade; alors elle me disait de rester couchée. Quand mon oncle entra dans la maison, la panique me reprenait, car je me disais : « Tout d'un coup qu'il vient dans ma chambre. » Alors je mettais toutes les couvertures sur la tête pour qu'il ne me voie pas. La première chose qu'il disait en entrant : « Où elle est, ma belle filleule? » J'avais la sensation de la mort à chaque fois, même si je n'avais que cinq ans. Cet homme charognard est mort à quatre-vingt-douze ans et j'ai toujours une haine viscérale face à lui. C'est la seule personne que j'ai haïe dans ma vie et je le hais encore. J'espère qu'il est en enfer.*



À ma pré-adolescence, il y a eu le dentiste qui a essayé de me faire des attouchements, l'oncle d'une de mes amies qui mis sa main dans ma petite culotte, le père d'une de mes amies, un policier, un ami de mon frère, un homme sur un stationnement que je connaissais, le cousin d'une voisine, le père de mes enfants, un agresseur qui m'a enlevée, séquestrée, et violée et, aussi un troisième conjoint. J'ai grandi toute ma vie en pensant que pour être aimé il fallait avoir un beau corps, sinon on ne nous aime pas. [...] Mon parrain est la personne qui a tout déclenché en moi. La suite de viols qui s'en est suivie est venue renforcer mon opinion sur les hommes, des écœurants, tout ce qui les intéresse est le sexe. Mon adolescence a été assez bien sur le côté sexuel, mais je trouvais presque tous les actes sexuels dégueulasses. Je trouve cela très difficile d'en parler.

### ➤ Les répercussions psychosomatiques

Les conséquences de ces viols ont eu un impact terrible sur ma vie. J'ai des séquelles qui seront là jusqu'à ma mort. Je n'ai aucune confiance aux hommes. Ma vie sexuelle, je n'en ai plus depuis 2002. Le sexe me donne envie de vomir. Je vis une énorme colère face aux violeurs depuis l'âge de cinq ans. Jamais je n'accorderai de pardon à aucun d'eux. [...] Les séquelles de leurs actes seront là à vie jusqu'à mon dernier souffle. Quand tu es abusée, il n'y a pas juste le physique qui est atteint, il y a aussi notre intérieur. Moi je me suis sentie : un déchet, une poubelle, une vidange, je n'ai plus aucune estime de moi, mon corps ne m'appartenait plus. C'était comme s'il appartenait à tous les hommes sauf à moi, je ne savais plus qui j'étais et pourquoi j'existais. On a atteint tout de mon être, mon psychologique et mon psychique.

### ➤ La dépression

Je me suis fait de l'automutilation. Je me coupais avec une lame de rasoir. J'ai dormi pendant un mois dans le bain avec une certaine quantité d'eau, car j'avais l'impression que l'odeur de l'agresseur était entrée dans ma peau. J'avais beau me froter avec mes mains pour la faire partir, rien n'y faisait, le seul moyen que j'ai trouvé pour me soulager était de rester sous l'eau du bain. Je suis restée dans la maison avec les toiles fermées pendant deux ans et demi. J'avais toujours peur qu'un homme m'observe. J'ai été des mois à être obligée de prendre ¼ de gravol juste pour avaler une gorgée d'eau. La confiance face à un homme est à zéro. Je pourrais en nommer d'autres, mais c'est assez, et je ne parle pas des répercussions que cela a eues sur mes enfants.

➤ **Un cri à l'aide**

*Après avoir fait trois fois en cinq jours de l'automutilation, j'ai eu peur et j'ai consulté une psychologue.*

➤ **Le passage vers la libération**

*Le chemin vers une guérison a été très long et extraordinairement difficile. Je ne parle pas de guérison complète ici, mais juste de reprendre le goût à la vie, c'est déjà beaucoup. Mes enfants ont été ma première raison de vivre, ensuite, la rencontre des psychologues au rythme d'une fois par semaine, et ce, pendant quatre ans. Je ne serai jamais guérie, mais j'essaie de rendre ma vie plus agréable et de vivre une minute à la fois. Je suis retournée à l'école, je travaille à temps partiel, je fais un peu de bénévolat. Pour l'instant, je survis, des fois je me sens bien, et d'autres fois je fais semblant d'être bien. Je suis prête à essayer d'autres méthodes pour continuer mon cheminement qui est presque terminé. Vous êtes venue me montrer et me faire prendre conscience de comment j'avais avancé. Ces objets c'est comme si c'était un ange descendu du ciel et qu'il venait me récompenser. Les objets ont été des choses significatives comme pour mettre un baume, finaliser ce qui restait. J'ai vu que j'étais dans le bon chemin et j'ai appris que j'avais la foi plus forte que je ne le pensais. J'ai appris que j'avais gardé espoir en la vie malgré toutes ces années, et mon souhait est de continuer à avancer, car le pire est passé. Je ne veux plus rester dans tout cela, et je veux passer à une autre histoire qui a déjà débuté.*

**5. Le récit de vie de Sarah (50 ans)**

*L'écriture m'a permis de faire le détachement. Il était déjà écrit, mon récit de vie, mais en le transcrivant, cela devenait un détachement. Je suis rendue vraiment à relire comme si cela ne m'appartenait plus. Je n'ai plus le poids. La première fois que je l'ai écrit en novembre l'an passé, je pleurais à flot devant ma petite chandelle. Ce que j'ai fait, j'ai soutiré de ces pages une partie de mon récit pour te le donner, mais avec les émotions en moins. Ce que j'avais au tout début. Pour te l'écrire, j'ai quand même utilisé ma petite chandelle symbolique et j'ai fait un appel aux anges pour venir m'aider, et que ce soit à la juste valeur de ton travail et puisse t'aider. Je me suis appliquée sur l'écriture. Absolument et il faut l'écrire cette histoire. « Je suis une rescapée de l'inceste et je travaille à ma reconstruction. Se*

*reconstruire, c'est apprendre à parler à l'envers. » Tu ne peux pas apprendre à parler à l'envers si tu ne cries pas. Si tu ne revois pas chaque parcelle de ta vie, ton tiroir va demeurer imprégné de cette histoire et il faut le vider. Faire le ménage de ce tiroir. C'est vraiment apprendre à parler à l'envers, et je te l'ai dédié, car ce fut ma phrase clé. Il faut accepter de revoir et aller le plus loin que l'on puisse se souvenir.*

➤ **La mémoire d'une victime**

*Mon écriture est tirée de mon récit de vie que j'ai rédigé pendant ma convalescence. Je te partage mon vécu. C'est une partie de mon récit autobiographique.*

➤ **L'éveil des souvenirs**

*Je suis une rescapée de l'inceste et je travaille à ma reconstruction. Se reconstruire, c'est apprendre à parler à l'envers.*

➤ **Les répercussions psychosomatiques**

*J'ai donné à m'oublier. L'abus de mon père a eu un effet miroir sur moi. Je me suis abusée, en travaillant constamment, en donnant aux autres, en m'oubliant, en traînant une culpabilité constante, une peur d'être seule avec moi-même, peur de ne pas être aimée... Des migraines de plus en plus sévères m'invalident. Il n'y a plus rien qui fonctionne.*

➤ **La dépression**

*Le 3 novembre 2006, bien malgré moi, je suis forcée de refaire ma santé identitaire. Ce moment d'arrêt à l'aube de mes cinquante ans m'oblige à faire le point et à ouvrir le tiroir fermé à double clé. L'épuisement professionnel a surgi et avec lui le*

*choc post-traumatique. J'ai perdu mes repères, mes appuis. J'ai dû lâcher la prise ou plutôt la prise m'a lâchée.*

➤ **Un cri à l'aide**

*Avec l'aide de la psychologue, de l'écriture, de mes croyances spirituelles, de l'énergie universelle, je décide de soulever le voile du secret. Tout est juste! Il n'y a pas de hasard. J'ai toujours pris soin des autres, je me suis oubliée. J'ai perdu ma santé identitaire et il a fallu que je refasse mon identité et j'ai eu mon congé maladie pour me le permettre. J'ai dû aller à l'encontre du négatif pour mieux nommer la côte, affronter mes peurs, mon monde intérieur, me fusionner avec moi-même en utilisant le rêve, le massage, l'acupuncture, la psychothérapie, et bien entendu, un excellent médecin.*

➤ **Le passage vers la libération**

*J'accepte de remonter, de revivre mon passé et ainsi voir ce que cela m'a apporté. Je dois accepter de me laisser descendre telle une vague, accepter et accueillir l'instant présent, m'abandonner... Je dois aller à la rencontre de mon propre miroir. Aujourd'hui, je suis en guérison, je ressens ce que je sens. J'accueille mon ressenti et je laisse venir ce qui vient. Je tente de me défaire de mes habitudes (m'oublier); briser les cristallisations : mes peurs, mon manque de confiance en moi, apprendre à me regarder, à me trouver belle; fuir la dépendance, innover; m'amuser; me donner l'autorisation d'être libre. Maintenant, j'inverse les rôles qui m'ont habitée trop longtemps. Une femme libre, indépendante, qui s'aime, qui est bien dans son jardin intérieur.*

*Alors, voilà ce que cette expérience m'a apporté. J'ai accepté de la revivre, me donner le temps nécessaire de la remontée. Telle une vague. Je n'en serais pas à cette étape si je n'avais pas posé le regard sur moi, accepté d'ouvrir le tiroir. J'ai été bien entourée pendant les mois de ma convalescence. Je me suis choisie. Je refais mon identité qui m'a été volée dans mon enfance. Maintenant, je connais ma mission, je donne un sens à mon vécu. Tout est juste! Maintenant, je ne m'abuse plus, je m'accepte, je ne suis plus soumise à moi-même. Mon univers intérieur est nettoyé et libéré de ma souffrance. Cela a permis de boucler la boucle et me réapproprier cette énergie universelle. J'ai utilisé également plusieurs symboliques : l'arbre de lumière, une chandelle avec un arbre gravé, les cartes de force intérieure, les livres de Jean Monbourquette, le rêve, les anges, mon chapelet près de mon lit, et pour la paix de l'âme une visite hebdomadaire à l'Église. Je*

*termine par une phrase de Francine Raymond : « Le temps ne respecte pas ce que l'on fait sans lui.*

## **6. Le récit de Rose (42 ans)**

*À cause de ce rêve et de problèmes avec mon premier enfant, je fais un retour en arrière à l'âge de 25 ans. Un retour jusqu'à ma naissance par autohypnose. Un premier retour à la matrice avec des arrêts dans le temps. Par contre, entre onze et quatre ans, parce que cela se fait en reculant, c'est le vide. Le noir, le néant où je flotte en apesanteur parmi ce qui me semble être de la poussière d'étoiles. À quarante ans, une vague m'a portée vers le rivage sans que consciemment je le désire. J'avais abdiqué. J'avais rendez-vous avec la mort. Les ténèbres m'attendaient à l'arrivée, encore ou enfin. Ballotée par une vague d'émotions, choquée par un ouragan de sensations confuses, je suffoque. Je suis morte. En pleine dépression profonde, j'avance dans un brouillard de plus en plus épais, ce qui m'oblige à faire un retour à la matrice encore une fois. Sous médication, j'ai retrouvé la période de quatre à onze ans disparue de ma mémoire depuis longtemps... Après quelques nuits à me réveiller à cause du rêve et accompagnée par un conjoint ouvert, j'ai pu laisser émerger les souvenirs... j'ai revécu une expérience traumatisante que je peux nommer maintenant un « viol collectif à caractère incestueux ». J'y ai vu la totalité de l'expérience avec ces différents éléments : la lumière orangée, le noir, le sang, le froid associé au noir.*

### **➤ La mémoire d'une victime**

*Je fus mise au monde suite à une grossesse accidentelle, par césarienne et créant des problèmes physiques et psychologiques à ma mère. Je fus placée en pouponnière pendant deux mois. Adieu, lien d'attachement sécurisant! Je vécus une enfance effacée et troublante jusqu'à environ onze ans. Je suis là et absente à la fois. Je me réveille de ma torpeur à la naissance d'un petit frère-enfant. Je dois le prendre en charge presque entièrement. Sa mère, la mienne, n'a pas les capacités émotionnelles pour le faire. Cela dure jusqu'à mon départ de la maison familiale à vingt ans. J'abandonne ce frère enfant. Encore un lien d'attachement sécurisant brisé. De ce moment, jusqu'à la naissance de mon premier enfant, c'est le calme plat. Un peu de stabilité relative et émotive. La douceur amicale, un peu comme si je flottais sur un lac, observant la pleine lune au travers de la brume.*

➤ **L'éveil des souvenirs**

*Je vais à l'école et subis, de façon aléatoire, des épisodes d'inceste. Je me plonge dans une obscurité rassurante. Je vis les années suivantes en cauchemar et en flottement hors de mon corps. Une fuite de la souffrance et du deuil. Une mort de mes émotions. L'adolescence est manquante. La recherche d'identité nécessaire à la poursuite de mon développement est presque nulle. L'obscurité, les ténèbres me hantent. La froideur me suit toujours. Mon cauchemar m'accompagne chaque nuit depuis mes quatre ans et il est fidèle. Un enfant naît de cette relation. Le premier. Cela crée des remous dans ma vie, des hauts et des bas, des vagues de tempêtes, de bonheur. Un passage de ma vie qui fait le lien avec la confrontation à la mort vécue vingt ans plus tôt. [...] Je découvris, en état d'hypnose, la période vide, inexistante du quatre à onze ans. Le vent se calme, les nuages se dissipent, la pluie cesse. Le temps passe, un peu, je recommence l'expérience de la maternité avec espoir. Une fille naît dix-neuf mois plus tard.*

➤ **Les répercussions psychosomatiques**

*Nous sommes en mars 1992. C'est une catastrophe pour moi. C'est malheureusement une fille. Encore des remous, des sensations désagréables. Je ne veux plus d'enfant. Je ne sais pas encore pourquoi, mais je n'en veux plus. Je refuse toute idée de féminité pour elle. Ni vêtement, ni "lulu", ni même de couleur rose. Je choisis de mettre fin à la procréation de façon médicale et sûre, supposément. [...] J'aurais aimé avoir beaucoup d'enfants sauf que... pas d'autres filles. Huit mois après l'intervention chirurgicale mettant fin au risque de procréer, une grossesse, encore. Je dois décider en dedans de quelques semaines si j'interrompais cette "chose". Je regrette ou j'ai des remords? Je garde ce bébé. Angoisse. La naissance, une autre fille. Un deuil à faire, un autre. C'est comme si le ciel m'était tombé sur la tête. Vivre la grossesse, la torture des émotions, les larmes de panique pendant six mois pour avoir une autre fille. Je me sentais comme prise sous l'eau, à voir la lumière du soleil sans jamais parvenir à la surface. [...] Après une session d'hypnose, Rose dit : je sais que je n'ai ni crié ni pleuré. Je sais que j'ai sauvé ma vie en m'enfuyant dans le néant.*

## ➤ La dépression

*J'enseignais aux enfants avec l'aide de leur père. Ils n'allaient pas à l'école. Bataille juridique. Longue et difficile lutte. La guerre, la bataille provoquée me relie encore à mon cauchemar. Je me bats contre mon gré. Toute seule, j'aurais abdiqué. Soldé par une victoire... mais épuisant passage vers la première dépression. À force de repos et de médicaments, je me remets. Entre 1998 et 2001 [...], j'avance dans un brouillard de plus en plus épais. À partir de ce moment, commence une recherche d'identité nouvelle. Un sentiment d'inutilité m'envahit lentement. [...] Je cherche désespérément un moyen de retrouver l'équilibre, une stabilité, une zone de confort. Je cherche une bouée pour me situer. Je ne trouve plus ma voie, je n'ai plus de voix. Je me sens disparaître, devenir transparente. Je deviens fluide. Je m'enfonce profondément sous la surface de l'eau jusqu'à ne plus voir même une parcelle de soleil. Environ cinq longues années sans un minimum de lumière. Je me dilue. Je sombre. Black-out. Méga-dépression. Hiver 2006-2007 qui cette fois a nécessité une médication agressive, puisque des pensées suicidaires m'habitaient continuellement. Choc émotionnel intense [...] Une vague m'a portée vers le rivage sans que consciemment je le désire, j'avais abdiqué, j'avais rendez-vous avec la mort. Les ténèbres m'attendaient à l'arrivée, encore ou enfin. Ballotée par une vague d'émotions, choquée par un ouragan de sensations confuses, je suffoque. Je suis morte.*

## ➤ Un cri à l'aide

*Je me dois de renaître. D'où le retour à la matrice, source de renouveau, d'envol, de périple. Un recommencement s'impose de force. Mais la force me bouleverse, me hante, me déstabilise. Je me plonge dans les profondeurs de mon inconscient jusqu'à m'y noyer. Mais ces eaux, source de vie, me sauveront. À force de soutien du conjoint, de psychothérapie, j'entrevis un léger rayon de soleil de printemps. Avec ce réveil de la nature, de jeunes ailes me poussaient. Premiers balbutiements de cette nouvelle vie [...]. Simultanément, mon passé cherche à émerger au niveau conscient. Petits coups d'aile, je travaille aussi pour l'ami devenu patron. C'est nouveau pour moi, j'oublie mes médicaments et j'arrête par la force des choses. Je quitte le nid familial, je suis prête à m'envoler, mais le poids du passé me cloue au sol. J'ai besoin de me libérer.*

➤ **Le passage vers la libération**

*J'accepte volontairement de laisser ce passé remonter à la surface par autohypnose, et mon conjoint peut dire aux enfants que les cauchemars s'arrêteraient. J'ai vécu quelques heures en apesanteur. Quand je fus prête, j'ai sorti le Sacré-Cœur et sa maison dehors de la mienne. J'avais envie de l'enterrer, de le détruire à grands coups de masse. Je ne l'ai pas fait, je voulais juste le punir. Nous sommes à la fin du mois de mai. Même période de l'année où cela est arrivé, j'avais quatre ans, j'en ai quarante. Dix fois plus. Je crois que c'était le quatre ans de ma nouvelle vie et que j'ai choisi d'affronter la vérité cette fois. Je poursuis ma nouvelle vie et l'ancienne à la fois. [...] J'évolue en vitesse rapide. J'ai l'impression de vivre chacune des étapes du développement de ma nouvelle vie. Je vis, j'apprends à réagir, à interagir, à me tenir debout, à marcher, à parler. J'en suis à l'adolescence de cette vie là. Je découvre des émotions nouvelles, j'essaie, je me trompe, et me « pète la gueule ». Oui, des vraies émotions qui font du bien, qui font du mal, qui me blessent moi et autour de moi. Quelquefois, je dois laisser incuber ces émotions, car je dois prendre le temps de les assimiler, de me les approprier. J'arrive même à les rejeter lorsque nécessaire. [...] J'apprends, c'est tout. Je me laisse la chance de faire des découvertes. Je prends plus de risques, risque d'aimer, d'avoir mal, de m'attacher malgré les craintes et la peur du rejet dont j'ai hérité. Mais de plus en plus, avec l'aide de la seule personne qui ne m'a pas abandonnée encore malgré les barrières et les murs que j'érige toujours autour de moi, comme des armes. Je laisse l'amour m'envahir, me dorloter, me créer des liens d'attachement tout neufs et bientôt, je l'espère des plus sécurisants. Je sais qu'il y aura d'autres barrières, d'autres murs de béton que je construirai, mais à force d'amour, je réussirai à en faire tomber, encore et encore, jusqu'à ce que l'amour guérisse mes blessures profondes et que je n'en aie plus besoin.*

*Mon amour ne m'a pas abandonnée. De ma naissance à ma renaissance. J'ai grandi avec lui et il a grandi avec moi. Deux renaissances décalées dans le temps, tout aussi régénératrices l'une que l'autre. Un naufrage, un sauvetage. La baleine nous a avalés tout à tour pour nous libérer ensemble à l'aube de cette nouvelle vie. Le soleil se lève avec nous et nous nous coucherons avec lui au crépuscule de notre vie. Pour l'instant, un feu de joie brûle pour nous sans jamais s'éteindre. Nous l'entretenons, nous l'alimentons. Nous sommes lumineux, irradiants. Nous rayonnons sur les gens qui nous entourent : mon conjoint, mes enfants, ses amis, ses enfants.*



## 1. Le récit de vie de Céline (36 ans)

*C'est avec un immense plaisir que je consens à la divulgation de différentes trames de ma vie personnelle. Sans connaître le dénouement de ce récit de vie, j'aurai toutefois l'aisance de me laisser porter par mon cœur tout au long de cette démarche. J'avoue que je suis très enthousiaste à l'idée de pouvoir réaliser cette relecture personnelle et spirituelle, et le temps s'arrêtera temporairement pour ainsi écouter sagement ce que mon être désire me révéler. Lorsque j'ai écrit, je suis partie à pleurer. Des larmes de libération, de constatation d'un passé si douloureux, mais la réhabilitation m'a amenée dans la lumière comme si je n'avais plus besoin de nager dans ce passé. Ma partie ombragée a moins tendance à se rendre pour submerger mon présent de la souffrance. L'écriture de ce récit signifie pour moi la transformation de la chenille en papillon. Les étapes pour que je puisse devenir un papillon libre. Partir de ma souffrance pour revivre. Ce récit constitue la découverte de mon aventure personnelle et mes diverses confidences d'être sacrée et consacrée.*

### ➤ La mémoire d'une victime

*Bienvenue dans l'existence de Céline, un monde rempli de souffrances et tout aussi de joies à l'état pur, de passion, de soif d'absolu, de liberté et d'espérance. Partons ensemble à la découverte de mon aventure personnelle et aux diverses confidences de mon être. Je suis née dans la magnifique ville de Chicoutimi. Je pesais trois livres et demie. Sept minutes plus tard, ma mère prise par surprise mit au monde une deuxième fille de trois livres et demie également. Deux minuscules jumelles fraternelles qui se battent vivement pour leur survie. Avec tous les bons soins médicaux prodigués, nous avons été sauvées des eaux.*

### ➤ L'éveil des souvenirs

*La famille où mon âme a choisi d'évoluer est un milieu rempli de dysfonction. Mon père était un grand alcoolique et ma mère une femme très déchirée par la vie et tout autant souffrante. Malgré tout le respect et l'amour que j'ai à leur égard, il n'y avait absolument rien de rassurant, et les chances de m'épanouir dans cet environnement étaient plutôt faibles, et malheureusement ma sécurité et mon développement étaient réellement compromis. Je vivais dans un milieu très pauvre et cette pauvreté se situait à tous les niveaux. Donc, j'ai grandi dans la peur, l'abus*

*sous toutes ses formes, le rejet, l'abandon, l'insécurité et surtout dans l'absence de toute fonctionnalité. Des conditions plutôt défavorables qui portaient à croire que mon éventuel avenir serait totalement décousu de NON-SENS. Cependant, vous verrez plus loin dans le récit que le ciel en a décidé autrement.*

### ➤ **Les répercussions psychosomatiques**

*Mon adolescence fut assez rocambolesque, je suis vite devenue une grande dépendante affective, mes relations amoureuses et interpersonnelles étaient très chaotiques. Cette quête identitaire se terminera par une dépression majeure vers l'âge de dix-huit ans. Une étape remplie de confusion, de blessures, d'angoisses profondes, de rage au cœur, de non-acceptation, d'incompréhension, de solitude, de désespoir et de mépris.*

### ➤ **La dépression**

*Ma vie avait basculé violemment et je n'arrivais pas à comprendre à cet âge toute la portée de ce que la vie m'infligeait. Tout se passait dans ma tête et semblait psychosomatique. Je passais des examens, mais tout était correct. Un retour en arrière où j'ai fait ma dépression... J'avais tellement de traumatismes que je savais que j'allais crever. Ce n'était que la pointe de l'iceberg, j'avais réellement peur de mourir, et c'est paradoxal, parce que c'est ce qui m'a sauvé la vie, car, trop détruite et extrêmement souffrante, j'aurais mis fin à mes jours à ce moment-là.*

### ➤ **Un cri à l'aide**

*Miracle, je n'ai jamais sombré dans l'alcool, la drogue ou les déboires. Je n'avais qu'un seul but : reprendre le contact avec la vie. Ce mal de vivre profond se manifestait dans tout mon corps et mon psychisme, mais c'est à partir de ces innombrables souffrances que j'ai fait la « rencontre ». Un jour, j'ai ressenti une présence réelle qui me désirait et cette présence s'appelait invisiblement Dieu, auquel je me suis accrochée afin de pouvoir m'en sortir. À cet instant, je fus une élue de Dieu, car c'est à partir de cela que ma vie a commencé. J'ai eu des thérapies individuelles, de groupe, de la psychologie, l'analyse transactionnelle. J'étais très spirituelle et j'ai toujours nourri ma guérison par la spiritualité. Ce*

*n'était pas seulement une approche thérapeutique, j'ai donné mon cœur à Dieu et ce fut le plus grand médicament au-delà des soins médicaux. Ce fut ma source à moi à dix-huit ans, ma planche de salut, ma rédemption, et c'est à partir de cela que j'ai commencé à me nourrir de cette foi en ma guérison. J'ai eu confiance en lui, il ne m'a pas abandonnée, et ce fut une confiance profonde en lui, car je savais qu'il m'amenait vers la femme guérie et purifiée.*

### ➤ **Le passage vers la libération**

*Un long cheminement thérapeutique et spirituel me conduira par la suite vers des chemins nouveaux. Au cœur de cette nouvelle vie, j'ai mis au monde deux magnifiques enfants, soit une belle fille de treize ans et un beau garçon âgé de huit ans maintenant. J'ai procédé à un grand inventaire, un nettoyage en profondeur. Il y a eu des moments de désillusions et de découragements, par contre, j'avais un désir profond de vivre et je m'appuyais sans cesse sur mon espérance.*

#### **2.3.3.2 Les récits de rêves récurrents**

Plusieurs femmes ayant vécu l'inceste reçoivent des messages au cours de leur sommeil. Les rêves, surtout s'ils sont récurrents, sont un trésor de renseignements sur la réalité que le corps est en train de vivre. Écoutons raconter ces rêves que les femmes vivent au cours de la nuit.

#### **Le rêve de Madeleine**

*Il faut que je te dise que mon cauchemar ce n'était pas un cauchemar, ma robe de chair morte. [...] Cela date de longtemps. Je me souviens qu'il y avait un jardin avec un personnage qui touchait à tous les fruits et que moi j'étais là et il voulait s'approcher et je ne voulais pas. En commençant ce voyage c'est comme s'il était dans le jardin juste pour moi. Je le sens, je pense qu'il est en train de mettre de l'or sur la statue.*

Madeleine est une femme très spirituelle et le jardin, à son dire, symbolise le paradis terrestre. Elle ne désire pas se faire toucher par le personnage dans le jardin (peut-être Dieu), car elle a honte d'elle et se sent impure et sale à cause de l'inceste. Par contre elle perçoit que cette même personne est en train de l'aider pour redevenir femme.

Il pourrait y avoir une autre interprétation inconsciente plus profonde au rêve de Madeleine. La robe de chair morte est nul autre que le corps de la jeune fille agressée, le personnage est son agresseur, le jardin est la partie sexuelle du corps féminin, et le voyage est la durée des agressions. Depuis longtemps son agresseur attouchait son corps et ses parties génitales et lui demandait de faire des gestes odieux. Madeleine ne désirait pas les agressions, car son corps était un fruit défendu. Jusqu'au jour où elle se débattit plus fort, elle le sentit la pénétrer violemment. L'or sur la statue, métal qui réfléchit la lumière, prélude déjà à un éventuel chemin de renaissance.

### **Le rêve de Joëlle**

*Je me retrouve seule dans un océan et il n'y a plus personne. Je suis comme dans le Pacifique. Je suis dans le milieu de l'océan et je n'ai plus de force. Je cale. À un moment donné je n'ai plus d'air. Je viens pour me noyer. Je veux aller chercher de l'air pour survivre et je sors la tête de l'eau. Je ne sais pas par quel moyen je vais m'en sortir, pour prendre la terre ferme, car je ne vois pas de terre. Il n'y a que de l'eau. Lorsque je cale, je viens pour me noyer, je refais surface et je sors la tête de l'eau. Je me réveille souvent comme cela et je cherche mon air, mais je ne sais pas la suite, je ne sais pas s'il y a un bateau qui arrive.*

Lorsque je regarde Joëlle, j'ai le goût de dire « une femme à la mer ». Elle vit isolée en plein milieu des eaux troubles de la vie qui lui offre un flot de souvenirs provenant du passé : inceste, douleur physique, psychique, sexuelle, et spirituelle. Joëlle a elle-même enfoui au plus profond

d'elle-même le souvenir des agressions sexuelles, et elle est noyée par cet oubli. L'eau dans laquelle baigne Joëlle l'opprime considérablement et elle constitue une véritable source d'emprisonnement et de mort.

Joëlle ne voit plus le jour où elle sera capable de se détacher de toutes ces emprises au fond de la mer qui la tirent lentement vers le fond. Elle étouffe, elle manque d'air et ne sait plus quels moyens utiliser pour sortir de ces eaux meurtrières. Pourtant le fait que Joëlle remonte à la surface pour prendre de l'air démontre qu'elle a bien l'intention de s'en sortir, mais elle ne connaît pas encore le moyen qu'elle utilisera pour revenir sur la terre ferme.

### **Le rêve de Sarah**

*J'ai toujours été habitée par un guide qui est un animal et ce guide intérieur qui était un cheval blanc ailé qui venait me chercher la nuit lorsque je faisais des cauchemars. Il me faisait visiter la ville. Je volais beaucoup dans mes rêves.*

Le cheval symbolise la force et la victoire, et les ailes symbolisent la fuite loin du problème. Le cheval blanc ailé s'élevant dans le ciel symbolise une expérience de libération intérieure. Dans les rêves de Sarah, le cheval blanc ailé lui permettait d'aller aisément à la rencontre des éléments enfouis dans son inconscient et il lui suggérait les gestes à poser pour se libérer de l'influence négative que l'inceste avait sur elle-même.

## Le rêve de Rose

*... Je vois des Indiens, des « Yankees » (la cavalerie) dans une plaine sablonneuse et il y a beaucoup de bruit. Beaucoup de cris. Subitement, je me retrouve « enlevée » et dans le noir total. D'après les bruits et les mouvements, je suis dans un chariot tiré par des chevaux à une vitesse folle. Nous sommes poursuivis par la cavalerie. Je hurle. Je me réveille en hurlant et tout en sueur. Et ce mauvais rêve se répète sans discontinuer pendant plusieurs années, et ce, même à l'âge adulte.*

*Pour ce qui est du rêve, je crois que c'est un besoin de retourner à la matrice, réellement dans le ventre de ma mère, car cela semble être le chemin inverse de ma naissance, par césarienne, avec hémorragie, médecins et infirmières paniquant, transfusion sanguine pour ma mère et lumière subite, aveuglante pour moi. Donc, le noir subit, la course, les cris me semblent être le chemin inverse vers ma terre-mère, d'où vient la plaine sablonneuse. La couleur noire, la noirceur, l'obscurité où je me suis cachée, enfuie.*

Par autohypnose, Rose accepte volontairement de laisser le passé remonter à la surface. Elle régresse avec l'aide de son conjoint après quelques nuits de cauchemar et de hurlements à réveiller les morts.

*À l'aube de mes quatre ans, il fait sombre, teinté de lumière orangée. Je vois, comme si je renversais la tête en arrière vers la droite, des bobines de bois vides de leur contenu. J'ai mal, je ressens que je crie, mais je n'entends rien. J'essaye de crier, mais aucun son ne sort. J'étouffe. Dans mon dos, c'est rude, ça graffigne. Je me sens coincée, on me retient sur cette couverture rude. On tient mes jambes, mes bras. Je suffoque. Je vois des bras poilus me retenir, je vois un chapeau. Ça sent l'alcool, le sang. Il fait tellement chaud. Je reviens au présent, je panique, mais Denis<sup>123</sup> me ramène juste assez pour me calmer, me permettre de respirer un peu. Et je repars là-bas. Il fait encore si chaud. Ça sent mauvais. J'ai mal au cœur. Je vois une fenêtre avec un rideau épais de couleur orange. Je détourne les yeux. Je revois le chapeau. Je vois son visage. Un bizarre de sourire ou plutôt une grimace. L'odeur, la sensation d'être dégueulasse, d'être salie, d'être dégoulinante. Je ne le vois plus, mais j'ai tellement mal. J'ai mal dans le ventre. C'est atroce. Ça devient tout noir. Le noir froid comme les ténèbres. Comme la mort. Je ne suis plus là. Quelques secondes où je respire un peu. Et ça recommence, j'ouvre les yeux, c'est*

---

<sup>123</sup> Nom fictif du conjoint.

*un autre. Je ne vois pas le visage. Mais ça fait mal encore et encore. Ça ne dure pas très longtemps, mais ça pue, les mains serrent moins fort. Je ne me débats plus, je crois. C'est fini encore une fois.*

*Je peux respirer, enfin. Le froid, le noir, j'ai tellement mal au cœur, au ventre, je me sens sale, dégoûtante, collante. Je me laisse aller dans le vide, je flotte. Et un autre, je suis dégueulasse, je laisse faire, je ne bouge plus... je me sens morte. Il y a toujours des mains sur moi, mais je ne vois plus rien. Je ressens la douleur. Ça bouge. C'est comme un bercement. Et à chaque fois ça fait plus mal. Ça s'arrête enfin, ça a duré tellement longtemps. Je reste là comme un vieux sac à poubelle. Je pue. Je suis dégueulasse, mais j'ai tellement froid. Il y a encore des mains sur mes bras. Il m'a lâchée... j'ai mal aux bras, mais je ne peux pas bouger. Je ne suis pas capable. J'ai mal partout. Il fait noir et froid. Et ça recommence encore. Je ne bouge pas, j'attends, je sais que ça va s'arrêter. Je me laisse aller dans le noir, les ténèbres, je me sens voler, je n'ai plus mal, je ne sens plus la chose dégoûtante dans mon ventre. Je ne sens plus rien. C'est fini, plus de mouvement. C'est le noir total, les ténèbres, le froid glacial, la couverture, orange elle aussi, rude, mouillée et dégueulasse. Retour au noir froid et répugnant. Denis tient ma main. Je le sens. J'ouvre les yeux, une clarté bizarre, le brouillard, l'odeur du sang, le poisseux du sang, je suis sale. Une femme est là, sans visage, mais je la connais. Une autre femme est présente. Je ne la connais pas. Elle est là, elle observe. Le froid de la mort me hante, car cette femme connue, ma mère, je le sais, m'ignore complètement. Elle est juste là. Après, plus rien. C'est tellement froid. C'est noir et je flotte à travers la poussière d'étoiles. Je sais aujourd'hui que c'est ma mère qui m'a lavée. Elle m'a frottée jusqu'à ce que la peau m'en brûle.*

Rose y a vu la totalité de l'expérience, mais elle nous parle seulement des éléments pouvant être interprétés symboliquement.

*La couleur noire, la noirceur, l'obscurité où je me suis cachée, enfuie. L'orangé, comme feu dévorant comme les enfers, mais qui peut devenir espoir de passion, de vie, de remontée vers la conscience.*

*Pour les objets, les bobines circulaires, mais vides et en bois, pour moi, ne sont qu'une représentation du cycle de la vie et de la mort avec le bois du cercueil pour le retour à la terre. La vue vers les hauteurs, symbole d'ascension, me porte à m'élever au-dessus de tout ça. La couverture rude pour la douleur, mais pouvant être enveloppante, symbole de protection naturelle.*

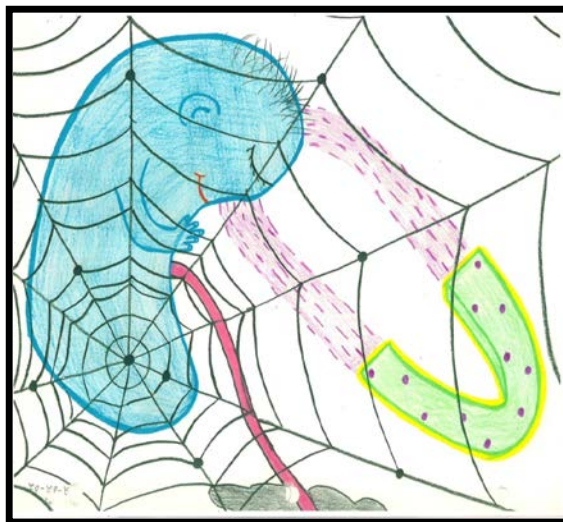
*Pour ce qui est des sensations..., elles me hantent encore. Le trop chaud, comme le feu dévorant, le trop froid comme les ténèbres, le trop rude de la douleur intense*

*semblent être reliés à une mort. Par contre, l'odeur d'alcool et de sang, le côté poisseux du sang me fait penser à la naissance ou la renaissance.*

*Je sais par déduction que ce sont des hommes, à cause du poil sur les bras que j'associe à des bêtes. Les visages sont apparus plus tard tout comme le son. Au matin... à cause de la lumière, une femme sans visage, mais quand même connue [...]. Une autre femme l'accompagne, mais je ne suis pas arrivée à la reconnaître. Je présume que c'est moi « adulte », mais aucunement réconfortante.*

### 2.3.3.3 Le dessin d'une des femmes et les symboles qui émergent

Après notre deuxième rencontre, une des participantes s'est autorisée à se rendre dans son coffre personnel pour y ressortir l'album dans lequel elle conservait précieusement les œuvres qu'elle a dessinées, suite aux différentes agressions qu'elle a vécues dans son milieu familial. Tous les dessins auraient été intéressants pour notre recherche, mais j'ai cru bon de me limiter à deux échantillons particulièrement significatifs.



**Figure 14 - Le premier dessin de Déborah**



- La position foetale évoque Déborah en attente de la naissance de sa propre identité, encore en germe.
- Le cordon montre l'emprise que la famille a sur Déborah. En demeurant liée au cordon ombilical, Déborah n'est pas capable de respirer et de vivre par elle-même, elle est dépendante de son agresseur.
- La toile peut symboliser l'isolement de la victime, et l'étendue de son passé. Elle démontre le piège dans lequel l'enfant est aux prises depuis fort longtemps.
- L'aimant symbolise l'attraction magnétique quasi irrésistible que l'agresseur a sur sa victime.

Voici le deuxième dessin de Déborah



**Figure 15 - Le deuxième dessin de Déborah**

- La gueule du loup symbolise la nuit, la peur, les obscénités consécutives subies dans l'enfance

de Déborah. Le loup aux yeux et aux dents noires (couleur des ténèbres) est la plus cruelle des bêtes, il représente l'agresseur.

- Le fond du dessin est de couleur mauve et il symbolise le deuil que Déborah a de la difficulté à faire.
- Le cœur brisé est de deux couleurs : le bleu symbolisant l'absence de sang (= vie) et le rouge symbolisant une libération spirituelle. On retrouve le corps de Déborah comme en mouvement pour entrer dans la partie rouge, car elle désire renaître un jour.

#### **2.3.3.4 Le poème d'une des femmes et les symboles qui émergent**

Une participante m'a fourni un poème composé en 1964, à l'âge de dix-sept ans. Madeleine ne se sent pas libre. L'inceste vécu avec son frère lui a « *coupé les ailes* ». Son âme meurtrie essaie de crier la vérité, mais il n'y a personne pour l'aider à ouvrir la porte de son cœur meurtri. Elle aimerait que les gens voient en elle quelqu'un de bien ou encore quelqu'un qui sait aimer, mais passons, dit-elle. À partir de ce moment, Madeleine a décidé de se donner à Dieu et depuis ce temps elle est un esprit libre.

### Tableau VII - Poème de Madeleine

*Je suis un oiseau captif  
 Mes plaintes sont pour vous  
 Des chansons.  
 Mon âme meurtrie  
 Lutte pour sortir  
 De son cachot.  
 De combat en combat  
 J'étouffe.  
 Je n'ai personne  
 Pour me libérer  
 Je voudrais aimer  
 Et personne  
 Ne veut de mon amour.  
 Ô mon âme.  
 Il faut tout donner  
 Et se donner  
 Avec mon cœur  
 Plein d'Amour  
 Ô mon âme,  
 Il faut tout donner  
 Et me donner avec plein d'amour*

*Ce poème a été ma planche de salut et je ne croyais pas que ce que j'avais composé serait l'histoire de ma vie. (Madeleine)*

#### 2.3.4 Une troisième rencontre : l'espoir d'une renaissance

Cette rencontre a pour but de démontrer tout le chemin que la femme a parcouru depuis le début des agressions. Il lui faut maintenant découvrir cette voix intérieure qui saura lui dire qu'elle est unique et qu'elle a progressé à plusieurs points de vue.

### 2.3.4.1 La découverte d'un trésor caché

À travers les trois démarches précédentes, les femmes ont dévoilé ce qu'elles étaient au plus profond et intime d'elles-mêmes. Elles ont osé croire en elles, en regardant le plus beau et le plus laid de leur vie. Elles auront toujours à faire face à la souffrance de leur passé, mais elles viennent de se donner les moyens pour être humainement vivantes. La flamme dont je me suis servie a une signification particulière pour chacune d'elles. Que peut bien signifier cette lumière?

#### ➤ La foi

*La foi peut soulever des montagnes. (Déborah)*

*La foi est le rocher sur lequel je me suis appuyée pour devenir ce que je suis devenue aujourd'hui. Une foi inébranlable qui a touché le fond de mon être. Foi et volonté, il faut un choix personnel. (Céline)*

#### ➤ Dieu

*C'est Dieu et j'ai le goût de le laisser faire sans mettre les freins. Je le sens, je pense qu'il est en train de mettre de l'or sur la statue que je suis. Je ne sais pas si c'est lui qui m'inspire cela, mais je dois me laisser toucher par lui et permettre aux autres aussi de me toucher. (Madeleine)*

*Bien compliqué. Je ne vais pas à l'église, mais forcée par mes parents. Il va m'arriver quelque chose si je ne vais pas à l'église. Je pensais que Dieu me voyait lors d'une relation. J'ai un coin de prière et je fais un travail tous les matins. Je sais qu'il y a quelqu'un. (Déborah)*

*Dieu était absent, ignorant, et je me disais que s'il avait existé il ne m'aurait pas laissé faire. Il m'avait abandonnée. Un Dieu transmis d'un père qui était religieux, rien au niveau de l'être. C'était du charabia... et pourtant, Dieu est devenu mon rocher à travers l'épreuve, j'ai fait la rencontre. Un jour, j'ai ressenti une présence réelle qui me désirait et cette présence s'appelait invisiblement Dieu et à laquelle je me suis accrochée afin de pouvoir m'en sortir. (Céline)*

## ➤ La guérison

Le processus de libération est souvent très long et il leur a fallu du courage, de la force, de la patience, de la persévérance, de la volonté pour effectuer ce passage. Les femmes qui ont vécu l'inceste ont toutes le désir de guérir des différents maux qui les affligent depuis leur jeune âge. Elles nous disent ce que le mot guérir peut bien vouloir dire pour elles.

*Guérir, c'est comme voir une plaie et la voir se granuler à tous les jours. Elle rapetisse et, à un moment donné, il ne reste qu'une cicatrice. Si je touche à cette cicatrice, elle ne me fait plus mal, mais elle me rappelle qu'un jour j'ai été blessée par différentes chaînes. Guérir, c'est faire le deuil du serpent, de l'araignée et de la toile qui étaient dans ma boîte noire. Je suis allée au fond du vase pour le vider complètement. (Madeleine)*

*Une guérison ne se peut pas, car il y a toujours un évènement qui arrive, une nouvelle ou quelque chose qui va me faire revivre mes choses, il va toujours y avoir des adhérences, c'est peut-être la raison pour laquelle je n'arrive pas à sortir de l'eau complètement. [...] J'ai sûrement de la guérison de faite, car la honte, la culpabilité, le jugement, l'humiliation et tout cela, je les ai tout vécus et je ne les ressens plus. Ce n'est pas à moi à baisser la tête, je suis venue à bout de me guérir et je suis capable de dire aux autres que ceci m'est arrivé à cause de mon parrain. Je suis extrêmement fière de moi, car il y a beaucoup de blessures qui sont guéries. (Joëlle)*

*La petite Rose profite de cette douce chaleur enveloppante, rassurante et réconfortante. Elle et moi sommes une seule et même personne, et plus jamais nous n'aurons à nous réfugier dans le néant. (Rose)*

*Je suis guérie parce que j'ai nommé les choses qui m'ont enfermée et empêchée de vivre ma liberté et d'obtenir ce qui était bon pour moi. Le papillon dans sa fragilité ne pouvait aller n'importe où, il ne pouvait faire ce qu'il voulait, car il y avait des prédateurs qui désiraient manger ses ailes et ses couleurs. La guérison consiste à avoir fait le deuil des éléments qui m'ont fait grandir dans la souffrance, la peur, le mépris et la violence. Je suis guérie parce que je ne suis plus mon chum, ma jumelle, ma fille, mon père ou ma mère. Je suis enfin moi, une femme qui avait peur de s'envoler, de partir sans avoir à tomber. (Céline)*

### 2.3.4.2 Expérimentation d'un certain rituel symbolique

À titre préliminaire et purement expérimental, constatant l'impact insoupçonné et la force des symboles, j'ai tenté avec des femmes un certain rituel de libération. À la troisième rencontre, j'ai apporté avec moi une planche de bois avec trois cavités partiellement évidées contenant trois éléments symboliques différents.

Le premier élément est un arbre sur lequel sont attachées plusieurs représentations du symbole choisi par la participante au début de la première rencontre. La chercheuse mentionne à la participante qu'un arbre possède toujours une ombre. « L'ombre personnelle est un type de maladie ou de blessure causée par une programmation accidentelle et cruelle faite durant l'enfance et elle doit être traitée en conséquence. »<sup>124</sup> Le symbole leur a fait découvrir le secret de la blessure cachée, le secret de la honte, le secret de la douleur, le secret de la souffrance et le secret du silence. Tous ces éléments étaient cachés et refoulés dans leur inconscient et ils représentaient les différents interdits sociaux, familiaux et personnels qu'elles avaient dû subir au fil des années. Avec le temps, ils se sont transformés en de multiples symptômes physiques et psychologiques.

En regardant cet arbre, les femmes ont aussi pris conscience que leurs racines étaient bien enracinées dans le sol, et ce, très profondément. À cause de ce drame odieux, elles ont su aller puiser toujours plus loin des ressources leur permettant de demeurer en mode de survie. Le symbole choisi individuellement par les femmes montre tranquillement un progrès de l'identité de chacune des femmes.

---

<sup>124</sup>Monbourquette, Jean, *Réintégration de l'ombre : le côté mal aimé de soi*, Ottawa : Novalis ; Paris : Bayard, 2001, p.152.

*C'est comme une statue qui vient d'être faite : elle est en bronze et est parfaite, même si la perfection n'existe pas. Je me sens comme s'il y avait des fentes et des fêlures. La féminité a été détruite et il fallait me cacher pour que cela ne paraisse pas trop. Depuis trois semaines, Dieu m'a aidée à refaire mon vase avec les qualités qu'une femme a : la douceur et la compassion. Je me sens moins agressive et moins brusque. (Madeleine)*

*Mon étoile brille pas mal. Encore je la cherche et je la vois dans le ciel. Je suis saine, calme, zen. Je n'ai pas de douleur, je ne peux t'expliquer ce que je suis en dedans, c'est léger. L'intérieur est beau. (Julie)*

*Ce symbole, l'eau, n'est pas négatif. Je savais que lorsque je faisais ce rêve, je vivais des choses difficiles et j'allais me chercher une bouffée d'air. Je marche maintenant sur la terre ferme. (Joëlle)*

*Mon arbre dirait : tu sais, Sarah, je t'ai toujours donné des bourgeons et tu ne les as jamais vus. Aujourd'hui, tu les vois ces bourgeons. Ils ont toujours été là et tu n'avais pas l'identité pour les voir parce que cette identité t'avait été volée dans ton enfance et tu devais te réapproprier cette identité pour les voir ces bourgeons. Il dirait : tu es Sarah en bourgeon, il y a de la vie. (Sarah)*

*Mon âme est comme le papillon dans sa beauté et son rayonnement, même si ses ailes sont encore collées comme s'il y avait quelque chose qui les empêchait de... La vie a toujours été une menace pour moi, et pourtant, mon papillon, il est prêt pour un grand voyage, même si ses lunettes ne sont pas encore ajustées. Il me manque une confiance, un petit coup comme la maman oiseau qui envoie son bébé en bas du nid, il est alors prêt à voler. (Céline)*

Il faut plusieurs années pour voir un bel arbre dans sa splendeur, tout comme pour constater le processus de libération. Par contre je sais que les femmes adultes ont le pouvoir de guérir peu importe ce qu'en disent les gens autour d'elles. Ce n'est pas facile de faire un pèlerinage. Cela prend du courage, de la force, de la patience, de la persévérance et de la volonté, mais vous y êtes presque arrivées. Que dites-vous de cela ?

*Je sais que cela est long et il paraît que cela va durer toute une vie. Parfois on dirait que je recule, alors une de mes amies à dit de penser à une spirale, tu avances et tu te retrouves vis-à-vis le même point, mais tu es plus haut. Elle pense qu'elle n'est pas loin du point d'arrivée (Déborah)*

*Cela me touche ce que j'entends. J'aurais toujours aimé être reconnu par ma mère. Je suis une personne en quête de reconnaissance des autres, car je ne suis pas capable de me reconnaître moi-même. C'est comme si tout d'un coup quelqu'un venait me dire tu es belle, tu es bonne, tu as du courage, tu as du pouvoir de guérir. C'est ce qui a manqué le plus dans ma vie. Me faire dire cela et c'est là que je n'ai pas créée cette confiance, cette grande estime de moi-même que je n'ai pas développé et que j'aurais pu traverser des montagnes si je l'avais eu. Cela me dit « Tu es quelqu'un de bien, tu es une bonne personne et tu réussis et tu y arrives, c'est beau ce que tu fais. » J'ai juste besoin de me faire dire et entendre cela. J'ai juste besoin, et j'entends cela et ça me fait, comme du peptobismol. J'ai besoin d'entendre dire tu es bonne, car. C'est tout ce que je demande. J'ai jamais été capable de l'exprimer avant je passais par toute sorte de moyens, de mots, de maladies, de peur pour le faire deviner. J'ai juste besoin de me faire dire que je suis bonne, belle, que j'ai du courage, tu vas aller loin, une tape sur l'épaule ce n'est pas dangereux et ça fait du bien. Et ce que tu viens de me dire m'interpelle et viens me toucher au bout comme si c'était une mère qui me l'avait jamais prononcé et aujourd'hui cela me confirme que comme si elle me l'avait dit. Elle le pensait sûrement, mais elle ne me l'a jamais dit. Et je pense que Dieu peut m'envoyer quelqu'un pour le dire à sa place. (Céline)*

*Le processus de guérison est en effet long mais il me permet de dire que je suis une femme en évolution et j'ai le droit de choisir l'échec ou le bonheur, le désespoir ou le bonheur. J'ai le droit de me choisir en tant que source de vie et ce dès maintenant. (Francine)*

Le deuxième élément est une chandelle comme celle du jour de leur baptême, symbolisant la vie nouvelle. La participante est invitée à allumer cette chandelle à partir de la chandelle utilisée lors des rencontres. La chercheuse éteint la première flamme qui n'est plus utile. La chandelle de la foi leur permet de croire que malgré le fait que l'inceste avait tout détruit en vous, il vous restait un brin de lumière et de vie. La couleur vive de la flamme démontre que vous êtes capable de faire éclore cette guérison en vous comme une fleur qui essaie de faire son chemin à travers les roches et les cailloux. Comme lors d'une fête, il faut faire des souhaits. J'ai demandé à chacune des participantes : « Quels sont les souhaits de croissance que vous désirez pour votre avenir? »

*J'ai le goût de vivre ma féminité. Je veux prendre soin de ma personne. Je tourne plusieurs pages de ma vie et n'ai qu'un désir : regarder en avant et continuer à*



*marcher. Je sais que de belles choses m'attendent et que mon Dieu me réserve des joies profondes. (Madeleine)*

*Je veux en venir à me sentir moi, dans le sens de ne plus avoir ce qui était aux alentours de moi et qui n'appartenait qu'aux autres. (Déborah)*

*Je souhaite continuer à avancer comme je le fais présentement. Je sais que je suis guérie et mon souhait est d'avancer, car le pire est passé. Je ne veux plus rester dans tout cela et j'ai le goût de passer à autre chose. (Joëlle).*

*Je me choisis et je m'accepte, je me marie avec moi-même pour le reste de ma vie. Je m'accorde du temps, et je ne me sens plus coupable à chaque fois que je m'achète quelque chose : des vêtements, un voyage ou encore un bon repas pris entre amies. Je veux faire mes choix et ne plus être dépendante de personne. Dans les prochains mois, je veux apprendre à me fermer à tous commentaires négatifs. J'ai le goût de crier : « J'ai besoin d'oxygène et laissez-moi respirer. » (Sarah)*

*Me laisser envahir, me dorloter, me créer des liens d'attachement tout neufs et bientôt, je l'espère, des plus sécurisants. Je sais qu'il y aura d'autres barrières, d'autres murs de béton que je construirai, mais à force d'amour, je réussirai à en faire tomber encore et encore, jusqu'à ce que l'amour guérisse mes blessures profondes et que je n'en aie plus besoin. (Rose)*

*Je souhaite être libre et être bien dans tout ce que je fais dans toutes les sphères de ma vie : familiale, professionnelle, conjugale. Mon plus grand souhait serait de faire ma vie professionnelle comme tout le reste. (Céline)*

Le troisième élément est un souvenir. Comme, au départ, chaque participante s'était choisi un symbole personnel, à ce stade-ci, je lui offre une réplique de son symbole qui en accentue la valence positive : une étoile plus brillante, un vase d'où maintenant l'eau qui s'écoule, un arbre qui s'allume, une pierre précieuse, une figurine en verre avec des ailes colorées, etc. La recherche n'est pas une fin en soi, mais elle offre la possibilité d'un nouveau commencement pour les femmes ayant subi l'inceste. Il est important, à la fin de nos rencontres, de questionner les participantes afin de vérifier l'impact de la démarche dans leur quête de sens.

**A. De quelle manière pouvez-vous alimenter dorénavant ce souffle créateur?**

*En pensant à moi, en me gâtant, en aidant les autres quand je peux. (Julie)*

*J'ai besoin de temps à moi-même et non pas de temps pour les autres. J'ai besoin de me ressourcer, de dire non lorsque cela ne me tente pas et de me sentir bien avec cela. Vivre pour soi, apprendre à se faire plaisir et de m'amuser comme un enfant, retrouver l'enfant que je n'ai pas été assez enfant, rire et faire rire. (Sarah)*

*En aimant l'image qui se reflète dans l'océan. En utilisant mes talents pour créer la vie autour de moi. En priant Dieu de toujours me tenir la main en tant que compagnon de route. En pardonnant dorénavant à moi-même lorsque je ferai des erreurs et aux autres pour éviter de me faire des ennemies. (Francine)*

*Faire confiance, être fier de moi. (Déborah)*

**B. Désirez-vous exprimer de quelle manière vous avez vécu le rituel symbolique?**

*Tout est en douceur et les symboles employés ouvrent les portes de mon cachot. Enfin, mes masques tombent, je suis capable d'exprimer verbalement tout ce que j'ai vécu. L'un des symboles est si fort que je suis prise de nausées [le serpent flexible en caoutchouc]<sup>125</sup>. Je suis une personne qui vomit d'écœurement facilement et voilà que j'expérimente le pourquoi de cet écœurement. Pour la première fois, je donne un nom à ce frère, je peux lui dire ce que je ressens, ce qu'il m'a fait : les douleurs physiques, la souffrance psychologique. Pour la première fois, je peux décrire les gestes, employer les vrais mots et lui dire tout le mal qu'il m'a fait et fait faire, même si je n'aime pas cela. Je revis ce que ma mémoire avait mis dans le placard, et je comprends aujourd'hui pourquoi je me cachais dans la garde-robe ou pourquoi on me disait sans le dire ouvertement que je ne devais pas être là quand il arrivait quelqu'un en visite. Grâce à d'autres symboles, je peux me pardonner, dire à l'enfant que j'étais que ce n'était pas de ma faute. Le vase qui était cassé peut être reconstruit, car Dieu est capable de tout. J'ai de la souffrance, mais en même temps je sens qu'un poids physique m'est tombé des épaules. (Madeleine)*

---

<sup>125</sup> Tout de suite après notre rencontre, Madeleine avait vomi, et plus tard elle m'a confié qu'elle n'avait plus jamais vomi les jours suivant les entrevues.

Lorsque j'ai débuté la démarche avec Sarah elle avait déjà un bon bout de chemin de fait dans un rituel de guérison. Elle a été heureuse de me partager une partie de son récit autobiographique qu'elle a rédigé au cours de sa convalescence c'est-à-dire son épuisement professionnel.

*Je suis en mouvement telle une vague sur l'océan. La vie est une escalade de hauts et de bas, c'est une montagne russe, et c'est cela qui a inspiré mon rituel en mars dernier. J'ai donc décidé d'aller à la rencontre de la mer (mère), de me faire bercer par elle, de retourner à l'origine de mon passé (liquide amniotique). Je me laisse aller, je ne contrôle plus rien, j'arrête de penser. J'écoute, je regarde ce beau miroir d'énergie, je me berce, je sens l'eau salée. Sur le bateau, au début, j'ai la nausée, je perds l'équilibre. Je ne suis pas habituée d'être unie avec moi-même. Maintenant, je l'apprécie, la vague m'a aidée! Le jour de ma fête, je décide de jeter un objet symbolique que j'avais choisi. C'était un cœur en métal où il était écrit : « L'Esprit saint est avec toi pour l'éternité. » Alors, j'ai remis à l'océan cet objet et j'ai demandé à l'univers de venir éclairer la femme que je suis et de venir m'aider à passer à autre chose dans ma vie. Vivre pour soi, c'est aussi vivre en communion avec les autres. En lançant l'objet, j'ai décidé de me choisir en tant que femme. Maintenant, j'inverse les rôles qui m'ont habitée trop longtemps. Je deviens une femme libre, indépendante, qui s'aime, qui est bien dans son jardin intérieur, qui jongle avec le positif et le négatif. (Sarah)*

Le jour où Céline m'a rencontrée pour la première fois, elle m'a dit que le plus beau qu'il pourrait lui arriver serait de casser cette bulle que je lui avais remise à notre première rencontre. Son désir s'est réalisé quelque mois plus tard. Sa jeune fille a échappé par terre le petit symbole qui lui avait été remis au début de la démarche. Après une onde de choc terrible, Céline s'est dit que c'était malgré tout ce qu'il pouvait lui arriver de plus beau. Elle n'avait plus besoin de cet enfer dans lequel elle vivait. La chenille n'avait plus besoin de cocon. Le papillon était libre maintenant et ses ailes pouvaient voler facilement.

*Le plus beau cadeau que je me suis offert, à cet instant, c'est d'avoir appris à m'aimer et à accepter ce que je ne pouvais changer. Maintenant, j'ai fait la paix avec le passé et je désire ne vivre qu'au présent, mordre dans la vie et me nourrir de joie profonde. Dieu m'a donné un second souffle, une vie nouvelle. Malgré tous*

*mes handicaps physiques et psychologiques, chaque jour de mon existence il me redonne des ailes. C'est fondamental pour moi d'avoir su lire dans les ténèbres le message de lumière de Jésus pour discerner ma véritable mission. Il m'a montré le chemin de la renaissance. (Céline)*

### **C. Qu'est-ce que l'expérience de nos rencontres vous a apporté au quotidien?**

*J'ai appris que malgré tout je suis quelqu'un. Je ne suis pas un déchet, une poubelle. Cet être humain peut être reconstruit, être refait et remodelé comme le vase d'argile. Aujourd'hui, je peux parler d'inceste, d'abus sexuels sans que toutes les émotions qui l'accompagnent freinent mon écoute. Je sens que les plaies se sont refermées non sur du pus, mais que l'abcès étant crevé, la cicatrice est visible, mais je peux la regarder et lui toucher. (Madeleine)*

*J'avais déjà un bon cheminement de fait. Par contre, cela m'a permis de m'asseoir, de voir et de prendre conscience que j'avais cheminé, ce que les autres voient de moi et ce que je ne voyais pas. (Déborah)*

*Cela m'a appris à plus apprécier mon étoile, je ne la vois plus avec les mêmes yeux, elle est plus belle. (Julie)*

*J'ai appris que j'avais la foi plus forte que je le pensais. J'ai appris que j'avais gardé espoir en la vie malgré toutes ces années. Je suis une personne courageuse et je ne le savais pas. J'ai appris à quel point j'aimais vivre pour ne pas me suicider, que la vie est belle pareil, mais avant je ne le voyais pas. (Joëlle)*

*J'ai appris à faire confiance, car il y a des fois dans la vie où j'ai passé à côté de bien des choses, car la peur prenait le dessus sur moi. (Céline)*

### **D. Une autre question : qu'est-ce qui vous a le plus marquée durant nos rencontres?**

*Les symboles et la douceur, cela m'a frappée. La douceur avec laquelle j'ai pu voir ces symboles. J'ai été capable de faire face et lorsque j'ai eu le goût de vomir, pour moi ce fut très fort. Cela me frappe parce que j'ai tellement été malade. (Madeleine)*

*J'avais déjà brisé le mur du silence depuis longtemps en écrivant mon récit et pourtant cela m'a poignée un peu, car je le remettais toujours à plus tard. Je me suis permis d'écrire des éléments qui n'avaient pas encore été dits et même que mon conjoint ne savait pas encore. (Déborah)*

*La petite boîte avec tous ces symboles m'a marquée et je n'y ai rien enlevé de l'intérieur depuis nos rencontres. Je ne veux pas que personne y touche. La rencontre avec ces symboles a fait une transformation à l'intérieur de moi et je me sens plus légère. Cela faisait longtemps que je ne m'étais pas sentie comme cela. (Julie)*

*Les symboles ont été des choses significatives pour moi. C'était comme pour mettre un baume sur la souffrance qui était encore présente en moi. J'ai pris conscience que j'étais guérie et je ne le savais même pas. J'ai vu que j'étais dans le bon chemin. (Joëlle)*

*Ma démarche et mon symbole étaient faits. Juste le fait de rallumer ma chandelle avec son arbre du buisson ardent, il est venu me chercher et cela a été aussi facile de l'écrire que la première fois, mais avec un détachement, avec moins d'émotivités comme si j'étais retirée et que moi, mon côté avec son identité, était détaché de tous les sentiments qui étaient présents. J'ai pu constater cela après un an, un autre regard. Ce n'est pas drôle à dire, mais ce que j'ai vécu m'a aidée à passer à autre chose. (Sarah)*

*Le symbolisme et le rituel sont des éléments qui sont très forts dans la démarche. Le résultat de la démarche a été très positif dans mon cheminement, car le symbole ne me faisait pas seulement parler avec des mots. (Céline)*

#### **D. Question suivante : Quels éléments vous ont permis de grandir?**

*La boîte noire : pas seulement le contenu, mais le contenant est important. Le coffre noir, c'est comme une tombe qui enterre, et ce qui est dedans, c'est inerte et plein d'émotions, c'est plein de souvenirs. Je fais le lien... et la tombe... tu as de la peine, tu te souviens des éléments, des belles choses. Le serpent fait mal et est écœurant. Par contre, j'ai concilié avec. Sinon je n'aurais pas su ce que j'avais vécu. Il n'est plus un ennemi. Le symbole est différent. Il y a une guérison qui s'est faite en moi et il n'a plus le pouvoir de faire ce qu'il a fait au début. Comme le masque : je sais qu'il est tombé envers certaines personnes telles que mon directeur spirituel et une grande amie. Je veux que l'on m'aime sans mon masque. Va-t-on continuer à m'aimer sans lui? Cela vaut le risque. Tous les éléments parlaient, mais aujourd'hui je ne les vois plus de la même manière. L'écriture du récit de vie a fait sauter mon bouchon comme une écluse que l'on vient d'ouvrir, l'eau était stagnée et il avait toutes sortes d'algues bleues et j'ai pataugé là-dedans. Par contre cela a fait du bien énorme dans ma tête. (Madeleine)*

*Tout ce qui est visuel. C'est important de travailler au niveau de la personne dans ce quelle est. Les sens me parlent profondément, tout ce qui est visuel me donne du sens et cela a eu de l'impact. (Céline)*

**E. Dernière question : Croyez-vous qu'un rituel symbolique peut être utile dans un cas comme le vôtre?**

*Oui, et j'espère que d'autres femmes qui ont passé par là seront capables de traverser ce passage. Car on est bien lorsque nous avons tout réglé. Si elles ont la volonté...* (Julie)

*Oui. Dans toutes les épreuves de la vie, si on termine et boucle, on passe à autre chose. Tant et aussi longtemps que tu traînes, tu ne peux continuer. J'ai fait un symbolisme avec l'inceste à partir de mon épuisement professionnel et cela a allégé mon sac à dos.* (Sarah)

*Oui, car c'est fort. Ce sont des éléments et des temps qui sont forts dans la démarche. Cela ne fait pas seulement parler avec des mots.* (Céline)

**2.3.5 Une quatrième rencontre : retour sur l'expérience après vingt-deux mois**

Pour vérifier la portée de la démarche symbolique sur le quotidien des participantes, j'ai utilisé une histoire qui avait comme but de faire réémerger le symbole intérieur choisi au cours des rencontres antérieures.

En Thaïlande, il existe un monastère bouddhiste où se trouve un bouddha en or de trois mètres de haut, pesant deux tonnes et demi. Sa valeur est inestimable et il attire de nombreux touristes. Mais le plus intéressant, c'est l'histoire de cette statue merveilleuse racontée sur un écriteau posé au bas de la statue.

**Tableau VIII - Une histoire intitulée: Le bouddha d'or<sup>126</sup>**

« En 1957, un groupe de moines s'était vu confier la tâche de transporter un bouddha d'argile de leur temple à un autre site. Leur monastère devait être déplacé pour permettre la construction d'une autoroute traversant Bangkok. Quand on entreprit de soulever l'idole géante à l'aide d'une grue, son poids était tellement élevé que la statue commença à craquer. De plus, il se mit à pleuvoir. Le moine supérieur, qui s'inquiétait des dommages que la pluie pourrait causer au bouddha sacré, décida de remettre la statue par terre et de la couvrir d'une large bâche pour la protéger. Plus tard, ce soir là, le moine supérieur alla vérifier l'état du bouddha. Il alluma une lampe de poche et dirigea le faisceau sous la bâche pour voir si le bouddha était resté sec. Quand le faisceau atteignit l'endroit où la statue avait craqué, il vit un petit éclair jaillir sous l'argile et cela lui sembla étrange. En regardant de plus près ce trait de lumière, il lui vint à l'esprit que l'argile cachait peut-être quelque chose. Il alla chercher un ciseau et un marteau au monastère et se mit à fendre l'argile. Au fur et à mesure que tombaient les tessons d'argile, le petit trait de lumière devenait de plus en plus brillant. Plusieurs heures de travail passèrent avant que le moine ne se trouve face à face avec l'extraordinaire bouddha d'or massif. Les historiens croient que plusieurs siècles avant la découverte du moine supérieur, tandis que l'armée birmane s'apprêtait à envahir la Thaïlande (qu'on appelait alors le Siam), les moines siamois, conscients de l'imminence de l'attaque, couvrirent leur précieux bouddha d'une couche d'argile afin que leur trésor ne soit pas pillé par les Birmans. Malheureusement, il semble que les Birmans aient massacré tous les moines, et le secret bien gardé du bouddha d'or massif perdura jusqu'à ce jour fatidique de 1957. »

---

<sup>126</sup> Canfield, Jack, Hansen, Mark Victor, « Le Bouddha d'or », dans *Un premier bol de bouillon de poulet pour l'âme : 88 histoires qui réchauffent le cœur et remontent le moral*, Montréal : Éditions Sciences et Culture, 1997, p.75.

Je voulais vérifier si la démarche utilisée au cours des trois autres rencontres avait apporté des changements temporaires ou encore à long terme.

La rencontre avec Madeleine fut très courte, car elle a cru bon de me dire qu'elle avait tout dit ce qu'elle avait à dire. Elle ne veut plus retourner en arrière et surtout ne plus en parler. Elle affirme : « *J'ai vécu l'inceste et je puis dire du fond de mon être que l'on peut guérir de l'inceste; j'en suis la preuve.* » (Madeleine)

Avant de me répondre, Déborah est heureuse de m'annoncer que son agresseur a reconnu sa culpabilité et le verdict aura lieu dans les prochaines semaines.

*Le Bouddha me ressemble avec ces multiples couches d'argile. Un an plus tard, je me souviens d'avoir choisi un ange et cette démarche m'a permis de faire de nouveaux pas dans ma vie vers la guérison de mon enfant intérieur. L'ange m'aide beaucoup dans la transformation de ma vie. Il m'aide à être plus sereine, plus sûre devant les peurs qui se manifestent encore dans ma vie. Ce symbole représente vraiment pour moi un souffle intérieur qui m'aide à continuer de construire ma nouvelle naissance. Pour montrer ma paix intérieure j'ai décoré ma chambre en jaune, la couleur du soleil et de la lumière.* (Déborah)

Pour Julie, la rencontre fut assez courte, car elle se relevait d'une opération. Malgré cela, elle mentionne que la statue lui ressemble et les symboles se retrouvant dans l'histoire lui rappellent ceci :

*Les couches de glaise sont mes cicatrices et elles sont la carapace que je me suis faite pour me protéger du monde. Le trésor intérieur est mon étoile et pour moi l'inceste est une expérience finie et enterrée. Je veux vivre au présent maintenant.* (Julie)



J'ai rejoint Sarah par ligne téléphonique, car elle vit à l'extérieur depuis notre dernière rencontre.

Son message est le suivant :

*Je n'ai pas le goût de parler à nouveau de cette expérience. Je l'ai noyée dans la mer. Je suis de nouveau en congé maladie et cette fois c'est pour régler la situation avec ma mère. Son état de santé demande beaucoup de soin, et elle continue à me manipuler comme autrefois. J'étouffe et il me faut refaire un nouveau rituel symbolique si je veux continuer à vivre sereinement ma vie. (Sarah)*

Céline était heureuse de faire un retour sur son expérience. Sa vie a bien changé depuis la dernière rencontre et elle est plus radieuse que jamais elle ne l'a été auparavant.

*La statue me ressemble avec cette glaise qui est la blessure passée qui recouvrait ma beauté. La glaise est aussi ces éléments qui étaient contenus dans la boîte noire et le masque qui montrait toutes les personnalités que je pouvais prendre. Lorsqu'on enlève celui-ci, on y découvre notre réelle identité. Au centre de moi, il y a Jésus, et je suis son œuvre qui fait route avec lui. Mon symbole est le papillon, le signe de la liberté. Il subit plusieurs phases pour devenir libre comme moi qui ai subi plusieurs étapes afin de me libérer de mes chaînes. Je suis rendue au stade de porter toutes mes couleurs comme le papillon. Je suis autonome et une adulte qui s'accomplit. Pour m'aider, je me suis offert de l'amour, je me suis soignée, accueillie dans ce que je suis. Je me suis offert de l'amour inconditionnel pour accepter de vivre avec mon histoire, sans la nier, et pour faire ma vie avec cette histoire. Mes couleurs sont belles. Le rouge est dominant comme amour. Vert comme espérance. Un an après, je suis fière de dire que je suis une femme, non un enfant enfermé, qui s'accomplit dans toutes ses sphères de vie, dans ma condition humaine et la souffrance intégrée. Je suis sortie de ma prison intérieure. (Céline)*

## 2.4 Synthèse des acquis

Comme nous avons pu le voir, l'incursion au cœur du phénomène de l'inceste n'a pas été une montée vers le sommet d'une montagne, mais une descente vers l'enfer, où le mal a interféré avec le bien, où le mensonge a ouvert la voie à la vérité. L'inceste est la transgression d'un interdit

majeur de la société. Cette profanation posée par le criminel est ni plus ni moins une violation du caractère sacré de l'intégrité de la personne humaine. À la suite de l'observation à partir du témoignage de femmes ayant subi l'inceste, je suis parvenue à déterminer les facteurs clés les plus importants et les plus signifiants de l'expérience incestueuse.

**Tableau IX - Les facteurs clés de l'observation**

<p>Première rencontre (la perception de soi et l'estime de soi)</p>	<p>Les femmes adultes portent une blessure douloureuse pour sa psyché et pour son corps. Elles évitent d'entrer en lien avec son enfant intérieur en le recouvrant d'une épaisse couche qui isole, enferme et cache l'intériorité de la femme.</p>
<p>Deuxième rencontre (la symbolisation de l'être)</p>	<p>Au travers d'un symbole personnel, les femmes se sont donné le droit de se souvenir, d'exprimer leurs sentiments, de pleurer leur perte, de se pardonner à elles-mêmes et surtout de révéler qui elles sont en tant que femmes.</p>
<p>Entre la deuxième et la troisième rencontre (une phase de production active)</p>	<p>Le symbolisme, dans le récit de vie, le rêve, l'imagerie, la poésie ou le dessin semble être une voie d'intervention qui permet à une personne blessée de dévoiler ses secrets les plus intimes.</p>
<p>Troisième rencontre (une voie spirituelle à découvrir)</p>	<p>Le rituel symbolique que les participantes ont vécu les a aidées à cicatrifier les blessures causées par l'inceste au cours de leur enfance.</p>
<p>Quatrième rencontre (un retour sur l'expérience après vingt-deux mois)</p>	<p>Les participantes témoignent que le rituel symbolique réalisé au cours des derniers mois continue à faire son œuvre au cœur de leur quotidien.</p>

Pour ces femmes, le but ultime d'une telle démarche est de retrouver toute la richesse de leur personnalité, en surmontant la maladie et la névrose. Après plusieurs mois, la réémergence du symbole personnel au travers d'une allégorie me permet de croire que le rituel symbolique est une intervention susceptible d'améliorer la condition de vie des femmes blessées par l'inceste. L'avoir subi est un mal qui se soigne, et la femme qui est en quête de soi semble profiter d'un rituel symbolique qui lui permettra de cicatriser les blessures intérieures causées par les secrets du passé.

### CHAPITRE 3

## UNE RENAISSANCE DE L'ÊTRE AU REGARD DES SCIENCES HUMAINES

*« L'homme spirituel est instruit par les symboles et quand il veut rendre compte de son expérience ineffable, c'est encore aux symboles qu'il a nécessairement recours. Ainsi le symbole devient l'alpha et l'oméga de l'expérience spirituelle. Il n'est plus seulement un langage, il devient verbe transformant la terre d'ombre en une terre de lumière, c'est-à-dire en une terre transfigurée. »<sup>127</sup>*

Marie-Madeleine Davy

L'observation et l'analyse réalisées à partir des histoires de vie de huit femmes adultes et à travers différents champs disciplinaires m'ont permis d'explorer en profondeur une réalité demeurée secrète depuis trop longtemps. Pour me permettre d'aller plus loin dans la compréhension de la pratique et de son drame, il est temps maintenant d'entrer dans la deuxième phase de la démarche en théologie pratique, « celle de l'analyse et de l'élaboration de la problématique. [...] La problématisation c'est la formulation conceptuelle des éléments d'une situation et de leurs liens entre eux et avec les connaissances déjà établies qui permettent de décrire ou d'expliquer adéquatement une partie du phénomène que l'on cherche à mieux comprendre et qui incite à poursuivre l'étude de ses autres parties. »<sup>128</sup>

À la suite de l'observation, j'ai déterminé les éléments clés les plus importants et les plus signifiants de la pratique qui sont : le long refoulement de la femme incestuée; un deuil difficile à réaliser et un accompagnement basé sur le symbolisme pour une quête spirituelle. À ce stade, je formule une hypothèse de sens: ces femmes, qui vivent une grande souffrance, souvent inexprimée,

---

<sup>127</sup> Davy, Marie-Madeleine, « Expérience spirituelle », dans *Liturgie, Foi et Culture*, Vol.29, n.143, Ottawa : Services des Éditions C.E.C.C., 1995, p. 48.

<sup>128</sup> Nadeau, Jean-Guy, « Une méthodologie empirico-herméneutique », dans *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004, p. 230.

peuvent profiter grandement, sur la base d'une approche holistique de la personne humaine, d'un accompagnement qui, à travers un parcours symbolique, leur permettra de raconter leur histoire et éventuellement de «*renaître à la vie*» ou de consolider leur processus en cours de renaissance à la vie.

Il convient maintenant de tracer les lignes d'un cadre théorique basé sur les mots clés qui m'ont paru essentiels à l'élaboration d'un modèle d'intervention. Trois paramètres susceptibles de m'offrir un cadre d'intervention sont ressortis de la revue de littérature soit : le concept de symbole développé par Marc Girard, le schéma structurel de la personne humaine selon Carl Gustav Jung, et l'analyse du rite de passage selon Arnold Van Gennep.

### **3.1 L'apport précieux de la fonction symbolique**

La symbolisation s'est montrée efficace dans le dévoilement du récit intime des femmes participant à la recherche. Et l'usage des symboles est reconnu pour les aider à mieux comprendre l'impact psychique qu'elles ont subi et à exprimer leur réalité intérieure, voire spirituelle. Plusieurs auteurs ont théorisé sur les symboles en proposant leur manière de les lire et de les interpréter, mais c'est principalement le cadre théorique proposé par Marc Girard qui a retenu mon attention. L'exégète a une renommée mondiale et il a cherché à montrer l'enracinement profond des symboles bibliques dans un terreau anthropologique universel.

### 3.1.1 L'étymologie du mot symbole

La majorité des chercheurs débute leur étude en utilisant cette définition pour décrire le symbole : le « Symbole » est la francisation d'un mot grec ancien : *symbolon* (σύμβολον) qui dérive du verbe *sym-ballein* qui veut dire, selon son sens premier, « jeter avec, mettre ensemble, joindre. » Les Grecs de l'Antiquité utilisaient rituellement le *symbolon* comme garantie d'une alliance entre deux personnes. L'unification de deux morceaux différents par mode d'ajustement révélait l'identité de chacun. Une autre signification est aussi rattachée à ce même mot :

*Symbolē* peut signifier concrètement l'articulation du coude ou du genou : deux os distincts s'y rejoignent et s'y ajustent l'un à l'autre, cependant on ne saurait guère les concevoir concrètement l'un sans l'autre. [...] l'unification du *symbolon*, est donc un langage, au sens large du terme.<sup>129</sup>

En allemand, le mot composé *Sinnbild* est l'équivalent du mot symbole. Le premier terme *Sinn* [sens] désignant la raison, le conscient et *Bild* [image] évoquant l'irrationnel, l'inconscient. « Cette appartenance à deux sphères permet au symbole de rendre compte de la façon la plus satisfaisante des processus de la psyché totale, d'exprimer les faits psychiques les plus contradictoires et les plus complexes, aussi bien que de les influencer. »<sup>130</sup>

---

<sup>129</sup> Girard, Marc, « La notion des symboles et les choses symboliques » dans *Les symboles dans la Bible : essai de théologie biblique enracinée dans l'expérience humaine universelle*, Tome 1, Montréal : Bellarmin-Cerf, Montréal : Paris, 1993, p. 32-33.

<sup>130</sup> Jacobi, Jolande, *La psychologie de C.G.Jung*, Genève : Éditions du Mont Blanc, 1964, p. 152.

### 3.1.2 Une représentation graphique du symbole

Le symbole unifie les deux aspects d'une « réalité totale » : l'aspect observable qui est accessible aux sens externes, à l'imagination et à la raison (le symbolisant), et l'aspect plus mystérieux, inaccessible (le symbolisé), qui correspond à des données refoulées, non conscientisées.

Le symbole, du moins « le symbole au sens le plus strict<sup>131</sup> », s'enracine profondément dans l'expérience humaine universelle. Il est accessible à tous, se prête, de soi, à une certaine ambivalence qui en fait la richesse, mais comporte un réseau de significations ou d'évocations relativement limité. Ce double aspect visible/invisible représenté n'est ni plus ni moins que la richesse du symbole et de son mystère. Le langage symbolique se situe dans la ligne de l'intuition ou encore de la suggestion, et il faut savoir se mettre à l'écoute pour en découvrir le sens.

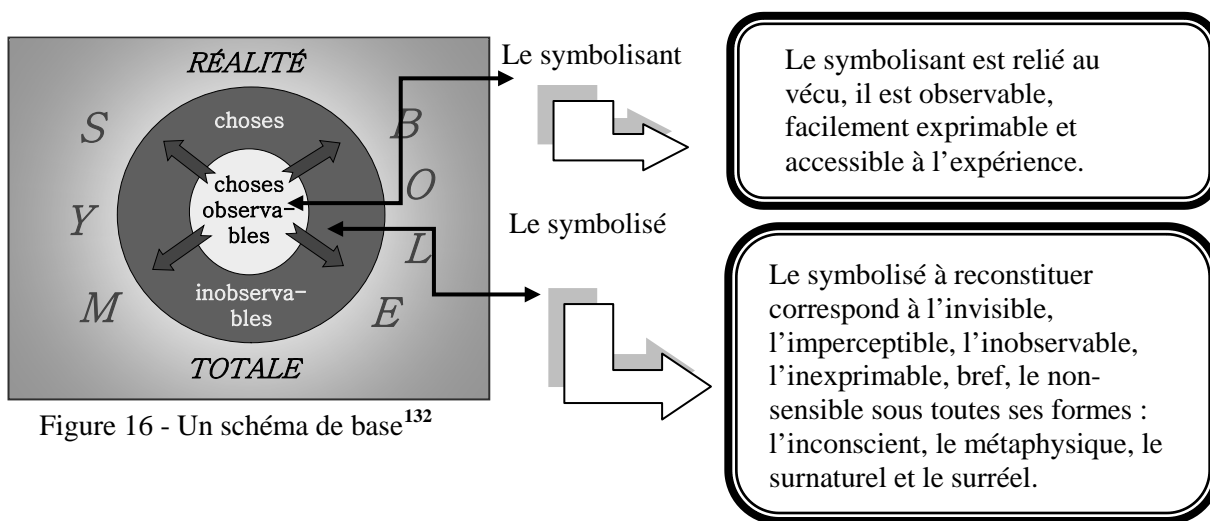


Figure 16 - Un schéma de base<sup>132</sup>

<sup>131</sup> Girard, Marc (1993), *op.cit.*, p. 49.

<sup>132</sup> *Ibid.*, p. 55.

### 3.1.3 La fonction du symbole

Le processus de symbolisation est un moyen efficace pour unifier les éléments opposés; pour exprimer en images le non-visible; pour médiatiser entre le visible et l'invisible, le conscient et l'inconscient. « Le rôle de l'intuition symbolique est de tenter de reconstituer le réel total par delà notre expérience de ruptures qui affectent celui-ci. »<sup>133</sup> Cela implique une quête qui consiste à découvrir, derrière l'objectivité de l'image (visible), l'investissement subjectif qui s'y cache (invisible), c'est-à-dire la charge émotionnelle liée à l'histoire du sujet.

Le symbole, morceau de réalité, est doté d'un pouvoir singulier : né de la constatation d'une absence, il induit une quête qui, dépassant son utilisation matérielle, conduit à voir dans l'invisible, à percer les secrets de choses qui ne demandent qu'à se découvrir dès qu'elles se sentent interrogées par le regard qui n'est pas celui d'un simple curieux mais celui d'un véritable contemplatif. [...] Le langage que l'on dit « clair » ou conscient révèle vite l'existence d'une autre langue qui plonge ses racines dans les profondeurs de l'esprit.<sup>134</sup>

Le processus de symbolisation ne supprime pas la situation antérieure, il permet l'articulation des différents éléments psychiques en faisant passer de l'inconscient au conscient les multiples empreintes laissées par un événement douloureux. « Le processus de symbolisation vise à combler les manques.<sup>135</sup>»

La symbolisation comme recours et comme secours au désarroi, au désespoir parfois du moi en quête de son orientation et de son objectif, ne se présente pas comme une méthode tel un dictionnaire ou une clef des songes mais comme un véritable outil d'évolution et de recherche intérieure.<sup>136</sup>

---

<sup>133</sup> *Ibid*, p. 43.

<sup>134</sup> Cocagnac, M., *La Parole et son miroir : les symboles bibliques*, Paris : Cerf, 1994, p. 31.

<sup>135</sup> Girard, Marc, (1993), *op.cit.* p. 43.

<sup>136</sup> Sédillot, Carole, Zana, Élisabeth, *ABC du symbole*, Paris : Éditions Grancher, 2007, p. 24.



Tout comme la religion (*religare*) qui a la fonction de relier à ce qui est transcendant, mais également les humains entre eux, le symbole a le rôle de relier l'individu à ses couches les plus profondes provenant de la psyché, de lui faire vivre l'expérience du sacré et de tenter de (*religere*) relire et de communiquer l'expérience qu'il a eu de la réalité totale. « Le symbole fait apparaître un sens secret, il est l'épiphanie d'un mystère c'est-à-dire une apparition par et dans le signifiant de l'indicible. »<sup>137</sup> Le symbole issu des couches plus profondes de la psyché est un excellent outil dans l'approfondissement de la connaissance de soi à partir de l'inconscient.

### 3.1.4 Une différenciation du symbole d'avec certaines notions connexes

Il existe présentement une variation considérable de sens vis-à-vis l'emploi du mot symbole. Il est donc important à ce stade de la recherche de faire la distinction entre le symbole, l'image, la métaphore, l'allégorie, la comparaison. Pour nous aider à mieux comprendre les différentes notions, je vais expliquer et représenter chacun des termes par un schéma utile et un exemple concret. La section qui suit fait référence aux notes de Marc Girard dans son livre intitulé les symboles dans la Bible.<sup>138</sup>

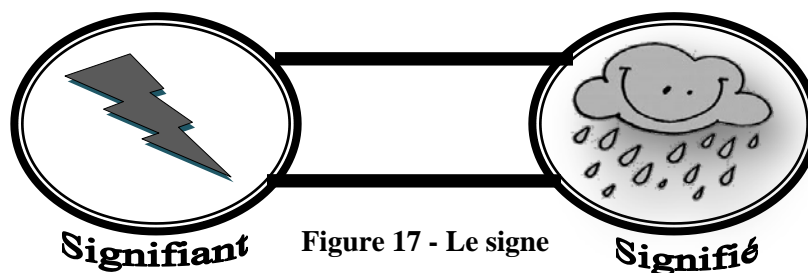
---

<sup>137</sup> Xiberras, Martine, *Pratique de l'imaginaire : lecture de Gilbert Durand*, Canada : Les presses de l'Université Laval, 2002, p. 31.

<sup>138</sup> Girard, Marc, « Différenciation du symbole d'avec certaines notions connexes » dans *Les symboles dans la Bible : essai de théologie biblique enracinée dans l'expérience humaine universelle*, Tome 1, Montréal : Bellarmin-Cerf, Montréal : Paris, 1993, p. 48-66.

### A. Le concept de signe

Le signe permet une équivalence entre deux notions *a* et *b*. Le *a* (le signifiant) est un phénomène en tant que présage de *b* (le signifié). Le signe désigne toujours quelque chose de connu et il prend ses sources dans le conscient alors que le symbole provenant de l'inconscient exprime un état complexe mal défini par le conscient. Par exemple : l'éclair [signifiant] me fait deviner qu'il y a de l'orage dans l'air.



### B. Le concept de l'image

L'image est une reconstitution graphique ou mentale que l'on se fait d'un élément. Cette reconstitution se fait à partir de la réalité d'un livre, ou encore d'un témoignage ou des souvenirs personnels. « Elle montre la présence de contenus inconscients, et la façon dont la conscience les perçoit, les reçoit, les organise ou les refuse. »<sup>139</sup> L'image tend à reproduire assez fidèlement comme une empreinte de pas dans le sable.

---

<sup>139</sup> Masquelier, Ysé, « Les visages du symbole : rencontre entre l'analyse jungienne et le yoga », dans *Corps et langage*, Tome 7, 1986, p. 20.

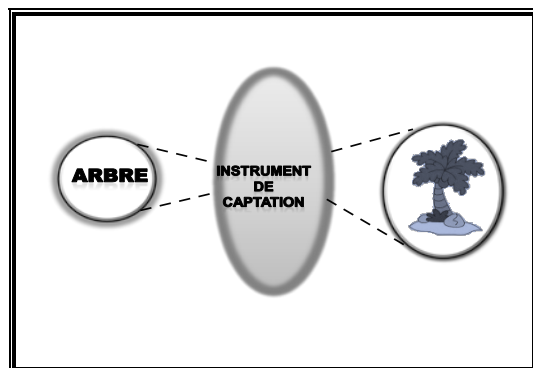


Figure 18 - L'image

### C. Le concept de métaphore

La métaphore est une expression qui permet le remplacement du sens premier du mot par un sens imagé de ce même mot, sans l'aide des termes de comparaison. Elle permet de comprendre quelque chose par quelque chose d'autre. « La métaphore unit deux réalités distinctes : une chose, et une seconde chose "vue comme" la première; [...] la métaphore unie deux choses de même niveau; [...] et l'originalité de la métaphore est le lien de ressemblance entre deux choses. »<sup>140</sup> Un exemple, dans la bouche d'une victime d'inceste : Mon agresseur (A) est un loup affamé (B).

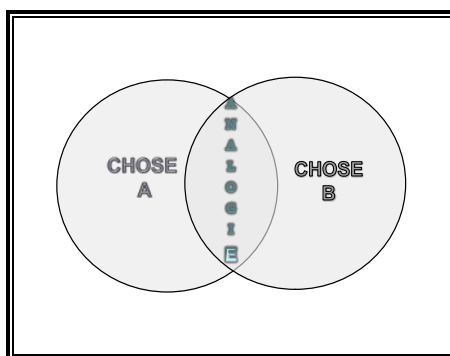


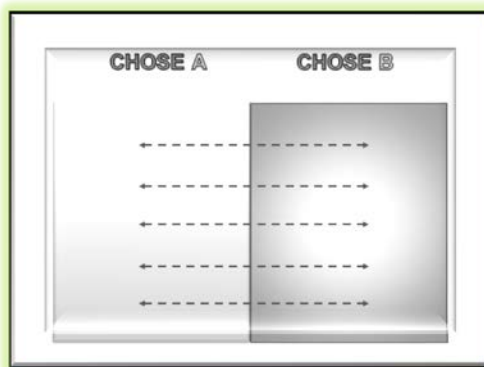
Figure 19 - La métaphore

<sup>140</sup> Girard, Marc, (1993), *op.cit.*, p. 60.

A et B ont un point commun : la cruauté. Que ce soit dans le conte du petit chaperon rouge ou encore celui des trois petits cochons, le loup dans notre culture est un animal cruel et sanguinaire, particulièrement à l'égard des petits enfants. Avec ruse, il saute sur sa proie lorsqu'il a faim. Le loup est assimilé à un ennemi et il représente le mal.

#### D. Le concept d'allégorie

L'allégorie est « essentiellement et uniquement un phénomène de langage. Elle est normalement claire, repose sur une fiction consciente et fait principalement appel à l'intelligence. »<sup>141</sup> Contrairement au symbole qui annonce un autre plan de conscience que l'évidence rationnelle, l'allégorie est une figuration à un même niveau de conscience. « L'allégorie est un jeu mental et littéraire, conscient et recherché d'un bout à l'autre. Elle consiste à traduire, dans des contenus sémantiques concrets, une idée abstraite, difficile à saisir ou à exprimer simplement. »<sup>142</sup>



**Figure 20 - L'allégorie**

---

<sup>141</sup> *Ibid*, p. 63.

<sup>142</sup> *Ibid*, p. 51.

L'allégorie c'est une autre manière de dire, un moyen de représenter quelque chose avec l'intention de signifier autre chose. Voici un exemple provenant de la deuxième rencontre avec les participantes.

Un peu plus loin, devant vous, il y a ce joli papillon (~ enfant intérieur) qui passe d'un arbre à l'autre en essayant d'attirer votre attention. Alors que vous le regardez se poser sur un de ces arbres, vous remarquez sa forme, sa taille, son espèce, et le papillon désire vous dire que c'est votre arbre (~ votre corps). Ce papillon vous lance un rendez-vous avec vous-même. Vous avancez en direction de votre arbre et décidez de vous asseoir à l'ombre (~ le passé personnel et collectif), de celui-ci pour mieux admirer tout les détails. Un arbre solide, un très grand arbre entouré de racines (~ liens sociaux et familiaux) qui se sont étendues au fil des années.

La définition la plus originale de l'allégorie que j'ai pu trouver vient d'une jeune fille de dix ans qui s'exprime ainsi dans sa classe : « l'allégorie, d'après-moi, c'est une histoire qu'on invente, à partir d'une vraie histoire, pour faire comprendre quelque chose au cerveau. »<sup>143</sup>

Au terme de cette opération de différenciation, il est opportun de citer une phrase de Carl Gustav Jung: « Les symboles ne sont ni des allégories ni des signes : ils sont l'image de contenus qui pour la plupart transcendent la conscience. »<sup>144</sup>

---

<sup>143</sup> Dufour, Michel, Tremblay, Dany, *Allégories : amour de soi, amour de l'autre*, Chicoutimi, Québec : Édition JCL, 2006, p. 28.

<sup>144</sup> Jung, Carl Gustav, *Métamorphose de l'âme et ses symboles*, Genève : Librairie de l'Université, 1978, p. 155.

### 3.1.5 Une typologie commode des choses symboliques

« Le monde du symbole est une jungle. Une jungle riche et fascinante, mais terriblement difficile d'accès. »<sup>145</sup> Plusieurs chercheurs de différents domaines, la philosophie, le religieux, l'anthropologie, la psychanalyse, les arts et la théologie, se sont aventurés sur le terrain. Malgré tout cela, comme le dit si bien Jean Chevalier, « toute classification systématique des symboles s'avère [...] insuffisante jusqu'à ce jour. »<sup>146</sup> Il devient important de fonder un cadre interprétatif solide, en tant que guide, pour apprendre à connaître « les espèces vivantes de la brousse des symboles.<sup>147</sup> »

#### 3.1.5.1 Présentation théorique<sup>148</sup>

Dans l'existence humaine, il arrive fréquemment qu'un individu soit incapable de témoigner et d'exprimer ses émotions suite à une expérience vécue au cours de sa vie. Pour réussir à traduire le mystère et à donner un sens à l'évènement passé, l'homme ou la femme a besoin de prendre en compte un langage qui traduira la réalité intérieure: le langage symbolique de la psyché. Marc Girard identifie ces expériences comme étant des expériences fondamentales vécues par l'être humain. Il y en aurait quatre auxquelles s'associent respectivement quatre types de symboles.

---

<sup>145</sup> Girard, Marc, (1993), *op. cit.* p. 7.

<sup>146</sup> Chevalier, J. et Gheerbrant, A. *Dictionnaire des symboles*, Paris : R. Laffont/Jupiter, 1982, p. XXVIII.

<sup>147</sup> Girard, Marc, (1993), *op.cit.*, p. 8.

<sup>148</sup> *Ibid*, p. 102-109.

**Tableau X - Les expériences fondamentales versus la typologie des choses symboliques**

Les expériences fondamentales	Typologie
<b>La conscience de forces transcendantes qui se manifestent</b>	Les symboles épiphaniques
<b>La conscience d'être assailli par des forces obscures</b>	Les symboles ponérologiques
<b>Le besoin d'incubation dans l'utérus</b>	Les symboles matriciels
<b>Le besoin d'élévation et d'auto-dépassement</b>	Les symboles de verticalité cosmique

Les quatre expériences fondamentales sur lesquels repose la cohérence du symbole biblique peuvent se diviser en deux groupes : les expériences extra-subjectives et les expériences intra-subjectives.

Les deux premières expériences, épiphaniques et ponérologiques, sont fondées sur la prise de conscience de forces actives qui échappent au contrôle de l'humain : puissance favorable et puissance démoniaque. Le sujet vit une expérience bouleversante qui le dépasse complètement. Les deux autres expériences, matricielles et de verticalité cosmique, situent l'humain dans sa recherche du sens profond de son existence. L'une est fondée sur un souvenir marquant pour la psyché : le souvenir de la phase utérine. L'autre exprime le besoin qu'a toute personne d'échapper à ses

conditionnements et à ses limites. Les deux situations peuvent provoquer une rupture de l'équilibre de l'individu.

D'autres liens peuvent être mis en lumière. Les expériences épiphaniques et de verticalité cosmique sont complémentaires du point de vue de la verticalité, c'est-à-dire qu'elles ont toutes les deux un lien avec la transcendance. Les deux autres expériences sont plutôt en rapport mutuel d'action-réaction : c'est parce que les forces du mal me poursuivent que je dois réintégrer l'utérus protecteur; mais l'utérus peut aussi m'emprisonner, d'où le besoin de m'en libérer.

Pour faciliter la compréhension, je peux illustrer par des dessins les quatre sortes de symboles qui se rattachent à chacune des expériences de base.

---

#### Les symboles épiphaniques



---

La conscience d'un dynamisme humain supérieur (esprit, intuition, ouverture spirituelle) ou d'une force mystérieuse plus qu'humaine est susceptible de sauver l'être humain, de l'amener à dépasser ses limites et de sortir de ses problèmes. Exemple de symboles épiphaniques : le feu, ascendant et libre, le vent favorable, le tonnerre révélateur, et le séisme



---



---

### Les symboles ponérologiques




---



---

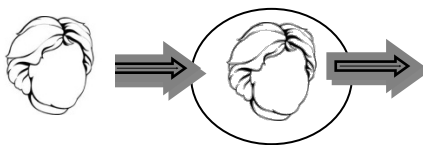
La conscience d'être assailli par des forces obscures et adverses qui investissent le sujet crée des malaises profonds et veulent le dévorer. Cette conscience peut s'éveiller au souvenir d'un évènement déclencheur qui concourt à la perte de l'individu. Exemples de symboles ponérologiques : l'eau emprisonnante, les ténèbres, le vent contraire, les animaux hostiles, notamment le serpent et l'araignée.

---



---

### Les symboles matriciels




---



---

La conscience d'un souvenir confus ayant détruit l'être humain et qui est à l'origine de toutes les limites personnelles entraîne le sujet à vouloir réintégrer l'utérus protecteur, mais celui-ci avec le temps peut emprisonner le sujet et le faire mourir, donc devenir un agent de mal, duquel il faut se libérer pour échapper aux forces du mal et enfin renaître à la vie. Exemples de symboles matriciels : le feu de foyer, l'eau de mer, les ténèbres, le gros poisson, la terre, la caverne de pierre et le bois.

---

Les symboles de verticalité cosmique



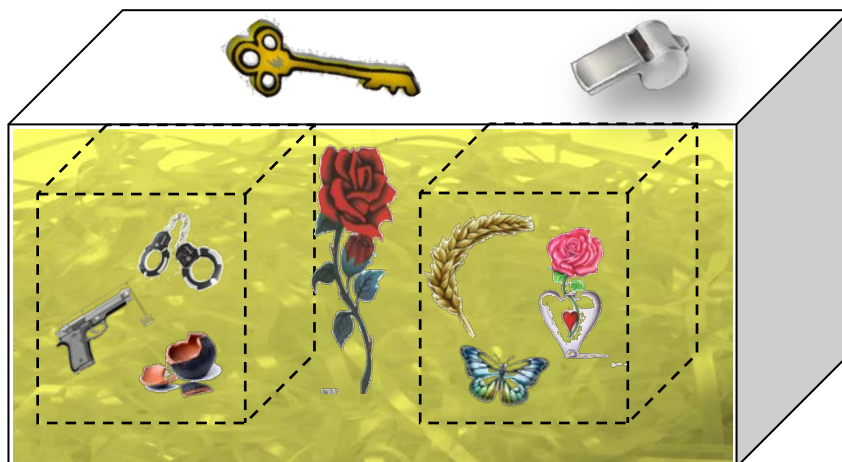
La conscience que l'être humain possède en lui des forces intérieures lui permet de surmonter la rupture frustrante qui l'empêche de vivre en équilibre dans la société. Une expérience sur soi-même permettra au sujet de vaincre ses limites et de marcher la tête haute. Exemples de symboles de verticalité cosmique : le nuage, la pierre verticale, le bois dressé (l'arbre) et l'arc-en-ciel.

### 3.1.5.2 Application et analyse

Une fois perçues les quatre expériences de base et la quadruple ligne symbolique qui s'y rattache, il devient opportun de présenter les symboles utilisés par les participantes pour en découvrir la richesse de suggestion.

**Tableau XI - Le symbole choisit par la chercheuse situé par rapport à la typologie des choses symboliques**

**LES SYMBOLES DE LA CHERCHEUSE**



Les symbolisants	Le type de symbole	Les symbolisés
Une énorme boîte	Matriciel	Elle est le réceptacle de la vie. Une boîte contient des choses. Elle peut symboliser le mystère, mais aussi la recherche d'un secret concernant soi-même, et dont la découverte permettra de se réaliser davantage. <sup>149</sup>
Une clé	[Afférent <sup>150</sup> au registre matriciel]	Un outil capable de pénétrer dans l'inconscient. Goethe cite : « La clé flairera l'endroit voulu, suis-la dans les profondeurs, elle te conduira chez les Mères. » <sup>151</sup>
Un sifflet	[Afférent au registre épiphanique]	Il est un outil qui laisse passer le vent (souffle de la parole). Il est le cri lancé vers Dieu et menant à la vie.

<sup>149</sup> Daco, Pierre, *L'interprétation des rêves*, Verviers : Marabout, 1979, p. 290.

<sup>150</sup> Qui se rapporte à, qui se rattache à.

<sup>151</sup> Jung, C.G., *L'homme à la découverte de son âme*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, 1962, p. 318.

De la paille jaune	[Afférent au registre matriciel]	Un revêtement qui enveloppe tantôt mon berceau, tantôt mon tombeau.
Une rose rouge fermée	[Afférent au registre matriciel]	Elle est un bouquet funéraire démontrant la souffrance empêchant le plein épanouissement de la femme.
La première petite boîte	Matriciel	Elle contient tous les éléments dévorants et obscurs de l'enfance (enfermement).
Un vase cassé	Matriciel	La femme est blessée et meurtrie et détruite par les gestes posés par son agresseur.
Des menottes	[Afférent au registre matriciel]	La femme ressent le besoin de quitter ce monde, d'où le besoin d'enfermement.
Une arme à feu	Ponérologique	La femme exprime son désir de retourner le mal contre l'agresseur.
La deuxième petite boîte	Matriciel	Elle contient tous les éléments de la libération.
Une rose rouge ouverte	[Afférent au registre matriciel]	Elle est la transformation de la victime en femme épanouie.
Une gerbe de blé	[Afférent au registre matriciel]	Le grain de blé qui tombe en terre doit mourir pour renaître. Il symbolise la mort et la renaissance de la femme.
Un vase neuf	Matriciel	Il symbolise la renaissance et la création d'une femme épanouie et ouverte à la vie.

Un papillon	Verticalité cosmique et [afférent au registre matriciel]	De par son élévation (ailes), il signifie une expérience de libération intérieure. Les multiples métamorphoses du papillon sont un symbole de résurrection ou de renaissance.
-------------	--	---

**Tableau XII - Le symbole choisi par les participantes situé par rapport à la typologie des choses symboliques**

**LES CHOSES SYMBOLIQUES DES PARTICIPANTES**



Les symbolisants	Type de symbole	Les symbolisés
La flamme d'une chandelle	Épiphanique	Elle évoque l'espérance en ses propres ressources, en quelqu'un d'aidant et/ou la foi en Dieu.

L'araignée et sa toile	Ponérologique et matriciel	<p>L'animal symbolise l'agresseur. Le fil pour tisser la toile évoque le cordon ombilical qui relie la victime à son agresseur et à sa famille.</p> <p>La toile, matrice de mort, devient le symbole du piège, de l'introversion et de l'isolement de la femme.</p>
Les chaînes	Matriciel	<p>Il est un symbole de tous les éléments qui enferment la femme dans la peur et la noirceur.</p>
Le serpent	Ponérologique	<p>Pour la femme agressée, il est un symbole de l'organe sexuel mâle. Le serpent est silencieux, il est imprévisible, et rapide comme l'éclair. Il surgit de n'importe où, pour cracher son venin et par la suite retourner à l'invisible.</p>
Le masque	Matriciel	<p>Il est un symbole de recouvrement de l'identité profonde, de refoulement dans l'inconscient.</p>

**Tableau XIII - Les autres symboles choisies par les femmes situés par rapport à la typologie des choses symboliques**

**LES AUTRES CHOSES SYMBOLIQUES CHOISIES PAR LES FEMMES**



Les symbolisants	Type de symbole	Les symbolisés
Une étoile	Épiphanique	La lumière céleste, symbole de vie, annonce une renaissance.
Un ange	Épiphanique et de verticalité cosmique	Il représente un messenger, un accompagnateur dans la nuit. Il symbolise le désir de vivre une expérience de spiritualisation afin de se débarrasser des tensions intérieures causées par l'agression.

L'eau	Ponérologique et matriciel	Elle est un symbole vivant de la psyché obscur. Elle symbolise la descente de la rêveuse dans sa propre profondeur où gît une eau stagnante qui emprisonne tous les éléments de croissance de la femme : cette eau évoque le mal et la mort.
Un arbre	Verticalité cosmique	S'élevant des racines jusqu'au sommet, il évoque la croissance intérieure de la femme, y compris éventuellement la dimension spirituelle.
Le feu	Matriciel et épiphanique	La flamme enveloppante est une puissance active qui permet la purification des impuretés psychiques : elle réduit en cendres l'impur et permet de renaître à une vie meilleure. La flamme ascendante et libre symbolise la vie retrouvée.

Tous les symboles utilisés par la chercheuse ou encore par les participantes ont permis d'approfondir la connaissance de soi au niveau inconscient et aussi de mieux comprendre l'expérience de vie qu'elles ont vécue au cours de leur enfance.



### 3.1.6 Les principaux lieux de libération de la fonction symbolique

Depuis très longtemps, les êtres humains ont fait appel au langage symbolique pour transmettre des messages et pour se guérir. Aujourd'hui encore les participantes ont démontré la puissance de symbole pour dénouer des nœuds psychologiques et pour opérer une transformation positive chez la femme faisant face à une crise existentielle. L'anthropologue Otto Betz affirme: « Les symboles sont des signes chargés de puissance, qui ont la capacité d'indiquer des voies de sortie, d'ouvrir des portes, de révéler ce qui est caché. »<sup>152</sup> En ce qui concerne les participantes, l'émergence du langage symbolique s'est réalisée dans de multiples lieux : le récit de vie, le rêve, le dessin, la poésie et le rituel.

#### 3.1.6.1 Les images et les symboles dans les récits de vie

Les femmes ont vécu l'inceste et ce sont elles les meilleurs les témoins de cette expérience odieuse. Elles ont besoin d'être entendues et accueillies dans le dévoilement de ce récit intime qui leur donne la permission de s'ouvrir à une parole signifiante.

*Le récit de vie apparaît donc la plus adéquate des méthodes biographiques pour approcher le vif de l'identité personnelle et sociale de nos sujets, puisqu'il représente l'expression individuelle de la conscience qu'en ont les acteurs. Mais pour qu'il y ait récit de vie, il faut qu'il y ait expérience. C'est cela que la méthode biographique se présente comme une radicalisation des prémisses de l'herméneutique.*<sup>153</sup>

---

<sup>152</sup>Sergi, Christina, Thèse de doctorat : *Croissance spirituelle et processus du devenir Soi*, Montréal : Université de Montréal, 2008, p. 98.

<sup>153</sup>Tremblay, Christine, *vers le développement d'une modalité d'intervention dans le champ de la ritualité pour des femmes ayant vécu un avortement volontaire comme la perte d'un enfant*, thèse de doctorat, Université de Montréal, 2009, p. 89.

Le récit est un lieu de révélation et il permet de construire l'expérience du sujet et du monde. Pourtant, les femmes ont tellement été habituées de conserver secrètement l'expérience qu'elles ont vécue, qu'elles ont eu de la difficulté à mettre des mots sous forme de texte. Une symbolisation a grandement aidé les femmes adultes à se réapproprier leur subjectivité, leur quête de sens, leur féminité, leur bonheur et leur plénitude. Le pouvoir révélateur du symbolisme à l'intérieur du récit a permis de rejoindre la profondeur de la personne où se retrouvent différentes faces cachées d'elle-même.

La narration est une forme d'expression humaine fondamentale et en même temps la plus naturelle. Elle permet à l'homme de se penser et de penser le monde, en enrichissant, par d'immenses et infinies métaphores qu'il développe grâce à la narrativité, son univers de signification.<sup>154</sup>

L'écriture et son contenu significatif est devenu le lieu d'élaboration du sens du sujet et son rôle est de réveiller l'enfant qui sommeille dans chaque adulte que nous sommes. La sphère des symboles a apporté une compréhension de la réalité humaine.

*Il faut l'écrire cette histoire. [...] Il faut accepter de revoir et aller le plus loin possible que l'on puisse se souvenir. La transcription de mon récit de vie m'a permis de faire le détachement. (Célina)*

---

<sup>154</sup> Greimas, Algirdas Julien, *Sémiotique et sciences sociales*, Paris : Éditions du Seuil, 1976, p. 205.

### 3.1.6.2 Les images et les symboles dans les rêves récurrents

*Personne n'est visible, personne n'est représenté par la pensée sauf le rêveur lui-même.* (Félix Mayer)<sup>155</sup>

Plusieurs femmes se sont souvenues des rêves récurrents qui sont venus perturber leur sommeil au cours de leur jeunesse. Ils se répètent au point d'encombrer la rêveuse qui a l'impression qu'elle passera toute sa vie à revivre son trauma au cours de la nuit. Il faut apporter une attention spéciale aux rêves qui reviennent souvent sur une période de temps indéterminée, car ils risquent d'être la réévocation d'un souvenir qui s'imprime dans la mémoire à long terme. Les rêves récurrents remontent souvent à un traumatisme qui a marqué la vie de l'individu et ils ont un message particulier à transmettre. Il vaut la peine de s'attarder à le décoder symboliquement pour en découvrir le sens.

Au premier regard, les rêves étaient très impressionnants et « signifiants d'une intention de l'inconscient. »<sup>156</sup> Tout en explorant le contenu des rêves, les participantes et moi-même avons réalisé que le rêve utilisait la voie symbolique pour traduire le contenu de l'inconscient. Que peut bien signifier le langage symbolique de ces rêves?

Les rêves ont toujours fasciné l'esprit des humains et de plusieurs auteurs. Des opinions bien diverses sur la nature des rêves furent émises:

---

<sup>155</sup> Aeppli, Ernest, *Les rêves*, Paris : Éditions Payot, 1967, p. 15.

<sup>156</sup> Haar, Michel, *Introduction à la psychanalyse, Freud : Analyse critique*, Paris : Hatier, 1973, p. 19.

On les interpréta comme des révélations divines (Sumériens), des messages d'un monde supérieur (Amérindiens), des inspirations prophétiques (Ancien Testament), des avertissements des puissances supérieures (Gréco-romains), des réactions réflexes à des stimuli extérieurs ou intérieurs (Behaviorisme), des « réalisations de désir » (Freud), des accumulations d'images de la journée précédente, des inventions de l'esprit (Romantisme), ou tout simplement des non-sens.<sup>157</sup>

Plusieurs civilisations ont cherché à donner un sens aux rêves, mais d'autres ont choisi de les considérer comme étant un phénomène aberrant et absurde. La majorité des gens rêvent toutes les nuits, et les milliers d'images défilant dans notre esprit se réfèrent à une expérience réelle enfouie dans l'inconscient. Comment faire pour interpréter les rêves alors que ceux-ci sont souvent considérés comme dénués de sens?

Après une période d'indifférence au sujet du rêve, c'est le psychanalyste Sigmund Freud qui a de nouveau démontré l'importance de cette manifestation nocturne. « It is Freud's great achievement to have put dream-interpretation on the right track. »<sup>158</sup> En 1900, il publie *Die Traumdeutung*<sup>159</sup> qui apparaît comme son œuvre maîtresse. C'est à partir de la mort de son père et de la révélation de l'un de ses rêves (l'injection faite à Irma) que « son autoanalyse lui permet [...] d'avancer singulièrement dans la compréhension du rêve lui-même et de ses mécanismes. »<sup>160</sup> Il ne faut surtout pas négliger le lien réalisé par Freud entre les névroses et l'interprétation des rêves.

---

<sup>157</sup> Cercle de Psychologie Analytique de Montréal, *Transformation(s) : Introduction à la pensée de Jung*, Montréal : Éditions de l'Aurore, 1977, p. 71.

<sup>158</sup> Jung, C.G., *The Structure and Dynamics of the Psyche*, dans *The Collected Works*, VIII, 4<sup>ième</sup> impression, *The British Journal of Psychiatry*, Hull. London : Routledge & Kegan Paul, 1960, p. 284.

<sup>159</sup> Se traduit comme étant l'interprétation des rêves.

<sup>160</sup> Freud, Sigmund, *Les rêves : la voie royale de l'inconscient*, Paris : R. Laffont, 1979, p. 38.

« L'étude des névroses lui a montré l'importance des rêves et l'interprétation de ceux-ci a contribué à la compréhension des névroses. »<sup>161</sup>

Le psychanalyste constate au cœur de ses travaux que le rêve n'est pas l'expression d'une activité fragmentaire du cerveau, il est l'accomplissement d'un désir inconscient (le rêve est un « exutoire de l'inconscient »)<sup>162</sup> et le but du psychanalyste est de rendre le contenu inconscient (souvenirs d'enfance, refoulement, fantasme) accessible au conscient.

Comme le dit Freud, l'analyse des rêves est la « via regia », la voie royale de l'inconscient; elle achemine vers les secrets personnels les plus profonds, et c'est pourquoi elle est un instrument inestimable entre les mains du médecin et du psychothérapeute.<sup>163</sup>

Le rêve est une représentation symbolique des contenus inconscients. « Le symbolisme amène à remplacer des personnes, des objets et des situations par des analogies, les symboles contribuent à la condensation, au déplacement et à la mise en scène du rêve. »<sup>164</sup> Pour Freud, le rêve est comparable à l'expression d'un même contenu en deux langues différentes : la pensée du rêve et sa traduction.

Le contenu du rêve nous apparaît comme une transcription (*Übertragung*) des pensées du rêve, dans un autre mode d'expression, dont nous ne pourrions connaître les signes et les règles que quand nous aurons comparé la traduction et l'original. Nous comprenons les pensées du rêve d'une manière immédiate dès qu'elles nous apparaissent. Le contenu du rêve nous est donné sous forme d'hiéroglyphes dont les

---

<sup>161</sup> Nachin, Claude, *Sigmund Freud : sa vie, son génie, ses limites*, Paris : Boréal, 2010, p. 30

<sup>162</sup> Haar, Michel, *Introduction à la psychanalyse, Freud : Analyse critique*, Paris : Hatier, 1973, p. 35.

<sup>163</sup> Jung, C.G., *Psychologie de l'inconscient*, Genève : Librairie de l'université de Georg, 1973, p. 55.

<sup>164</sup> Nachin, Claude, (2010), *op. cit.*, p. 31.

signes doivent être successivement traduits (*übertragen*) dans la langue des pensées du rêve.<sup>165</sup>

L'interprétation psychanalytique du rêve consiste à trouver le contenu latent<sup>166</sup> dissimulé sous le contenu manifeste,<sup>167</sup> c'est-à-dire à énoncer le sens du récit en revoyant tout ce qui se dit sur un second registre de lecture à partir du symbole.

Le contenu « manifeste » du rêve est le substitut altéré des « idées oniriques latentes » et cette altération est l'œuvre d'un « moi » qui se défend; elle naît de résistances qui interdisent absolument aux désirs inconscients d'entrer dans la conscience à l'état de veille; mais, dans l'affaiblissement du sommeil, ces forces ont encore assez de puissance pour imposer du moins aux désirs un masque qui les cache. Le rêveur ne déchiffre pas plus le sens de ses rêves que l'hystérique ne pénètre la signification de ses symptômes.<sup>168</sup>

La méthode que Freud propose pour traduire le contenu du rêve est de procéder par libres associations, c'est-à-dire de prendre séparément les éléments du rêve et de le décomposer en différents éléments (personnages, paroles, actions, émotions...) et de chercher à quoi ils font penser au rêveur (souvenirs, idées, représentations).

Les associations libres partant du contenu manifeste d'un rêve quelconque mènent toujours à un désir refoulé ainsi qu'à d'autres contenus refoulés du même genre, le tout entremêlé à diverses pensées qu'on peut qualifier de « préconscientes » au sens technique qu'il donne habituellement à ce terme.<sup>169</sup>

---

<sup>165</sup> Freud, Sigmund, *L'interprétation des rêves*, Paris : Presses universitaires de France, 1926 et 1967, p. 241.

<sup>166</sup> Ce sont les éléments cachés et codés se tenant en retrait à cause de leur caractère gênant.

<sup>167</sup> C'est le rêve tel qu'il apparaît au rêveur dans ses souvenirs, c'est le récit onirique.

<sup>168</sup> Freud, Sigmund, *Les rêves : la voie royale de l'inconscient*, Paris : R. Laffont, p. 87.

<sup>169</sup> Grünbaum, Adolf, *Les fondements de la psychanalyse : une critique philosophique*, Paris : Presses universitaires de France, 1996, p. 328.

Ce que Freud cherche à élucider, ce sont les manifestations du rêve représentées par les désirs refoulés, des plus récents jusqu'à ceux de l'enfance, car selon lui, « les rêves sont compris comme la satisfaction hallucinatoire des désirs irrationnels, et singulièrement, des désirs sexuels qui, ayant leur origine dans la prime enfance, n'ont pas été pleinement transformés en formations réactionnelles ou sublimées. »<sup>170</sup> Pour Freud, il existe un domaine dont le contenu est représenté par un symbolisme riche et varié. « C'est le domaine de la vie sexuelle, des organes génitaux, des actes sexuels, des relations sexuelles. La majeure partie des symboles dans le rêve sont des symboles sexuels. »<sup>171</sup>

À ce stade, il est intéressant de faire un lien entre les symboles retrouvés dans les rêves des femmes participantes et l'interprétation de Freud. En fait, cinq des huit femmes se sont souvenues d'un rêve récurrent qu'elles faisaient au cours de leur sommeil.

**Tableau XIV- L'interprétation des symboles selon Freud**

Le symbole des participantes	L'analyse selon Freud
Le fusil ou l'arme à feu	Symbole de l'organe sexuel mâle : il a le pouvoir de pénétrer à l'intérieur du corps féminin et d'y causer des blessures. <sup>172</sup>
La maison	Symbole sexuel féminin : représente l'accès à un orifice. <sup>173</sup>

<sup>170</sup> Fromm, Éric, *Le langage oublié : introduction à la compréhension des rêves, des contes et des mythes*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, 1975, p. 59.

<sup>171</sup> Freud, Sigmund, *Introduction à la psychanalyse*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, 1965, p. 138.

<sup>172</sup> *Ibid*, p. 182

<sup>173</sup> Aepli, Ernest, (1967), *op. cit.* p. 179.

Le feu	Symbole de l'excitation sexuelle. <sup>174</sup>
Le jardin	Symbole fréquent des organes génitaux de la femme. <sup>175</sup>
Les fruits	Symbole de l'appareil génital chez la femme, plus particulièrement les seins. <sup>176</sup>
L'eau	Symbole des organes génitaux féminins. <sup>177</sup>
La cavalerie	Symbole d'un dérangement psychique dans la vie érotique du rêveur. <sup>178</sup>
La plaine sablonneuse	Symbole de la génitalité féminine. <sup>179</sup>
Le chapeau	Symbole de l'organe masculin, de la puissance. <sup>180</sup> La tête pénètre dans le chapeau.
Le sang	Symbole d'une substance vitale, le sperme. <sup>181</sup>

Plusieurs chercheurs à la suite de Freud se sont penchés sur les symboles oniriques et ont élaboré d'autres systèmes de compréhension du rêve. Après quelques années, Carl Gustav Jung ne contredit pas tout à fait l'approche de Freud au sujet du rêve, mais il en apporte une vision plus ample. Il

---

<sup>174</sup> Girard, Marc, (1991), *op. cit.*, p. 119.

<sup>175</sup> Aeppli, Ernest, (1967), *op. cit.*, p. 292.

<sup>176</sup> Freud, Sigmund, *Introduction à la psychanalyse*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, p. 188.

<sup>177</sup> Girard, Marc, (1991), *op. cit.*, p. 246.

<sup>178</sup> Aeppli, Ernest, (1967), *op. cit.*, p. 267.

<sup>179</sup> Girard, Marc, (1991), *op. cit.*, p. 692.

<sup>180</sup> *Ibid*, p. 176.

<sup>181</sup> Chetwynd, Tom, *Le dictionnaire des rêves*, Paris : Seghers, 1975, p. 110.



interprétera le rêve comme l'expression de la sagesse de l'inconscient. « En opposition à l'opinion freudienne bien connue, selon laquelle le rêve, dans son essence, n'est que la réalisation d'un désir, je prétends [...] que le rêve est une autoreprésentation, spontanée et symbolique, de la situation actuelle de l'inconscient. »<sup>182</sup> Jung a construit la matière originelle de son travail scientifique à partir non seulement de ses expériences personnelles et cliniques : ses rêves et ses imaginations, les écrits et les rêveries de Miss Miller, l'expérience d'autres patients, mais aussi de son vif intérêt pour l'alchimie et la mythologie.

Le rêve pour Jung est une production naturelle de l'inconscient. « As a plant produces its flower, so the psyche creates its symbols. Every dream is evidence of this process. »<sup>183</sup> Au cœur de ses recherches, Carl Gustav Jung démontre que le rêve est un outil essentiel pour découvrir les éléments cachés au plus profond de l'âme.

Le rêve est une porte étroite, dissimulée dans ce que l'âme a de plus obscur et de plus intime; elle ouvre sur cette nuit originelle et cosmique qui préformait l'âme bien avant l'existence de la conscience du moi et qui la perpétuera bien au-delà de ce qu'une conscience individuelle n'aura jamais atteint. Car toute conscience du moi est éparse [...]. Toute conscience spécifie. Par le rêve, en revanche, nous pénétrons dans l'être humain plus profond, plus vrai, plus général, plus durable, qui plonge encore dans le clair-obscur de la nuit originelle où il était un tout et où le Tout était en lui, au sein de la nature indifférenciée et impersonnalisée. C'est de ces profondeurs, où l'universel s'unifie, que jaillit le rêve, revêtirait-il les apparences les plus puériles, les plus grotesques, les plus immorales.<sup>184</sup>

---

<sup>182</sup> Jung, Carl Gustav, *L'homme à la découverte de son âme*, Genève : Édition du Mont-Blanc, 1970, p. 228.

<sup>183</sup> Jung, Carl, G., *Man and his symbols*, New York: Doubleday, 1964, p. 64.

<sup>184</sup> Jung, Carl, *L'homme à la découverte de son âme*, Genève : Édition du Mont-Blanc, 1970, p. 80.

Le rêve est l'expression du vécu problématique d'un individu et d'un déséquilibre psychologique : « lack of harmony between conscious and unconscious. »<sup>185</sup> Ils décrivent le contenu inconscient non pas sous la forme rationnelle, mais bien sous la forme symbolique. « I was led to conclude that dreams are the most frequent and universally accessible source for the investigation of man's symbolizing faculty. »<sup>186</sup> La fonction générale du rêve selon Jung est de rétablir l'équilibre psychologique par la compensation : il utilise l'expression « autorégulation psychologique de l'individu »<sup>187</sup>. Pour Jung, le rêve actualise un contenu inconscient et le langage utilisé est symbolique.

Les symboles jouent le rôle de véhicules privilégiés ou messagers indispensables qui divulguent des informations importantes concernant des événements, des expériences sensorielles ou des émotions incrustés profondément dans l'inconscient.

Le rêve, dérivant de l'activité de l'inconscient, donne une représentation des contenus qui y sommeillent, non pas de tous les contenus qui y figurent, mais seulement de certains d'entre eux qui, par voie d'association, s'actualisent, se cristallisent et se sélectionnent en corrélation avec l'état momentané de la conscience.<sup>188</sup>

Contrairement à Freud, qui situe la *libido* dans l'ordre sexuel, Carl Jung l'identifie à de « l'énergie psychique [...] qui apparaît toujours sous forme cristallisée, c'est-à-dire sous forme de

---

<sup>185</sup> Jung, C.G. *The Structure and Dynamics of the Psyche*, dans *The Collected Works*, VIII, 4<sup>ième</sup> impression, *The British Journal of Psychiatry*, Hull. London : Routledge & Kegan Paul, p. 288.

<sup>186</sup> Jung, Carl, G., *Man and his symbols*, New York: Doubleday, 1964p. 25.

<sup>187</sup> Jung, Carl, Jung, Carl, *L'homme à la découverte de son âme*, Genève : Édition du Mont-Blanc, 1970, p. 217.

<sup>188</sup> *Ibid*, p. 205.

symboles universels. »<sup>189</sup> Chez Jung, les symboles agissent comme « des transformateurs d'énergie. »<sup>190</sup> Le symbole est ainsi considéré comme étant un lien vivant entre le conscient et l'inconscient. « Les symboles sont des tentatives naturelles pour réconcilier et réunir les contraires dans la psyché »<sup>191</sup> et Jung nomme *fonction transcendante* l'unification des opposés. « La fonction créatrice des symboles oniriques tente donc de réintroduire l'esprit originel de l'homme dans une conscience éclairée ou avancée, où il n'avait jamais été soumis à une réflexion critique. »<sup>192</sup>

Une approche symbolique permet ainsi de donner un sens profond aux expériences vécues, mais pour cela le thérapeute a besoin de l'aide du rêveur, car le rêve apparaît bien souvent comme incompréhensible et impénétrable. « As one never knows with certainty how to evaluate the conscious situation of a patient, dream-interpretation is naturally impossible without questioning the dreamer. »<sup>193</sup> Pour Jung, tout tient à l'« art de l'interprétation, car le sens du symbole ne se laisse jamais épuiser. »<sup>194</sup>

---

<sup>189</sup> Ellenberger, Henri Frédéric, « Carl Gustav Jung et la psychologie analytique », dans *Histoire de la découverte de l'inconscient*, Paris : A. Fayard, 1994, p.716.

<sup>190</sup> *Ibid*, p. 725.

<sup>191</sup> Jung, Carl, Gustav, *Man and his symbols*, New York: Doubleday, 1964, p. 99.

<sup>192</sup> *Ibid*, p. 98.

<sup>193</sup> Jung, C. Jung, *The Structure and Dynamics of the Psyche*, dans *The Collected Works*, VIII, 4<sup>ième</sup> impression, *The British Journal of Psychiatry*, Hull. London : Routledge & Kegan Paul, 1960 p. 288.

<sup>194</sup> Cercle de psychologie analytique de Montréal, *Transformation(s) : introduction à la pensée de Jung*, Montréal : Édition de l'aurore, 1977, p. 84.

Tableau XV- L'interprétation des symboles des rêves selon Jung

Le symbole des participantes	L'analyse selon Jung
Une petite fille	Symbole d'une situation intérieure où dominant des conflits douloureux. <sup>195</sup>
Le père	Symbole d'un potentiel psychique important de nous-mêmes, une partie essentielle de notre personnalité. [...] La personne physique du père joue un grand rôle. <sup>196</sup>
La mère	Symbole de l'inconscient qui pressent un danger et montre la mère sous un aspect négatif, car elle ne se sépare pas de son enfant. <sup>197</sup>
Un incendie	Symbole de la purification de résidus psychiques inutiles. <sup>198</sup>
Le jardin	Symbole de l'expérience humaine individuelle. <sup>199</sup>
L'eau (océan)	Symbole le plus fréquent de l'inconscient. La mer peut devenir l'un des plus puissants symboles de l'inconscient collectif parce qu'au-dessous des reflets brillants de sa surface, elle renferme des profondeurs insoupçonnables. <sup>200</sup>

---

<sup>195</sup> Aeppli, Ernest, (1967), *op. cit.*, p. 153.

<sup>196</sup> *Ibid*, p. 146.

<sup>197</sup> *Ibid*, p. 150.

<sup>198</sup> *Ibid*, p. 239.

<sup>199</sup> Girard, Marc, (1991), *op. cit.* p. 553.

<sup>200</sup> *Ibid*, p. 246.

Le cheval ailé	Symbole d'une force spirituelle et créatrice. <sup>201</sup>
La nuit	Symbole de l'inconscient. Elle symbolise des forces intérieures non sublimées. <sup>202</sup>
Voler dans le ciel	Symbole d'une débandade vertigineuse équivalant à une « fuite en avant » désespérée pour se libérer de cette insupportable angoisse ou d'une présence monstrueuse, source de peur panique. <sup>203</sup>
La cavalerie	Symbole de l'inconscient, la libido, voire l'instinct sexuel. <sup>204</sup>
Les bras poilus	Symbole de la force et du pouvoir. <sup>205</sup>
Le chapeau	Symbole du pouvoir, et de la souveraineté. <sup>206</sup>

En bref, au sujet du rêve, retenons principalement trois points de synthèse : le symbolisme dans le rêve permet le décryptage d'éléments enfouis dans l'inconscient; il faut tenir compte de l'être, de sa capacité de dépassement et de guérison; et surtout, l'interprétation des symboles est un processus délicat qui doit tenir compte de chaque rêveur. Le rêve comme nous l'a si bien démontré nos participantes sont une ressource inestimable pour la compréhension des problèmes psychologiques et physiques.

---

<sup>201</sup> Aeppli, Ernest, (1967), *op. cit.*, p. 267.

<sup>202</sup> Girard, Marc, (1991), *op. cit.*, p. 301.

<sup>203</sup> De la Rocheterie, Jacques, *La symbologie des rêves*, Paris : Imago, 1984, p. 231.

<sup>204</sup> Girard, Marc, (1971), *op. cit.*, p. 854.

<sup>205</sup> Chevalier, J. et A. Gheerbrant, *Dictionnaire des symboles*, Paris : Robert Laffont/ Jupiter, 1982, p. 146.

<sup>206</sup> *Ibid*, p. 207.

### 3.1.6.3 Les images et les symboles dans les dessins

« *Peindre non la chose,  
mais l'effet qu'elle produit.* »  
(Stéphane Mallarmé 1842-1898)<sup>207</sup>

Les symboles utilisent aussi la voie de l'art pour faire renaître à la mémoire des souvenirs enfouis depuis longtemps. Au cours des siècles derniers, les formes et les figures de l'inconscient se traduisaient par des images gravées dans la pierre ou encore par des images saintes. Les artistes ont créé des œuvres extraordinaires révélant de multiples événements de la vie quotidienne. Au simple regard, il est difficile pour l'observateur de discerner toute la valeur des œuvres de Vincent Van Gogh, de Monet, de Pablo Picasso ou encore de Léonardo De Vinci, pour ne nommer que ceux-là.

Qui n'a pas déjà vu un enfant dessiner librement sur une feuille de papier? Les traits bizarres, les formes architecturales et les couleurs grossières utilisées représentent spontanément les forces de croissance en lui. L'artiste agit de la même manière que l'enfant, c'est-à-dire que son œuvre d'art décrit son cheminement intérieur. « Les formes de l'art [...] ne sont pas des formes vides. Elles jouent un rôle bien déterminé dans la construction et l'organisation de l'expérience humaine. »<sup>208</sup>  
L'essentiel pour un grand peintre n'est pas la sensibilité aux couleurs, mais « la faculté de faire surgir d'un matériau statique la vie dynamique des formes. »<sup>209</sup>

Deux participantes ont bien voulu nous fournir les dessins qu'elles ont créés lorsque leur cœur était nostalgique. Même si les dessins ne semblent pas aussi beaux que ceux des grands peintres, ils

---

<sup>207</sup> Sédillot, Carole et Zana, Élisabeth, (2007), *op. cit.*, p. 45.

<sup>208</sup> Cassirer, Ernst, *Essai sur l'homme*, Paris : Les Éditions de Minuit, 1975, p. 236.

<sup>209</sup> *Ibid*, p. 227.

sont tout aussi importants, car ils nous font connaître la profondeur et la diversité d'un état d'âme. À ce sujet, Ernst Cassirer cite Goethe, poète et théoricien de l'art, qui prévient le lecteur au sujet de la notion de « *beau* » :

[...] On essaie de vous faire croire que les beaux-arts naissent de notre prétendue tendance à embellir le monde qui nous entoure. Ce n'est pas vrai... L'art est formateur bien avant d'être beau, et pourtant, c'est alors un grand art, un art véritable, très souvent plus grand et plus vrai que l'art du beau lui-même. Car l'homme possède en lui une nature formatrice qui se manifeste dès que son existence est assurée; [...] cet art de caractère est le seul art véritable. [...] Il forme un tout et il est vivant.<sup>210</sup>

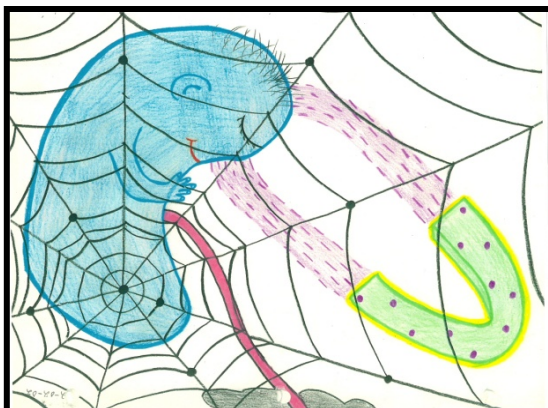
L'œuvre des deux femmes participantes recrée une expérience vécue et elle offre aussi un puissant effet émotionnel à celui ou à celle qui a la capacité de comprendre le langage des symboles. Celui qui est incapable de sentir la vie dans les formes et les couleurs demeure à l'extérieur de l'art et il perd la possibilité d'approfondir une expérience de la vie. « L'art est un chemin vers la liberté »<sup>211</sup> et une voie menant à « une vision objective des choses et de la vie humaine. »<sup>212</sup>

---

<sup>210</sup> *Ibid*, p. 201.

<sup>211</sup> Cassirer, Ernst, *Écrit sur l'art*, Paris : Les Éditions du Cerf, 1995, p. 190

<sup>212</sup> Cassirer, Ernst, *Essai sur l'homme*, Paris : Les Éditions de Minuit, 1975, p. 204.



**Figure 21 - Le symbolisme du premier dessin de Déborah**

Symbolisant	Symbolisé
Le fœtus	Symbole régressif d'une enfance et d'une naissance à la vie prise au piège dès le départ. En plus, symbole de récroquevillement de Déborah pour ne pas être vue.
Les yeux fermés	Symbole du sommeil pour éviter l'agresseur et symbole du refuge de Déborah dans sa bulle.
Le nuage noir	Symbole du danger qui ne se cache pas très loin
La couleur bleue	Symbole de la privation de sang (vie), du manque.
L'aimant	Symbole de l'attraction de l'agresseur sur la victime
Un arc violet	Symbole du passage de la vie à la mort



La toile	Symbole du piège
Le cordon rouge	Symbole du lien de mort ou de vie avec les parents



Figure 22 - Le symbolisme du deuxième dessin de Déborah

Symbolisant	Symbolisé
Fond violet	Symbole de la tristesse, du deuil
La gueule du loup	Symbole des forces malfaisantes et du pouvoir
Le visage de la bête	Symbole des pulsions dévorantes et sexuelles
Des dents pointues	Symbole des pulsions dévorantes et sexuelles

Un œil grand ouvert	Symbole d'une prise de pouvoir sur quelqu'un avec une intention méchante
Une moitié de cœur rouge (la langue du loup)	Symbole d'un animal qui mangerait avidement sa proie, l'enfant
Une moitié de cœur bleu	Symbole de privation de sang (vie), de tristesse, et d'angoisse
Une silhouette nue	Symbole d'un retour à la matrice initiale.



**Figure 23 - Le symbolisme du dessin de la chercheuse**

<b>Symbolisant</b>	<b>Symbolisé</b>
Le visage de la bête	Symbole d'un inconscient dominé par un agresseur
Le visage de femme	Symbole de ma féminité
La figure de l'enfant situé près du cœur	Symbole de l'enfant intérieur, ma force spirituelle
Le labyrinthe	Symbole du chemin à parcourir pour renaître à la vie
Le masque	Symbole de protection pour ne pas être reconnue
Les figures dans le labyrinthe	Symbole des éléments obscurs empêchant d'avancer dans la vie
La balle de laine	Symbole des aidants pour éviter de se perdre dans le cheminement personnel
La couleur rouge	Symbole de la douleur et de la force régénératrice

Il est clair qu'en réalisant des dessins, les femmes ont puisé au cœur de leur expérience. Les œuvres avec leur forme symbolique particulière ont démontré la sensibilité de leur auteur en nous faisant voir une image riche, vivante et colorée de la profonde réalité qu'elles ont vécue. En d'autres mots, le dessin exerce un puissant effet émotionnel.

### 3.1.6.4 Les symboles et les images dans la poésie

*Un poème c'est toujours quelqu'un : un homme ramené à la nudité de la condition humaine, tout en ne restant pas moins cet être singulier, vulnérable.* (Jacques De Decker)<sup>213</sup>

L'être humain possède un inépuisable réservoir de connaissances sur lui-même et l'écriture avec son symbolisme est un outil efficace pour permettre d'exprimer « le sens mystérieux des aspects de l'existence. »<sup>214</sup> La poésie varie selon les époques. Les poètes Charles Baudelaire, Stéphane Mallarmé et Arthur Rimbaud ont été parmi les premiers à insister sur le fait que le langage poétique n'est pas seulement un moyen de communication, mais un moyen intime de connaissance. « Baudelaire avait eu l'intuition que c'est par ces signes matériels et concrets, fournis par la nature et porteurs de signification abstraite, que le poète peut appréhender la réalité supérieure, passer à travers "des forêts de symboles" qui ouvrent l'accès à l'inconscient. »<sup>215</sup> Qu'est-ce qui fait que le langage poétique est si différent du langage quotidien?

Le grand poète lyrique William Wordsworth décrit la poésie comme « le débordement spontané des sentiments puissants. »<sup>216</sup> Une œuvre symboliste est une authentique création et elle permet de pénétrer au-delà des mots, de saisir le sens de l'indicible et de révéler la vie personnelle. Comme le

---

<sup>213</sup> De Decker, Jacques, « Le poète dans la cité », dans *Cahiers internationaux de symbolisme*, n. 89-90-91, Centre interdisciplinaires d'Études Philosophiques de l'Université de Mons S.I. : Mons., 1998, p. 134.

<sup>214</sup> Benoît, Éric, « Un enjeu de l'esthétique mallarméenne : la poésie et les sens du monde », dans *Romantisme*, n. 111, 2001, p. 107.

[http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/roman\\_00488593\\_2001\\_num\\_31\\_111\\_1007](http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/roman_00488593_2001_num_31_111_1007)

<sup>215</sup> Genty, Monique, *L'être et l'écriture dans la psychologie jungienne*, Paris : Masson, 1991, p. 86.

<sup>216</sup> Cassirer, Ernst, *Écrit sur l'art*, Paris : Les Éditions du Cerf, 1995, p. 140.

dit Mallarmé, « la littérature est une reconstitution humaine. »<sup>217</sup> et elle crée une véritable ouverture sur la vie.

La puissance et la profondeur des symboles construits à partir de l'inconscient permettent au poète de devenir un guide inspiré pour tenter de connaître ce qu'il est et ce qui l'entoure. « C'est dans cette union indissoluble du visible et de l'invisible, du tangible et de l'intangible, du connu et de l'inconnu, du saisissable et de l'insaisissable que s'inscrit le sens profond de l'homme et de l'univers. C'est une équation à deux termes immenses où l'homme tente une solution de l'éternel. »<sup>218</sup>

Une des participantes, Madeleine, nous a livré le contenu d'un poème qu'elle a écrit lorsque son âme était en pleine déchéance. Elle n'a pas pris son crayon en se disant : maintenant je vais inventer un symbole. La jeune fille blessée par l'inceste s'est évadée de ce monde destructeur et s'est intériorisée pour entrer dans la légèreté de son âme et de ses sentiments où se logent les mystères de la vie inconsciente. Les mots sont apparus les uns après les autres, et se sont tissés pour offrir une poésie surprenante. « Le noir du poème est mystérieux. Il en est la profondeur secrète que le lecteur ne voit pas, ne saurait pleinement concevoir en lisant un mot, il est l'impensable. »<sup>219</sup> Nous pourrions comparer le travail de la femme agressée à celui d'une alchimiste qui cherche la pierre philosophale. « En effet, le poète doit transmuier les métaux vils du langage ordinaire en l'or de la poésie. »<sup>220</sup>

---

<sup>217</sup> Benoît, Éric (2001), *op. cit.*, p. 111.

<sup>218</sup> Wyczynski, Paul, *Poésie et symbole*, Montréal : Librairie Deom, 1965, p. 24.

<sup>219</sup> Hébert, François, *Dans le noir du poème*, Montréal : Fides, 2007, p. 209.

<sup>220</sup> Cassirer, Ernst, *Écrit sur l'art*, Paris : Les Éditions du Cerf, 1995 p. 143.

Pour réussir à comprendre le mystère de la poésie, le lecteur doit se laisser imprégner par l'œuvre d'art comme le poète l'a fait lui aussi avant d'écrire son poème. L'expression symboliste produit une onde de choc lorsque le symbolisant dévoile la vérité cachée, le symbolisé. Les symboles de l'art poétique peuvent jaillir à partir d'un vide et ils font comprendre ce que fut l'expérience traumatisante vécue et aussi comment ils peuvent devenir créateurs d'énergie positive. Toutes ces lettres entrelacées suscitent chez le lecteur ou la lectrice toute une gamme d'émotions humaines. Lors de l'entrevue Madeleine cite : *«Ce poème a été ma planche de salut et je ne croyais pas que ce que j'avais composé serait l'histoire de ma vie.* Le tableau XVI démontre bien la révélation de l'inceste et de ses souffrances au travers l'écriture des mots.

**Tableau XVI - L'interprétation des symboles dans le poème d'une participante**

<b>Symbolisant</b>	<b>Symbolisé</b>
Je suis un oiseau captif	Symbole d'une femme souffrante sous l'emprise d'un agresseur.
Mon âme meurtrie	Expression d'un cœur et d'une conscience déchirée par la douleur.
Lutte pour sortir de son cachot	Symbole d'un acharnement pour se délivrer de cet homme et de son silence.

De combat en combat. J'étouffe.	Expression de la femme réduite en poussière suite aux multiples agressions. Le silence, le secret et les agressions la tuent à petit feu. Le manque d'air symbolise l'angoisse psychologique.
Je n'ai personne pour me libérer	Expression de l'ignorance et de l'incompréhension de son milieu familial et de travail.
Personne ne veut de mon amour	Expression du sentiment de rejet et d'abandon.
Ô mon âme, il faut tout donner et se donner	Transfert du don : de la victime qui doit se donner entièrement à son agresseur à la femme libérée qui se donne à Dieu.
Ô mon âme, il faut tout donner et me donner avec plein d'amour.	Expression de la femme qui offre sa vie à Dieu avec grand dévouement.

Le poème écrit par la participante reflète très bien le pouvoir révélateur de l'écriture pour dévoiler la profondeur d'une expérience de vie peu commune, l'inceste puis la renaissance.

### 3.1.6.5 Les symboles et les images dans l'essai de symbolisation rituelle

Les rites se retrouvent au cœur de l'expérience humaine. Ils permettent de faire traverser les temps forts de l'existence et ils contribuent à éliminer le poids d'une blessure encombrante et

douloureuse. Le but du rituel est de mettre en action des symboles qui permettront de faire changer le statut d'un individu. « Le rite est un opérateur symbolique. Il met en scène, à travers une série d'actes et de paroles, des symboles qui donnent à vivre une expérience signifiante. »<sup>221</sup> Quels sont les avantages de se laisser porter par un rituel?

Les rites remplissent plusieurs fonctions, sociales, psychologiques et spirituelles, et c'est l'aspect communicationnel du rite qui semble le plus important pour notre travail de recherche. Le rituel est un acte de langage et il communique sous mode symbolique ce qui échappe à la mémoire consciente. « Le rituel recrée des relations rompues, des liens désertés, des routes disjointes. Il actualise une mémoire enlisée, un passé comatique. Il ranime les forces de vie afin d'insuffler une âme à l'existence. »<sup>222</sup> En d'autres mots, nous pourrions dire que le rituel a une fonction pontificale.

La notion de « pontifical » utilisée ici réfère à l'étymologie du mot *pontifex* signifiant, à l'époque romaine archaïque, faiseur de ponts. Alors qu'autrefois, le chef des prêtres, le pontife, était le seul à pouvoir ériger un pont au-dessus des deux rives que les dieux avaient séparées, il semble aujourd'hui que chacun s'autorise à construire ce pont sacré, par lui-même ou avec l'aide d'autrui. Cette définition du rituel évoque la capacité de chaque personne de manipuler la puissance du sacré et un symbolisme adéquat pour pontifier un moment fort de la vie.<sup>223</sup>

Lorsque la personne humaine vit avec un encombrement émotif puissant, c'est-à-dire une tension chronique risquant de se transformer en souffrance, en peur et en angoisse, elle a besoin d'une méthode qui l'aidera à exprimer l'inexprimable, l'indicible et de matérialiser le ressenti corporel.

---

<sup>221</sup> Jeffrey, Denis, *Éloge des rituels*, Québec : Presses de l'Université Laval, 2003, p. 27.

<sup>222</sup> *Ibid*, p. 104.

<sup>223</sup> Jeffrey, Denis, « Approches symboliques de la mort et ritualités », dans *Frontières*, Vol. 6, n.3, 1994, p. 9-12.



Pour l'aider à faire le lien entre ce qu'elle est et ce qu'elle veut devenir, le rituel semble être un outil indispensable.

Le rituel rend présents des souvenirs chargés d'émotions afin de leur donner un contenu manifeste. En fait, le rituel matérialise le ressenti corporel, ce qui échappe à la parole, pour lui donner une voie d'expression. Il est vécu dans un moment où la parole ne suffit plus pour exprimer ce qui est vécu. C'est en quoi le rite constitue un exercice d'appropriation de soi-même et du monde. [...] Il met en scène des symboles par lesquels le bouillonnement intérieur, l'inconnu, l'altérité deviennent plus familiers.<sup>224</sup>

L'expérience symbolique traduit en images les émotions et la personne vit alors une expérience du sacré. Nous entendons par sacré « une relation, une expérience difficile à exprimer dans les mots courants. »<sup>225</sup> En l'occurrence, le langage de la science n'est pas du tout adéquat. Au contraire, le rite travaille les personnes de l'intérieur comme le fait une révélation.

Le rite est de l'ordre d'une expérience qui modifie l'état de la personne, qui altère, comme le pensait Durkheim, les états mentaux. Durant une ritualisation, une personne n'est plus tout à fait la même, puisqu'elle est saisie, intriguée par les symboles qui soutiennent son action. Elle vit alors un état rituel.<sup>226</sup>

Pour nous aider à mieux comprendre l'utilité du symbole dans un rituel, nous allons nous référer au *Petit Prince* de Saint-Exupéry. Au chapitre XXI du récit, le Petit Prince et le renard parlent de rite, d'apprivoisement et de l'essentiel.<sup>227</sup> Pour le Petit Prince, c'est par le rite que se produit l'apprivoisement du renard. Cela signifie qu'il faut créer patiemment des liens entre la bête et

---

<sup>224</sup> Jeffrey, Denis, *Éloge des rituels*, Québec : Presses de l'Université Laval, 2003 p. 104.

<sup>225</sup> *Ibid*, p. 128.

<sup>226</sup> *Ibid*, p. 104.

<sup>227</sup> De Saint-Exupéry, Antoine, *Le Petit Prince*, Paris : Gallimard, 1999, p. 70-78.

l'homme et inévitablement le rite va rejoindre l'essentiel qui est invisible aux yeux. (La couleur du blé ramènera au souvenir du renard la couleur de la chevelure du Petit Prince.) À la suite de Saint-Exupéry, on pourrait affirmer que « ce qui se travaille à l'intérieur des processus rituels est bien l'essentiel pour l'être humain, puisque c'est tout l'être humain dans ses diverses dimensions qui y est travaillé, mais aussi singularisé, identifié et harmonisé. Et cela est souvent invisible pour les yeux. »<sup>228</sup> On ne voit bien qu'avec les yeux du cœur.

Le rituel symbolique a permis aux participantes d'exprimer le souvenir d'une expérience cachée au tréfonds de leur être. « Quand nous trouvons les mots justes [...], ceux qui sont vibrants d'émotion et de vérité et non pas de simples outils intellectuels, parler devient un acte transformateur. Notre énergie est libérée et, en dépit de la douleur que cela réveille, nous nous sentons renaître. »<sup>229</sup> Les femmes agressées sexuellement ont été capables de surmonter un trouble identitaire et de se réapproprier leur vie. En d'autres mots, les participantes sont mortes symboliquement à ce qu'elles étaient pour adopter une nouvelle identité.

*Aujourd'hui, je peux appeler par les vrais mots ce que j'ai subi. J'ai vécu l'inceste et j'en ai été victime. [...] Je sens que les plaies se sont refermées non sur du pus, mais que l'abcès étant crevé, la cicatrice est visible, mais je peux la regarder et lui toucher. J'ai le goût [...] de vivre ma féminité. Je veux prendre soin de ma personne; je suis capable de me regarder et de me trouver belle et de me dire que je suis quelqu'un d'important à mes yeux; c'est peut-être la plus grande conclusion qui n'est qu'un début. (Madeleine)*

---

<sup>228</sup> Sylvestre, Daniel, Nouveauté à travers la répétition, dans *Liturgie, foi et culture*, vol. 29, no. 142, 1995, p. 29.

<sup>229</sup> Regina Sara Ryan, *L'insoutenable absence*, Montréal : Éditions de l'Homme, 1995, p. 33.

Déborah a refait la décoration de sa chambre après nos rencontres. Elle est maintenant de couleur bleue et jaune en signe de sa libération, de sa force spirituelle et de son espérance en la vie future. La lettre V est peinte sur le mur et elle cite : « *Je sais que je le nourris (souffle intérieur) de la bonne façon et cela me permet d'avancer et de croire qu'il peut aussi m'arriver de belles choses dans ma vie.* »

*Tout est mort et enterré. Je désire vivre au présent maintenant.* (Julie)

*Je suis une personne courageuse et je ne le savais pas. J'ai appris à quel point j'aimais vivre pour ne pas me suicider, que la vie est belle pareil, mais avant je ne le voyais pas. À force de travailler sur moi le meilleur reste à venir. C'est la différence entre Mme d'hier et celle d'aujourd'hui. [...] Ils ont assez d'avoir eu mon corps, ils n'auront pas le reste.* (Joëlle)

*Je serai un modèle pour mes enfants. Ils voient la bataille que je mène et ne peuvent que reproduire cette création de liens, à leur tour, ceux que j'ai créés avec eux et ceux que je recrée pour moi aujourd'hui dans ma renaissance.* (Rose)

*La démarche avec le rituel et le symbolisme sont des éléments et des temps qui sont forts dans la démarche. Cela ne fait pas seulement parler avec des mots.* (Céline)

Il est important de noter que le langage symbolique dans un rituel est multidimensionnel, c'est-à-dire que la signification n'est pas unique, mais ouverte sur l'infini en fonction de la conscience d'être de l'individu. Chaque symbole se doit d'être approfondi, personnalisé et rendu vivant dans la mémoire de celle qui y réfère. L'énergie qui se dégage du rituel symbolique révèle des mystères extraordinaires à l'être humain qui doit se redécouvrir comme un trésor unique et personnel.

### 3.2 Un cadre théorique : les concepts psychologiques de Jung

*En découvrant notre histoire, nous rassemblons les fragments qui nous composent. Quel que soit le chaos que nous avons créé, nous pouvons avoir une vue d'ensemble de nous-mêmes et voir comment nos gaffes sont interreliées. Nous pouvons prendre possession de nos actes, apprécier qui nous sommes, non pas en fonction du résultat, mais à cause de ce passé qui nous a inspiré nos comportements.*

(Marion Woodman)<sup>230</sup>

Les rencontres réalisées auprès des participantes ont permis de leur faire revivre les événements qui les ont traumatisées et marquées pour la vie, mais cette fois dans un climat de confiance et de sécurité. L'expérience rituelle a transporté les femmes blessées dans un « *royaume souterrain* qui, dans la cosmologie chamaniste, était à la fois le domaine des démons et le lieu où l'on préservait les secrets de la guérison. »<sup>231</sup> Les participantes ont pris conscience que dans ce monde silencieux se cachaient deux éléments importants : une période de souffrance provoquée par un grave choc émotionnel et un trésor possédant un pouvoir thérapeutique.

Pour continuer la deuxième partie du cadre théorique, nous avons choisi de tourner notre regard sur les différentes notions mises de l'avant par Carl Gustav Jung, initiateur de la psychologie analytique. L'accès à l'œuvre de Jung nous paraît d'une extraordinaire richesse pour comprendre la voie conduisant à la réalisation de soi.

---

<sup>230</sup> *Ibid*, p. 45.

<sup>231</sup> *Ibid*, p. 36.

### 3.2.1 La vie de Carl Gustav Jung

Carl Gustav Jung est né en Suisse en 1875 et il mourut en 1961 à Küsnacht. En 1895, son père, un pasteur protestant, lui obtint une bourse à l'Université de Bâle. Suite à l'analyse de deux de ses rêves, Jung choisit d'entrer en médecine. À la fin de ses études, l'étudiant doit se préparer à l'examen final qui comporte une épreuve en psychiatrie. Jung consulte alors un manuel de psychiatrie, *Krafft-Ebing*, et la lecture de celui-ci lui procure une grande émotion. « Il est question des maladies de la personne. Pour lui, c'est une révélation, il a le sentiment qu'il trouvera là la réponse à la question qui l'obsède depuis longtemps : que se passe-t-il chez le malade mental? »<sup>232</sup>

Il décide sur-le-champ de se spécialiser en psychiatrie. Il sollicite un poste à l'hôpital de Burghölzli dirigée par le grand psychiatre suisse Eugen Bleuler. Il a les fonctions d'assistant à la clinique psychiatrique. Très vite Jung déchant. « La psychiatrie, au Burghölzli, diffère encore peu de la psychiatrie officielle. [...] Jung s'isole et s'impose la lecture des cinquante volumes de la *Revue générale de psychiatrie* pour se faire une idée de la psychiatrie, et se consacre entièrement aux malades qui lui sont confiés. »<sup>233</sup> En 1902, il termine sa thèse de médecine, « *Psychologies et Pathologies des phénomènes dits occultes.* »<sup>234</sup>

---

<sup>232</sup> Gugenheim-Wolff, Anne, *Carl Gustav Jung : historien de l'inconscient*, Paris : Éditions de Vecchi, 2001, p. 23.

<sup>233</sup> *Ibid*, p. 26.

<sup>234</sup> *Ibid*, p. 27.

Il prend ensuite congé pour aller étudier à Paris chez Pierre Janet.<sup>235</sup> À son retour en 1903, il se marie avec Emma Rauschenbach, une femme exceptionnelle qui devint vite sa collaboratrice dans ses recherches. Il s'intéresse aussi aux œuvres de Sigmund Freud. « Il saisit à quel point le travail de Freud est novateur et proche de ses recherches personnelles : pour l'un comme pour l'autre, l'association des mots et l'interprétation des rêves sont les outils les plus adaptés pour approcher et déchiffrer l'inconscient.»<sup>236</sup> En 1906, il échangea ses premières lettres avec Freud et ce fut seulement en 1907 que les deux hommes se sont donné rendez-vous à Vienne. Cet échange deviendra une correspondance qui s'étalera sur plusieurs années. Le lien relationnel entre Freud et Jung est comme celui d'un père avec son fils et Freud voit en Jung l'homme providentiel capable de faire l'expansion de la psychanalyse dans le monde entier.

Au cours de l'élaboration de son volume *Métamorphoses et symboles de la libido*, Jung sent qu'il s'éloigne de plus en plus de son confrère. Freud demeurait intraitable sur sa théorie du complexe d'Œdipe et de la libido.

Freud désignait par libido une énergie sexuelle qui se développe dès la petite enfance et qui va sous-tendre toute la vie psychique ultérieure. Jung au contraire, démontre que tous les besoins corporels — la faim, la soif, le sommeil, la sexualité — dégagent une énergie indépendante de la libido telle que l'entend Freud; il réfute la théorie de la sexualité infantile, l'origine uniquement sexuelle des névroses qui, selon lui, sont dues également aux difficultés à affronter les conditions d'environnement.<sup>237</sup>

---

<sup>235</sup> Philosophe, psychologue et médecin français. C'est une figure majeure de la psychologie française du XIX<sup>e</sup> siècle il crée le terme de subconscient. Disponible sur internet : [http://fr.wikipedia.org/wiki/Pierre\\_Janet](http://fr.wikipedia.org/wiki/Pierre_Janet), consulté le 1 mai 2013.

<sup>236</sup> Gugenheim-Wolff, Anne (2001), *op. cit.*, p. 30.

<sup>237</sup> *Ibid*, p. 38.

Sans pour autant renier le travail de Freud, Jung étendit la signification du terme libido pour parler plus généralement d'énergie psychique. C'est ainsi que Jung quitte Freud et se retrouve avec sa famille dans la grande maison qu'il s'était fait construire auparavant. Jung était maintenant libre de suivre ses idées personnelles, de faire ses consultations et d'élaborer son système qu'il nomma « la psychologie analytique ».

### **3.2.2 Les fondements de l'œuvre de Carl Gustav Jung**

Pour atteindre les fondements de la psyché, Carl Jung a parcouru plusieurs voies : ses observations cliniques, ses expériences personnelles intérieures, sa famille, ses écrits de jeunesse, ses voyages à l'étranger et la lecture des œuvres des philosophes, des théologiens, des mystiques, des ethnologues et des poètes. Il est important à cette étape de s'attarder à mieux comprendre les concepts de la psychologie analytique.

#### **3.2.2.1 La psyché**

En grec, le mot psyché signifie âme ou souffle de vie. Pourtant, pour Jung, en psychologie, la psyché est quelque chose de supérieur à l'âme. Il entend par psyché « non seulement ce que l'on désigne en général par âme, mais encore l'ensemble de tous les processus psychiques, conscients et inconscients. »<sup>238</sup> C'est le personnage de Philémon qui dialogua en profondeur avec Jung au cours de sa jeunesse et lui apprit le caractère objectif et réel de la psyché. « Philémon fut le maître qui lui montra le chemin. Cette figure s'était progressivement dégagée d'Élie et lui apprit, sur

---

<sup>238</sup> Jacobi, Jolande, *La psychologie de C.G. Jung*, Genève : Édition du Mont Blanc, 1964, p. 25.

l'inconscient, beaucoup plus de choses que n'importe quel autre personnage qu'il y rencontra. Philémon fut un gourou spirituel, exactement comme on en trouve en Inde. »<sup>239</sup>

Jung compare la psyché à une sphère<sup>240</sup> et il la décrit ainsi : « Un conscient dont le moi est le sujet; un inconscient personnel à base de complexes, avec tous les éléments refoulés du conscient; un inconscient collectif à base d'archétypes, commun à toute l'humanité et origine de toutes les grandes images mythologiques. »<sup>241</sup> Nous mentionnons simplement les grands concepts jungiens importants pour notre recherche : le moi, la Persona, l'Ombre, l'Animus et l'Anima, l'inconscient personnel, l'inconscient collectif et le Soi.

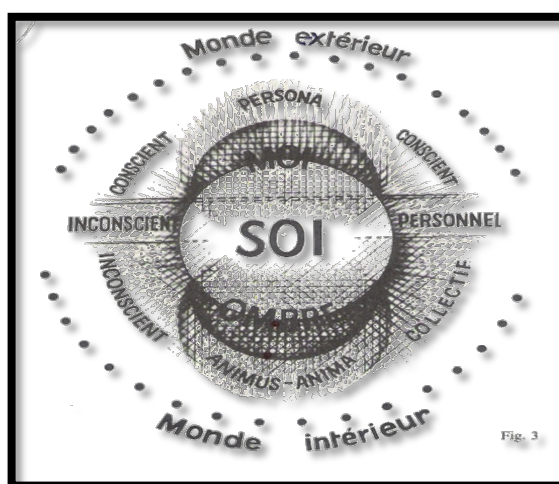


Figure 24 - Les fondements de la psyché<sup>242</sup>

<sup>239</sup> Hannah, Barbara, *Jung, sa vie et son œuvre*, Paris : Dervy-Livres, 1989, p. 146.

<sup>240</sup> Jung, Carl, *L'homme et ses symboles*, Paris : Pont Royal, 1964, p.161.

<sup>241</sup> Jung, Carl Gustav, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Paris, Gallimard, 1964, p. 13.

<sup>242</sup> Cercle de Psychologie Analytique de Montréal, *Transformation(s) : introduction à la pensée de Jung*, Montréal : Éditions de l'Aurore, 1977, p. 112.



### 3.2.2.2 Le moi conscient

Carl Jung traduit ainsi le fonctionnement du champ de la conscience : « Le conscient en dépit de son intensité et de sa concentration, est purement éphémère, accommodé seulement au présent immédiat et à son propre voisinage; il ne dispose par nature que des matériaux de l'expérience individuelle, répartis à peine sur quelques décennies. Sa mémoire pour le reste est artificielle et composée essentiellement de papier imprimé. »<sup>243</sup>

Le champ de la conscience est la réalité que nous vivons au quotidien, c'est l'abondance d'images, de pensées, de sensations et de sentiments que nous observons et analysons sans arrêt au cours de la vie de tous les jours. La conscience est entourée par les abysses de l'inconscient et Jung compare cette partie à une coquille de noix voguant sur l'océan de l'inconscient. Il énonce sa définition de la conscience dans son ouvrage *Les Types psychologiques* : « J'entends par conscience la mise en connexion avec le moi des contenus psychiques, il y a conscience dans la mesure où le moi perçoit ce rapport [...]. Le conscient est la fonction, ou l'activité, qui entretient les rapports des contenus psychiques au moi. »<sup>244</sup>

Le moi est un élément complexe se définissant comme étant le centre du champ de la conscience de l'individu, « il est le sujet du conscient ».<sup>245</sup> Contrairement à ce que plusieurs peuvent penser, le moi occupe une partie minime de la psyché totale. Il n'est qu'une faible image de la personnalité, car il est dépourvu de tous les traits inconnus cachés dans l'inconscient du sujet. « Le moi est [...]

---

<sup>243</sup> Jung, C.G. *L'homme à la découverte de son âme*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, 1962, p. 47.

<sup>244</sup> Jung, C.G., *Types psychologiques*, Genève : Georg, 1983, p. 420.

<sup>245</sup> Jacobi, Jolande, *La psychologie de C. G. Jung*, Genève, Édition du Mont Blanc, 1964, p. 29.

quelque chose comme une condensation et un amoncellement de données et de sensations. [...] Le moi comporte en outre une masse énorme de souvenirs. »<sup>246</sup> L'équilibre du conscient est une chose facile à perturber. Il ne suffit que de la présence d'un puissant affect pour engendrer une transformation de la conscience. Les affects peuvent être « des ébranlements psychiques : des pans entiers de notre nature peuvent s'effondrer dans l'inconscient et disparaître de la surface de la conscience pour des années, des dizaines d'années. »<sup>247</sup> Le moi conscient entre en relation avec le monde extérieur avec la persona.

### 3.2.2.3 La persona (image de soi)

Le terme *prosôpon* chez les Grecs désignait le masque de l'acteur pour décrire le rôle dans une pièce. L'équivalent latin *persona* provient de « *per* et *sonare* », c'est-à-dire « résonne à travers ». La *persona* habille le moi et consiste dans « l'apparence que chacun de nous offre à la société et à lui-même. »<sup>248</sup> La *persona* représente les rôles, les personnages que chaque individu joue en société, elle n'est qu'une formation de concessions entre l'individu et la société. Jung nous en donne la définition suivante : « C'est un complexe fonctionnel, dit-il, constitué pour des raisons d'adaptation ou de commodité, mais qui ne se confond pas avec l'individualité, ce complexe fonctionnel ne concerne que les rapports avec les objets. »<sup>249</sup> La *persona* cache la vraie nature de l'individu.

---

<sup>246</sup> Jung, C. G., *L'homme à la découverte de son âme*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, 1962, p. 93.

<sup>247</sup> *Ibid*, p. 62.

<sup>248</sup> Gugenheim-Wolff, Anne, (2001), *op. cit.*, p. 78.

<sup>249</sup> Jacobi, Jolande, (1964), *op. cit.*, p. 55.

Comme son nom l'indique, la *persona* n'est qu'un masque, qui, à la fois, dissimule une partie de la psyché collective dont elle est constituée, et donne l'illusion de l'individualité; un masque qui fait penser aux autres et à soi-même que l'être en question est individuel, alors qu'au fond il joue simplement un rôle à travers lequel ce sont des données et des impératifs de la psyché collective qui s'expriment. [...] La *persona* n'était que le masque d'un assujettissement général du comportement à la coercition de la psyché collective.<sup>250</sup>

Les femmes ayant vécu l'inceste ressentent le besoin de se protéger et de se sécuriser, car les membres de la famille et leur agresseur leur dictent de jouer un rôle spécifique dans la société. La *persona* agit comme un écran entre le moi et le milieu ambiant, il élimine du champ de la conscience tous les éléments inadmissibles pour l'entourage. La construction d'une *persona* lui permet de combler un vide et une vulnérabilité. « La façade protectrice sert alors à cacher le manque, la blessure et à tenir lieu de Narcissisme, permettant à l'abandonnique d'adopter une stratégie de survie et d'atténuer la souffrance. »<sup>251</sup>

La fonction positive de la *persona* représente cette partie du moi qui suggère des attitudes convenables afin que la personne s'insère le plus correctement possible dans le monde extérieur. Nous pourrions dire que la *persona* est « la somme de toutes les attitudes conventionnelles adoptées par un individu en fonction de son appartenance à certains groupes. »<sup>252</sup> La personne ne se nomme plus Pierre, Jean, Jacques, mais le médecin, le professeur, le journaliste, elle devient un personnage social.

---

<sup>250</sup> Jung, Carl Gustav, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Paris : Gallimard, 1964, p. 95-96.

<sup>251</sup> Genty, Monique, *L'être et l'écriture dans la psychologie jungienne*, Paris : Masson, 1991, p. 69.

<sup>252</sup> Ellenberger, Henri, *Histoire de la découverte de l'inconscient*, Paris : A. Fayard, 1994, p. 729.

La fonction négative de la *persona* prend le dessus sur l'individu lorsque le comportement de celui-ci s'identifie trop étroitement à ses apparences extérieures au point de perdre sa personnalité authentique. La *persona* devient un écran entre le moi et le milieu ambiant, elle cache la vraie nature de l'individu en donnant l'illusion de l'individualité et elle a tendance à engloutir toutes les autres faces du moi. « Cette composante de la personnalité porte aussi le nom d'*ego idéal* »<sup>253</sup> ou encore de faux moi. « Ce que chacun représente pour lui-même et pour son entourage, mais non ce que chacun est. »<sup>254</sup>

Sa personnalité étouffe sous le masque, mais les émotions refoulées continuent à le taillier de manière souterraine. [...] Elle pétrifie l'humain, le fige dans un principe dominant du conscient qui ne reconnaît pas le caractère toujours en mouvement de l'inconscient.<sup>255</sup>

L'individu rejette les émotions, les talents, les traits de caractère jugés inacceptables aux gens de son entourage. À force de vouloir jouer les différents rôles sociaux imposés par son insertion sociale, l'individu dissimule son identité véritable et ne vit que pour l'image. Avec le temps, la *persona* peut nuire à l'équilibre psychologique, provoquer des troubles de comportement, et même pouvoir conduire à la névrose.

#### 3.2.2.4 Les souvenirs inconscients

« Au cours de sa vie, Jung a le sentiment d'émerger d'un épais brouillard, d'être enfin lui-même, d'exister. Ce contraste le frappe, le fait réfléchir, l'amène à la conclusion étrange que cohabitent en

---

<sup>253</sup> Monbourquette, Jean, *Apprivoiser son ombre*, Ottawa : Édition Novalis, 2003, p. 44.

<sup>254</sup> Jung, Carl Gustav, *Ma vie, souvenirs, rêves et pensées*. Paris : Gallimard, 1973, p. 460.

<sup>255</sup> Genty, Monique, *L'être et l'écriture dans la psychologie jungienne*, Masson : L'Harmattan, 2004, p. 68.

lui deux personnages, qu'il baptise par la suite Numéro 1 et Numéro 2. »<sup>256</sup> La découverte des images archétypiques conduit Carl Jung à croire que le conscient n'est pas le seul maître dans sa propre psyché. La poursuite de ses recherches autour des mythes, des rêves et des dessins lui permet de distinguer deux couches dans l'inconscient : un inconscient personnel et un inconscient collectif.

L'inconscient personnel renvoie à l'expérience particulière de la personne. Les contenus sont des « acquisitions de la vie individuelle »<sup>257</sup> ou des complexes à tonalité affective qui constituent l'intimité de la personne. Les matériaux qui y figurent sont considérés comme de nature personnelle dans la mesure où ils sont une acquisition individuelle.

L'inconscient personnel contient les souvenirs oubliés, les souvenirs refoulés (c'est-à-dire intentionnellement oubliés) de représentations pénibles, les sensations subliminales, perceptions sensorielles dont l'intensité n'était pas suffisante pour franchir le seuil et pénétrer dans la conscience, et enfin des contenus qui ne sont pas encore assez mûrs pour pénétrer dans le conscient.<sup>258</sup>

L'inconscient collectif représente l'expérience humaine universelle qui renaît dans chaque structure individuelle.

Signalons en passant, que l'inconscient ne renferme pas seulement des complexes naguère seulement conscients, devenus inconscients par refoulement; il recèle aussi des contenus qui lui sont propres et qui, s'élevant des profondeurs inconnues, atteignent progressivement à la conscience. On ne doit nullement se représenter la psyché inconsciente comme étant seulement une sorte de réceptacle destiné aux contenus que la conscience rejette.<sup>259</sup>

---

<sup>256</sup> Gugenheim-Wolff, Anne, (2001), *op. cit.*, p. 16.

<sup>257</sup> Jung, Carl Gustav, *Aïon : études sur la phénoménologie du soi*, Paris : Édition A. Michel, 1983, p. 20.

<sup>258</sup> Jung, Carl Gustav, *La réalité de l'âme : structure et dynamique de l'inconscient*, Paris : Livre de poche, 1998, p. 58.

<sup>259</sup> Jung, Carl Gustav, *La guérison psychologique*, Préface et adaptation du Dr. Roland Cahen, Paris : Albin Michel, 1987, p. 34.

L'inconscient collectif se compare à un album de famille dans laquelle se retrouvent des milliers de portraits qui proviennent des différentes civilisations. « L'inconscient collectif a des contenus et des modes de comportement qui sont *cum grano salis*, c'est-à-dire les mêmes partout et chez tous les individus. »<sup>260</sup> Il est un abysse profond d'où naissent les noyaux dynamiques de l'humanité « dépositaire de toutes les réactions typiques de l'espèce humaine depuis son origine, des situations universelles telles que la peur, le danger, la lutte contre la domination [...], l'amour, la naissance et la mort »<sup>261</sup> qui s'expriment par le biais des archétypes.

En d'autres termes, l'inconscient représente un extraordinaire monde intérieur d'une richesse indescriptible qui habite chaque être humain. Le contenu de l'inconscient échappe à l'observation directe et il peut être une force créatrice ou encore destructrice. « L'inconscient se compose de forces antinomiques comme celles de l'égo et de l'ombre, du masculin et du féminin, et d'une infinité de polarités archétypales. »<sup>262</sup>

### 3.2.2.5 Les archétypes de l'inconscient collectif

« De ses couches plus profondes de l'inconscient émanent des images originelles, apanage de l'humain en toute généralité, que l'on nomme *archétypes*. »<sup>263</sup> Ces images primordiales structurent la psyché, les pensées, les rêves, les images mentales et elles sont les organisatrices de la vie instinctuelle et spirituelle de l'individu.

---

<sup>260</sup> *Ibid*, p. 120.

<sup>261</sup> Gugenheim-Wolff, Anne (2001), *op. cit.*, p. 76.

<sup>262</sup> Marcil Yvan, « Les remontées de l'inconscient dans la prière de recentrement de Thomas Keating » dans *Prier Dieu dans un monde sans Dieu*. Sous la direction de Richard Bergeron, Nicole Bouchard, Jean-Claude Breton. Montréal : Médiaspaul, 2006, p. 205.

<sup>263</sup> Jung, Carl Gustav, *Psychologie de l'inconscient*, Genève : Georg, 1996, p. 39.

L'image primitive, ou archétype, est une figure, démon, homme ou processus, qui se répète au cours de l'histoire, là où la fantaisie créatrice s'exerce librement. À l'examiner de près nous remarquons qu'elle est en quelque sorte la résultante formulée d'expériences typiques innombrables de la suite de nos ancêtres.<sup>264</sup>

Le terme *archétype* provient de deux mots grecs : *arché*, qui signifie « ancien » et *typos*, « modèle ». Jung définit la notion :

Les archétypes sont vraisemblablement des dispositions héréditaires irreprésentables ou des virtualités structurelles de l'inconscient qui se manifestent dans l'expérience sous la forme de l'élément qui ordonne les représentations dans des *patterns* déterminés.<sup>265</sup>

Pour Jung, le concept d'*archétype* est hypothétique, car il ne peut être appréhendé qu'à travers ses effets. « Lorsque je parle de l'atome, c'est du modèle que l'on en a construit que je parle; et lorsque je parle de l'*archétype*, c'est de ses représentations qu'il s'agit, jamais de la chose en elle-même qui, dans les deux cas, reste un mystère relevant de la transcendance. »<sup>266</sup> Ces *archétypes* sont constitués par les empreintes, bien des fois imprimées, des réactions subjectives et ils s'expriment sous la forme d'une image archaïque ou d'un symbole. Carl Jung les définit d'abord comme des « préformes vides, mais pleines d'un potentiel, qui attendent une expérience pour se manifester en images. »<sup>267</sup>

---

<sup>264</sup> Gugenheim-Wolff, Anne (2001) *op.cit.*, p. 79.

<sup>265</sup> Von Franz, Marie-Louise, *C.G.Jung, son mythe en notre temps*, Paris : Buchet/Chastel, 1975, p. 145.

<sup>266</sup> C.G. Jung, *Correspondance 1950-1954*, Paris : Albin Michel, 1992, p. 108.

<sup>267</sup> Monbourquette, Jean, *Le guérisseur blessé*, Montréal : Les Éditions Novalis, 2009, p. 26.

### 3.2.2.6 Un archétype particulier : l'ombre

À la fin de ses études, Jung fit le rêve suivant :

C'était la nuit, à un endroit inconnu. Je n'avançais qu'avec peine contre un vent puissant soufflant en tempête. En outre il régnait un épais brouillard. Je tenais et protégeais de mes deux mains une petite lumière qui menaçait à tout instant de s'éteindre. Or il fallait à tout prix que je maintienne cette petite flamme : tout en dépendait. Soudain, j'eus le sentiment d'être suivi; je regardais en arrière et perçus une gigantesque forme noire derrière moi. Mais, au même moment, j'avais conscience que — malgré ma terreur — sans me soucier de tous les dangers, je devais sauver ma petite flamme à travers nuit et tempête.<sup>268</sup>

Ce rêve intitulé « la lampe tempête » fut important pour Jung, car il lui fit comprendre que sa personnalité numéro 1 portait la lumière et que le numéro 2 la suivait comme une ombre gigantesque. La petite flamme fragile représentait sa conscience et il lui fallait la protéger des puissances de l'ombre.

Dès 1912, il parlait du côté ombrageux du psychisme. Par la suite, il utilisa diverses expressions [...] telles que le soi réprimé, l'alter ego, le côté sombre de soi, le soi aliéné, la personnalité inférieure de soi. En 1917, il décrit l'ombre comme l'autre en nous, la personnalité inconsciente de l'autre sexe, l'inférieur répréhensible ou encore l'autre qui nous embarrasse ou nous fait honte.<sup>269</sup>

L'ombre projetée par le conscient consiste en différents traits de la personnalité que l'individu désire cacher aux autres et à lui-même pour survivre et éviter la désapprobation de ses proches et de ceux qu'il côtoie au quotidien. « L'ombre, c'est cet obscur trésor fait d'éléments infantiles de l'être,

---

<sup>268</sup> Jung, Carl, *Ma vie, souvenirs, rêves et pensées*. Paris : Gallimard, 1973 p. 110.

<sup>269</sup> Monbourquette, Jean, *Apprivoiser son ombre*, Ottawa : Édition Novalis, 2003, p. 28.



de ses attachements, de ses symptômes névrotiques, enfin de ses talents et de ses dons non développés. Elle assure le contact avec les profondeurs cachées de son âme, avec la vie, la vitalité et la créativité. »<sup>270</sup>

La fonction de l'ombre « est de représenter le côté opposé du moi et d'incarner précisément les traits de caractère que nous détestons le plus chez les autres. »<sup>271</sup> L'ombre fait partie de notre totalité et nous devons un jour ou l'autre prendre conscience de cette réalité qui habite au plus profond de nous.

Carl Jung rappelle que le psychisme humain est le lieu de luttes intimes : « On le sait, les drames les plus émouvants et les plus étranges ne se jouent pas au théâtre, mais dans le cœur d'hommes et de femmes ordinaires. Ceux-ci vivent sans attirer l'attention et ne trahissent en rien les conflits qui font rage en eux, à moins qu'ils ne deviennent victimes d'une dépression dont ils ignorent eux même la cause. »<sup>272</sup>

Les femmes agressées sexuellement ont développé avec le temps une ombre qui porte les traits de sévérité ou d'agressivité de la personne agressante dans sa sous-personnalité.

Le sujet, victime d'un interdit effectué avec violence, est porté à adopter le comportement de l'auteur de l'interdit lui-même. [...] La personne blessée sera tentée de perpétuer l'agression qu'elle a elle-même subie. Elle s'accusera, se blâmera et ira même jusqu'à se mutiler. L'ombre de la personne blessée prend inconsciemment les traits de celui qui l'a blessée.<sup>273</sup>

---

<sup>270</sup> *Ibid* p. 12.

<sup>271</sup> Jung, Carl, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Paris : Gallimard, 1964, p. 173.

<sup>272</sup> Monbourquette, Jean, *Apprivoiser son ombre*, Ottawa : Édition Novalis, 2003p. 14.

<sup>273</sup> *Ibid*, p. 52.

Pourtant, pour vivre un épanouissement, la personne n'a pas le choix d'entrer en contact avec le côté ténébreux de sa personnalité, car elle sait que dans l'ombre se cachent des richesses extraordinaires capables d'aider le moi à tendre vers le plein épanouissement.

### 3.2.2.7 L'archétype de la fonction inconsciente : l'Anima et l'Animus

Avant de parler d'Anima et d'Animus, il est important de s'attarder à la théorie de l'âme. Antérieurement, la théorie de l'âme reposait sur cette conception : « l'âme représentait la vie du corps par excellence, le souffle de vie, une espèce de force vitale qui, durant la gestation, la naissance ou la procréation, pénétrait dans l'ordre physique, spatial, et abandonnait à nouveau le corps en mourant à son dernier souffle. »<sup>274</sup>

D'où provient le mot *Seele* (âme)?

Le mot allemand *Seele* (âme), comme l'anglais *soul* [se dit] en gothique *Saiwala*, en germanique primitif *saiwalô*, apparenté au grec *aiolos* qui signifie mouvant, bigarré, chatoyant. Le mot grec *psyché* signifie aussi, on le sait, papillon. *Saiwalô* est, d'autre part, composé du vieux slave *sila* = force. Ces relations mettent en lumière la signification originelle du mot *Seele* (âme) : *l'âme est une force mouvante, une force vivante*. Le nom latin *animus* = esprit et *anima* = âme est le même que le grec *anemos* = vent. L'autre mot grec, désignant le vent, *pneuma*, signifie aussi, comme on sait, esprit. En gothique, nous rencontrons le même terme sous la forme du *us-anan* = *ausatmen* = expirer et en latin *an-helare* = respirer difficilement. [...] En arabe *rih* = vent, *ruh* = âme, esprit. Le grec *psyché* a une parenté tout analogue avec *psycho* = souffler, *psychos* = frais, *psychros* = froid et *physa* = soufflet. [...] Parallèlement les primitifs ont une vision de l'âme qui lui prête un corps formé de souffles invisibles. [...] Une autre conception primitive voit l'âme comme un feu ou une flamme, la chaleur étant aussi caractéristique de la vie.<sup>275</sup>

---

<sup>274</sup> Jung, Carl Gustav, *L'homme à la découverte de son âme*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, 1962, p. 42.

<sup>275</sup> Jung, C. G. (1962), *op. cit.*, p. 43.

Pour éviter toute confusion entre la donnée psychologique et la notion philosophique et religieuse de l'âme, Jung adopte le terme d'*anima* chez l'homme et d'*animus* chez la femme qui sont des personnifications féminines et masculines de l'inconscient. Yolande Jacobi explique : « [...] La figure archétypique de l'image de l'âme représente toujours la partie de la psyché qui renferme les caractères du sexe opposé, soit complémentaires, de l'individu. »<sup>276</sup>

L'*anima* apparut pour la première fois dans l'univers de Jung lorsque, « jeune homme, il rencontra une jeune fille près de Sachseln, après qu'il eut visité l'ermitage de Nicolas de Flue. »<sup>277</sup> Un peu plus tard, une autre voix féminine provenant de l'inconscient de Jung demandait à s'exprimer en lui disant qu'il était en train de faire de l'art. « Plus tard, je compris qu'il s'agissait dans cette figuration féminine en moi d'une personnification typique ou archétypique dans l'inconscient de l'homme, et je la désignai du terme d'*anima*. »<sup>278</sup>

Comme notre recherche se situe surtout autour de la femme ayant vécu l'inceste, il sera de mise de centrer notre regard autour de l'élément de compensation qui revêt un caractère masculin : l'*animus*.

L'*animus* désigne l'image inconsciente de l'homme et des hommes que toute femme porte en elle. « Cette pluralité est une assemblée de plusieurs juges, siège moral qui profère décrets et jugements, qui est porteur de l'autorité, qui tient des conciliabules et qui émet *ex cathedra* des

---

<sup>276</sup> Jacobi, Yolande, *La psychologie de C. G. Jung*, Genève : Édition du Mont Blanc, 1964, p. 178.

<sup>277</sup> Hannah, Barbara, *Jung, sa vie et son œuvre*, Paris : Dervy-Livres, 1989, p. 141.

<sup>278</sup> *Ibid*, p. 147.

jugements inattaquables. »<sup>279</sup> La formation de l'*animus* dépend de la sensation que la fille éprouve envers ses différents contacts masculins (père, frère, cousin, grand-père...) qui sont un symbole de la puissance et de l'autorité; et de l'image collective héritée de la structure sociale, éducative et religieuse. « Les opinions de l'*animus* ont très souvent le caractère de convictions solides, qui ne sont pas faciles à ébranler, ou de principes d'allure intouchable, de valeur apparemment infaillible. »<sup>280</sup>

L'*animus* s'exprime négativement sous la forme d'un meurtrier. La femme est envahie par une accumulation de mots qui se sont amoncelés dans son esprit depuis l'enfance, en tant qu'enfant, qu'adolescente et que jeune adulte. Ces opinions recueillies inconsciemment finissent par former un vrai attirail de guerre qui peut aller jusqu'à détruire une vie de couple ou de famille. « Ces opinions inconscientes peuvent aussi pousser la femme à une insécurité profonde où un sentiment d'anéantissement fait chuchoter à l'*animus* : tu es un cas désespéré, la vie ne s'améliorera jamais. »<sup>281</sup> Une femme possédée par son animus est toujours en danger de perdre sa féminité.

L'*animus* a aussi des aspects positifs précieux qui se traduisent par la créativité et la fermeté de caractère.

Aussi le côté positif de l'*animus* peut personnifier l'esprit d'initiative, le courage, l'honnêteté et, à son niveau le plus élevé, la profondeur spirituelle. Par l'entremise de l'*animus*, la femme peut devenir consciente du développement caché de sa situation objective personnelle et culturelle, et trouver la voie d'une vie spirituelle plus intense. Cela présuppose, bien entendu, que son *animus* cesse de se cantonner dans des opinions absolues. La femme doit trouver le courage et la largeur d'esprit nécessaires

---

<sup>279</sup> Cercle de psychologie analytique de Montréal, *Transformations; introduction à la pensée de Jung*, Montréal : Éditions de l'Aurore, 1977, p. 91.

<sup>280</sup> Jung, Carl Gustav, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Paris : Gallimard, 1964, p. 217.

<sup>281</sup> Cercle de psychologie analytique de Montréal, (1977), *op.cit.*, p. 92.

pour mettre en question le caractère sacré de ses convictions. C'est seulement alors qu'elle devient capable d'assimiler les suggestions de l'inconscient, plus particulièrement quand elles contredisent les opinions de l'animus. C'est seulement alors que le Soi peut se manifester, et qu'elle devient capable de comprendre ses intentions.<sup>282</sup>

### 3.2.2.8 L'archétype de la totalité : Le Soi

Carl Jung a emprunté le terme de *Soi* à la pensée hindouiste pour désigner la fonction psychologique de la conciliation des opposés. « Le mot *âtman* signifie littéralement soi ou soi-même. »<sup>283</sup> Dans l'œuvre de Jung, le Soi est l'archétype majeur. « Il désigne à la fois le centre le plus profond, invisible et inconscient de la personnalité et une totalité psychique résultant de l'unification du conscient et de l'inconscient. »<sup>284</sup> Carl Jung définit le Soi comme étant « l'archétype royal de toute la personne; le Soi est la totalité et la finalité de la psyché, le Soi est l'*imago Dei* (image de Dieu), le Dieu en nous. »<sup>285</sup> Le Soi est au centre de l'organisation des archétypes et son utilité demeure dans son pouvoir d'évoquer une réalité qui échappe à notre faculté de compréhension.

Le Soi, c'est le Grand Homme des Esquimaux, le guide intérieur des Hindous, l'Ami intérieur des Chrétiens, il est distinct de la personnalité consciente et on ne peut le voir qu'à travers l'analyse des rêves ou de nos imaginations actives, ou le percevoir au moyen de l'écoute intérieure et de la méditation.<sup>286</sup>

---

<sup>282</sup> Jung, Carl Gustav, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Paris : Gallimard, 1964, p. 195.

<sup>283</sup> Monbourquette, Jean, *De L'estime de soi à l'estime du Soi*, Montréal : Éditions Novalis, 2002, p. 107.

<sup>284</sup> Ellenberger, Henri, *Histoire de la découverte de l'inconscient*, Paris : A. Fayard, 1994, p. 731.

<sup>285</sup> Monbourquette, Jean (2002), *op. cit.*, p. 109.

<sup>286</sup> Cercle de Psychologie Analytique de Montréal, (1977), *op. cit.*, p. 111.

À travers les âges, le Soi en tant que centre organisateur a toujours été intuitionné par les différents peuples.

Les Grecs l'avaient baptisé *daïmon* intérieur de l'homme. Chez les Égyptiens, ils s'exprimaient dans le concept du *Ba*. Et les Romains l'honoraient comme le *génie* inné de l'individu. Dans les sociétés primitives, on l'imaginait sous forme d'un esprit protecteur, incarné dans un animal, ou matérialisé dans un fétiche.<sup>287</sup>

C'est suite à l'affrontement des éléments du conscient et de l'inconscient que la psyché se transforme et apparaît sous un autre aspect, le Soi. Selon Jung, le Soi contient « non seulement le sédiment de la totalité de toute vie passée, mais constitue la matrice fertile d'où naîtra toute vie future. »<sup>288</sup>

### 3.2.2.9 Le symbole et le processus d'individuation

Avant de parler du processus d'individuation, il serait important de regarder ce que dit Carl Gustav Jung concernant la notion de symbole.

Dans « *L'homme et ses symboles* », Jung donne sa propre définition du symbole :

Nous pourrions traduire le mot symbole par "choses perçues en tant que totalité." Il s'agit d'une représentation complexe, généralement sous forme d'image, dans laquelle se relient des contenus conscients et inconscients, et qui est l'expression la

---

<sup>287</sup> Jung, C. G., *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Paris : Gallimard, 1964, p. 61.

<sup>288</sup> Sergi, Christina, *L'ouverture : un parcours spirituel pour devenir Soi*, Montréal : Les Éditions Novalis, 2011, p. 43.

meilleure possible pour quelque chose d'inconnaissable, ou qui n'est pas encore connaissable.<sup>289</sup>

Au point de vue psychologique, les symboles sont des éléments importants, car ils agissent en tant que médiateurs entre le conscient et l'inconscient, ils sont des messagers et ils jouent un rôle dans la réalisation de l'humain. « La machine psychologique transformatrice d'énergie est le symbole »<sup>290</sup> et Jung nomme cette énergie psychique la libido. Cette interdépendance de la psychologie et du symbolisme relève du fait que les phénomènes psychiques ne sont observables que par le biais des comportements humains qui fonctionnent sous le mode symbolique. « Le symbole contient une dimension tangible, rationnelle, parce qu'il est en partie accessible à la raison, et une dimension irrationnelle »,<sup>291</sup> le symbolisant, qui fait partie du vécu personnel et/ou collectif de l'individu. « Très souvent, ils [les symboles] font renaitre à la mémoire une tranche de vie, disparue depuis longtemps, qui donne un sens à l'existence, et enrichit la vie de l'individu. »<sup>292</sup> Jung distingue deux types de symboles : les symboles naturels et personnels qui proviennent des contenus inconscients à travers les rêves, et les fantasmes et les symboles culturels tels les symboles religieux qui sont devenus des images collectives possédant un caractère numineux. « Il y a beaucoup de symboles toutefois, et parmi eux les plus importants, qui ne sont pas individuels mais, collectifs, à la fois dans leur nature et leur origine. Ce sont surtout des images religieuses. Le croyant leur attribue une origine divine, et les considère comme issues d'une révélation. »<sup>293</sup> Le

---

<sup>289</sup> Agnel, Aimé. *Dictionnaire Jung*, Paris : Ellipses, 2008, p.174.

<sup>290</sup> Jung, Carl Gustav, *La réalité de l'âme : structure et dynamique de l'inconscient*, Paris : Livre de poche, 1998, p.324.

<sup>291</sup> Sergi, Christina, (2011), *op.cit.*, p. 31.

<sup>292</sup> Jung, Carl Gustav, *La réalité de l'âme : structure et dynamique de l'inconscient*, Paris : Livre de poche, 1998, p.324.

<sup>293</sup> Jung, Carl, Gustav, *L'homme et ses symboles*, M.-L, Von Franz, Joseph L. Henderson, Jolande Jacobi, Aniéla Jaffé; Introduction par John Freeman, Paris : Laffont, 1990, (c1964), p. 55.

symbole est en lui-même une voie de transformation et de maturité croissante de la personne. Jung écrit :

*Il dépend donc, en premier lieu, de l'attitude de la conscience qui observe, que quelque chose soit ou non un symbole; c'est l'entendement, par exemple, qui voit dans les faits donnés non seulement ce qu'ils sont, mais aussi l'expression d'un inconnu. Il est donc parfaitement possible d'établir un fait qui ne paraît pas symbolique à son auteur, bien qu'il le soit pour une autre conscience, et vice versa.<sup>294</sup>*

En d'autres mots, le symbole en tant que source d'énergie permet une meilleure connaissance de soi au niveau de l'inconscient. Pour cela, il faut que l'humain soit capable d'écouter les symboles provenant de son subconscient pour les interpréter et mieux exprimer ses propres expériences de vie. Au cours de la démarche, j'ai suggéré le même symbole aux femmes et elles nous ont démontré que chaque personne expérimente le symbole selon son propre univers inconscient. Pour parvenir à "la réalisation de soi-même", il faut que la femme blessée veuille se mettre en marche dans un processus que Jung nomme l'individuation.

C'est en 1916 que Jung inscrit pour la première fois l'idée du principe d'individuation. « C'est à travers l'étude des évolutions individuelles et collectives et à travers la compréhension de la symbolique alchimique que je parvins à la notion clé de toute ma psychologie, à la notion du processus d'individuation. »<sup>295</sup> Ce mot provient du radical latin *individ-* et il veut dire « ce qui n'est pas divisé ». Cette approche jungienne peut apparaître comme une quête de sens pour remédier à

---

<sup>294</sup> Jung, C.G., *Types psychologiques*, pré. et traduction de Y. Le Lay, 2<sup>e</sup> éd. Rev., Genève : Georg, 1910, (c1958), (c1950), p. 470.

<sup>295</sup> Jung, C. G. *Ma vie : souvenirs, rêves et pensées*, Paris : Gallimard, 1973, p. 243.



une crise existentielle de l'homme ou de la femme, au désir profond d'intégrité et de plénitude. Jung décrit l'individuation comme étant :

Un processus qui crée un individu psychologique, c'est-à-dire une unité autonome et indivisible, une totalité. [...] Il s'agit de la réalisation de son Soi, dans ce qu'il y a de plus personnel et de plus rebelle à toute comparaison. On pourrait donc traduire le mot individuation par réalisation de soi-même, réalisation de son Soi.<sup>296</sup>

L'idée sous-jacente est l'intégration des contenus de l'inconscient par l'unification des contraires, pour reconstituer la totalité psychique de l'être. Cette méthode permet la réintégration à la vie sociale de la personne blessée, par une confrontation de son inconscient qui animera les éléments (persona, ombre, anima-animus) qui sont hérités depuis longtemps et qui ne sont pas encore acquis. « L'individuation est un phénomène complexe dans lequel tout être vivant devient ce qu'il était dès le commencement destiné à devenir. »<sup>297</sup> Cette démarche est ni plus ni moins une passerelle symbolique permettant d'explorer les foyers inconscients et de les mettre en lumière.

Dans le cadre de notre recherche, le Soi a pour rôle de chercher à guérir les femmes adultes ayant vécu l'inceste au cours de leur enfance. Le choix des symboles a été de type naturel parce que c'est la personne concernée qui choisit son symbole à partir de son intuition, de ses rêves, etc. Les autres symboles choisis et proposés par la chercheuse sont aussi naturels « parce qu'en ayant fait l'expérience de la maladie [l'inceste], de la vulnérabilité et de la guérison d'elle-même et par elle-même, elle fait profiter la femme blessée de sa propre expérience de la maladie et de sa

---

<sup>296</sup> Jung, Carl, *Dialectique du moi et de l'inconscient*. Paris : Éditions Gallimard, 1964, p. 111.

<sup>297</sup> Von Franz, Marie-Louise, *Son mythe en notre temps*, Paris : Buchet/Chastel, 1975, p. 91.

guérison.<sup>298</sup>» La chercheuse désire guider les femmes vers la guérison en les aidant à réveiller leur propre pouvoir de guérison.

Quelques femmes adultes agressées sexuellement ont tellement été habituées à croire que plus rien n'était possible qu'elles demeurent cramponnées aux valeurs de leur enfance et à l'expérience vécue, et pour elles, l'individuation n'apparaît de prime abord irréalisable.

*Le cheminement vers une guérison a été très long et extraordinairement difficile, mais il n'y a pas de guérison dans les viols, une guérison complète je n'en vois pas. On peut seulement reprendre goût à la vie. J'ai appris à vivre, à essayer de faire la paix avec moi pour que ce qui me reste à vivre soit bien. Une guérison ne se peut pas, car il y a toujours un événement qui arrive, une nouvelle ou quelque chose qui va me faire revivre mes choses. Je vais avoir 80 ans et si on parle de viol à la télévision cela va me faire revivre les miens. Je ne crois pas que cela peut se détacher complètement. Il va toujours y avoir des adhérences. Lorsque j'ai écrit et que j'en parle comme ça, je n'ai pas le temps de réfléchir, mais si je m'arrête à penser alors cela monte et je sens que je l'ai enfoui le plus creux possible pour ne pas le vivre sinon je ferais des crises encore, je casserais des affaires, je ferais encore de l'autoutilisation. Ma façon de me protéger c'est d'en parler seulement en surface. C'est peut-être la raison pour laquelle je n'arrive pas à sortir de l'eau complètement. (Joëlle)*

L'expérience symbolique ou spirituelle que Jung a appelée par la notion de fonction transcendante permet au sujet de vivre une expérience formidable et totalement différente avec le numineux. « Elle permet l'approfondissement de la connaissance de soi au niveau de l'inconscient : persona, ombre, anima-animus... vers une plénitude finale que l'on peut qualifier de « renaissance de l'humain sur un plan transcendantal. »<sup>299</sup>

---

<sup>298</sup> Monbourquette, Jean, *De l'estime de soi à l'estime du Soi : de la psychologie à la spiritualité*, Montréal : Novalis/Bayard, 2003, p. 186.

<sup>299</sup> Jacobi, Jolande, *La psychologie de C.G. Jung*, Genève : Édition du Mont Blanc, 1964, p. 213.

*Je désire une guérison de ma mémoire et une guérison intérieure. Ce processus va m'aider à pardonner et à me pardonner. Je veux laisser dans mon sillage des choses belles et je ne veux pas que l'on se souvienne de moi en disant : « Mon Dieu qu'elle est fatigante, mon Dieu qu'elle est tannante. » Le processus va me permettre de devenir maître de moi et en possession de ma personne. Le symbolisme a ouvert la porte de mon cachot et a fait tomber mes masques, j'ai été capable d'exprimer verbalement tout ce que j'ai vécu. Je nomme, je revis, je ressens et pour la première fois je peux décrire les gestes et employer les vrais mots. Je revis ce que ma mémoire avait mis dans le placard et je comprends pourquoi je me cachais dans la garde-robe. Le processus me donne le droit de me pardonner et de dire à l'enfant que j'étais que ce n'était pas de sa faute. Depuis ces rencontres, je me sens plus calme en dedans de moi, ma tête est moins encombrée. Je me contrôle mieux, je ne vomis plus et je n'ai plus de nausées. Mon corps n'est plus mon ennemi; je veux me l'approprier, être fière de lui, être fière d'être une femme. (Madeleine)*

L'attitude intérieure de réceptivité des femmes a démontré que les symboles chargés d'énergie ont la capacité de révéler ce qui était caché en dévoilant les aspects inconscients. La voie symbolique a eu comme effet de guider les femmes dans le processus d'individuation voire dans un processus de croissance spirituelle.

### **3.2.3 La synthèse des acquis**

Pour synthétiser les structures de la psyché selon Jung je me laisse inspirer par l'image du scaphandrier.<sup>300</sup>

---

<sup>300</sup> Odoul, Michel, *Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir*, Paris : Éditions Albin Michel, 2006, p. 175.



**Figure 25 – Les structures de la psyché selon Carl Gustav Jung et le processus d’individuation**

Le monde marin et le scaphandrier sont efficaces pour représenter les structures de la psyché au regard de Jung. Le scaphandrier personnifie l’être humain et le corps physique de la femme. Le costume qu’il porte pour aller sous l’eau représente « le moi », il moule le corps à la perfection et il symbolise inévitablement les aspects extérieurs et matériels de la personne. Pour se protéger du milieu extérieur la femme agressée se cache le visage avec un masque, elle porte le scaphandre c’est « la persona ». De cette manière elle n’a pas à entrer en contact avec le milieu social.

Le fond marin cache des épaves qui symbolisent l’« inconscient personnel ». Elles représentent les peurs, les blessures, les émotions et toutes les cicatrices que le passé lui a infligées. « L’animus négatif » chez la femme apportera son lot d’insécurité et surtout la peur d’avancer au fond de la mer, ce qui l’obligera à remonter vite en surface, sinon elle risque de suffoquer. Par contre « l’animus positif » lui permettra de s’ouvrir à la magnificence des trésors de l’océan, c’est-à-dire aux poissons colorés, aux coraux, et aux algues. Le requin symbolise les épreuves vécues au cours

de la vie dues à un agresseur. La densité de l'eau symbolise « l'ombre », car elle demande un effort supplémentaire pour vaincre la force du courant de l'eau.

Entre le scaphandre et la tête du plongeur, il y a un espace laissant circuler le gaz essentiel à la vie du plongeur, l'oxygène. Ce vide symbolise le Soi et il offre un espace où l'invisible peut s'installer. La dimension spirituelle est essentielle à la femme pour survivre.

Le cheminement personnel vers l'individuation vécu dans la démarche de recherche a été une épreuve d'angoisse aussi grande que le plongeur qui va descendre au fond de la mer. On ne sait pas ce que l'on peut retrouver dans cette plongée. La lumière du scaphandrier sur son casque ou encore le rayonnement du Soi (la libido) a éclairé les objets en mer ou encore les zones obscures de l'inconscient de la femme. Avec l'aide d'éléments symboliques, les femmes agressées ont retrouvé inscrits dans leur mémoire les aspects négligés et refoulés qui ont joué un rôle perturbateur dans leur vie. Les femmes ont pris le temps de contempler tous ces éléments subjectifs et suggestifs afin de mieux en comprendre le sens caché. Les épaves symbolisent le passé, incluant l'état d'enfance faisant obstacle au développement. Il y a aussi des perles ou un trésor oublié traînant quelque part, symbolisant une personne ou une source divine qui a su aider l'humain en période difficile. Des cailloux, des ronces, des objets pointus jonchent le sol : ils symbolisent les blessures physiques, psychologiques et spirituelles que ce passé ont provoquées sur chacune d'elles. Il y a ces gros mammifères marins tel le requin ou la baleine, symbolisant les agresseurs et les courants d'air marins qui demandent un effort supplémentaire pour avancer. Il ne faut pas oublier la couleur des magnifiques petits poissons qui viennent chatouiller les jambes, symbolisant toute la beauté

intérieure que la femme va retrouver après avoir réalisé l'individuation. Comme l'a si bien dit Jung, « mener une vie symbolique consiste à donner à l'être humain la paix intérieure. »<sup>301</sup>

### 3.3 La pertinence et l'utilité d'un rite de guérison : un cadre théorique (Van Gennep)

*Animal social, l'homme est donc condamné à être également « animal rituel » et « animal symbolique » : c'est même ce qui ferait de cet animal... un humain!*<sup>302</sup>

Depuis longtemps, les rites s'inscrivent partout au cœur de l'existence humaine. Ils marquent le cycle de vie d'un individu, de la naissance à la mort, et ils ont comme fonction de guider et de participer à la construction personnelle. Les rites sont utiles lors de crises d'évolution qui sont des moments cruciaux de la vie, ou encore lors des moments de transition où la personne ne sait plus vraiment ce qu'elle devient. Les rites permettent de passer d'une étape à une autre, d'une position sociale à une autre en offrant des balises pour résoudre et dépasser les épreuves difficiles. Ces cérémonies qui fondent la vie de l'individu sont souvent basées sur la dynamique mort-renaissance. Elles permettent de parler de l'évènement, de le socialiser et d'en faire l'interprétation.

Qui ne se souvient pas du chapelet en famille, de la procession de la Fête-Dieu, du lampion allumé pour obtenir un souhait, du pèlerinage à Compostelle, du bal de graduation d'un étudiant terminant le secondaire, des initiations du nouveau collégien ou encore de la passion autour d'un match de hockey? Les rites sont des outils hérités des traditions et ils sont capitaux. C'est à eux

---

<sup>301</sup> Jung, C.G., *La vie symbolique : psychologie et vie religieuse*, Paris : Édition Albin Michel, 1989, p. 65.

<sup>302</sup> L'expression « animal symbolique » renvoie ici à Cassirer (1929) qui voit dans l'apparition des formes symboliques (l'art, le langage et la religion) chez l'humain l'origine de sa capacité à dépasser l'animalité pour penser, imaginer, innover.

qu'on a recours pour affronter les grandes étapes de l'existence : la naissance, la mort, la maladie, la souffrance, etc.

Le rite religieux est une réponse, parmi d'autres possibles, aux questions que pose l'existence. Parfois, la vie quotidienne subit une perturbation importante ou une dégradation telle que les conduites de tous les jours ne parviennent plus à lui donner un sens. L'acteur doit alors se reconstituer, se reconstruire, soi et ses rites. La personne demande alors «réparation». Après la mort d'un enfant, d'un mari par exemple, il s'agit de « redonner un sens à sa vie », de refaire sa vie. La participation aux rites religieux est vécue non seulement comme un anxiolytique dans les périodes de « life-crisis », mais aussi comme une remise en ordre, un rétablissement, une reconstruction.<sup>303</sup>

### 3.3.1 Le rite en général

Quelle définition pourrait définir les rites pratiqués depuis des siècles?

L'étymologie de « rite » viendrait de *ritus* qui signifie « ordre prescrit ». Ce terme est associé à des formes grecques, comme *artus* qui signifie ordonnance, *ararisko* « harmoniser », « adapter », et *arthmos* qui évoque le « lien », la « jonction ». Avec la racine *ar* qui dérive de l'indo-européen védique (*rta*, *arta*), l'étymologie renvoie l'analyse vers l'ordre du cosmos, l'ordre des rapports entre les dieux et les hommes, l'ordre des hommes entre eux.<sup>304</sup>

Le dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie définit le rite ainsi :

Le rite s'inscrit dans la vie sociale par le retour des circonstances appelant la répétition de son effectuation. Le rite se propose d'accomplir une tâche et de produire un effet en jouant de certaines pratiques pour capturer la pensée, menée

---

<sup>303</sup> Oliviero, P. T. Orel, « L'expérience rituelle », *Recherches de sciences religieuses*, Tome 78, n.3, juillet-septembre 1990, p. 354.

<sup>304</sup> Ségalen, Martine, *Rites et rituels contemporains*, 2<sup>e</sup> éd., Paris : Armand Colin, p. 13.

ainsi à « y croire », plutôt qu'à en analyser le sens. Le rite se distingue de ces manifestations à charge symbolique que sont les fêtes tout usage qui se rapportent à l'étiquette privée ou publique. Si le rite s'insère dans de telles manifestations, il en constitue généralement le temps fort, autour duquel s'organise l'ensemble du déploiement cérémoniel, qui peut alors être qualifié de rituel. Le rite ne se confine nullement à la sphère du religieux; c'est plutôt celle-ci qui ne peut s'en passer, car elle se manifeste à travers lui et revendique l'exclusivité de sa mise en œuvre. On ne peut espérer éclairer la désarmante complexité des rites qu'en essayant de remonter aux principes mêmes de leur élaboration. Claude Lévi-Strauss propose d'étudier le rituel en lui-même et pour lui-même afin de comprendre en quoi il constitue un objet distinct de la mythologie. »<sup>305</sup>

D'autres chercheurs en sciences humaines se sont penchés sur la question de l'importance du rite dans l'ensemble de la vie sociale et la littérature.

A. Le sociologue Émile Durkheim affirme que « le rite est un catalyseur d'énergies individuelles au profit de la collectivité, énergie décuplée qu'il communique en retour aux individus qui y participent, les dynamogénisant. »<sup>306</sup>

B. L'anthropologue Claude Rivière émet l'hypothèse que les rites sont une clef explicative des comportements individuels et collectifs, qu'ils soient d'ordre religieux ou profane. Il propose donc cette définition des rites :

Qu'ils soient fortement institutionnalisés ou quelque peu effervescents, qu'ils régissent des situations de commune adhésion à des valeurs ou aient lieu comme régulation de conflits interpersonnels, les rites sont toujours à considérer comme ensemble de conduites individuelles ou collectives, relativement codifiées, ayant un support corporel, à caractère plus ou moins répétitif, à forte charge symbolique pour leurs acteurs et habituellement pour leurs témoins, fondées sur une adhésion

---

<sup>305</sup> Bonté, Pierre, Izard, Michel, *Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie*, Paris: Édition Quadrige, 2000, p. 630.

<sup>306</sup> *Ibid*, p. 347.



mentale, éventuellement non conscientisée, à des valeurs relatives à des choix sociaux jugés importants, et dont l'efficacité attendue ne relève pas d'une logique purement empirique qui s'épuiserait dans l'instrumentalité technique du lien cause-effet. »<sup>307</sup>

Les rites, selon Rivière, sont multifonctionnels et très variables dans leurs formes, affectant ainsi les différentes sphères du champ social, individuel, cognitif et émotif, et ils permettent la réalisation d'un mieux-être.

C. Jean Cazeneuve, philosophe, sociologue et anthropologue, mentionne que les rites, de nos jours comme autrefois, font partie d'un besoin naturel de la personne humaine. « La nécessité de la ritualisation, telle qu'elle apparaît dans la société primitive, est donc impliquée dans le fait que, par sa nature, l'homme ne peut ni s'enfermer dans sa condition ni s'en échapper totalement. »<sup>308</sup> En étudiant les rites, Cazeneuve et d'autres chercheurs en sont venus à cette conclusion : « En définitive, il semble préférable de chercher la fonction du rite non pas dans des finalités qui lui sont extérieures, mais dans ses caractéristiques propres, à savoir celles qui le font apparaître comme un moyen de régler les rapports entre ce qui est donné dans l'existence humaine et ce qui paraît la dépasser, puisqu'on a affaire précisément ici à des conduites qui ne trouvent pas leur explication dans la condition matérielle de l'homme, mais qui pourtant lui sont étroitement liées ». <sup>309</sup> Pour Cazeneuve, le rite, qu'il soit religieux ou magique, est nécessaire pour rétablir un équilibre qui a été rompu par le non-respect d'un interdit; l'action symbolique d'un rite permet la transition d'un état à un autre.

---

<sup>307</sup> Rivière, Claude, *Les rites profanes*, Paris : Les presses universitaires de France, 1995, p. 11.

<sup>308</sup> Gagnon, Denis, « Des rites et de leur créativité », dans *prêtre et pasteur*, mai 2007, mis en ligne sur <http://www.ipastorale.ca/bibliovirtuelle/textes/dec-08.htm>, Vu le 18 août 2013.

<sup>309</sup> Bousquet, François, *Le rite*, Paris : Beauchesne, 1981, p. 44.

D. Le professeur d'éthique à l'Université Laval Denis Jeffrey s'est beaucoup investi dans les recherches autour de la question de la signification du rituel dans la culture contemporaine. Le rite est présent pour permettre d'extérioriser les sentiments qu'on n'arrive pas à exprimer. « La ritualisation a comme fonction de soutenir les individus afin qu'ils puissent assumer la fatalité de la souffrance, afin qu'ils puissent consentir à leur fragilité, leur incomplétude, afin, aussi, qu'ils puissent dépasser leur impuissance en s'associant à une symbolique transcendante. »<sup>310</sup> Pour Jeffrey, le rituel est un opérateur symbolique et il permet de vivre une expérience signifiante à travers des actes et des paroles, il donne à vivre du sens. Il permet de soigner une peine, un trac, une douleur psychique, mais il peut aussi célébrer la vie : une naissance, une fête, une graduation. « Le rite met en scène les actes et les symboles pour négocier le temps, la mort, la fécondité, les alliances, les passions, les épreuves existentielles, les passages, les cycles de la vie, ce qui rappelle, en somme, les limites de la condition humaine. »<sup>311</sup> Sans nous en rendre nécessairement compte, nous pratiquons un nombre monumental de rituels dans notre quotidien.

Nous ne pourrions passer sous silence l'important apport théorique de l'ethnologue Arnold Van Gennep qui explique l'efficacité symbolique, en montrant la structure ternaire de toutes cérémonies qui doit permettre la transition d'un état à un autre.

### **3.3.2 Le rite de passage selon Van Gennep**

Le premier à avoir étudié le phénomène du rite de passage est l'ethnologue Arnold Van Gennep qui, en 1909, décrit son œuvre comme « un morceau de sa chair et le résultat d'une sorte

---

<sup>310</sup> Jeffrey, Denis, *Éloge des rituels*, Québec : Presses de l'université Laval, 2005, p. 40.

<sup>311</sup> *Ibid*, p. 39.

d'illumination interne qui mit subitement fin à des sortes de ténèbres où il se débattait depuis près de dix ans ». <sup>312</sup> Le rite de passage est un outil d'une incomparable utilité dans plusieurs pratiques de la vie sociale et lors des différents changements de la vie individuelle. « Le rite de passage apprivoise le temps, les changements identitaires, l'altérité et toutes ses altérations, les forces de vie et les forces de mort parce qu'il donne à vivre ce qui sépare et ce qui unit. » <sup>313</sup> Van Gennep affirme: « C'est le fait même de vivre qui nécessite les passages successifs d'une société à une autre et d'une situation à une autre, en sorte que la vie individuelle consiste en une succession d'étapes dont les fins et commencements forment des ensembles de même ordre. » <sup>314</sup>

Les rites s'inscrivent partout au cœur de l'existence humaine, ils marquent le cycle de vie d'un individu, de la naissance à la mort, et ils ont comme fonction de guider et de participer à la construction personnelle. « Le rite crée du lien en mettant des formes à des énergies débridées. » <sup>315</sup> Les rites de passage peuvent être périodiques ou encore inattendus, ils sont utiles lors de crises d'évolution qui sont des moments cruciaux de la vie, des moments de transition où la personne ne sait plus vraiment ce qui advient d'elle à cette période. Van Gennep observe que l'individu passe par plusieurs statuts au cours de sa vie, et ces transitions sont marquées par des rites créés de multiples manières.

---

<sup>312</sup> Hainard, Jacques, et Kaehr, Roland, *Naître, vivre et mourir : actualité de Van Gennep*, Neuchâtel : Suisse, 1981, p. 23.

<sup>313</sup> D'Allondas, Goguel, *Rites de passage, rites d'initiation : lecture d'Arnold Van Gennep*, Québec : Les Presses de l'Université Laval, 2002, p. 11.

<sup>314</sup> Van Gennep, Arnold, *Les rites de passage : étude systématique des rites de la porte et du seuil, de l'hospitalité...*, Paris : Édition Picard, 1969, p. 4.

<sup>315</sup> Humeau, Magali, « Rites de passage, rites d'initiation. Lecture d'Arnold Van Gennep », dans *Esprit Critique*, été 2004, vol. 06, n. 03, p. 237, consulté sur internet : <http://www.espritcritique.fr/0603/esp0603article15.html>, vu le 20 août 2014.

Pour les groupes comme pour les individus, vivre c'est sans cesse se désagréger et se reconstruire, changer d'état et de forme, mourir et renaître. C'est agir, puis s'arrêter, attendre et se reposer, pour recommencer ensuite à agir, mais autrement. Et toujours, ce sont de nouveaux seuils à franchir, seuils de l'été ou de l'hiver, de la saison, du mois ou de la nuit; seuil de la naissance, de l'adolescence ou de l'âge mûr; seuil de la vieillesse; seuil de la mort; et seuil de l'autre vie, pour ceux qui y croient.<sup>316</sup>

Pour faciliter la visualisation du passage d'un statut à un autre, Van Gennep utilise la métaphore du passage : « le passage sous un portique ou par une ouverture des portes. »<sup>317</sup> Il observe que ces passages d'un monde à l'autre sont structurés en trois temps, correspondant à trois types de rites.

### 3.3.2.1 La structure du rite de passage selon Van Gennep

La théorie de Van Gennep insiste sur la notion de séquence cérémonielle :

L'apport théorique, si simple et si élégant, pourrait se résumer en un aphorisme, un peu trivial cette fois : un passage ne se fait pas en deux temps, mais en trois. Pour en définir les trois phases, l'auteur emploie une double terminologie, l'une plus fonctionnelle, l'autre plus formelle. [...] La première proposition terminologique, séparation-marge-agrégation, fait bien paraître les trois moments caractérisés par une opération que l'on peut dire fonctionnelle. Son modèle d'origine pourrait bien être celui des procédures initiatiques. Mais Van Gennep l'étend à toute forme de passage, fortement ou faiblement ritualisé, lorsque ce passage opère, à des niveaux bien sûr assez variables, un changement de position ou de statut des bénéficiaires du rituel [...] Les termes employés dans la seconde formulation, préliminaires, liminaires, post liminaires, ne sont pas sans importance. Ils accentuent le côté formel et séquentiel du schéma, et surtout mettent en évidence d'une manière lexicale très heureuse l'importance de la marge, de la phase intermédiaire, moment de « flottement » entre deux positions marquées.<sup>318</sup>

---

<sup>316</sup> Van Gennep, Arnold, (1969), *op. cit.*, p. 19.

<sup>317</sup> *Ibid*, p. 276.

<sup>318</sup> Hameline, Jean-Yves, « Les rites de passage d'Arnold Van Gennep », dans *La Maison-Dieu*, n.4, Paris: Les Éditions du Cerf, 2001, p. 14.

- **La phase de séparation** : l'individu sort de son état antérieur et a besoin d'un comportement symbolique pour quitter et dévoiler une rupture par rapport à la structure sociale ou encore le monde de l'enfance.
- **La phase de marge** : l'individu se situe entre deux états, il ne se situe plus ni dans le passé, ni dans le futur. Le séjour en marge permet à l'individu de vivre une expérience symbolique qui le confronte à sa propre situation.
- **La phase d'agrégation** : l'individu acquiert un nouvel état, il revient dans la société et est capable de vivre normalement.

Ces trois séquences font partie d'un unique rituel et impliquent une mort symbolique suivie d'une nouvelle naissance. La fonction du schéma tripartite est de conduire à un changement, dans l'espace et dans le temps, de l'état de la personne.

### 3.3.3 Le rite de guérison

Qu'est-ce qu'un rite de guérison? Olivier Bauer s'est posé la question et en est venu à donner quelques points de repère.<sup>319</sup>

---

<sup>319</sup> Bauer, Olivier, « Pour être efficaces, les rites de guérison ont-ils besoin des dieux », dans *La nouvelle revue d'ethnopsychiatrie*, Vol.30, mai 1996, p. 161.  
[https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/2238/Bauer\\_Rites\\_Guérison\\_Ethnopsychiatrie\\_1996.pdf?sequence=1](https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/2238/Bauer_Rites_Guérison_Ethnopsychiatrie_1996.pdf?sequence=1) Vu sur internet le 20 août 2013.

- Les rites ont un but thérapeutique qui consiste à restaurer la santé ou du moins à instaurer un état de mieux-être.
- Les rites appartiennent à l'ordre de la symbolique. Ils peuvent recevoir différentes interprétations. Ils disent autre chose que leur sens immédiat.
- Les rites utilisent les savoirs autant que les émotions des participants.
- Les rites font intervenir une personne qualifiée pour réaliser l'intervention.

Les rites sont un véritable outil thérapeutique. Depuis très longtemps on les utilise pour guérir des maladies et des douleurs. De nos jours, il existe des rites profanes et de rites sacrés. L'élément qui fait obstruction chez une personne qui a vécu un traumatisme est ni plus ni moins une expérience à laquelle elle refuse d'assigner une place dans son conscient. Le rite permet de fabriquer du sens avec du non-sens, de l'ordre à partir du désordre. Dans le rite de guérison, l'expression des sentiments se fait à partir de la fonction symbolique qui consiste à faire un face à face avec la souffrance émotionnelle, physique, psychique, et les archétypes que la personne porte en elle.

Vouloir faire le passage de victime à être humain épanoui ressemble à un processus initiatique. Comme le dit Georges Lapassade : « l'initiation montre à l'homme que chaque pas dans la vie est un acheminement vers la mort et qu'il faut donc non seulement mourir à l'enfance, mais surtout assumer la mort pour accepter de vivre. »<sup>320</sup> Le thème central du rite de guérison est de passer de l'ancien au nouveau, du processus de mort à la renaissance. Dans le rite de guérison, le passeur va permettre à l'individu de franchir les étapes difficiles de la vie, il va lui permettre de faire sens en

---

<sup>320</sup> Lapassade, Georges, *L'entrée dans la vie : essai sur l'inachèvement de l'homme*, Paris : Éditions de Minuit, 1963, p. 120.

racontant ce qui est senti. Le rite de guérison permet de renaître à soi-même et pour cela il faut mourir à soi. Le rite de guérison ressemble au cheminement de la vie spirituelle, ils sont tous les deux un chemin emprunté par un pèlerin pour ajouter un surplus de sens à la vie et ils ont l'effet d'apaiser l'individu.

### **3.3.4 Application au cas des femmes victimes d'inceste : le passage de la mort à la vie**

Les femmes agressées sexuellement ont vécu, dans le cadre de la présente recherche, un rite de passage qui les a aidées à traiter toutes les émotions fortes, envahissantes et nuisibles pour elles-mêmes et la société. Chez chacune d'elles, le rite de guérison a permis de reconnaître ce qui faisait traumatisme au quotidien, c'est-à-dire cette expérience odieuse à laquelle elles refusaient d'assigner une place dans leur conscient. Le parcours balisé d'obstacles, avec l'aide d'un passeur, est devenu un passage ritualisé permettant à la femme de grandir et de devenir plus épanouie. Le rite de passage s'est réalisé autour de trois séquences :

La phase de séparation pour les femmes agressées est aussi importante qu'un pèlerin qui se met en marche sur le chemin de Compostelle. La première rencontre avec les femmes en a été une de préparation au passage en proposant un procédé efficace qui permettra aux femmes d'éviter de se laisser envahir par des émotions trop fortes. Les femmes agressées sortent de leur état antérieur et cette rupture demande à être facilitée. À travers la première séquence, l'accompagnateur doit écouter et accueillir la souffrance, la peur, l'angoisse, etc. C'est le temps de se faire confiance mutuellement et de créer un lien solide pour entrer facilement dans la prochaine phase du rituel.

— La phase de marge a permis aux femmes de se souvenir de leur passé, de voir ce qu'elles ont été et ce qu'elles sont aujourd'hui. Au cours des rencontres suivantes, les femmes ont vécu une démarche symbolique leur permettant de replonger dans leur enfance et d'acquérir des perceptions et des représentations des multiples traces mnésiques provenant de l'inceste. La deuxième séquence offre assez d'énergie aux femmes pour écrire le récit de l'épreuve destructrice et de son interdit. La symbolique a aussi aidé les femmes à franchir le nouveau seuil, c'est-à-dire à aller de l'avant, à renoncer à l'ancienne image féminine et à renaître sous une nouvelle identité.

— La phase d'agrégation est le retour à la vie normale. La femme a la capacité et les moyens pour reprendre une partie de sa vie en main et sa position sociale.

L'important dans un rite de passage ou de guérison est de ne pas prendre séparément les éléments, mais plutôt de vivre la démarche comme étant un continuum d'intervention.

### **3.3.5 Synthèse des acquis**

Depuis plusieurs siècles, le but du rite de passage est de marquer les transitions importantes dans la vie de l'être humain. Le rite de passage vécu par les participantes au cours de la démarche a été lui aussi un outil d'une grande utilité pour aider les femmes à se sortir de la crise qu'elles vivaient depuis longtemps. Le rite est intimement lié à une symbolique de vie intérieure qui nourrit l'âme et le cœur. Cet opérateur symbolique permet d'actualiser une mémoire enlisée par un passé destructif. Il permet aussi aux personnes souffrant du silence et de l'isolement de réintégrer les matériaux enfouis dans l'inconscient depuis longtemps et d'exprimer l'indicible, l'inexprimable et le ressenti corporel.



Le rite donne à vivre du sens. Le symbole stimule la rencontre avec le Soi permettant aux femmes de reconnaître la difficile réalité, leur chagrin, leur honte, leur solitude et leurs multiples sentiments. Il traduit en images les émotions fortes. Le rite de guérison permet de renaître à soi-même, de survivre à la transgression faite à leur personne, de faire cheminer les femmes vers un meilleur épanouissement, et d'atteindre l'individuation.

En d'autres mots, le rite régénère le corps et les neurones. Il donne l'autorisation aux femmes d'inscrire leur vécu douloureux au cœur de leur histoire.

## CHAPITRE 4 UNE INTERPRÉTATION SAPIENTIELLE ET THÉOLOGIQUE DU PHÉNOMÈNE DE L'INCESTE

« Aussi, l'amateur de mythes est philosophe en quelque sorte, car le mythe est composé de merveilles. »  
(Aristote, 384-322 Av J.-C.)<sup>321</sup>

Nous voilà rendus à la troisième phase de la méthode en théologie pratique, l'interprétation théologique. Après avoir jeté un regard historique, juridique et ecclésial au sujet de l'inceste, nous avons effectué une étude auprès de huit femmes ayant vécu l'inceste au cours de leur enfance. Par la suite, nous avons cherché à comprendre le sens de l'observation à travers les sciences humaines, et nous voilà maintenant à l'étape de comprendre notre pratique à travers les traditions de sagesse. « L'interprétation théologique trouve sa vérité non seulement dans sa congruence avec le sens chrétien relayé par la tradition, mais surtout dans sa valeur d'éclairage, voire de transformation de la vie et les pratiques actuelles des croyants. [...] L'interprétation théologique est aussi interpellation. Elle vise à transformer ou à consolider, à soigner ou à transformer une réalité le plus souvent dramatique. »<sup>322</sup> Il s'agit d'effectuer la mise en corrélation de l'observation, de la problématique et des éléments qui composent la sagesse de la tradition. « Le défi est d'élaborer un discours pertinent, recevable et motivant pour les acteurs de la situation ou de la pratique visée. »<sup>323</sup>

---

<sup>321</sup> Laugel, Michel, *Mythologie : mythes et légendes du monde entier*, Paris : Éditions de Lodi, 2006, p. 10.

<sup>322</sup> Nadeau, Jean-Guy, « Une méthodologie empirico-herméneutique », dans *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004, p. 230.

<sup>323</sup> *Ibid*, p. 231.

L'interprétation symbolique des textes provenant de la sagesse des mythes grecs et d'un récit tiré du Premier Testament vient enrichir la compréhension de l'inceste vécu par les femmes. Un autre texte provenant de l'expérience judéo-chrétienne nous permet de croire qu'il y a une possibilité de renaissance pour la femme blessée physiquement et psychologiquement.

#### 4.1 L'inceste dans la mythologie

On définit la mythologie comme la science des mythes. Un « muthos », en Grèce, est une « histoire fabuleuse » mettant en scène des héros et des dieux. Le mythe dans la tragédie grecque est un drame symbolique contre l'ordre sacré du monde. Le coupable est immédiatement expulsé de l'humanité ou encore métamorphosé en monstre. Le mythe invite à découvrir ce qu'il y a au cœur de l'humain et sa fonction étiologique permet de remonter à la création. Bronislaw Malinowski écrit :

Le mythe dans une société primitive, c'est-à-dire sous sa forme vivante et spontanée, n'est pas une histoire racontée seulement, mais une réalité vécue. Il n'appartient pas au monde de l'invention, comme ce que nous lisons de nos jours dans les romans, mais est une vérité effective, vivante, dont on croit qu'elle s'est produite aux époques les plus anciennes et qu'elle continue depuis à influencer le monde et les destinées humaines... Ces histoires ne sont pas maintenues en vie par une vaine curiosité; elles ne sont ni des contes inventés, ni des récits vrais. Mais pour les indigènes, elles sont l'expression d'une vérité spontanée, plus puissante, plus importante; c'est par elle que la vie actuelle de l'humanité, son activité présente et son destin futur sont déterminés. C'est leur connaissance qui fournit à l'homme, d'une part les thèmes d'actes rituels et coutumiers, d'autre part des instructions pour leur exécution.<sup>324</sup>

---

<sup>324</sup> Sédillot, Carole, *ABC de la psychologie jungienne*, Paris : Éditions Grancher, 2003, p. 66.

Le terreau idéal pour comprendre l'inceste est nécessairement la parole qui existe depuis les origines et qui naît au cœur de l'expérience humaine. De nombreux textes, pleins de symboles, nourris de l'imaginaire social et porteurs de significations, apportent ainsi une compréhension du drame perpétuel que constitue l'inceste et pointent également le passage que doivent accomplir les femmes blessées pour réintégrer la vie et la société.

Pour notre recherche nous allons nous intéresser en premier lieu au mythe de Nyctiméné qui associera inextricablement la notion de coupable et de victime et un deuxième récit, un mythe de Colombie, montrera le lien entre l'inceste et la mort.

#### **4.1.1 Le mythe de Nyctiméné**

Le mythe de Nyctiméné est un texte qui nous invite à reconnaître le trajet vécu par les femmes ayant vécu l'inceste.

#### **Tableau XVII - Le mythe de Nyctiméné**

Fille d'Épopeus, un roi de Lesbos, on dit que Nyctiméné était d'une grande beauté. Brûlant d'amour pour elle, son père lui fit violence. Honteuse, elle se cachait dans les bois. Pleine de commisération, Minerve la transforma en chouette, cet oiseau dont la pudeur évite la lumière du jour et qui ne se montre que la nuit.<sup>325</sup>

---

<sup>325</sup> Rudhardt, Jean, *De l'inceste dans la mythologie grecque*, revue française de psychanalyse, Vol. 46, numéro 4, 1981, p. 741.

Au départ du récit mythique, nous retrouvons une fille qui a été l'objet d'un infâme crime et un père causant l'inceste à cause de son grand désir pour son enfant.

*J'appartenais à mon père et mon corps ne devait pas appartenir à personne d'autre. Mon père ne nous abusait pas seulement sexuellement, mais son regard à travers les yeux, un regard de chum, il me demandait si je voulais être sa chum.*  
(Céline)

Ne voulant pas que la faute se dévoile, Nyctiméné se dissimule dans un endroit secret, car elle ne veut pas dévoiler sa honte, sa colère et sa douleur.

*Je vivais une grande douleur morale qui m'obligeait à m'emprisonner dans ma chambre close pour éviter l'imposition de ma colère, de mon agressivité et de ma honte aux gens de mon entourage. Personne ne devait savoir...* (Francine)

La victime, n'en pouvant plus de la solitude et des multiples souillures physiques et psychologiques qui l'assaillent depuis l'évènement, décide de lancer un cri à l'aide à un individu à qui elle pourrait faire confiance.

*Des fois je pense que je suis psychosomatique, car j'ai souvent des petits quelques choses. Je suis allé voir une psychologue et il me dit qu'il faut que je voie l'inceste en face... et tous ces évènements.* (Déborah)

*On a atteint tout mon être psychologique. Les séquelles de leurs actes sont là à vie jusqu'à mon dernier souffle. Pour reprendre goût à la vie, mes enfants ont été ma première source, plutôt ma première raison de vivre, ensuite la rencontre des psychologues et de plusieurs gens m'a permis de vivre une minute à la fois et de rendre la vie plus agréable.* (Joëlle)

*La prière a été ma planche de salut, Dieu est entré dans ma vie et la Bible est devenue ma référence, mes mots, mes états d'âme et grâce à la prière j'ai survécu.*  
(Madeleine)

Pleine de pitié et de compassion, la déesse de la sagesse va permettre à la victime d'échapper au danger en la protégeant. Ainsi commence le passage vers la guérison.

*J'ai été trois mois à l'hôpital, ils m'ont donné des antidépresseurs, il me parlait et j'écrivais beaucoup, cela a duré un an. Parler et écrire est mon secret. (Julie)*

*J'ai accepté de remonter et de revivre mon passé et voir ce que cela m'a apporté. [...] J'ai dû aller à la rencontre du négatif, pour mieux remonter la côte, affronter mes peurs, mon monde intérieur, me fusionner avec moi-même. (Sarah)*

*Je désire une guérison de ma mémoire et une guérison intérieure. La thérapie et surtout la foi dans mon cas m'ont aidée à panser les plaies et de continuer à cheminer tout en sachant par contre que la cicatrice serait toujours présente, mais elle n'a plus le pouvoir de me faire mal. J'ai été capable d'exprimer verbalement tout ce que j'ai vécu et je comprends pourquoi je me cachais dans la garde-robe. (Madeleine)*

Nyctiméné est transformée en chouette, un oiseau nocturne qui fuit la lumière du jour et permet de cacher sa honte dans les ténèbres. La transgression de l'interdit a provoqué un désordre dans l'organisation sociale, à la limite de l'identité individuelle et de l'identité sociale.

*Je suis une survivante qui s'en est bien tirée et je suis choyée. Depuis un an je suis une bonne vivante. Mais il va toujours m'habiter cette expérience et elle fait partie de ma vie autant négative et devient positive aujourd'hui. Il a fallu que je vive cela pour monter graduellement en donnant aux autres, en ne pas dire un mot, en m'oubliant moi-même, à ne pas me choisir, en ne prenant pas la parole, en ayant honte, culpabilité, abus de confiance, en m'abusant moi-même. (Sarah)*

*Il y a des guérisons qui peuvent se faire. Sommes-nous capable de soigner cette blessure et de tout éliminer? Il faut apprendre à vivre avec... (Céline)*

Ce texte mythique n'est-il pas d'une grande actualité pour les femmes victimes d'inceste?

#### 4.1.2 Le mythe des Indiens Tatuyo du Nord-Ouest de l'Amazonie

Les Tatuyo constituent une petite tribu d'environ 300 habitants et ils vivent sur le cours supérieur du Pira Paraná (Vaupés-Colombie). Les Tatuyo parlent de l'inceste en racontant l'histoire qui relate les aventures de Lune et de sa sœur Mênê-Riyo.

Le mythe de la Colombie prend chez les Tatuyo la forme suivante : Mênê-riyo commet l'inceste avec son frère qui est Lune et qui, après avoir été marquée au visage par de la teinture noire à base de genipa, cherchera à mourir. Le mythe raconte une histoire de la transgression d'une règle, par conséquent l'inceste, et ce qui en découle. Il est important de noter que chez les Tatuyo, l'inceste est permis une ou deux fois, sinon il débouche sur la mort.

#### Tableau XVIII - Le mythe des Indiens Tatuyo du Nord-Ouest de l'Amazonie

Comme il n'y avait pas de femmes... pas de femmes d'un groupe « autre », Lune dégacha le bout de son sexe pour se satisfaire contre le tronc d'un bananier.  
 Lune est un homme, c'est le fils du Soleil, il est « celui-de-la-nuit <sup>326</sup> ».  
 Elle, c'est sa sœur.  
 Elle avait terminé de peler le manioc et sortit pour jeter les épluchures; là elle le vit : « Ah! tu fais ça tout seul mon pauvre, tu me fais pitié! Allez, viens "faire" avec moi, mais seulement une petite fois. », ainsi dit-elle à son propre frère.  
 Elle le laissa faire et ils baisèrent ensemble.  
 Elle lui avait dit, tu peux le faire, mais une seule fois... Mais il ne voulut pas s'arrêter et, la nuit, il retourna avec elle.  
 La nuit suivante il alla de nouveau avec elle, la nuit suivante de même, toutes les nuits il allait avec elle.  
 Elle en eut assez : « Qui donc vient ainsi chaque nuit "jouer" avec moi? se demanda-t-elle.

---

<sup>326</sup> C'est le même mot « mwĩpi qui désigne le soleil et la lune (tous deux étant des personnages masculins); en opposition à la lune qui est dit celui de la nuit, le soleil est dit celui du jour, ou encore celui qui chauffe.

Elle était enceinte. Elle prépara de la teinture noire, du genipa. Elle le versa dans un pot et le posa près du feu à côté d'elle. La nuit, il arriva. Alors qu'il était en train de "faire", elle trempa ses mains dans le pot de teinture de genipa et oignit le visage de Lune, "Celui de la nuit". (Regarde là-haut, tu vois il a toujours ses taches noires.)

Quand il eut terminé, il retourna s'étendre dans son hamac.

Au lever du jour, il se regarda dans un miroir : aïe! Là, son visage était couvert de taches noires.

Dans la pâle lueur de l'aube il partit dans la forêt, il alla jusqu'à un arbre de "pegaros", l'entailla, et s'enduisit le visage de lait de caoutchouc pour enlever ses taches. Rien n'y fit, elles restèrent indélébiles.

Sa sœur le cherchait : "Où peut-il bien être?"

C'est sûrement lui, mon frère cadet, qui venait toutes les nuits 'faire' avec moi", pensait-elle.

Elle partit à sa recherche; elle le rencontra là-bas sur le chemin dans la forêt, il était assis les yeux fixés sur le miroir.

Il la vit venir derrière lui, elle qui était la cause de tous ces maux.

Il fit alors basculer le miroir et en un éclair, elle fut projetée en l'air, là-haut dans le ciel.

Lune était très en colère et ainsi fit-il pour se débarrasser d'elle et la faire disparaître.

Ceci est de la sorcellerie, ainsi sont ces mots pour "souffler", pour se débarrasser des femmes....

Lune ne parvenait pas à arracher ses poils noircis : il pensait de mauvaises choses, il avait honte.

Il appela alors les fourmis, elles le mangèrent entièrement, il mourut là-bas, sur place, dans la forêt.

Lune est le premier mort, c'est lui qui le premier fut malade et mourut. Il mourut comme cela, de lui-même.

Soleil, son père, était en colère : "Où est mon fils, que lui est-il arrivé?" dit-il, et il partit à sa recherche.

Lune alors n'avait plus de chair; il était pourri, décomposé. Seuls restaient ses os, éparpillés sur le sol.

Soleil partit à sa recherche pour le reconstituer, pour refaire son corps; c'est ainsi que les gens feront plus tard pour souffler, pour guérir les maladies... »<sup>327</sup>

#### 4.1.3 L'expérience de l'inceste chez les Tatuyo

Pour faciliter notre compréhension, nous allons entreprendre une relecture de ce récit en sélectionnant les éléments les plus susceptibles d'aider dans la compréhension de l'expérience incestueuse.

---

<sup>327</sup> Bidou, Patrice, *À propos de l'inceste et de la mort : un mythe des Indiens Tatuyo du Nord-Ouest de l'Amazonie*, sous la direction de M. Izard et P. Smith, Paris : Éditions Gallimard, 1979, p. 107



Le conte débute dans un premier jet de parole, « il n’y avait pas de femmes ». Sous un même toit, la femme est oubliée en tant que personne avec qui l’homme peut satisfaire son besoin sexuel. Pourtant, le récit continue... « Pas de femmes d’un groupe autre. » On y voit déjà une réflexion sur la règle à suivre. « Bien que ma sœur soit une femme, je ne dois pas coucher avec elle et encore moins la prendre comme épouse. »<sup>328</sup> Les Tatuyo parlent de la prohibition de l’inceste en racontant leur histoire. N’est-ce pas la même règle qui sévit au sein de la population d’aujourd’hui?

Vint ensuite la naissance du désir sexuel. Lune est un être masculin et il était plein de désir sexuel, il se masturbe sur le tronc d’un bananier. L’endroit choisi n’est pas anodin, car il sait que c’est dans ce lieu précis que sa sœur va venir pour jeter des ordures. À cet endroit précis, il y aura l’entrée en relation de la sœur et de son frère. Par la suite, la femme va râper des tubercules avec une râpe à manioc et symboliquement parlant, le râpage du manioc a une connotation sexuelle. « Pour ce faire elle se tient assise sur le sol, les jambes écartées, la râpe repose entre ses cuisses, une extrémité est bloquée contre un poteau de la maloca, l’autre est appuyé sur le bas de son ventre. Les tubercules sont alors saisis à pleine main et par un rapide mouvement de va-et-vient sont déchiquetés sur les petites dents de pierre incrustées dans le bois. »<sup>329</sup> C’est à cet instant que Mênê-riyo prend conscience qu’il est le seul homme présent : « Tu es tout seul » et ensuite « Allez viens avec moi », une invitation à commettre l’acte sexuel, « ils baisèrent ensemble. »

Combien de fois les participantes ont-elles entendu venir leur agresseur dans leur chambre ou dans un lieu secret et se sentir obligées de ne pouvoir rien faire ou encore ne rien dire?

---

<sup>328</sup> *Ibid*, p. 107

<sup>329</sup> *Ibid*, p. 114.

*Il offrait à ma mère d'aller la reconduire au centre d'achats puis il revenait pour faire la fête. Souvent aussi c'était lorsque ma mère était couchée, il venait dans la chambre pour me réveiller ou si je faisais semblant de dormir, il réveillait une de mes deux sœurs. [...] D'autres fois, il m'amenait en auto soit pour aller à Jonquière, soit à Montréal. Je trouve que j'étais souvent piégée. (Déborah)*

*Il attendait que la mère ne soit pas là. Il se cachait et il savait comment me prendre seule. [...] Vers l'âge de huit ou neuf ans, l'un de mes frères m'a fait des choses et m'en a fait faire. Nous étions dans le sous-sol dans une chambre. Il n'y avait pas de menaces, mais il me disait que je ne devais pas en parler, c'était fait toujours en cachette. (Madeleine)*

Sa sœur lui avait dit : « Tu peux le faire, mais une seule fois... ». Mais il ne voulut pas s'arrêter et, la nuit, il retourna avec elle. La nuit suivante... Toutes les nuits, il alla avec elle. Le frère arrivait la nuit tombée et ni vu ni connu il retournait chez lui avant le lever du jour. On y retrouve une relation qui est devenue chose courante; alors on la dit nocturne, secrète et d'ordre privé. « La parole fait place au silence et aux caresses, nous sommes au cœur de l'inceste. »<sup>330</sup>

Plusieurs participantes ont dévoilé qu'elles avaient des troubles de sommeil. Elles étaient toujours sur le qui-vive, car elles ignoraient quand leur agresseur allait venir les voir.

*Vers l'âge de seize ou dix-sept ans, j'avais ma chambre à moi toute seule. Je l'aimais beaucoup, mais seulement le jour. Mes nuits étaient cauchemardesques! Je ne savais jamais quand mon père viendrait me voir. Si je m'endormais, il arrivait et si j'étais sur mes gardes il ne venait pas. (Déborah)*

Un nouvel élément vient faire son entrée dans le récit et c'est la grossesse de la femme. Elle sait que l'enfant qui va naître sera uniquement et entièrement la chair de son père. La mère n'est que

---

<sup>330</sup> *Ibid*, p.116.

réceptacle et lieu de gestation pour l'enfant à venir. Mênê-Riyo manigance un piège, un crime prémédité, non pas pour connaître le nom de cet amant nocturne, mais bien l'identité du père et du fait même l'identité sociale de l'enfant à venir. Il lui faut sortir l'identité du père en plein jour et pour ce faire elle va oindre le visage de l'homme qui vient tous les soirs la rencontrer avec de la teinture noire.

Les femmes agressées ont le goût de vivre leur féminité, de se libérer de l'emprise de l'agresseur pour être libres. Serait-ce l'espoir d'une éventuelle libération pour les participantes afin que ces agressions puissent finir un jour?

*Beaucoup de scénarios tels me suicider ou encore tuer mon père me sont venus à l'esprit, mais j'avais tellement peur de lui. Un jour, mon père nous obligeait à assister trois jours à des funérailles et c'est alors qu'en criant je lui ai dit : Oblige-nous voir à y aller, tout ce que tu m'as fait, la ville de Jonquièrre va le savoir au complet et à partir d'aujourd'hui tu ne me touches plus. Je criais tellement fort que je croyais que ma tête allait éclater, je sentais le sol dérober sous mes pieds et j'ai vite monté dans ma chambre pensant m'écrouler. (Déborah)*

*Le jour où je me suis révoltée contre mon père, ma vie a pris un autre sens en lui disant que s'il me retouchait je le tuerais. (Julie)*

Mênê-riyo partit à la recherche de son frère; elle le rencontra là-bas sur le chemin dans la forêt, il était assis les yeux fixés sur un miroir. Il la vit venir derrière lui, elle qui était la cause de tous ses maux. Pour la punir, il fit basculer le miroir qu'il tenait et en un éclair, elle fut projetée en l'air, là-haut dans le ciel. Lune était très en colère et ainsi fit-il pour se débarrasser d'elle et la faire disparaître. Ceci est de la sorcellerie, ainsi sont ces mots pour « souffler », pour se débarrasser des femmes....

La punition était un mot qui faisait très peur chez les participantes.

*Mon père est une personne qui dirigeait beaucoup, le décideur. [...] Je n'avais pas à dire quoi que ce soit, car mon père était très malin, très autoritaire et à laquelle on avait peur. Il était un abuseur, un violent, abus verbal fréquent et très agressif dont on avait avantage à se tenir correctement. (Sarah)*

*Mon père avait un très grand pouvoir sur moi et il le savait. Je pliais devant lui de peur de me faire battre, je faisais tout ce qu'il voulait. Son autorité dépassait les bornes de l'imagination. Moi ainsi que les membres de ma famille nous étions à sa merci dans plusieurs domaines de notre vie. Pour chacune de nos vies il en était le propriétaire, le roi et maître, on lui appartenait advienne que pourra! (Déborah)*

Nous sommes au lever du jour, entre le jour et la nuit, et le silence commence à laisser sa place à la parole intérieure, en effet, la réflexion du miroir révèle à Lune ces taches noires qui, symboliquement parlant, désignent l'image de la pourriture intérieure qui se tient cachée en lui et il a honte. Lune « pense de mauvaises choses » et dans le langage tatuyo, le mot « penser » se traduit ainsi « tigoya » qui signifie « écouter ce qui parle à l'intérieur de soi ». La honte qu'éprouve à cet instant Lune ne naît pas du désir d'avoir couché avec sa sœur, mais bien de savoir que la parole va sortir au grand jour. Il a prohibé la règle de l'inceste en commettant l'acte sexuel avec sa sœur plusieurs fois. Lune est devenu un homme à deux visages : une face publique, sans tache, qui remplit ses fonctions dans la société, et l'autre face privée et cachée qui couche avec sa sœur et transgresse l'interdit de l'inceste.

Au cours des rencontres, les participantes ont dit avoir fait des menaces de dénonciation à leurs agresseurs et pour éviter de briser leur image ils ont tout de suite abdiqué aux gestes d'agression sexuelle.

*J'ai dit à ma grand-mère maternelle vers l'âge de deux ans et demi que mon papa jouait avec mon pipi. Celle-ci au retour de ma mère a demandé ce qui se passait en leur disant ce que j'avais raconté. Mon père aurait dit que j'inventais et que c'était lorsqu'il me remontait la petite culotte après avoir été au toilette. Plus tard, pour être certain que je ne parlerais pas, il me disait que si j'en parlais à ma mère ou à la police qu'il irait en prison et que je ne le verrais plus. Comme j'avais très peur de lui, je lui obéissais en me taisant. (Déborah)*

*Ma sœur a écrit une lettre et ce fut un drame pour mon père et ma mère était là. Il est devenu agressif en niant le tout. Ce fut une guerre. Je me suis retrouvée dans la même situation que lorsque j'étais jeune et disant, voyons, papa... elle a raison, il n'y a pas juste elle, il y a moi... Tu es une menteuse et on termine en disant que tu n'as rien fait et que c'est nous autres qui avons provoqué cela. (Sarah)*

Lune qui pouvait marcher la tête haute dans sa tribu de jour, car il était sans tache, se retrouvait maintenant avec un nouveau visage qui se devait d'être voilé, à cause de sa conduite inconvenable et inadmissible. Malgré les efforts pour se laver, il voit toujours de plus en plus noir. Le jour devait être sur le point de se lever et Lune ne voulait pas perdre la face devant son peuple. Il avait transgressé les règles et plutôt que d'être exclu de la tribu, il préfère ne plus être, d'où le besoin de mourir.

L'une des victimes a dénoncé son père et l'a traduit en justice. L'agresseur a recherché à la fois la condamnation et aussi la pitié, il n'a pas reconnu les graves conséquences de ses actes et s'est trouvé mille excuses. La famille est devenue dysfonctionnelle et il a même osé dire qu'il a eu le désir de se suicider.

*Après tant de travail assidu sur moi-même, envers et contre tous, j'ai porté plainte contre mon père pour ce qu'il m'a fait subir. Confiante en moi-même, je savais que ma famille ne serait pas vraiment d'accord avec moi. Un an depuis s'est passé et mon père avoue avoir abusé de quatre de ses enfants sur cinq, mais il nie ce qu'il a fait. Il a plaidé non coupable. Il a dit à ma mère de regarder ce que je lui faisais, que j'étais une crisse de chienne et une crisse de vache. Il a même dit à mon oncle*

*qu'il avait voulu se suicider en se tirant du haut d'un pont. Je me suis dit que si ça arrivait ce serait son choix et que lui aussi il était rendu là dans sa vie. (Déborah)*

Lune n'est plus; ses os sont éparpillés sur le sol. Soleil, son père qui est en colère, le cherche pour le reconstituer. Le soleil, l'astre de jour, donne de l'énergie par sa chaleur et sa lumière. Le soleil ne peut se modifier lui-même, mais il peut permettre des changements et des transformations auprès de Lune, astre de nuit, qui subit des changements perpétuels; passant du croissant de lune à la pleine lune. « C'est ainsi que les gens feront plus tard pour souffler, pour guérir les maladies... »

Ce mythe représente bien la société d'aujourd'hui où la fille vit l'inceste avec un membre proche de sa famille. Ces hommes qui agressent savent que poser ce geste incestueux est interdit par la loi. Souvent l'image de ces agresseurs est bien perçue dans la société, dans la famille et ils ne veulent pas perdre l'image que les gens ont d'eux, en montrant leur face cachée. Ils obligent ainsi la fille à conserver le secret en imposant des menaces et des règles, et à rester dans l'ombre. Ils savent que si la vérité sort, ils ne seront pas mieux que morts, ils seront jugés et la société est sans pardon sur ce crime. C'est ainsi que la femme incestuée aura le désir de mourir, il semblera qu'il n'y aura rien à faire et pourtant il y aura quelque part une personne, un guérisseur qui va « souffler » pour chasser la tristesse, les larmes et apaiser la douleur. Un souffle divin comme celui du soleil qui fera renaître.

#### **4.1.4 Un récit miroir tiré de la Bible**

La Bible est l'histoire d'un peuple d'hommes et de femmes pétris de la même pâte que nous. L'histoire biblique d'Amnon, le fils de David, est un texte d'une grande richesse pour mettre en

corrélation les éléments de notre observation et de notre problématique. En faisant la relecture de ce texte nous espérons être capables de démontrer ce qui se produit au sein d'une relation incestueuse. Ce texte est un bon exemple de la manifestation violente et irraisonnée du désir sexuel

### Tableau XIX - 2 Samuel 13,1-29

1 Voici ce qui arriva ensuite. Absalom, fils de David, avait une sœur qui était belle et qui se nommait Tamar, et Amnon, fils de David, s'éprit d'elle.

2 Amnon était tourmenté au point de se rendre malade à cause de sa sœur Tamar, car elle était vierge et Amnon ne voyait pas la possibilité de lui rien faire.

3 Mais Amnon avait un ami nommé Yonadab, fils de Shiméa, frère de David, et Yonadab était un homme très avisé.

4 Il lui dit : « D'où vient, fils du roi, que tu sois si languissant chaque matin? Ne m'expliqueras-tu pas? » Amnon lui répondit : « C'est que j'aime Tamar, la sœur de mon frère Absalom. »

5 Alors Yonadab lui dit : « Mets-toi au lit, fais le malade et quand ton père viendra te voir, tu lui diras : « Permits que ma sœur Tamar vienne me donner à manger; elle apprêtera le plat sous mes yeux pour que je le voie et je mangerai de sa main ». »

6 Donc, Amnon se coucha et fit le malade. Le roi vint le voir et Amnon dit au roi : « Permits que ma sœur Tamar vienne et que, sous mes yeux, elle prépare une paire de beignets, et je me restaurerai de sa main. »

7 David envoya dire à Tamar au palais : « Va donc chez ton frère Amnon et prépare-lui un plat. »

8 Tamar se rendit à la maison de son frère Amnon. Il était couché. Elle prit de la pâte, la pétrit, façonna des beignets sous ses yeux et fit cuire les beignets.

9 Puis elle prit la poêle et la vida devant lui, mais il refusa de manger. Amnon dit : « Faites sortir tout le monde d'auprès de moi. » Et tout le monde sortit d'auprès de lui.

10 Alors Amnon dit à Tamar : « Apporte le plat dans l'alcôve, que je me restaure de ta main. » Et Tamar prit les beignets qu'elle avait faits et les apporta à son frère Amnon dans l'alcôve.

11 Comme elle lui présentait à manger, il la saisit et lui dit : « Viens, couche avec moi, ma sœur! »

12 Mais elle lui répondit : « Non, mon frère! Ne me violente pas, car on n'agit pas ainsi en Israël, ne commets pas cette infamie.

13 Moi, où irais-je porter ma honte? Et toi, tu serais comme un infâme en Israël! Maintenant, parle donc au roi : il ne refusera pas de me donner à toi. »

14 Mais il ne voulut pas l'entendre, il la maîtrisa et, lui faisant violence, il coucha avec elle.

15 Alors Amnon se prit à la haïr très fort - la haine qu'il lui voua surpassait l'amour dont il l'avait aimée - et Amnon lui dit : « Lève-toi! Va-t-en! »

16 Elle lui dit : « Non, mon frère, me chasser serait pire que l'autre mal que tu m'as fait. » Mais il ne voulut pas l'écouter.

17 Il appela le garçon qui le servait et lui dit : « Débarrasse-moi de cette fille, jette-la dehors et verrouille la porte derrière elle! »

18 Elle portait une tunique de luxe qui était autrefois le vêtement des filles de roi qui n'étaient pas mariées. Le serviteur la mit dehors et verrouilla la porte derrière elle.

2S 13:19 Tamar, prenant de la poussière, la jeta sur sa tête, elle déchira la tunique de luxe qu'elle portait, mit la main sur sa tête et s'en alla, poussant des cris en marchant.

20 Son frère Absalom lui dit : « Serait-ce que ton frère Amnon a été avec toi? Maintenant, ma sœur, tais-toi; c'est ton frère : ne prends pas cette affaire à cœur. » Tamar demeura abandonnée, dans la maison de son frère Absalom.

21 Lorsque le roi David apprit toute cette histoire, il en fut très irrité, mais il ne voulut pas faire de peine à son fils Amnon, qu'il aimait parce que c'était son premier-né.

22 Quant à Absalom, il n'adressa plus la parole à Amnon, car Absalom s'était pris de haine pour Amnon, à cause de la violence qu'il avait faite à sa sœur Tamar.

23 Deux ans plus tard, comme Absalom avait les tondeurs à Baal-Haçor, qui est près d'Éphraïm, il invita tous les fils du roi.

24 Absalom se rendit auprès du roi et dit : « Voici que ton serviteur a les tondeurs. Que le roi et ses officiers daignent venir avec ton serviteur. »

25 Le roi répondit à Absalom : « Non, mon fils, il ne faut pas que nous allions tous et te soyons à charge. » Absalom insista, mais il ne voulut pas venir et lui donna congé.

26 Absalom reprit : « Permits du moins que mon frère Amnon vienne avec nous. » Et le roi dit : « Pourquoi irait-il avec toi ? »

27 Mais Absalom insista et il laissa partir avec lui Amnon et tous les fils du roi. Absalom prépara un festin de roi

28 et il donna cet ordre aux serviteurs : « Faites attention! Lorsque le cœur d'Amnon sera mis en gaieté par le vin et que je vous dirai : «Frappez Amnon!», vous le mettrez à mort. N'ayez pas peur; n'est-ce pas moi qui vous l'ai ordonné? Prenez courage et montrez-vous vaillants. »

29 Les serviteurs d'Absalom agirent à l'égard d'Amnon comme Absalom l'avait ordonné. Alors tous les fils du roi se levèrent, enfourchèrent chacun son mulet et s'enfuirent.

L'épisode raconté dans ce texte biblique remonte à peu près à l'an 970 avant Jésus Christ. Il est révélateur et empreint d'une grande richesse pour éclairer notre drame. Le récit se trouve implicitement à conférer à Tamar une voix, puisqu'il prend parti pour la femme violée et incestuée. Il dévoile au grand jour les crimes des hommes, même et surtout chez les grands de ce monde. Amnon devient la figure du violeur incestueux, crime inexcusable. L'inceste commis montre la dégradation de la tendresse naturelle entre frères et sœurs en une intimité immorale. Le crime est



celui de la prohibition de l'inceste malgré la loi du Lévitique qui interdisait les relations sexuelles entre membres de même famille. Prenons le temps maintenant d'analyser les différents éléments des versets qui sont les plus révélateurs de l'expérience vécue par les femmes agressées sexuellement.

Amnon est le premier fils de David, il est par le fait même le prince héritier. Il vit le coup de foudre pour sa demi-sœur, il est follement amoureux d'elle. Son obsession pour la beauté et l'impulsion sexuelle qu'elle provoque chez lui le rend malade. Oui, il est malade d'amour et il est tourmenté, car il sait qu'il doit observer la loi qui lui interdit de coucher avec sa sœur.

*Mon père est mon agresseur. Il nous disait qu'il nous aimait et il avait une grande foi en Dieu. (Céline)*

L'abuseur doit trouver un endroit et un temps propice pour approcher ce corps qu'il désire si ardemment. Le lieu choisi par Amnon est la maison paternelle qui est considérée comme une matrice familiale. Tamar, la jeune fille du roi David, a grandi dans cette demeure et cette maison était un lieu de protection et de sécurité. C'est la raison pour laquelle Tamar n'a pas peur de se rendre dans la chambre de son frère. Par contre, en acceptant l'offre de son père, elle ne sait pas que cette maison va devenir un lieu de perdition, un lieu de mort symbolique.

*Cette maudite maison de malheur que j'ai détestée toute ma vie. J'ai vécu là. Je ne m'attendais pas à la suite de l'achat de cette nouvelle maison en campagne tout ce qui se passerait à venir. (Julie)*

Les petits gâteaux demandés par Amnon à sa sœur sont un piège : au fond, cette nourriture sucrée ne fait que cacher la nourriture qui l'affriande, lui, la chair de Tamar.

*Tu sais la petite jupe que tu voulais l'autre jour, tu pourras l'acheter si...  
(Déborah)*

Amnon est aveuglé par les désirs sexuels qu'il nourrit vis-à-vis de sa demi-sœur. Il refuse d'écouter Tamar qui l'encourage à l'épouser au lieu de l'abuser. Attendre pour lui n'a pas de sens. Alors il n'écoute plus sa conscience, ni la voix de sa sœur, et la viole.

*À quatre ans, confrontée à la mort et à ce que je découvrirai plus tard comme un " viol collectif incestueux. " (Rose)*

Amnon a du dégoût après avoir assouvi ses désirs sexuels. Il n'épousera pas sa demi-sœur, mais au contraire il va la chasser de sa propre maison. À la place de l'amour, on retrouve maintenant de la haine. Au lieu d'apporter la paix et le bonheur escomptés, il y a une culpabilité qui s'installe.

Tamar perd son intégrité, elle est victime d'un drame odieux. La demi-sœur déchire ses vêtements. Très couramment, en symbologie, le vêtement évoque la personne et son statut social. À ses propres yeux et aux yeux de la société, Tamar n'est plus une princesse, mais une personne souillée à jamais, elle est détruite dans toutes ses dimensions. Elle dépose de la cendre sur sa tête parce qu'elle est en deuil, elle a perdu ce qu'elle avait de plus intime en elle, elle a été attaquée dans sa capacité même de transmettre la vie.

*J'ai dormi pendant un mois dans le bain avec une certaine quantité d'eau, car j'avais l'impression que l'odeur de l'agresseur était entrée dans ma peau. J'avais beau me frotter avec mes mains pour la faire partir, rien n'y faisait, le seul moyen que j'ai trouvé pour me soulager est de rester sous l'eau dans le bain. (Joëlle)*

Le secret se doit maintenant d'être conservé pour éviter de montrer qu'Amnon a transgressé la loi. Tamar se retrouve au banc des accusées où elle doit demeurer isolée pour le reste de ses jours. Absalom et David optent pour la loi du silence pour éviter des ennuis. Suite au drame, la violence et la haine se sont installées dans le milieu familial.

*Personne ne devait savoir, car je risquais de ne pas être crue et je briserais le lien familial. Je préférerais demeurer dans l'ombre pour éviter de me faire dire que je suis la coupable. Personne ne connaissait mon silence sauf une mère qui voit tout et qui dit la protéger en ne faisant rien... un frère qui se doute, mais qui ne peut parler, car il a peur. (Francine)*

Le frère d'Amnon est toujours en colère contre lui et pour se venger il va monter un complot contre son propre frère pour assouvir sa soif de vengeance. Un assassinat en règle se produit et les coupables s'en vont par la suite comme des lâches.

La figure de Tamar s'incarne encore aujourd'hui dans plusieurs jeunes filles abusées et violentées dans leur corps, âme et esprit. Plusieurs perdent leur intégrité, leur estime de soi et vivent un enfermement au niveau identitaire. Pour ne pas laisser voir leurs blessures, ces femmes vont se cacher des autres en s'isolant et en cachant leur corps. Plusieurs ne sont pas capables de s'en sortir et préfèrent se libérer en se laissant aller à une attitude suicidaire. D'autres vont préférer la drogue, l'alcool... pour oublier la honte, le silence et ainsi se donner un peu de courage pour continuer de vivre dans ce monde.

La figure d'Amnon représente un père, un frère, un oncle ou encore un grand-père qui a le coup de foudre pour une des filles de la maison. L'abuseur est prêt à manigancer n'importe quel

stratagème pour assouvir ses bas instincts. Il est mal dans sa peau, car il vit des pulsions sexuelles énormes en sachant qu'il n'a pas le droit de les assouvir sur un enfant. Il est prêt à offrir la lune en échange d'un acte sexuel.

Il n'y a pas si longtemps, on n'osait même pas prononcer le mot « inceste » et encore moins si on en était une victime. La télévision et les journaux étalent maintenant au grand jour des cas d'inceste vécus comme si le passé était le présent. Ces révélations bouleversantes par l'authenticité des faits, les confidences au sujet des agressions violentes, intimes et cachées dans les familles, permettent la divulgation du nom de l'agresseur et la possibilité d'une sanction judiciaire.

#### **4.1.5 Une renaissance possible**

En un sens, même si la corrélation est moins évidente à première vue, le Nouveau Testament peut aussi être mis à contribution pour éclairer le phénomène de l'inceste mais cette fois-ci, dans la perspective d'une renaissance. Une étude symbolique de Marc 5, 21-43 nous réserve des pistes très intéressantes. Il comporte deux récits, la guérison d'une hémorroïsse et la résurrection de la fille de Jaïre, qui sont bien articulés l'un à l'autre au double plan psychologique et spirituel.

**Tableau XIX - Marc 5,21-43**

21 Lorsque Jésus eut traversé à nouveau en barque vers l'autre rive, une foule nombreuse se rassembla autour de lui, et il se tenait au bord de la mer.

22 Arrive alors un des chefs de synagogue, nommé Jaïre, qui, le voyant, tombe à ses pieds

23 et le prie avec instance : « Ma petite fille est à toute extrémité, viens lui imposer les mains pour qu'elle soit sauvée et qu'elle vive. »

24 Il partit avec lui, et une foule nombreuse le suivait, qui le pressait de tous côtés.

25 Or, une femme atteinte d'un flux de sang depuis douze années,

26 qui avait beaucoup souffert du fait de nombreux médecins et avait dépensé tout son avoir sans aucun profit, mais allait plutôt de mal en pis,

27 avait entendu parler de Jésus; venant par derrière dans la foule, elle toucha son manteau.

28 Car elle se disait : « Si je touche au moins ses vêtements, je serai sauvée. »

29 Et aussitôt la source d'où elle perdait le sang fut tarie, et elle sentit dans son corps qu'elle était guérie de son infirmité.

30 Et aussitôt Jésus eut conscience de la force qui était sortie de lui, et s'étant retourné dans la foule, il disait « Qui a touché mes vêtements? »

31 Ses disciples lui disaient : « Tu vois la foule qui te presse de tous côtés, et tu dis : Qui m'a touché? »

32 Et il regardait autour de lui pour voir celle qui avait fait cela.

33 Alors la femme, craintive et tremblante, sachant bien ce qui lui était arrivé, vint se jeter à ses pieds et lui dit toute la vérité.

34 Et il lui dit : « Ma fille, ta foi t'a sauvée; va en paix et sois guérie de ton infirmité. »

35 Tandis qu'il parlait encore, arrivent de chez le chef de synagogue des gens qui disent : « Ta fille est morte; pourquoi déranges-tu encore le Maître? »

36 Mais Jésus, qui avait surpris la parole qu'on venait de prononcer, dit au chef de synagogue : « Sois sans crainte; aie seulement la foi. »

37 Et il ne laissa personne l'accompagner, si ce n'est Pierre, Jacques et Jean, le frère de Jacques.

38 Ils arrivent à la maison du chef de synagogue et il aperçoit du tumulte, des gens qui pleuraient et poussaient de grandes clameurs.

39 Étant entré, il leur dit : « Pourquoi ce tumulte et ces pleurs? L'enfant n'est pas morte, mais elle dort. »

40 Et ils se moquaient de lui. Mais les ayant tous mis dehors, il prend avec lui le père et la mère de l'enfant, ainsi que ceux qui l'accompagnaient, et il pénètre là où était l'enfant.

41 Et prenant la main de l'enfant, il lui dit : « Talitha koum », ce qui se traduit : « Fillette, je te le dis, lève-toi! »

42 Aussitôt la fillette se leva et elle marchait, car elle avait douze ans. Et ils furent saisis aussitôt d'une grande stupeur.

43 Et il leur recommanda vivement que personne ne le sût et il dit de lui donner à manger.

Au cœur du récit nous retrouvons deux personnages féminins qui vivent une situation de mort. La première est une femme rejetée, solitaire et saignant abondamment depuis douze ans. Elle est atteinte dans toute sa personne. Elle souffre d'un malaise chronique qui occasionne de grandes répercussions sociales et a tout essayé avec la médecine pour guérir son corps, voire son infertilité, mais cela n'a pas suffi.

La deuxième est une fille de douze ans vivant une situation de mort apparente. Elle se trouve dans la maison paternelle, lieu d'amour, de sécurité et de protection. À cet âge, il est temps de faire le passage de l'enfant à la femme, la période de puberté. Le texte ne révèle aucun symptôme provenant de la souffrance de l'enfant, mais il nous fait comprendre qu'elle est atteinte dans sa dans tout son être puisqu'elle s'éteint à l'âge même où débutent la nubilité et la possibilité d'enfanter.

La femme incestuée est morte à cause du silence et des gestes sexuels posés sur elle par l'agresseur.

*J'étais rien, une morte, j'étais et je suis encore du sexe pour ceux qui me regardaient, tous les hommes. (Joëlle)*

*J'étais belle et fine, la petite princesse. J'ai perdu mon identité en cours de route, j'ai été salie et mon identité est cachée par le passé. Je suis une fille gênée, je n'ai pas d'équilibre. (Madeleine)*

Malgré les règles d'impureté à cause d'une indisposition menstruelle inscrites dans le livre du Lévitique 15,19-27, cette femme réputée impure décide qu'il est temps de se prendre en main pour se libérer de son mal. Sa grande foi va lui permettre la mise en route vers son individuation. Elle touche incognito le manteau de Jésus, croyant que celui-ci a le pouvoir de lui rendre la santé. On

retrouve à nouveau ici le symbolisme du vêtement en tant qu'évocation de la personne dans toute sa profondeur.

Dans le deuxième cas, c'est le père de la jeune fille, Jaïre, chef de la synagogue, qui prend l'initiative de se mettre en route pour obtenir la libération de sa fille. En allant vers Jésus et en se jetant à ses pieds, il oublie son rang social et a espérance que Jésus puisse guérir sa fille, car elle est aux portes de la mort. L'imposition des mains demandée est un rite symbolique de régénération, de transmission de puissance et d'énergie vitale.

La femme qui a vécu l'inceste possède les moyens pour vivre sa renaissance, mais elle doit en premier lieu vouloir revivre. Elle doit avoir confiance et prendre l'initiative de se mettre en marche.

*Dans la prière j'ai demandé à Dieu de me guider et d'inspirer ce récit pour en tirer du bien à mon esprit, guérison de ma mémoire, et guérison intérieure ainsi que de m'aider à pardonner et à pardonner et visiter toutes les personnes qui ont essayé de m'aider et aussi celles qui ont gardé le silence et l'abuseur qui a empoisonné ma vie. (Madeleine)*

*Même si j'avais peur de lui [Dieu] à cause du péché, il était malgré tout mon sauveur. Je ne connaissais pas la Bible et pourtant je lui parlais entre les quatre murs de ma chambre. Je le voyais dans mon toutou brun que je cajolais à tous les jours. Je savais que je n'avais pas le droit de m'enlever la vie, mais combien de fois lui ai-je demandé de venir me chercher et de m'emmener auprès de lui pour me sauver. » Pourquoi m'avait-il abandonné? » Au contraire, il marchait en me portant sur ses épaules. (Francine)*

La femme craint, car elle n'a pas respecté la loi prescrite. Par contre, son passage de la crainte à la foi lui confère deux guérisons : celle du corps lorsqu'elle touche le vêtement de Jésus, et celle du mutisme lorsqu'elle dit la vérité sur sa situation. La parole dite par Jésus : « Fille, ta foi t'a sauvée, pars en paix et sois guérie », étend la guérison à son corps, sa psyché et son esprit, lui permettant ainsi de renaître.

Dans le deuxième cas, Jésus se met en marche vers la fillette en ayant auparavant réconforté le père dans sa foi : « Ne crains pas, aie la foi seulement. » Il se libère de la foule et garde avec lui seulement trois de ses apôtres : Pierre, Jean et Jacques. On se retrouve donc au nombre de sept dans la chambre de la fillette, le même nombre symbolique employé en Jean 4,52 dans une situation analogue. Jésus prend la main de la fille et lui dit de se mettre debout, mot qui, en grec, équivaut à ressusciter. Ce passage permet la libération de la jeune fille en enlevant toute entrave à son devenir-femme.

Les deux interventions de Jésus amènent une modification. Les deux femmes sont atteintes dans leur corps. Grâce à la foi, Jésus rompt ce lien, c'est-à-dire qu'il leur permet de renaître. Il en va de même chez nos participantes qui ont surmonté les tabous, le silence, la peur et les menaces au sujet de l'inceste. Leur propre source intérieure va leur permettre de renaître à la vie.

*J'ai appris que malgré tout je suis quelqu'un. Je ne suis pas un déchet, une poubelle. Je suis un esprit libre et ma relation à mon Dieu me fait acquiescer à ce qui se présente. Je suis une femme qui a vécu l'inceste et je puis dire du fond de mon être que l'on peut guérir de l'inceste; j'en suis la preuve vivante. (Madeleine)*

*Je suis une rescapée de l'inceste et je travaille à ma reconstruction. Se reconstruire c'est apprendre à parler à l'envers. Je suis une femme libre, indépendante, qui s'aime, qui est bien dans son jardin intérieur, je jongle avec le positif et le négatif. (Sarah)*

Ce récit biblique demeure actuel : il existe encore des intervenants de tous les genres qui consacrent leur temps à mettre en œuvre des thérapies pour soulager les gens malades.



#### 4.1.6 Synthèse des acquis

L'analyse symbolique de quelques mythes et de quelques récits bibliques, le mythe de Myctiméné, le mythe des Indiens Tatuyo, l'histoire biblique de Tamar, la guérison d'une hémorroïsse et la résurrection de la fille de Jaire, nous démontre que depuis les temps les plus anciens, l'être humain a toujours élaboré et transmis des récits pour expliquer son origine, ses expériences heureuses et malheureuses, et son destin. Chaque civilisation a créé ses légendes, ses mythes et ses contes qui sont devenus des récits légendaires dont l'humanité a gardé mémoire.

Lors de l'observation, j'ai proposé aux femmes concernées une relecture de 2 Samuel 13. Pour elles, les faits sont similaires à ce qu'elles ont vécu lors de l'enfance. Elles sont demeurées silencieuses et n'avaient plus rien à ajouter au texte. Pour ce qui est de Marc 5,21-43, les participantes ont remarqué tout particulièrement la mise en marche de la femme hémorroïsse pour aller toucher Jésus. Pour chacune d'elles, le récit représente un message de foi, d'espérance et de guérison.

L'interprétation des récits nous révèle avec exactitude, sans notion de temps, l'expérience vécue par les participantes, leurs luttes, leurs espoirs, leurs peurs, et leurs réflexions au sujet de la foi. Le symbolisme a pu dévoiler l'être profond de la femme incestuée, où se retrouvent à la fois son secret longtemps caché et l'espoir d'une renaissance, d'une vie nouvelle.

En résumé, les récits d'hier sont des paroles provenant du passé susceptibles d'éclairer les événements actuels et d'inspirer les décisions à venir. À partir du vécu des participantes et de l'éclairage des mythes et des textes bibliques, il nous apparaît possible et souhaitable de réaliser un modèle d'intervention rituelle basé sur le symbolisme permettant aux femmes agressées de faire le

deuil de l'expérience odieuse qu'elles portent silencieusement en elles depuis longtemps. Dans le prochain chapitre, nous allons tenter de jeter les bases, mêmes sommaires, d'un pareil projet, qui pourrait être élaboré davantage dans une recherche-action de niveau post-doctoral.

## CHAPITRE 5

### ESQUISSE D'UN PROJET D'INTERVENTION : UNE DÉMARCHE HOLISTIQUE D'ACCOMPAGNEMENT INCLUANT LA DIMENSION SPIRITUELLE

*L'émotion est un réveil qui doit devenir un moment d'éveil. Elle réveille de vieilles blessures tout étant un éveil à la guérison. L'émotion devient un pont, une porte, une voie de passage, un moment critique à saisir qui fait de la répétition du passé, un instant de guérison. (Benoît Rancourt)<sup>331</sup>*

Le chapitre suivant constitue le dernier temps de la démarche en théologie pratique. Il s'agit du « temps de l'agir, »<sup>332</sup> c'est-à-dire qu'il est le moment de faire une proposition d'un modèle d'intervention pour l'accompagnement des femmes ayant vécu l'inceste. À la lumière de l'observation de l'expérience des femmes incestuées et des récits bibliques et mythiques, il m'est apparu pertinent de proposer un rituel aux femmes blessées qui disent éprouver des blessures intolérables qui entravent leur vie au quotidien. Toutes les participantes avaient déjà utilisé différentes méthodes pour travailler leur mal d'être et pourtant elles mentionnaient qu'elles avaient besoin d'un autre regard qui leur permettrait de retrouver leur voie. Vis-à-vis de cette nécessité, il m'a été permis d'élaborer un outil leur permettant (1) d'explorer l'inconscient, (2) d'exprimer l'inexprimable et (3) et de résoudre leur deuil.

---

<sup>331</sup> Rancourt, Benoît, *Sortir du passé : comment guérir de nos blessures d'enfance*, Québec : Les Éditions Québecor, 2006, p. 127.

<sup>332</sup> Nadeau, Jean-Guy, « Une méthodologie empirico-herméneutique » dans *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004, p. 231.

La structure du modèle d'intervention proposé aux femmes est fondée autour des notions du rite de passage, sur le processus de symbolisation et sur l'interprétation de certaines notions de la psychologie des profondeurs. Le but du rite de libération est d'aider les femmes agressées à se libérer de l'emprise des effets dévastateurs de l'inceste au cœur de leur vie et de leurs permettre de se reconnecter à leur source de lumière, le Soi, avec la possibilité d'ouverture à la dimension spirituelle. Dans le contexte actuel, la notion de spiritualité est liée au besoin d'autodépassement vu comme « un besoin humain fondamental. »<sup>333</sup>

### **5.1 L'objectif général**

Le but principal de la recherche est de suggérer des outils d'intervention intégrant une approche spirituelle, pour répondre aux difficultés de passage du stade de la femme blessée et oubliée au stade de la femme épanouie.

### **5.2 La durée du parcours rituel**

L'ensemble de la démarche est initialement composé de trois entretiens conçus à partir de quatre axes : 1) la personnalité; 2) l'ombre de la personnalité; 3) le silence intérieur; et 4) la dimension spirituelle. Cependant il se peut que la durée du parcours soit répartie sur une plus longue période de temps, mais toujours autour des quatre axes de la démarche.

---

<sup>333</sup> Girard, Marc, « La notion de symbole et les choses symboliques », dans *Les symboles dans la Bible : essai de théologie biblique enracinée dans l'expérience humaine universelle*, Tome 1, Montréal : Bellarmin, 1991, p. 105.

### 5.3 La description

L'approche avec les femmes adultes agressées se veut unique pour chaque femme, c'est-à-dire que l'accompagnement prend en compte la pluralité des femmes agressées, la complexité de l'expérience vécue et le besoin de libération de la parole unique des femmes agressées ainsi que leur aspiration spirituelle. Toutes les rencontres doivent être structurées à partir de multiples symboles choisis par l'accompagnatrice et par la personne interviewée. Leur rôle sera de réintroduire les messages cachés dans l'inconscient vers le conscient. Le rituel se réalise en utilisant différentes stratégies, toutes reliées à l'utilisation des symboles. L'utilité de ces différentes techniques est de « canaliser l'invisible pour lui permettre de restaurer les désordres du visible »<sup>334</sup> et de diriger les femmes vers la plénitude, ou encore l'individuation.

Dans un langage clair, et ce, à chacune des rencontres, il faut expliquer aux femmes le but de l'intervention ainsi que son utilité pour la personne et éventuellement pour la société. Par la suite, l'aidante cherchera avec la femme un endroit capable de créer un climat de confiance, de sécurité et d'intimité. Si la relation d'aide a lieu dans un bureau, il faut si possible créer le meilleur climat possible pour oublier la sévérité de l'endroit. Le choix de cet environnement permet à la femme agressée de faire une coupure d'avec le monde extérieur. Il n'y a aucun appareil téléphonique, aucun ordinateur, aucun téléviseur et si possible aucun autre membre de la famille qui peut déranger l'état d'esprit dans lequel se retrouve l'individu. La concentration ou la méditation est un outil important et essentiel pour entrer en communication avec les parties de soi-même enfouies depuis longtemps.

---

<sup>334</sup> Odoul, Michel, *Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir*, Paris: Éditions Albin Michel, 2006, p. 163.

Tout se doit d'être mis en œuvre pour faciliter le recueillement de la femme en difficulté. C'est ainsi qu'une chandelle est déposée sur une petite table. Une allumette est remise à la personne en difficulté pour qu'elle puisse allumer elle-même la flamme vive et colorée de la chandelle. Le geste est posé à chacune des rencontres et il permet à la femme de sortir du temps profane pour entrer dans un temps sacré. « Le sacré n'est pas une chose, mais une relation, une expérience difficile à exprimer dans les mots courants. »<sup>335</sup>

Un autre facteur très important est l'art de la respiration. La femme demandant de l'aide est souvent très nerveuse et elle doit apprendre à diminuer le stress en prenant le temps de faire une respiration profonde. Cette oxygénation entraînera un état de relaxation et du fait même une prédisposition à accueillir les informations émergeant à la surface de la conscience.

#### **5.4 La première rencontre : la mise en route**

Lorsqu'une femme adulte ayant vécu l'inceste au cours de son enfance vient en consultation, c'est parce qu'elle fait face à un problème récurrent qu'elle est incapable de résoudre toute seule et à un deuil qu'elle ne peut faire elle-même. La femme qui a à faire face à l'inceste désire réorganiser sa vie sur de nouvelles bases parce qu'elle vit inévitablement les séquelles des abus. Elle se demande qui elle est au juste et elle désire se départir de l'histoire qui l'enferme dans une insidieuse intelligibilité de la réalité.

---

<sup>335</sup> Jeffrey, Denis, *Éloge des rituels*, Québec : Les Presses de l'Université Laval, 2003, p. 128.

Pour s'aider à mieux connaître l'état présent de la victime, il est de mise de se familiariser avec elle en lui posant des questions qui vont exprimer le contenu provenant de son conscient. Il n'est pas facile de nommer cet état incestueux, car la femme a bâti tout un mur vis-à-vis les difficultés qu'elle décrit avec rage. Par la suite, il est important de savoir si la femme agressée veut guérir la blessure infantile, reconnaître que l'inceste a été au cœur de la famille proche, être prête à ouvrir de vieilles blessures encore vives et non cicatrisées, et enfin croire que la guérison est possible. À ce stade, la femme est d'accord pour vivre un rite de guérison et la première étape consiste à entrer dans un passage étroit où elle fera connaissance avec elle-même.

Le premier jet de la rencontre fait appel à l'intelligence rationnelle (conscient) et le second jet permet d'activer l'imaginaire (inconscient). De cette manière la femme incestuée est prête à partir à la rencontre des petites choses et de ses secrets bien gardés. Deux personnes partent à l'aventure : un guide et un voyageur.

Au début la femme est angoissée et elle ne semble voir que de l'eau trouble autour d'elle. Pour l'aider, elle est invitée, à prendre de grandes respirations afin de mobiliser les forces physiques et psychologiques et ainsi mieux saisir les messages intérieurs.

Au cours de l'entrevue, plusieurs éléments faisant partie du « moi » risquent de ressortir dans la discussion : l'image d'elle-même, des émotions ressenties et des sensations vécues, des sentiments hostiles, une faible estime de soi, la peur, la souffrance, la haine, les symptômes récurrents, un état intérieur difficile, etc. L'observation du moi risque de susciter une prise de conscience de la femme adulte vivant une crise identitaire due à une accumulation de pensées et d'émotions difficiles à surmonter.

À la fin de la rencontre, lorsque le lien de confiance a été établi, la personne aidante initie la femme blessée au langage symbolique de l'inconscient. La perception de l'objet va permettre à la femme de commencer à dialoguer et à apprivoiser une réalité intérieure, les messages provenant de son inconscient.

Suite au questionnaire, la femme témoigne d'une capacité d'ouverture à l'expérience non rationnelle et symbolique. Cela autorise l'aidante à inviter la femme à se choisir un symbole personnel, qui proviendra de son inconscient : rêve, imagerie spontanée ou de la projection d'une émotion. La femme est maintenant prête à continuer son pèlerinage avec en main un symbole lui permettant éventuellement de formuler le contenu latent de son inconscient.

### **5.5 La deuxième rencontre : L'exploration symbolique de la blessure**

Deux semaines ou plus se sont écoulées et il est important de faire un retour sur la rencontre précédente. La deuxième entrevue va permettre à la femme incestuée d'explorer son univers inconscient. Elle est amenée à identifier les blessures qui l'empêchent de s'épanouir. Elle va découvrir des ressources insoupçonnées en dialoguant avec le Soi.

L'accompagnatrice amène avec elle une boîte comme le sac à surprise, lors de l'anniversaire d'un enfant, qui contient une multitude d'objets. La boîte symbolise la mémoire de la victime. Sur le couvercle est inscrit le nom et le symbole choisi par la femme. Du même coup, la guide demande d'expliquer la relation entre celui-ci et l'expérience vécue. La personne en consultation est invitée à ouvrir la boîte pour y découvrir le mystérieux contenu qui semble incompréhensible pour l'instant (chandelle, paille, cinq illustrations du symbole choisi, et quelques autres éléments qui font



référence à la problématique vécue.) Pour la recherche, j'avais utilisé un serpent, une araignée dans sa toile et un masque. Elle ne fait que les regarder pour l'instant.

La femme est maintenant invitée à s'installer le plus confortablement possible et à fermer les yeux pour la poursuite de son pèlerinage. Pour lui permettre d'oublier l'extérieur et son stress, la guide, d'une voix douce, profonde et rythmée, fait la lecture d'un texte permettant à la femme de se retrouver dans un lieu merveilleux. Cet environnement lui permet de se détendre et de se reposer un peu avant d'entreprendre le dialogue avec l'inconscient. Voici un exemple possible parmi tant d'autres pour obtenir une attitude de recueillement et d'intériorité.

Je vous invite à fermer les yeux,  
À prendre le temps de bien respirer.  
Vous êtes en route vers Compostelle.  
Il fait très beau. Vous vous sentez très bien.  
Tout à fait en confiance.  
Prenez le temps d'apprécier la qualité de la lumière.  
La pureté de l'air, la température.  
Vous décidez de vous asseoir au pied d'un arbre,  
Pour sentir la caresse du vent sur votre joue.  
L'odeur de l'herbe, les couleurs des fleurs,  
Et les chauds rayons du soleil qui réchauffent votre corps.  
Il y a un très grand arbre qui vous invite à vous asseoir.  
Vous remarquez sa taille, sa forme, ses cicatrices,  
ses racines et de multiples cicatrices sur son écorce.  
Le sol sur lequel vous êtes assis ressemble à l'intérieur de votre boîte noire.  
Il y a de l'herbe morte, du compost, des roches,  
des petites bestioles et aussi de jolies petites plantes vivaces qui essaient de refaire surface.

Un léger coup de vent fait virevolter quelques feuilles et brindilles et il vous semble que ce souffle vous chuchote un message à l'oreille : serait-ce le temps de faire une marche intérieure avec vous-même dans ce pèlerinage?

Votre enfant intérieur qui porte votre blessure désire rétablir avec vous les liens d'amour, de joie et d'émerveillement que vous avez annihilés par tous vos conditionnements.

Ce ne sera pas facile, de vieux souvenirs risquent de refaire surface, mais j'aimerais vous aider à donner un nom à ces terribles cicatrices qui vous ont été affligées dans votre enfance.

Je compte sur vous pour exprimer ce que votre corps a à dire, c'est important.

Vous pouvez maintenant ouvrir les yeux et je vous invite en tant que pèlerin à prendre votre bâton et votre courage pour continuer votre voyage.

Votre enfant intérieur, le Soi, désire vous montrer un élément important qui va vous aider tout au long de la démarche. Dans la boîte il y a un objet qui ne ressemble pas du tout aux autres choses. Pouvez-vous le nommer?

En fouillant un peu dans la boîte, elle trouve la chandelle. Je lui mentionne que la bougie symbolise son enfant intérieur. Vous pourrez allumer la flamme de l'espoir, les jours où vous serez en quête de vérité. La force lumineuse et la chaleur de la flamme va vous aider à affronter la noirceur qui habite votre intériorité et à découvrir l'ombre qui vous poursuit toujours. Elle va rallumer en vous le feu de la paix, de l'amour et de la Foi.

La personne est encore invitée à fouiller dans la boîte et à vider le contenu des objets enfouis dans la paille. Elle commence par enlever la toile, car les éléments sont sous l'emprise de celle-ci et elle peut enfin voir tout le contenu de la boîte. Que représentent maintenant tous ces éléments (les chaînes, les serpents, l'araignée, la toile) et les six images colorées qui sont dans le fond de la boîte?

Il faut dire à cet instant aux femmes de continuer de se « laisser aller » et de se laisser inspirer par la suite de la démarche. L'expression symbolique risque fort bien d'élucider ce qui a toujours été indicible jusqu'à aujourd'hui, c'est-à-dire « que le déchiffrement des symboles nous conduit vers les insondables profondeurs du souffle primordial. »<sup>336</sup>

La femme prendra un à un les objets dans ses mains. En silence, elle prendra le temps de regarder et de toucher. La valeur symbolique de chacun des éléments risque de provoquer toute une réaction d'émotions en chaîne. « Chaque symbole est un microcosme, un monde total »<sup>337</sup> et j'avoue que la révélation offerte est tout aussi surprenante pour le pèlerin que pour la guide. La guide mentionne au marcheur que tous ces objets symbolisent les forces nuisibles, les traumatismes qui vous ont empêchée de devenir vous-même, de vivre vos émotions, de vous affirmer en tant que femme, de vivre votre intimité et surtout ces forces dévastatrices vous ont forcée à la loi du silence.

Cinq représentations différentes du symbole que vous avez choisi auparavant sont posées à côté de la boîte. Elles attendent d'être choisies pour vous aider à franchir le seuil de votre enfant intérieur. La femme est invitée à choisir son premier morceau de papier. Sans en avoir la certitude, la première représentation se doit de symboliser l'identité.

☉ La première pièce vous demande qui vous êtes au travers de cette obscurité.

Voici le temps de choisir une deuxième image.

---

<sup>336</sup>Chevalier, J. et Gheerbrant, A. *Dictionnaire des symboles*, Paris : R. Laffont/Jupiter, 1982, p. XVI.

<sup>337</sup>*Ibid*, p. XVI.

- ☉ Le dessin porte des cicatrices profondes causées par l'inceste ; est-ce que vous pouvez nommer ces conséquences physiques?
- ☉ Plusieurs symptômes psychologiques ont empêché le bon épanouissement de la femme que vous êtes : pouvez-vous les nommer?
- ☉ Y a-t-il des cicatrices qui ont influencé votre vie professionnelle?
- ☉ Avez-vous eu le besoin de consulter, quitte à encourir des dépenses financières?
- ☉ Votre vie sexuelle a-t-elle été rendue plus difficile?
- ☉ Votre enfant intérieur aimerait-il dire ce qu'il pense de toutes ces déchirures qui l'ont obligé au silence et à l'isolement?

Vous voyez maintenant les objets placés dans la paille : le petit serpent qui rampe au sol, l'araignée qui tisse sa toile, et les chaînes qui semblent indestructibles. À quoi vous font penser tous ces éléments ?

Il est temps de choisir une autre image. Celle-ci devrait aider à parler de l'agresseur.

- ☉ Votre ravisseur est-il quelqu'un proche de vous?
- ☉ Est-ce qu'il avait un rôle auprès de vous?
- ☉ Qu'avez-vous le goût de dire de lui?
- ☉ Aurait-il vécu des événements difficiles dans sa vie pour qu'il ait commis son crime?
- ☉ A-t-il agressé d'autres personnes?
- ☉ Son crime était-il planifié?
- ☉ Est-ce qu'il vous promettait des petites délicatesses en échange?
- ☉ A-t-il déjà rejeté le blâme sur votre personne?

- ☉ Est-ce qu'il disait que ces actes étaient des preuves d'amour?
- ☉ Est-ce qu'il s'assurait de conserver le secret entre vous deux?
- ☉ Si votre agresseur était maintenant devant vous, prendriez-vous le temps de lui dire vos sentiments ?
- ☉ À cause de lui, votre façon de voir les hommes et la sexualité a radicalement changé. Comment maintenant lui exprimeriez-vous cette réalité?

Votre regard continue de cheminer à travers les images qui n'ont pas encore été utilisées. Vous prenez maintenant dans vos mains la quatrième image. Elle représente les membres de la famille et la société en général. Pourquoi ne pas oser leur dire les mots qui viennent du cœur ?

- ☉ Maintenant à qui désireriez-vous parler avant tout? À votre agresseur, à votre mère, à votre père ou à vos frères et sœurs?
- ☉ Quels sont les tabous de la société qui vous ont empêchée de briser le silence?

Une cinquième image placée dans la boîte a le goût de vous parler. Quels sont les moyens thérapeutiques que vous avez cherché à prendre pour éliminer cette toile dans laquelle vous avez été prisonnière ?

- ☉ Le monde médical vous a-t-il offert une solution?
- ☉ Avez-vous suivi une thérapie en psychologie?
- ☉ Est-ce que le milieu religieux vous a fait des suggestions?
- ☉ Est-ce que vous avez choisi d'autres portes pour sortir de ce drame?

Vous êtes en présence maintenant d'un ange extraordinaire, une ou des personnes que vous connaissez bien et qui vous ont permis de conserver la vie ? Serait-ce un (e) ami (e), ou vos enfants ou encore votre conjoint? Des personnes qui vous permis de conserver la vie.

☉ Auriez-vous un message pour lui ou elle en signe de remerciement?

Vous regardez maintenant toutes ces pièces qui étaient dans votre boîte et vous prenez conscience qu'elles représentent votre généalogie, vos liens avec vos proches. Or ce sont ces racines qui ont bien souvent empêché la sève de monter dans l'être merveilleux que vous devriez être. Ce sont tous ces éléments qui vous ont bien souvent séparée du monde. Mais il ne faut pas oublier que ce compost qui fait mal à voir est souvent celui qui va permettre de nourrir votre enfant. Une rose a besoin de vitamines et de compost pour s'épanouir.

J'invite maintenant la participante à poser un dernier geste. Elle doit soulever la paille et y faire un peu d'exploration. Au fond de la boîte, bien caché, un tout petit objet représentant le symbole choisi auparavant. Il s'est frayé un chemin pour venir au monde. Il vous montre que l'amour a toujours été présent en vous, votre âme ne s'est pas perdue, elle s'est seulement cachée au milieu de tout ce désordre comme un trésor précieux.

☉ J'aimerais que vous regardiez ce petit symbole qui essaie tant bien que mal de survivre à travers ces mauvaises herbes et cette toile qui empêche encore de voir la lumière momentanément.

Quelles sont les forces et les qualités que vous avez dû refouler à cause de l'ombre?

☉ Parfois vous avez le désir de continuer à ternir ce merveilleux élément symbolique. Quel (s) sont les sujets que vous devriez éviter le plus possible dans une discussion?

- ☉ Vous arrive t-il de vivre le sentiment d'infériorité, de manquer de confiance en vous-même et de croire que ce bel élément symbolique ne sera pas capable de s'épanouir?
- ☉ Si jamais un passant survient, êtes vous capable d'accepter qu'il trouve beau, gentil, aimable ce nouvel être?
- ☉ Quel est le souffle que vous pouvez lui offrir pour le faire grandir en sagesse et libre de tout ce qui l'a détruit dans son enfance?

Le moment est venu de prendre congé de ce moment intime et de revenir dans notre monde. Vous regardez maintenant la flamme de votre enfant intérieur qui scintille et vous placez votre main sous l'effet de la chaleur. Prenez le temps de vous sentir en toute sécurité, en toute confiance. Cette flamme vous invite à lui laisser les traces de ces blessures d'enfance. Laissez-lui purifier votre corps en y laissant sortir toutes les traces de l'inceste.

- ☉ Les douleurs
- ☉ Les humiliations
- ☉ Les émotions
- ☉ Les sentiments
- ☉ Le manque de confiance en soi
- ☉ Le spectre de l'abandon
- ☉ Le mot humiliation
- ☉ La culpabilité
- ☉ La honte et la colère

Cette flamme vous invite à transformer toutes vos souffrances corporelles en une nouvelle création. Y croyez-vous?

Votre enfant intérieur n'a pas pu s'ouvrir à la vie et gagner sa liberté à cause du manque d'amour, de compréhension et de lumière, et il a besoin de se faire pardonner. Est-ce une chose possible?

Il ne faut pas oublier nos fautes, mais prendre conscience qu'il n'a pas eu de fautes. En vous pardonnant, vous reconnaissez que vous êtes une femme qui a le droit de s'aimer et de se faire aimer, vous méritez la joie et l'amour. Croyez-vous en cette possibilité de renaissance grâce à cette foi qui peut-être vous habite depuis toujours?

Vous pouvez être certaine que ce petit enfant intérieur peut déclencher des vents de guérison, des raz-de-marée d'amour, déplacer des montagnes de colère, faire fondre des banquises de souffrance et faire évaporer des océans de larmes.

D'ici notre prochaine rencontre, je vais vous demander de recouvrir votre boîte d'un papier de couleur, car à notre prochaine rencontre celle-ci deviendra votre boîte aux trésors. Je vous invite aussi à faire l'écriture de votre récit de vie.

## **5.6 La troisième rencontre : un temps d'arrêt productif (la marge)**

Le pèlerinage n'est pas encore terminé, mais il se continue cette fois en solitude pour les deux prochaines semaines. La guide a demandé à son pèlerin d'écrire les informations qu'elle a obtenues



en dialoguant avec son inconscient lors de la rencontre précédente. En effet, la femme blessée a découvert des renseignements très précieux sur la réalité que son corps est en train de vivre. Le processus de symbolisation utilisé au cours de la deuxième rencontre va aider grandement la femme qui cherche à se réapproprier sa subjectivité, sa quête de sens, sa féminité, son bonheur et sa plénitude.

Le récit de vie est un moyen privilégié pour décrire et raconter un épisode de vie à une autre personne, ou tout simplement pour mieux comprendre soi-même une expérience de vie. Il va permettre à la femme incestuée d'exprimer un vécu enfoui depuis trop longtemps parce que frappé d'un interdit, il permet l'extériorisation des émotions et des souffrances.

Les histoires de vie, tissées à même le vécu, se construisent à partir d'une pluralité d'expériences, de faits banals, précisément ceux qui émergent d'un quotidien anonyme, qui ne sont pas socialement reconnus et qui caractérisent le plus souvent la vie des femmes. En ce sens, les histoires de vie constituent un défi pour trouver les mots propres à leurs expériences personnelles, leurs expériences du corps, leurs expériences familiales, leurs expériences socio-relationnelles, leurs expériences spirituelles et, finalement, leurs expériences du monde professionnel, social, culturel et politique.<sup>338</sup>

Les lettres attachées une à l'autre permettent d'articuler une histoire qui laissera un trésor extraordinaire de sens.

---

<sup>338</sup> Paiva Couceiro, Maria de Loreto. «Libérer les souvenirs, reconnaître les convergences et oser de nouveaux chemins, dans *La formation au cœur des récits de vie: Expériences et savoirs universitaires*, Montréal : Édition L'Harmattan, 2000, p. 191.

Le dessin est aussi une source importante pour montrer la rencontre que la femme a faite avec elle-même. Le choix des couleurs et des formes est une manière d'exprimer le vécu affectif de la femme par rapport à elle-même, à sa famille et à la société. On pourrait dire qu'il est une forme presque indélébile du vécu de la personne. L'important n'est pas de regarder la perfection du dessin, mais le sens que celui-ci peut donner à la vie de l'individu. Il est à noter qu'il peut s'agir de dessins faits dans le passé ou dans l'immédiat.

Le rêve est aussi une source importante de renseignements sur le vécu de la femme. Au cours des entrevues, la femme blessée réalise qu'elle a souvent fait des rêves la nuit. Il est important de relire cet événement nocturne, car ce sont des éléments de l'inconscient qui essaient de refaire surface dans le conscient pour dire un message. La femme blessée est intimement liée aux images et aux symboles inscrits dans le rêve, et l'interprétation peut aider dans le cheminement de la personne souffrante.

### **5.7 La quatrième rencontre : la révélation intérieure (l'agrégation)**

Un retour sur les deux dernières semaines et sur le travail d'écriture doit se faire avec la femme en cheminement.

Vous avez décidé de briser le mur du silence, vous venez de donner la chance à votre enfant intérieur de sortir de cet œuf qui était empoisonné par les gestes de l'inceste et qui vous empêchait de vivre en tant que femme, mère, fille, grand-mère et épouse.

☉ Quelle est votre réaction face à l'écriture de ce récit ?

- ☉ Quelle signification donnez-vous à ce processus ?
- ☉ Est-ce que c'est la première fois que vous preniez le temps d'écrire?
- ☉ Est-il vrai de qu'écrire permet à une personne en quête de guérison de se souvenir de son histoire?
- ☉ Que signifie le mot « guérir » pour vous?

Au cours des rencontres précédentes, vous avez pris le temps de vous asseoir au pied d'un arbre pour écouter au creux du silence la voix de votre symbole personnel (papillon, vase, arbre, étoile, ange et les eaux profondes). Ce langage non verbal vous a permis de connaître ce que vous étiez, ce que vous êtes et ce que vous voulez devenir.

Vous avez nommé les éléments qui enchaînaient ce symbole en l'empêchant de devenir vous-même et en le laissant attaché à votre passé.

- ☉ Quels sont-ils?
- ☉ Croyez-vous qu'il soit le temps de couper ces cordes et ces chaînes qui ont porté atteinte à votre identité ?
- ☉ Pour lâcher prise, vous avez vécu beaucoup d'émotions. Pouvez-vous les nommer?
- ☉ En d'autres mots, cela vous a-t-il aidée à faire le deuil du serpent, de l'araignée et de la toile qui étaient dans votre boîte noire?

Un arbre renvoie toujours une ombre : en l'occurrence les séquelles de l'inceste. Les cinq images diverses qui illustraient le symbole choisi personnellement ont su démontrer combien cette ombre peut coller à votre peau. Cette période de marge avant d'atteindre le seuil de la guérison ne fut pas

de tout repos. Vous y avez découvert le secret de la blessure cachée, le secret de la honte, le secret de la douleur, le secret de la souffrance et le secret du silence. Tous ces éléments étaient cachés et refoulés dans votre inconscient et représentaient les différents interdits sociaux, familiaux et personnels que vous aviez placés dans votre sac à dos, et avec le temps celui-ci est devenu tellement lourd qu'il a entraîné des lésions à l'œuvre d'art que vous êtes.

En regardant cet arbre, vous avez pris conscience que vos racines étaient bien enfoncées dans le sol, et ce, très profondément. Paradoxalement, à cause d'odieux personnages, vous avez su puiser toujours plus loin vos ressources pour vous abreuver et vous permettre de demeurer en mode de survie. Le processus de guérison est souvent très long, il ressemble à une marche dans le désert ou encore au retour du printemps après l'hiver. Par contre il y a une chose que vous devez savoir, vous avez le pouvoir de guérir et ce, peu importe ce que vous entendez dire autour de vous. Pour cheminer jusqu'à maintenant dans ce chemin étroit, il vous a fallu du courage, de la force, de la patience, de la persévérance, de la volonté, mais vous y êtes presque arrivée....

☉ Que dites-vous de tout cela?

Avec vous, j'ai pris conscience que le passage du temps ne diminue pas le poids de l'inceste sur votre vie. Même après plusieurs années, les traumatismes peuvent continuer à compromettre différents aspects de votre existence. Des flashes provenant de votre ombre font souvent apparaître ce que vous avez vécu lors de l'inceste, mais vous avez le droit de vivre sans avoir honte, sans vous sentir coupable ou avoir peur d'être jugée. Rendu à cette étape, êtes-vous capable de dire : « Je suis fière de ce que je suis... » ?

- ☉ Êtes-vous capable de dire aujourd'hui ce que vous êtes malgré votre drame?

La chandelle de la foi vous a permis de croire que malgré le fait que cette souffrance avait détruit une partie de vous, il restait encore un brin de lumière et de vie. Cette foi vous a permis de survivre et en vous appuyant sur elle vous avez été capable de faire émerger cette guérison présente en vous actuellement. Avec mes yeux de femme, j'y ai vu une fleur qui essayait de faire son chemin à travers les roches et les cailloux. J'y ai vu un corps en dormance qui n'attendait que les premiers rayons du soleil du printemps pour s'ouvrir à la vie en tant qu'être humain.

- ☉ Comment exprimeriez ce que votre symbole a encore à dire face à votre transformation?
- ☉ Le symbole ne peut-il pas représenter le souffle intérieur qui désire vous aider à construire une nouvelle naissance?

Pour notre dernière rencontre, nous allons laisser parler quelqu'un d'important en vous.

Je vous invite à fermer les yeux et porter votre attention sur votre respiration. Transportez-vous dans le fond de votre boîte, votre intérieur, celui que nous travaillons depuis le début de notre démarche.

Imaginez-vous dans ce jardin dans lequel vous avez pris le temps d'enlever tous les éléments qui vous empêchaient de respirer l'air pur et prenez possession lentement de votre territoire.

Bien enracinée dans le sol, vous sentez ce souffle en vous comme la brise du vent sur votre joue et tout à coup vous réalisez que vous avez un rendez-vous important.

Quelqu'un va vous rendre visite. Le moment est imminent.

Vous ouvrez la porte et sortez sur le seuil. Vous portez votre regard en direction du visiteur que vous avez longtemps été obligée d'ignorer.

- ☉ Quel nom donneriez-vous à cette présence qui désire vous parler?

- ☉ Que signifie ce souffle ou encore cette lumière pour vous?
- ☉ Ressemble t-il au symbole avec lequel vous l'avez représenté?
- ☉ Quels sentiments vous apporte-il?

Il y a quelqu'un qui aimerait vous parler. Je vous invite à fermer les yeux pour écouter son message.

Bonjour, je suis ton enfant intérieur et j'ai le goût de me libérer aujourd'hui. Tu as commencé depuis longtemps à m'apprivoiser pour connaître ce qui t'a obligée à me mettre en boîte. Maintenant je te dis que tu as le pouvoir de m'aimer et de me reconnaître. Tu as la possibilité de découvrir la sérénité, la joie de vivre, la confiance en toi et aux autres et de renaître.

- ☉ De quelle manière pouvez-vous alimenter dorénavant ce souffle créateur?
- ☉ Comment savez-vous que vous le nourrissez de la bonne façon?
- ☉ Existe-t-il des moyens pour mettre en œuvre la façon d'entretenir ce souffle?
- ☉ Est-il possible de croire que la colère, la haine, le ressentiment, l'agressivité aient provoqué de la souffrance en vous et autour de vous envers en vous empêchant de devenir vous-même?
- ☉ Vous allez essayer tant bien que mal de demeurer au centre de vous-même, mais il arrivera encore des occasions où l'équilibre sera difficile.
- ☉ Quelles sont les situations où vous devrez protéger votre enfant intérieur? Des situations où vous serez mal à l'aise?
- ☉ Quels sont les éléments que vous devrez éliminer de votre vie comme une surcharge de poids dans votre sac à dos?

- ☉ Deviendrez-vous avec le temps capable d'aimer votre enfant intérieur d'un amour inconditionnel?

Au travers de toutes ces rencontres, vous avez dévoilé ce que vous étiez au plus profond et plus intime de vous-même. Vous avez osé croire en vous en regardant le plus beau et le plus laid de votre vie. Vous aurez toujours à faire face à la mort, mais vous venez de vous donner les moyens pour être humainement vivante. Vous avez le choix de laisser l'inceste détruire votre vie ou encore de devenir une femme épanouie qui tisse sa propre vie.

Pour terminer l'intervention, la guide offre au pèlerin un montage symbolique. La femme agressée aura le choix de terminer son rituel en détruisant le symbole ayant la connotation négative. Si elle désire conserver le symbole à connotation positive, elle est invitée à le placer dans un endroit où elle pourra y faire référence lorsque son sac à dos deviendra trop lourd.

- ☉ Comme lors d'une fête, il faut faire des souhaits et il vous est demandé quels sont les souhaits de croissance que vous désirez pour votre futur.
- ☉ Avez-vous appris quelque chose à travers cette démarche rituelle?
- ☉ Quel est le point qui vous a le plus marqué?
- ☉ Quels sont les éléments qui vous ont fait grandir?

Le travail de recherche intérieure n'est pas une fin en soi, mais un nouveau commencement. J'espère qu'il permettra aux femmes blessées de bâtir une histoire qui ne sera plus un boulet en les empêchant d'avancer, mais une histoire qui fera partie de leur bagage et qui deviendra leur force. Elles doivent apprendre à aimer la face cachée de leur personnalité et cesser de la combattre, elle risque de devenir leur amie et d'éclairer leur route comme au soir de pleine lune.

## 5.8 Synthèse des acquis

Au cours de ce chapitre, j'ai formulé une proposition d'accompagnement rituel et symbolique pour les femmes ayant vécu l'inceste. Elle permet au lecteur de se faire une idée de l'accompagnement que j'ai offert à huit femmes agressées sexuellement au cours de leur enfance par un proche de la famille. Je récapitule maintenant les objectifs de chacune des rencontres du parcours.

**Tableau XXI - Un rite de guérison pour la mémoire de la femme incestuée**

Les rencontres	Étape du rite	Objectifs généraux
Une mise en marche	La séparation	La femme s'isole du monde extérieur pour prendre conscience de sa perception de soi et de son estime de soi. Elle choisit déjà la voie symbolique pour l'aider à connaître son enfant intérieur.
Une exploration symbolique	La marge	La femme blessée doit apprendre avec l'aide du symbole à écouter les messages venant de son inconscient. Elle est capable d'identifier les contenus psychiques refoulés et les sentiments non exprimés.
Un temps d'arrêt productif	La marge	La femme agressée utilise « le symbolisé » pour devenir créatrice d'elle-même et ainsi être capable de dévoiler des secrets intimes. La personne travaille le passé pour l'intégrer à son présent et façonner son futur.
Une révélation intérieure	L'agrégation	La femme incestuée découvre la sérénité, la joie de vivre, la confiance en soi et aux autres. Elle se donne la chance de renaître à une nouvelle vie en faisant le deuil de l'expérience de l'inceste.



Le rite de guérison se vit comme un rite de passage qui permet de réintégrer les matériaux enfouis dans l'inconscient et de faire cheminer la personne vers son épanouissement, c'est-à-dire l'individuation. Le rite de guérison est un puissant outil de changement personnel et collectif qui, comme tout rite de passage, respecte la structure mise en lumière par Van Gennep. Dans un rite de guérison, l'accompagnement a pour but de soigner l'être et de le reconnecter avec sa source de lumière, le Soi, avec possibilité d'ouverture à la dimension spirituelle. La clé de la transformation, c'est d'intégrer le passé dans le présent et de construire le futur en vue d'une vie meilleure.

## CONCLUSION

*La majorité des gens croient que nous recherchons un sens à notre vie. Je ne pense pas que tel soit le cas. Je crois que ce que nous cherchons, c'est faire l'expérience de nous sentir vivants, ce qui suppose que nos expériences de vie sur le plan purement physique soient en résonance avec notre réalité la plus profonde et la plus intime; alors nous pouvons ressentir l'extase d'être vivants. (Joseph Campbell)<sup>339</sup>*

### **Synthèse du parcours de la recherche**

Tout au long de ce travail de recherche, j'ai porté mon regard sur des femmes adultes submergées par l'effroi à cause d'un acte criminel à caractère sexuel, l'inceste, qu'elles n'auraient jamais voulu vivre au cours de leur première enfance. Le premier objectif de la thèse était d'échanger avec d'autres femmes auxquelles la vie me liait désormais en raison des souffrances qui nous étaient communes. Le temps d'exploration s'est réalisé un peu à la manière d'un foreur qui dans une mine travaille à en extraire les matières brutes et précieuses. La patience, la confiance, le temps et l'utilisation du symbole dans un rite de passage ont été des éléments très utiles pour aider les femmes à dévoiler les éléments enfouis depuis longtemps dans leur mémoire corporelle.

Suite aux résultats de l'observation, j'ai réalisé que pour vivre le deuil de cette expérience traumatisante et par le fait même renaître à la vie, les femmes adultes ont avantage à utiliser le

---

<sup>339</sup> Labonté Marie-Lise et Bornrmisza, *Guérir grâce à nos images intérieures*, Montréal : Les Éditions de l'Homme, 2006, p. 9.

symbole dans un rite de passage leur permettant de révéler les moments douloureux et de se reconnecter à leur source de lumière, le Soi.

Les pointes de l'observation ont permis l'élaboration d'un cadre théorique articulé autour des trois pôles suivants : la notion de symbole, le schéma de la personne humaine en psychologie des profondeurs et le rite de passage. La stratégie symbolique utilisée dans le rituel a permis aux femmes victimes d'entrer en relation consciente avec l'inconscient et le Soi afin de libérer, grâce au symbole, la charge émotionnelle liée à leur histoire. Le langage symbolique a permis d'exprimer un vécu silencieux et tabou et par le fait même de faciliter l'écriture du récit de vie. L'interprétation des rêves, de la poésie et du dessin constitue une ressource supplémentaire utile pour comprendre la dynamique psychique et corporelle vécue par la femme désirant se transformer et se développer pleinement.

La même grille d'analyse symbolique a servi ensuite à relire certains récits anciens tirés de la mythologie et de la Bible. Nous nous sommes rendu compte que ces récits projettent un éclairage profitable sur le drame vécu par les femmes et la démarche qu'elles ont effectuée après avoir subi l'inceste. La corrélation des éléments contenus dans les différents récits nous permet de croire qu'une libération ou encore une renaissance est possible grâce à un accompagnement rituel et symbolique permettant aux femmes de se libérer de leur état de survivante.

Par la suite, le modèle conceptuel fut transposé en un projet d'accompagnement rituel et symbolique que j'ai intitulé *un rite de guérison pour la mémoire corporelle de la femme incestuée : mourir au silence pour renaître à la vie*. Le contenu des quatre rencontres a été élaboré à partir des expériences types présentées au deuxième chapitre. Quatre étapes se profilent : 1) *la mise en route* :

la prise de conscience d'une crise identitaire et l'acceptation de se mettre en marche pour expérimenter une démarche rituelle et symbolique; 2) *le regard porté sur la blessure* : l'exploration de l'univers inconscient par le truchement du symbolisme et la découverte du Soi, une force insoupçonnée; 3) *un temps d'arrêt productif* : l'écriture du récit de vie, la mise à profit d'un rêve récurrent, d'un dessin ou encore d'un poème; 4) *la prise de conscience d'un épanouissement déjà en cours* : l'accomplissement de soi par le lâcher-prise et la découverte de ressources intérieures insoupçonnées. La suite de la démarche rituelle et symbolique, toutes les femmes ont été capables de dire : « Je suis fière d'être ce que je suis aujourd'hui. » Elles se sont réconciliées avec elles-mêmes.

Personnellement, le projet m'a permis, tout comme aux autres victimes, d'exprimer ce qui est indicible, de faire le deuil de ce drame odieux qu'est l'inceste et de retrouver un sens à la vie.

Le tableau suivant illustre bien les étapes du parcours de la recherche en théologie pratique qui a conduit à la proposition d'un modèle d'accompagnement rituel et symbolique.

**Tableau XXII - Le parcours de la recherche en théologie pratique**

<p><b>L'observation</b></p>	<p>Huit femmes adultes ayant vécu l'inceste au cours de leur enfance</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) La personnalité</li> <li>2) L'ombre de la personnalité</li> <li>3) La dimension spirituelle de la personnalité</li> <li>4) La renaissance</li> </ol>
-----------------------------	--	--

<p><b>La problématisation</b></p>	<p>Les sciences humaines</p> <p>Les femmes qui vivent une grande souffrance, souvent inexprimée, peuvent profiter grandement, sur la base d'une approche holistique de la personne humaine, d'un accompagnement qui, à travers un parcours symbolique, leur permet de raconter leur histoire et éventuellement de « renaître à la vie.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Le langage symbolique</li> <li>2) La psychologie analytique</li> <li>3) Les rites de passage</li> </ol>
<p><b>L'interprétation</b></p>	<p>Les traditions des Sages</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Le mythe de Nyctiméné</li> <li>2) Le mythe des Indiens de Tatuyos</li> <li>3) Un récit miroir tiré de la Bible (2 Samuel 13)</li> <li>4) La guérison d'une hémorroïsse et la résurrection de la fille de Jaire (Marc 5, 21-43)</li> </ol>
<p><b>L'intervention</b></p>	<p>Une proposition d'un modèle de parcours rituel et symbolique.</p> <p><i>Un rite de guérison pour la mémoire corporelle de la femme incestuée : « mourir au silence pour renaître à la vie. »</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) La mise en route (la séparation)</li> <li>2) L'exploration symbolique de la blessure (la marge)</li> <li>3) Un temps d'arrêt productif (la marge)</li> <li>4) La prise de conscience d'un épanouissement déjà en cours (l'agrégation)</li> </ol>

<b>La prospective</b>	Des stratégies concrètes	1) Les centres pour femmes 2) D'autres voies de recherche 3) Le milieu universitaire
-----------------------	--------------------------	--

### **Une prospective : un chantier ouvert et prometteur**

La démarche de ma thèse n'émet aucun diagnostic, elle ne prescrit pas de médicaments, elle ne suggère pas de traitement... Elle ne fait qu'offrir une information pertinente susceptible de permettre à la personne concernée de comprendre les messages de son monde intérieur et de découvrir en elle des pouvoirs naturels d'intervention qu'elle méconnaissait auparavant.

1. C'est pourquoi il y aurait profit à faire une place à une démarche holistique incluant la dimension symbolique et ouverte à la spiritualité, pour compléter les diverses thérapies de nombreux professionnels, psychologues, infirmières, médecins, travailleurs sociaux, agents (es) de pastorale, etc., intervenant déjà auprès des femmes qui ont vécu l'inceste.
  
2. Plusieurs autres personnes vivent un déséquilibre physique, psychologique, spirituel et social en raison de drames similaires. Les femmes violées et violentées même à l'âge adulte, les personnes agressées par un pédophile, y compris les jeunes garçons abusés, ont de la difficulté à vivre le deuil de l'expérience douloureuse vécue durant l'enfance. J'ai la conviction qu'un parcours rituel et symbolique analogue, judicieusement adapté aux diverses situations, pourrait être bénéfique en tant que stratégie d'intervention.

3. Enfin, il n'est pas exclu que certaines disciplines universitaires puissent s'intéresser aux perspectives ouvertes par la présente thèse : en autres, la médecine, les sciences infirmières, la formation des maîtres, le travail social, l'éthique, etc.

## BIBLIOGRAPHIE

- Aeppli, Ernest, *Les rêves*, Paris : Éditions Payot, 1967, 309 p.
- Baudouin Jean-Louis, Renaud, Yvon, *Codes civils*, Wilson et Lafleur : Montréal, 1992, 1361 p.
- Beaudoin, Renaud et al., *Code civil*, Montréal : Wilson J. Lafleur Limitée, 1994, 1447 p.
- Bauer, Olivier, « Pour être efficaces, les rites de guérison ont-ils besoin des dieux », dans *La nouvelle revue d'ethnopsychiatrie*, Vol. 30, mai 1996, p. 5, vu le 29 août 2013.
- Benoît, Éric, « Un enjeu de l'esthétique mallarméenne : la poésie et les sens du monde », dans *Romantisme*, n. 111, 2001, p. 107- 120.  
[http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/roman\\_00488593\\_2001\\_num\\_31\\_111\\_100](http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/roman_00488593_2001_num_31_111_100)
- Bertaux, Daniel, *Le récit de vie : l'enquête et ses méthodes*, Paris : Arman Colin, 2005, 127 p.
- Bidou, Patrice, *À propos de l'inceste et de la mort : un mythe des Indiens Tatuayo du Nord-Ouest de l'Amazonie*, sous la direction de M. Izard et P. Smith, Paris : Éditions Gallimard, 1979, 31 p.
- Bonté, Pierre, Izard, Michel, *Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie*, Paris : Éditions Quadrige, 2000, 842 p.
- Bouchard, Nicole, *Quand une femme devient mère*, Québec : Fides, 1997, 228 p.
- Bousquet, François, *Le rite*, Paris : Beauchesne, 1981, 246 p.
- Canfield, Jack, Hansen, Mark Victor, *Un premier bol de bouillon de poulet pour l'âme : 88 histoires qui réchauffent le cœur et remontent le moral*, Montréal : Éditions Sciences et Culture, 1997, 273 p.
- Cassirer, Ernst, *Écrit sur l'art*, Paris : Les Éditions du Cerf, 1995, 267 p.
- Cassirer, Ernst, *Essai sur l'homme*, Paris : Les Éditions de Minuit, 1975, 336 p.
- Catéchisme de l'Église catholique*, Ottawa, Conférence des évêques du Canada, 1993, 844 p.
- Cercle de Psychologie Analytique de Montréal, *Transformation(s) : Introduction à la pensée de Jung*, Montréal : Éditions de l'Aurore, 1977, 166 p.
- Chevalier, J. et Gheerbrant, A. *Dictionnaire des symboles*, Paris : R. Laffont/Jupiter, 1982, 1060 p.
- Chetwynd, Tom, *Le dictionnaire des rêves*, Paris : Seghers, 1975, 315 p.
- Cheverny Julien, *L'interdit sexuel : les jeux du relatif et du variable*, Paris : Hermann, 2013, 304 p.



Cocagnac, Maurice, *La Parole et son miroir: les symboles bibliques*, Paris : Cerf, 1994, 238 p.

Commission de réforme du droit du Canada, *Droit pénal : infractions sexuelles*, document 22, Ottawa, Commission de réforme du droit du Canada, 1978, 66 p.

Héritier, Françoise, Naouri, Aldo, Cyrulnik, Boris, « Le sentiment incestueux », dans *de l'inceste*, Paris : Éditions Odile Jacob, 1994, 224 p.

Daco, Pierre, *L'interprétation des rêves : symbolisme et signification profonde*, Verviers : Marabout, 1979, 318 p.

D'Allondas, Goguel, *Rites de passage, rites d'initiation : lecture d'Arnold Van Gennep*, Québec : Les Presses de l'Université Laval, 2002, 146 p.

Davy Marie-Madeleine, « Expérience spirituelle », dans *Liturgie, Foi et Culture*, Vol. 29, numéro 143, Ottawa : Services des Éditions C.E.C.C., 1995,

De Decker, Jacques, « Le poète dans la cité », dans *Cahiers internationaux de symbolisme*, n. 89-90-91, Centre interdisciplinaires d'Études Philosophiques de l'Université de Mons S.I. : Mons., 1998

De Lannoy Jacques-Dominique, Feyereisen, Pierre, *L'inceste*, Paris : Presses Universitaires de France, 1992, 127 p.

De la Rocheterie, Jacques, *La symbologie des rêves*, Paris : Imago, 1984, 256 p.

De Saint-Exupéry, Antoine, *Le Petit Prince*, Paris : Gallimard, 1999, 93 p.

Deslauriers, Jean-Pierre, Mayer, Robert, « Quelques éléments d'analyse qualitative : l'analyse de contenu, l'analyse ancrée, l'induction analytique et le récit de vie », dans *Méthodes de recherche en intervention sociale*, Montréal : Gaétan Morin, 2000, 409 p.

Donegamin, Jean-marie, « Les récits de vie », dans Routhier, Gilles et Viau, Marcel, dans *Précis de théologie pratique*, Montréal : Novalis, 2004, 818 p.

Dubois, Alain, *Code criminel et lois connexes*, Cowansville : Les Éditions Bais, 1977, 1809 p.

Église Catholique, *Catéchisme de l'Église catholique*, Ottawa : Conférence des évêques catholiques du Canada, 1993, 676 p.

Ellenberger, Henri Frédéric, *Histoire de la découverte de l'inconscient*, Paris : A. Fayard, 1994, 974 p.

Estés, Clarissa Pinkola, *Femmes qui courent avec les loups : histoires et mythes de l'archétype de la femme sauvage*, Paris : B. Grasset, 1996, 763 p.

Fondation Marie-Vincent, Activités de la fondation, Salle de Presse, Sondage 2004.  
<http://www.marie-vincent.org/francais/salle-de-presse/sondages/sondage-2004.html>

Freud, Sigmund, *Introduction à la psychanalyse*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, (c1916), 1965, 444 p.

Freud, Sigmund, « Totem et tabou », dans De Lannoy, Jacques-Dominique, Feyereisen, Pierre, Bischof, Norbert, *L'inceste un siècle d'interprétations*, Lausanne : Delachaux et Niestlé, (c1913), 1996, 283 p.

Freud, Sigmund, *La naissance de la psychanalyse : lettres à Wilhelm Fliess, notes et plans*, Paris : Presses universitaires de France, Traduit de l'allemand par Françoise Kahn et François Robert, 1969, 424 p.

Freud, Sigmund, *Les rêves : la voie royale de l'inconscient*, Paris : R. Laffont, 1979, 318 p.

Freud, Sigmund, *L'interprétation des rêves*, Paris : Presses universitaires de France, 1926 et 1967, 573 p.

Fromm, Éric, *Le langage oublié : introduction à la compréhension des rêves, des contes et des mythes*, Paris : Petite Bibliothèque Payot, 1975, 210 p.

Gabaude, Jean-Marc, *La réalité de l'âme : structure et dynamique de l'inconscient*, Tome 1, Paris : Livre de poche, 1998, 1184 p.

Gagnon, Denis, « Des rites et de leur créativité », dans *Prêtre et pasteur*, mai 2007, p. 1 mis en ligne sur <http://www.ipastorale.ca/formation/professeurs/dgagnon.htm>, vu le 18 août 2013.

Gauquelin, Michel; Gauquelin, Françoise, *La psychologie moderne de A a Z*, Paris : Centre d'étude et de promotion de la lecture, 1971, 544 p.

Genty, Monique, *L'être et l'écriture dans la psychologie jungienne*, Paris : Masson, 1991, 151 p.

Girard, Marc, « La notion de symbole et les choses symboliques », dans *Les symboles dans la Bible : essai de théologie biblique enracinée dans l'expérience humaine universelle*, Tome1, Montréal : Bellarmin-Cerf, Montréal : Paris, 1993, 1026 p.

Gouvernement du Québec, *La charte des droits et liberté de la personne*, Québec : Les publications du Québec, 2001, 47 p.

Greimas, Algirdas Julien, *Sémiotique et sciences sociales*, Paris : Éditions du Seuil, 1976, 215 p.

Grünbaum, Adolf, *Les fondements de la psychanalyse : une critique philosophique*, Paris : Presses universitaires de France, 1996, 463 p.

Gugenheim-Wolff, Anne, *Carl Gustav Jung : historien de l'inconscient*, Paris : Éditions de Vecchi, 2001, 120 p.

- Hainard, Jacques, et Kaehr, Roland, *Naître, vivre et mourir : actualité de Van Gennep*, Neuchâtel : Suisse, 1981, 189 p.
- Hannah, Barbara, *Jung, sa vie et son œuvre*, Paris : Dervy-Livres, 1989, 460 p.
- Haar, Michel, *Introduction à la psychanalyse, Freud : Analyse critique*, Paris : Hatier, 1973, 57 p.
- Haesevoets, Yves-Hiram L., *L'enfant victime d'inceste : de la séduction traumatique à la violence sexuelle*, Belgique : Éditions de Boeck et Larcier, 2003, 289 p.
- Hameline, Jean-Yves, « Les rites de passage d'Arnold Van Gennep », *La Maison-Dieu*, n. 4, Paris : Les Éditions du Cerf, 2001, 190 p.
- Hébert, François, *Dans le noir du poème*, Montréal : Fides, 2007, 221 p.
- Héritier, Françoise, *Les deux soeurs et leur mère*, Paris?: Odile Jacob, 1994, 376 p.
- Humeau, Magali, « Rites de passage, rites d'initiation. Lecture d'Arnold Van Gennep », dans *Esprit Critique*, vol. 06, n. 03, été 2004, p. 237, consulté sur internet : <http://www.espritlecritique.org>, vu le 20 août 2014.
- Jacobi, Jolande, *La psychologie de C.G. Jung*, Genève : Éditions du Mont Blanc, 1964, 259 p.
- Jeffrey, Denis, « Approches symboliques de la mort et ritualités », dans *Frontières*, Vol. 6, n. 3, 1994, p. 9-12.
- Jeffrey, Denis, *Éloge des rituels*, Québec : Presses de l'Université Laval, 2003, 230 p.
- Jung, Carl Gustav, *Aïon : études sur la phénoménologie du soi*, Traduit de l'allemand par Étienne Perrot et Marie-Martine Louzier-Sahler, Paris : Édition Albin Michel, 1983, (c1997), 332 p.
- Jung, Carl Gustav, *Correspondance 1950-1954*, Paris : Albin Michel, 1992, 312 p.
- Jung, Carl Gustav, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Traduit de l'allemand, préfacé et annoté par le docteur Roland Cahen, 2004, (c1964), Paris : Gallimard, 1964, 334 p.
- Jung, Carl Gustav, *La guérison psychologique*, Préface et adaptation du Dr. Roland Cahen, Genève : Georg, 1987, (c1953), 342 p.
- Jung, Carl, Gustav, *La vie symbolique : psychologie et vie religieuse*, Traduit de l'allemand par Claude Maillard et Christine Pflieger-Maillard; avant propos de Michel Cazenave, Paris : Édition Albin Michel, 1989, 268 p.
- Jung, Carl.Gustav., *L'homme à la découverte de son âme : structure et fonctionnement de l'inconscient*, Préface et adaptations par le Dr Roland Cahen, Paris : Petite Bibliothèque Payot, (c1962), 1967, 352 p.

Jung, Carl Gustav, *L'homme et ses symboles*, M.-L. Von Franz, Joseph L. Henderson, Jolande Jacobi, Aniéla Jaffé; Introduction par John Freeman, Paris : Laffont, 1990, (c1964), 320 p. Titre original : *Man and his symbols*.

Jung, Carl Gustav, « Ma vie » dans, *Souvenirs, rêves et pensées* recueillis et publiés par Aniéla Jaffé. Traduit de l'allemand par le Dr Roland Cahen et Yves Le Lay avec la collaboration de Salomé Burckardt, Paris : Gallimard, 2002, (c1966 et 1973), 532 p.

Jung, Carl Gustav, *Métamorphose de l'âme et ses symboles : analyse des prodromes d'une schizophrénie*, préface et traduction d'Yves Le Lay, Paris : Librairie générale française 1996, (c1953-1993), 770 p.

Jung, Carl. Gustav., *Psychologie de l'inconscient*, Genève : Librairie de l'Université de Georg, 1978, (c1952), 220 p.

Jung, Carl. Gustav., *The Structure and Dynamics of the Psyche*, dans The Collected Works, VIII, 4<sup>ième</sup> impression, The British Journal of Psychiatry, Hull. London : Routledge & Kegan Paul, 1960, 588 p.

Jung, Carl. Gustav., *Types psychologiques*, Genève : Georg, (c1950-1958), 1983, 506 p.

Kélada, Henri, *Les délits sexuels*, Montréal : Éditions Aquila, 1975, 127 p.

Kieser 'l Baz, Illel, *Inceste et pédocriminalité, crimes contre l'humanité*, Montréal : Fondation littéraire fleur de lys, 2006, 354 p.

Labonté, Marie-Lise, *Guérir grâce à nos images intérieures*, Montréal : Les Éditions de l'Homme, 2006, 266 p.

Laugel, Michel, *Mythologie : mythes et légendes du monde entier*, Paris : Éditions de Lodi, 2006, 528 p.

Landry, Blanche, *Le secret de Blanche*, Québec : Les Éditions de l'Homme, 1999, 282 p.

Landry, Blanche, Psychothérapeute, citations d'éveil, [www\\_blanchelandry.com/](http://www.blanchelandry.com/)

Lapassade, Georges, *L'entrée dans la vie : essai sur l'inachèvement de l'homme*, Paris : Éditions de Minuit, 1963, 256 p.

Laplanche, Jean, et Pontalis, Jean-Baptiste, et al., *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris : Presses universitaires de France, 3<sup>e</sup> édition, 1970, 525 p.

Laupies, Vincent, *Les quatre dimensions de l'inceste : compréhension factuelle, psychique, systémique et éthique ; approche intégrative de la thérapie chez l'adulte*, Paris : L'Harmattan Inc., 2000, 235 p.

- Le Coran*, Préface par J. Grosjean, traduction de D. Masson, Paris : Gallimard, 1967, 1087 p.
- Lévi-Strauss, Claude, *Les structures élémentaires de la parenté*, Paris : Mouton & Co., 1967, 591 p.
- Maisch, Herbert, *L'inceste*, Paris : Laffont, 1970, 237 p.
- Makarius, Raoul et Laura Lévi, « Essai sur l'origine de l'exogamie et de la peur de l'inceste », dans la revue *l'Année sociologique*, 3e série, Paris : Les Presses universitaires de France, 1955-1956, 382 p.
- Mangenot, E., *Dictionnaire de théologie catholique*, Tome 7, Paris : Letouzey et Ané, 1923, p. 1540-1556.
- Marcil, Yvan, « Les remontées de l'inconscient dans la prière de recentrement de Thomas Keating », dans *Prier Dieu dans un monde sans Dieu*. Sous la direction de Richard Bergeron, Nicole Bouchard, Jean-Claude Breton. Montréal, Médiaspaul, 2006, 220 p.
- Marois, Michele, R. et Messier, Camille, *L'inceste: une histoire à trois et plus: apprendre à les aide: cahier*, Québec : Le comité, Ministère de la Justice, 1982, 171 p.
- Masquelier, Ysé, « Les visages du symbole : rencontre entre l'analyse Jungienne et le yoga », dans *Corps et langage*, Tome 7, 1986, 44 p.
- Miller, Alice, *Notre corps ne ment jamais*, Paris : Flammarion, 2004, 220 p.
- Ministère de la santé et des services sociaux, *Orientations gouvernementales en matière d'agression sexuelle*, Québec : Gouvernement du Québec 2001, 90 p.
- Ministère de la santé publique, *Statistiques 2005 sur les agressions sexuelles au Québec*, novembre 2006, 28 p.
- Ministère de la sécurité publique du Québec, *Statistiques 2009 sur les agressions sexuelles au Québec*, 2011, pp. 1-62, sur le site internet suivant : <http://www.securitepublique.gouv.qc.ca>, vu le 5 septembre 2011.
- Monbourquette, Jean, *Apprivoiser son ombre : le côté mal aimé de soi*, Ottawa: Édition Novalis, 2003, 182 p.
- Monbourquette, Jean, *De L'estime de soi à l'estime du Soi : de la psychologie à la spiritualité*, Montréal : Novalis, 2002, 224 p.
- Monbourquette, Jean, *Le guérisseur blessé*, Montréal : Éditions Novalis, 2009, 126 p.
- Morin, Edgar, *Mes démons*, Paris : Stock, 1994, 330 p.
- Mucchielli, A. *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines et sociales*, Paris : Armand Collin, 1996, 275 p.

- Nachim, Claude, *Sigmund Freud : sa vie, son génie, ses limites*, Paris : Boréal, 2010, 319 p.
- Nadeau, Jean-Guy, Golding, Carole, Rochon, Claude, *Autrement que victime : Dieu, enfer et résistance chez les victimes d'abus sexuels*, Montréal : Les Éditions Novalis, 2012, 335 p.
- Nadeau, Jean-Guy, *Précis de théologie pratique*, sous la direction de Gilles Routhier et Marcel Viau, Bruxelles : Novalis, 2004, 819 p.
- Nadeau, Jean-Guy, « La problématisation en praxéologie pastorale », dans *La praxéologie pastorale: orientations et parcours*, Tome 1, Cahiers d'études pastorales 4, Montréal : Fides, 1987, 260 p.
- Nadeau, Jean-Guy, « Prier pour survivre. La prière des victimes et des survivantes d'abus sexuels » dans *Prier Dieu dans un monde sans Dieu*, Ottawa, Médiaspaul, 2006, 220 p.
- Naouri, Aldo, « Un inceste sans passage à l'acte », dans *de l'inceste*, Paris : Éditions Odile Jacob, 2000, 224 p.
- Naz, Raoul, *Traité de droit canonique*, Tome IV, Paris : Éditions Letouzey et Ané, 1955, 834 p.
- Odile, Mary, *L'inceste de l'autre côté du miroir, du fil du rasoir au fil de la tendresse*, France : Éditions Quintessence, 2006, 250 p.
- Odoul, Michel, *Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir*, Paris : Éditions Albin Michel, 2006, 205 p.
- Oliviéro, P. T. Orel, « L'expérience rituelle », dans *Recherches de sciences religieuses*, Vol. 78, n. 3, juillet-septembre 1990, p.?
- Paiva Couceiro, Maria de Loreto, « Libérer les souvenirs, reconnaître les convergences et oser de nouveaux chemins », dans *La formation au cœur des récits de vie: Expériences et savoirs universitaires*, Montréal : Édition L'Harmattan, 2000, 314 p.
- Parat, Hélène, *L'inceste*, Paris : Presses universitaires de France, 2004, 127 p.
- Pineau, Gaston, Le Grand, Jean-Louis, *Les histoires de vie*, Paris : Presses universitaires de France, 1993, p. 85.
- Poujol Jacques et Claire, *Manuel de relation d'aide; l'accompagnement spirituel et psychologique*, La Pégude de Mazenc : Éditions Empreinte Temps Présent, 1996, 436 p.
- Québec [province], Ministère de la Justice, *Code Civil du Québec*, Sainte-Foy : Publications du Québec, 2007, 45 p.
- Raimbault, Ginette, Ayoun, Patrick, Massardier, Luc, *Questions d'inceste*, Paris : Éditions Odile Jacob, 2005, 310 p.
- Rancourt, Benoît, *Sortir du passé : comment guérir de nos blessures d'enfance*, Québec : Les Éditions Québécois, 2006, 213 p.

- Regina Sara Ryan, *L'insoutenable absence*, Montréal : Éditions de l'Homme, 1995, 228 p.
- Ries, Julien, « Les rites d'initiation et le sacré », dans *Acte du colloque de Liège et de Louvain-La-Neuve*, 20-21 novembre 1984, (Homo religiosus), Louvain : Centre d'histoire des religions, 1986, 560 p.
- Rivière, Claude, *Les rites profanes*, Paris : Les presses universitaires de France, 1995, 261 p.
- Rouyer, Michelle, et Drouet, Marie, *L'enfant violenté, des mauvais traitements à l'inceste*, Paris : Bayard, 1994, 248 p.
- Rudhardt, Jean, *De l'inceste dans la mythologie grecque*, version conservé dans la mythologie vaticane, *Revue française de psychanalyse*, Vol. 46, n. 4, 1981, p. 731-761.
- Rugira, Jeanne-Marie, « Pouvoir procréateurs de l'histoire de vie: entre la crise et l'écrit », dans *La formation au cœur des récits de vie : expériences et savoirs universitaires*, Montréal : Édition L'Harmattan, 2000, 314 p.
- Savoie-Zajc, « L'entrevue semi-dirigée », dans *recherche sociale de la problématique à la collecte des données*, Québec : Presses de l'université Laval, 2003, 619 p.
- Saxe, Brenda J., *De victime à survivante: un modèle de traitement de groupe pour les survivantes d'inceste*, Université d'Ottawa (Ontario), Santé Canada, 1993, 188 p.
- Sédillot, Carole, *ABC de la psychologie Jungienne*, Paris : Éditions Grancher, 2003, 362 p.
- Ségalen, Martine, *Rites et rituels contemporains*, 2<sup>e</sup> éd., Paris : Armand Colin, 2009, 125 p.
- Sergi, Christina, *Croissance spirituelle et processus du devenir Soi*, Thèse de doctorat, Université de Montréal, Montréal, 2008, 377 p.
- Sergi, Christina, *L'ouverture : un parcours spirituel pour devenir Soi*, Montréal : Les Éditions Novalis, 2011, 161 p.
- Sgroi, Suzanne M. *L'agression sexuelle et l'enfant : Approche et thérapies*, Saint-Laurent : Éditions du Trécarré, 1986, 427p.
- Szabo, Denis, « L'inceste en milieu urbain, étude de la dissociation des structures familiales dans le département de la Seine », dans *Revue l'année sociologique*, troisième série, Vol. 7, Paris : Les Presses Universitaires de France, 1958, p. 27-93. Sur le site des classiques des sciences sociales : [http://www.uqac.ca/Classiques\\_des\\_sciences\\_sociales/](http://www.uqac.ca/Classiques_des_sciences_sociales/)
- Société internationale de droit canonique et de législations religieuses comparées Université St-Paul, (Ottawa). Faculté de droit Canonique. Institut catholique de Paris. Faculté de droit canonique. *Code de droit Canonique*, Paris : Édition du Centurion, 1984, 362 p.
- Solaire, Pascale, *Le mur du silence : La victime incestuée*, Lieu? Éditions Privat, 2002, 142 p.

Sylvestre, Daniel, « Nouveauté à travers la répétition », dans *Liturgie, foi et culture*, Vol. 29, n. 142, 1995, pages?

Van Gennep, Arnold, *Les rites de passage : étude systématique des rites de la porte et du seuil, de l'hospitalité...*, Paris : Édition Picard, 1969, 288 p.

Von Franz, Marie-Louise, *C.G. Jung, son mythe en notre temps*, Paris : Buchet/Chastel, 1975, 345 p.

Von Franz, Marie-Louise, *Reflets de l'âme : les projections : recherche de l'unité intérieure dans la psychologie de C.J. Jung*, Paris : Éditions Entrelacs, 1992, 269 p.

Vastel, Michel, *Briser le silence*, Outremont, Québec : Libre expression, 2005, 314 p.

Wyczynski, Paul, *Poésie et symbole*, Montréal : Librairie Deom, 1965, 253 p.

Xiberras, Martine, *Pratique de l'imaginaire : lecture de Gilbert Durand*, Canada : Les presses de l'université Laval, 2002, 178 p.



**ANNEXE 1**  
**DÉCLARATION D'HONNEUR**

Je, soussigné(e) \_\_\_\_\_, à titre de \_\_\_\_\_ pour le projet de recherche **Un rite de guérison pour la mémoire corporelle de la femme incestuée. Mourir au silence pour renaître à la vie** m'engage à respecter le caractère confidentiel de toute information nominative à laquelle j'aurai accès dans le cadre du projet de recherche ci-haut mentionné et à ne pas divulguer, reproduire ou utiliser, d'une quelconque manière, cette information autrement que pour les fins pour lesquelles elle m'est communiquée.

Je m'engage également à respecter la *Politique d'éthique de la recherche avec des êtres humains* de l'Université du Québec à Chicoutimi, *l'Énoncé de politique des trois Conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains* ainsi que la loi et les règles de l'art en matière d'éthique de la recherche avec des êtres humains et ce, tant au niveau de la cueillette d'information confidentielle, de son traitement que de sa diffusion.

J'ai signé à \_\_\_\_\_, ce \_\_\_\_ jour du mois de \_\_\_\_\_ de l'an \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Nom

\_\_\_\_\_  
Signature

\_\_\_\_\_  
Adresse

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Téléphone

\_\_\_\_\_  
Courriel

\_\_\_\_\_  
Témoïn (Nom)

\_\_\_\_\_  
Signature

**ANNEXE 2**  
**DÉCLARATION DE CONSENTEMENT**

**DESCRIPTION DU PROJET**

Depuis quelques années le nombre de dénonciations de femmes qui ont vécu l'inceste ne cesse d'augmenter considérablement. Les femmes adultes qui ont vécu l'inceste lors de l'enfance et qui ont conservé ce secret depuis dix, vingt ou trente ans ont le désir de se libérer de ce lourd fardeau. Les chercheurs qui se sont penchés sur la possibilité de ne plus seulement prendre soin du corps mais bien de guérir l'âme de la femme incestuée par une démarche spirituelle semblent rares dans les services existant présentement dans la région. Il semble y avoir un manque d'outils pour accompagner ces femmes. Il ne faut plus entendre dire : « C'est du passé, oublie tout cela et passe à autre chose. » Comment sortir de ce passé qui contamine sans cesse notre présent? Comment nous libérer des émotions imprimées dans notre mémoire corporelle et qui nourrissent notre personnalité? Voilà le défi qui nous est lancé dans cette recherche : nous documenter, analyser et évaluer la possibilité de nouveaux outils pour permettre la réintégration de la femme incestuée en tant que sujet humain.

Je, soussignée, \_\_\_\_\_, accepte de participer librement à la recherche de Francine Gaudreault portant sur le message corporel des femmes adultes ayant vécu l'inceste.

Il m'a été expliqué que le but de la recherche était d'écrire une biographie en faisant part de mon vécu en tant que femme incestuée. J'autorise l'enregistrement sur audio des différentes entrevues individuelles, d'une durée d'une heure et demie et au nombre de quatre, qui seront menées par la chercheuse elle-même. Le questionnaire portera sur les différents souvenirs d'enfance, les relations sociales et familiales, la maladie, la sexualité, etc. Un désavantage possible associé à ma participation à cette recherche serait de me rappeler des épisodes désagréables de certaines relations soit avec mes parents, mes frères et sœurs ou avec mes proches. Si un suivi professionnel devenait nécessaire, Mme Gaudreault m'assure une aide psychologique, M. Magella Potvin, psychologue demeurant à Chicoutimi dont les coordonnées sont le 543-1996 pour deux séances de consultation.

Suite à l'écriture de mon récit de vie je réaliserai avec la chercheuse un rituel de guérison qui me permettra de créer avec des symboles le chef d'œuvre humain que je désire devenir pour l'avenir. La confidentialité de même que mon anonymat me sont assurés tout au long de la recherche ainsi qu'une fois terminée. Seul le chercheur aura accès au questionnaire biographique et cette déclaration de consentement sera classée à part pour que l'on ne puisse y retrouver mon nom. Les résultats de cette recherche pourront éventuellement servir à fournir de nouveaux outils aux différents cadres professionnels qui désirent améliorer la condition de vie de la femme ayant vécu l'inceste.

Ayant pris connaissance de ce qui précède, j'autorise Francine Gaudreault à utiliser pour sa recherche les informations recueillies lors des entrevues que nous aurons eues tout au long de la durée de ce projet. Par ailleurs, j'ai été informée par la responsable du projet, qu'en tout temps, je pourrai me retirer de ce dernier.

ENTENTE LUE ET SIGNÉE, CE \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Signature de la chercheuse

\_\_\_\_\_  
Signature de l'informatrice

Pour recevoir des informations supplémentaires sur cet engagement de votre part, nous vous invitons à communiquer avec Mme Francine Gaudreault, chercheuse principale sur cette recherche (542-7910) ou encore M. Marc Girard (545-5011 poste 5290)