

MARIE-NOËLLE MASTON-LERAT

(Psychologue, Psychothérapeute)

# LES FONDATIONS DE L'ÊTRE

*Conception, naissance, première année :  
le projet-sens, une période décisive pour la vie.*

 Editions  
Quintessence

**Du même auteur :**

*Psychogénéalogie, relation à l'argent et réussite*, Éditions Quintessence,  
2006.

© 2008 — Éditions Quintessence

SARL Holoconcept

Rue de la Bastidonne — 13678 Aubagne Cedex — France

Tél. (+33) 04 42 18 90 94 — Fax (+33) 04 42 18 90 99

[www.editions-quintessence.com](http://www.editions-quintessence.com)

*Tous droits de reproduction et de traduction réservés pour tous pays.*

ISBN 978-2-913281-98-1

*À Aline, Charles et Noémie*



## REMERCIEMENTS

Merci aux patients, qui m'ont tant appris et m'ont permis d'approfondir cette réflexion sur les prémices de la vie.

Merci également à mon amie Anne Duquesne pour sa précieuse collaboration.



## PRÉFACE

Enfanter ne va pas de soi. Contrairement à ce que nous apprenons à l'école, il ne suffit pas qu'un spermatozoïde pénètre un ovule, dans une matrice en état de fonctionner, pour qu'apparaisse un être humain. Un humain naît d'abord du « projet » d'une femme et d'un homme. Certes, ce projet n'est pas aussi simple qu'on pourrait le croire... Comme dit Boris Cyrulnik, « lorsque le spermatozoïde de votre père a pénétré l'ovule de votre mère, ça ne pouvait donner qu'un être humain, pas un chat, ni un vélomoteur. Mais ça n'était en rien prédestiné à devenir vous. Pour donner telle personne réelle, il faut toute la condition humaine, la mémoire, la culture, l'histoire, le contexte, la relation. La moindre variation de l'environnement modifie l'expression de nos gènes. » Parmi les innombrables variations possibles, le long, patient et remarquable travail de Marie-Noëlle Maston-Lerat vient nous rappeler combien compte, d'abord, l'état psychique de la future mère, en relation étroite avec elle-même – c'est-à-dire avec sa propre histoire, au sein de sa généalogie –, et en relation avec le futur père.

Résultante d'un nombre considérable de facteurs, chaque naissance est totalement singulière et débouche, que les parents en soient conscients ou pas (nous le sommes généralement très peu), sur une existence marquée d'emblée par un déterminisme vertigineux. Si j'ai bien compris, c'est ce déterminisme que Marie-Noëlle Maston-Lerat appelle « projet-sens ». On saisit vite, en lisant son livre, que ce projet-sens peut, éventuellement, et même souvent, ressembler à un grave « non-sens », aliénant et mortifère. Parce qu'on ne nous désirait pas. Ou que l'on désirait un enfant d'un autre sexe. Ou que l'on nous a fait endosser le rôle d'un tiers, vivant ou mort. Ou parce que notre mère nous a transmis son angoisse, ses terreurs, ses haines, ses tristesses... généralement sans le vouloir, ou même, très

paradoxalement, en faisant tout pour nous en protéger et donc en s'enfermant dans un déni du problème qui, en réalité, ne trompait personne et surtout pas l'inconscient du bébé en elle.

Nous sommes un peu bâtis comme des poupées russes. D'une part, parce qu'au fond de nous, notre vie durant, il y a un petit enfant, qui jubile ou qui souffre, qui s'exprime ou que l'on fait taire. D'autre part, parce qu'en travers de nous peuvent venir se coincer des fragments de vie maternelle, ou paternelle, ou ancestrale, inaccomplissements, souffrances et frustrations, dont nous commençons à hériter dès l'aube utérine de notre vie. Ainsi commencent bien des ratés de la vie, sinon des vies ratées. La bonne nouvelle, c'est que cette malédiction de tous nos « projets-non-sens » peut être levée. Dissoute. Que nous pouvons nous libérer. La condition de cette libération est de savoir remonter le fil du « projet » que l'on a collé sur le dos dès le départ, de le reconnaître, de l'observer et de le comprendre. Alors l'existence prend un tout autre tour !

Mais pour en arriver là, un accompagnement est indispensable. Marie-Noëlle Maston-Lerat a pour profession d'accompagner dans cette « remontée » des personnes venues la consulter. Elle fait cela de façon très experte. Psychologue, psychothérapeute et psychanalyste, riche d'une authentique expérience de terrain en centre médico-psycho-pédagogique, elle ne s'est pas crispée dans sa spécialisation, mais ouverte à de multiples approches, notamment à l'haptonomie périnatale et à l'haptopsychothérapie (accessible à chacun et pas seulement aux femmes enceintes) et aussi à la psychogénéalogie. Cet ensemble d'outils variés lui a été très utile – on pourrait même dire indispensable – pour tenter d'approcher de façon conséquente, comme elle dit, « le contexte dans lequel une personne a été amenée à se construire ». Ce contexte est fait d'une foule de données, belles ou moins belles, sur lesquelles nos parents ne pouvaient généralement pas grand chose. Il ne s'agit nullement de les accuser ni de les culpabiliser, mais de travailler à nous libérer et, ce faisant, à les libérer eux-mêmes et surtout à libérer nos descendants, en clarifiant notre propre « projet d'enfant ».

Patrice VAN EERSEL



## INTRODUCTION

Le projet-sens, tout un programme, parfois le programme de toute une vie.

Il s'agit des données signifiantes marquant la période qui s'étend des mois qui précèdent la conception à la fin de la première année de la vie.

Chacune des étapes de cette période : la conception ; la grossesse ; la naissance ; et la première année de la vie, constitue à elle seule un sujet d'étude infini.

Ce livre se veut être une synthèse de ces différents thèmes, afin d'apporter au lecteur une vue d'ensemble sur le début de la vie humaine ainsi que son impact sur son déroulement.

Il ne s'agit pas de résumer en un seul ouvrage des thèmes qui ont fait et font encore l'objet d'études et d'ouvrages approfondis. Mais plutôt d'éclairer à partir de données théoriques, et surtout de cas cliniques, cette période fondamentale.

Nous pouvons considérer que les prémices de la vie constituent les fondements d'un être humain. Si ces fondations sont précaires, pas suffisamment stables, il lui sera alors difficile de se construire.

Les failles de ces fondations existentielles peuvent être affectives, expérientielles ou résulter de blocages ou répétitions transgénérationnels, tels des vices cachés susceptibles d'entraver la construction d'une vie épanouissante et en adéquation avec le moi essentiel, le *self* du sujet.

Les contes et légendes relatent ces aléas depuis la nuit des temps et dans toutes les cultures.

Ils signifient, de manière plus ou moins explicite, que les prédictions des bonnes ou mauvaises fées penchées sur le berceau de l'enfant influenceront le cours de sa vie.

Les bons ou mauvais sorts qui lui sont jetés peuvent constituer la chaîne signifiante de toute une vie.

Lorsque ces prédictions sont néfastes, elles devront être déjouées pour que l'enfant, devenu grand, puisse se réaliser. Et ces récits relatent les épreuves que le héros devra traverser et dépasser pour trouver son véritable chemin de vie.

Cette étude du projet-sens me tient tout particulièrement à cœur, car elle synthétise les questionnements, les hypothèses, les découvertes et émerveillements qui émaillent ma pratique clinique depuis plus de 25 ans.

Lorsqu'au début des années quatre-vingt, j'ai commencé à travailler, en tant que psychologue dans un CMPP (centre médico-psycho-pédagogique : consultation de pédopsychiatrie, accueillant des enfants présentant des difficultés diverses – troubles du comportement, symptômes divers, difficultés scolaires) j'ai pris conscience qu'il convenait d'insister, au cours de l'anamnèse, sur le contexte et le vécu de la grossesse, de l'accouchement, ainsi que les premiers mois de vie de l'enfant.

Certes, ma formation psychanalytique apportait un éclairage primordial sur les premiers mois de la vie. Cependant, la grossesse et l'accouchement étaient à l'époque relégués à un plan secondaire, voire même occultés. D'ailleurs, mes confrères du CMPP me trouvaient quelque peu originale (et ce n'est qu'un euphémisme) lorsque j'évoquais ces données au cours des synthèses.

Lorsque j'interrogeais les parents, plus généralement la mère, sur la grossesse et l'accouchement de l'enfant, j'obtenais pratiquement toujours la réponse lambda « *Tout s'est bien passé* », mais lorsque j'insistais en demandant « *Comment cela s'était bien passé ?* », les récits devenaient beaucoup moins standardisés, du genre :

« *Oh, tout se serait bien passé, mais j'ai perdu mon père et j'ai bien eu du mal à concilier deuil et grossesse, je pleurais souvent, mais je préfère dire que cela s'est bien passé, car ma fille n'y est pour rien.* »

Ou encore :

*« Mon accouchement a été horrible, j'ai eu l'impression d'être abandonnée par l'équipe médicale, une vraie boucherie, j'ai bien cru que j'allais y rester, mais je préfère ne pas en parler, c'est du passé. », etc.*

Plus j'approfondissais l'entretien d'anamnèse autour des conditions de la venue au monde de l'enfant, plus j'en entendais des vertes et des pas mûres.

J'en suis arrivée à la conclusion que la plupart des enfants qui consultaient avaient connu des difficultés primaires au cours de cette période fondatrice de leur existence.

Par la suite, j'ai choisi de me former à l'haptonomie périnatale afin de prévenir, ou d'atténuer les difficultés survenant au cours de la période prénatale, à la naissance et au cours des premiers mois de la vie.

J'ai été également formée à l'haptopsychothérapie qui concerne les enfants et les adultes.

Il va de soi que, quel que soit l'âge d'un patient, c'est avant tout l'enfant intérieur en lui qui exprime sa souffrance et ses difficultés à « devenir ce qu'il est », pour reprendre cet aphorisme de Nietzsche.

La psychogénéalogie est venue compléter cette approche, en élargissant et approfondissant la compréhension du contexte dans lequel une personne est amenée à se construire.

J'ai maintes fois pu constater que certains patients qui avaient fait une psychothérapie plus ou moins aboutie n'avaient pas abordé cette période et ces données essentielles de leur vie. Dans bien des cas, cette compréhension de leur projet-sens, véritable fil d'Ariane, a permis de parcourir le labyrinthe dans lequel ils étaient retenus, et de trouver une issue ouvrant à leur propre vie.

C'est ce que j'ai à cœur de vous transmettre dans ce livre.

Afin que chacun puisse mieux se repérer et faire, le cas échéant, des recoupements avec sa propre histoire, j'ai choisi de présenter certaines thématiques récurrentes, en suivant un ordre chronologi-

que, c'est-à-dire : avant la conception ; la conception ; la naissance ; et la première année de vie.

Chaque phase ou problématique se compose d'une présentation théorique suivie de cas cliniques illustrant les thématiques couramment rencontrées.

Un questionnaire sur le projet-sens permettra au lecteur de se pencher sur sa propre histoire.

En annexe, quelques données théoriques sur le début de la vie humaine permettront d'approfondir les thèmes abordés.

Ce livre est une invitation au voyage vers les profondeurs de l'être humain, je vous invite donc à vous y plonger, tel un voyage initiatique, vers vos propres profondeurs.

## PRÉSENTATION

Cet ouvrage comporte de nombreux cas cliniques soutenus par des données théoriques.

Certains cas pourront constituer une véritable caisse de résonance pour le lecteur, faire écho avec sa propre histoire et apporter un autre éclairage.

En ce qui concerne les cas, j'ai bien entendu tenu à préserver la confidentialité due à chaque patient.

Ainsi, j'ai pris soin de changer les données biographiques : prénom ; âge ; contexte familial ; sexe... Afin qu'aucun cas présenté ne soit identifiable avec quiconque.

Je tiens à remercier les patients qui m'apprennent tant.

Enfin, le lecteur désirant approfondir son propre projet-sens trouvera dans cet ouvrage un questionnaire qui lui permettra d'en étudier les principaux paramètres.

Cette étude pourra être le fil conducteur grâce auquel il pourra remonter le cours des tous débuts de sa vie.



## CHAPITRE 1

### AUTOUR DE LA CONCEPTION

La période qui précède la conception et l'instant T de celle-ci est chargée d'éléments signifiants pour le devenir de l'être qui prend corps.

Les Chinois considèrent que cette période est la base du « projet d'incarnation ».

Ce que nous appelons « projet-sens » autour de la conception renvoie dans de nombreuses cultures au tissage signifiant sur lequel le bébé conçu construira son identité et son devenir.

De nombreux paramètres sont à considérer parmi lesquels :

- La vie de chacun des parents (épanouissement personnel et professionnel ou au contraire période critique).
- Le couple parental (amour et bonheur, ou conflits et tensions, abandon, etc.)
- Les projections faites sur l'enfant dès sa conception (cf. la fin du cas de Georgette, ci-dessous).
- La conception survenant après une fausse-couche, une IVG, la perte d'un bébé, le deuil d'un proche (ex. : la mère d'une petite fille qui est consciente de l'avoir conçue pour « oublier » le décès de son père).
- Le lieu géographique (je me souviens par exemple d'une jeune femme conçue au bord d'un lac suisse, qui, bien que l'ignorant, rêvait de vivre dans la région des grands lacs aux États-Unis).
- L'habitation (bien évidemment, accueillir un bébé dans un taudis ou dans une spacieuse villa peut s'avérer signifiant, quoique cela soit relatif).

- Le groupe familial (harmonie et sérénité ou conflits et rancœurs).
- Le contexte socio-politique (guerres, conflits sociaux ou paix et prospérité, etc.)

Je proposerai au lecteur d'approfondir ces thèmes en étudiant son propre projet-sens (cf. chap. 9, « Étude sur le projet-sens »).

## ENFANT DÉSIRÉ OU ACCIDENT

Le moment où deux êtres conçoivent un enfant, que cette conception soit consciente ou non, que la grossesse soit désirée ou non, est un moment décisif pour l'être en devenir qui s'incarne.

Un plus un égale trois, la magie de la vie se résume dans cette formule.

Que l'enfant soit désiré ou non, il y a toujours un désir inconscient d'enfant. Rappelons d'ailleurs qu'un rapport sur cinq, en période d'ovulation, est fécondant, sans compter les fausses-couches précoces.

Par conséquent, quel que soit le désir conscient ou inconscient de chacun des parents, la conception d'un enfant implique que son existence ait déjà un sens. Que lui-même, désiré ou non, choisit de se mettre au monde.

Comme le disait si justement Françoise Dolto, même si les parents qui ont conçu l'enfant n'étaient pas vraiment un couple, même s'ils ne désiraient pas le concevoir, il y a forcément eu un moment où ils se sont rencontrés pour donner la vie à ce petit d'homme.

Comme je le dis souvent à certains patients qui expriment leur désarroi de ne pas avoir été désirés : si tous les êtres humains sur terre avaient été consciemment désirés, le monde serait certainement bien moins peuplé.

Heureusement, la vie prend le dessus sur les peurs, les conflits, les inhibitions, le manque de moyens, le manque d'amour, et l'enfant paraît malgré toutes ces embûches.

Il va de soi qu'il vaut mieux être conçu dans l'amour et être attendu, au cours d'une période propice pour les deux parents.

Néanmoins, il arrive aussi que l'on soit un heureux accident, fruit d'un désir inconscient plus fort que la raison, ce qui peut aussi s'avérer très positif.