

## « JE » EST UN AUTRE

Nicole Jeammet  
Colloque francophone AIEMPR  
Paris novembre 2010

Cette phrase tirée d'une lettre de Rimbaud a fait flores, même si la paradoxalité de la formule a donné lieu à des interprétations extrêmement variées. Or cette formule soulève des problèmes très difficiles, car ni le « je » ni l'« autre » ne sont donnés d'emblée ; l'un comme l'autre sont à construire au long du temps dans une interaction constante avec l'environnement. Mais ce qui surtout complique le problème, c'est que, même si cette construction, pour certains d'entre nous, arrive peu ou mal à se faire, tous cependant nous savons intellectuellement ce que cela veut dire ; et de ce fait, cette compréhension intellectuelle peut se suffire à elle-même. L'« autre » ? C'est bien sûr un concept abstrait qui renvoie à ce qui est différent, dissemblable, étranger ; l'« autre » ? C'est bien sûr celui qui n'est pas moi et avec qui je vis : conjoint, ami, collègue de travail, etc...

Or souvent, ce qui est intellectuellement conscient, recouvre des réalités affectives bien différentes...

D'abord essayons de comprendre, dans une perspective psychanalytique, ce que pourrait vouloir dire « je est un autre ». *Tout sujet se construit à partir d'une relation avec un autre (la mère ou son substitut) qui, au début de la vie, est vécu comme même que soi.* Qui suis-je alors ? Et de même qui est l'autre ? Le problème n'est donc pas d'emblée celui de l'accord, voire de la réciprocité, entre moi et l'autre, posés comme des entités allant de soi . **Le premier problème est celui de leur progressive différenciation, à partir d'une expérience fondatrice d'entière confusion moi/autre, où les liens ont été éprouvés comme liens de dépendance passive et de besoin, engendrant inévitablement la haine et l'envie.** *La question devient alors : comment se séparer de cet autre confondu avec soi, sans pour autant le perdre et se perdre avec ?* En effet, comment transformer le lien à un « autre- même que soi », en un lien à un « autre » qui peu à peu devenant vraiment autre, me donne en retour de me renouveler moi-même dans une altérité toujours à venir ?

Pour essayer de comprendre pourquoi cette construction de l'autre et de soi est si difficile et si aléatoire, il nous faut faire un détour par ce qui se passe entre une mère et son enfant à l'orée de la vie.

### I. L'importance des expériences précoces faites avec l'autre <sup>1</sup>

Au départ le bébé ne connaît que ce qu'il éprouve dans une bipartition du monde, où son moi se confond avec le plaisir, ignorant totalement la personne qui l'a procuré ; quant au déplaisir, il s'en débarrasse en le mettant dehors, à l'extérieur de lui et le fait équivaloir à ce qui n'est pas lui... c'est-à-dire l'autre. Donc, le bon, c'est moi, le mauvais c'est l'autre ( vous avez là

---

<sup>1</sup> Nous renvoyons pour de plus amples développements au chapitre 3 « La relation mère-enfant : creuset de l'amour » de notre livre *La haine nécessaire*, Paris, PUF, coll. Le fait psychanalytique, 1998.

en germe l'origine du racisme) et c'est bien ce premier clivage qui perdure chez certains d'entre nous.

Et si la mère est « suffisamment bonne »<sup>2</sup>, il ignorera à tel point sa présence qu'il fera une brève expérience d'illusion d'omnipotence ; Winnicott écrit : « la relation d'objet <sup>3</sup> ne peut s'établir que si l'environnement offre les objets de telle façon que l'enfant crée l'objet parce qu'un bon objet n'est bon pour le nourrisson qu'à la condition d'être créé par lui. »

<sup>4</sup>Nécessaire rencontre du monde des personnes, non pas en soi, mais parce qu'à ce moment-là l'enfant le désire et qu'il le trouve ; la relation d'objet passe par cette adéquation fugitive du désir avec la réalité. Mais cette expérience se doit d'être brève car si le désir se confond avec le réel, alors la réalité n'existe plus . **Ce n'est que par l'absence et la frustration que l'existence de l'autre, de la réalité peut être reconnue.**

Or qui dit frustration dit déplaisir, donc sentiment violent de haine, d'où impératif de rejet, d'expulsion hors de soi de ce qui est vécu comme perte de continuité et de sécurité... Pourtant c'est grâce à cette expérience que pour la première fois « l'autre » peut être reconnu tel. Une douloureuse évidence s'impose alors : l'autre n'est pas l'enfant ; il existe indépendamment de lui, de son désir, de son plaisir ; en retour, si l'autre existe indépendamment de soi, l'enfant pourra alors exister lui aussi indépendamment de l'autre.

C'est cette expérience du réel et de l'autre (c'est la même chose) que nous faisons sous la forme inéluctable du sentiment de haine, car il nous est intolérable que l'autre ait une existence à soi, alors que nous ressentons la nécessité impérieuse de sa présence. Ou dit encore autrement, la haine est ressentie parce qu'est mis en question le sentiment d'omnipotence de l'enfant pris au leurre de l'indifférenciation. On comprend alors l'importance de sa prise de conscience pour construire peu à peu des frontières entre l'autre et soi.

C'est là que le rôle de la mère va être déterminant, car laissé à lui-même, l'enfant ne peut que refuser en lui des sentiments expérimentés comme destructeurs de lui-même ; c'est à elle que va être dévolue la tâche de moduler et transformer pour son enfant ses mauvaises expériences , en les lui faisant vivre dans un climat de sécurité aimante ; la haine perdant alors son caractère dangereux pourra être reconnue sienne, et non évacuée au dehors, autrement dit sur les autres. Mais cela suppose qu'elle puisse se mettre à la place de son enfant pour ressentir par ex. la colère qu'il ressent, qu'elle fasse ensuite un travail d'interprétation pour donner sens à ce qui est ressenti - elle est par exemple restée absente trop longtemps - et qu'elle apporte un remède adéquat ; de même que c'est à l'intérieur du corps de sa mère que le bébé a reçu son corps, de même c'est à l'intérieur de sa vie psychique et affective qu'il se fait sa vie psychique et affective. D'éléments chaotiques de souffrance , de peur, de colère, qui n'ont de possibilité d'expression que dans le corps, la mère va faire une réalité intrapsychique et affective à partir des réseaux de signification qu'elle a appris dans son histoire .

On imagine déjà toutes les distorsions qui peuvent advenir, puisque cette mère ne pourra transmettre que la façon dont elle fonctionne pour elle-même.

---

<sup>2</sup> Cette expression de Winnicott souligne combien ce qu'on attend d'une mère n'est surtout pas qu'elle soit parfaite – la perfection est un absolu qui s'oppose à l'ajustement relationnel - mais « normalement dévouée ».

<sup>3</sup> Ou relation à l'autre.

<sup>4</sup> *Intégration du moi au cours du développement de l'enfant*, 1970, p. 17

## II. La solution « narcissique » face à la menace représentée par la différence de l'autre.

Si la mère ne protège pas suffisamment son bébé de ses mauvaises expériences, soit qu'elle ne prend pas en compte les besoins du bébé et impose les siens propres, soit qu'elle cherche à le combler dans une attitude d' hypersollicitude, la haine, non exprimée mais gardant son potentiel fantasmatique de destruction, ne pourra pas être reconnue en soi car elle menace le moi naissant en faisant craindre de perdre la mère ; *cette haine qui, rappelons le, est sollicitée par l'existence de l'autre et qui est évacuée au dehors, emportera donc avec elle la possibilité de construire en soi l'image de cet autre.* Sans confiance dans la mère, la frustration comme l'attente seront refusées – tout déplaisir sera combattu par des mécanismes de défense drastiques, du style déni<sup>5</sup> ou projection<sup>6</sup> dans un accrochage et une fixation au plaisir qu'il connaît et dans un impératif de comblement par lui-même et sans délai de son besoin de bien-être. Cette façon d'être entraîne deux risques majeurs : *l'agrippement / collage à cet autre par de trop massives angoisses de perte, ou à l'inverse le désinvestissement / destruction de cet autre ; mais ces deux solutions rendront quasi impossible la séparation fantasmatique d'avec l'autre ;* Et aussi grave, cette haine non représentée en soi donc inconsciente restera agissante et continuera à faire son oeuvre d'attaque et de déliaison : soit attaque contre soi, soit attaque contre les autres, car nous dit Freud , « rien dans la vie psychique ne peut se perdre et tout est conservé »..

Ne dépendre que de soi devient dans ce contexte synonyme de survie psychique et affective. Nous nous trouvons là face à une auto-affirmation de soi et une volonté de puissance qui prennent racine dans l'impossibilité - voire la plus ou moins grande difficulté- à faire confiance à un autre quant au plaisir qu'il peut vous donner en le partageant avec vous. En effet attendre quelque chose de quelqu'un est toujours aléatoire ; en tout cas cela ouvre la porte à la déception possible et à la souffrance qui peut être sans fond de ne pas être entendu dans ses besoins et ses demandes. C'est alors pour pallier cette insécurité de base toujours liée à des expériences relationnelles vécues comme mauvaises que sont recherchés des moyens pour s'auto-suffire.

Cependant cette mise à contribution de ses seules ressources, dans l'illusion de ne rien devoir à l'autre, entrave de façon plus ou moins importante le nécessaire travail de séparation d'avec l'autre (au départ la mère). Dans ce repli sur un plaisir qui ne veut consciemment rien savoir de celui qui l'a donné, l'« autre », restant confondu avec le vécu de plaisir pris inconsciemment avec lui, gardera le statut d'identique à soi. Tout aussi grave, la dépendance inconsciente à cet autre vécu comme objet de besoin, dans la mesure où il reste indifférencié par rapport au plaisir pris et recherché, fera vivre en retour des angoisses d'intrusion et d'empiètement<sup>7</sup> qui confirmeront dans le bien-fondé, voire la nécessité, de renforcer l'autosuffisance ; et bien entendu, toutes ces angoisses de dépendance ne feront qu'aggraver la méfiance envers l'autre réel.

### Un exemple de relation narcissique à l'autre : *Madame Bovary* de Flaubert<sup>8</sup>

Qu'est-ce donc qu'une relation narcissique à l'autre ? C'est une relation où l'autre n'est pas reconnu tel, mais utilisé pour les besoins de valorisation du sujet selon deux procédés essentiels, soit par idéalisation de cet autre dans lequel alors se mirer et s'idéaliser soi-même, soit par évacuation sur cet autre de tout le mauvais inacceptable en soi.

Dans quels termes Emma Bovary parle-t-elle par exemple de l'amour ? Il ne s'agit pour elle ni de donner, ni de recevoir quoique ce soit de quelqu'un ; il s'agit pour elle, je cite « de se

<sup>5</sup> ce qui ne me satisfait pas n'existe pas .

<sup>6</sup> ce qui ne me satisfait pas est expulsé dans un autre.

<sup>7</sup> Peur que l'autre ne pénètre (intrusion) et n'empiète sur mon territoire.

<sup>8</sup> Pour de plus amples développements cf. notre livre *Le plaisir et le péché*, Paris, DDB, 1998.

donner de l'amour », d' « avoir de l'amour » de « saisir son bonheur » ou « de chercher à posséder une passion »....

D'ailleurs qui aime-t-elle ? Personne en particulier ; elle « aime » ce qui dans l'autre va lui apporter une confirmation de son élégance, de ses goûts distingués, en un mot de ce qu'elle est au-dessus de tous, et va la conforter dans ses rêves d'exception. Et gare à celui ou celle qui n'exalte point son besoin d'être au dessus de tous ! Elle « aime » quiconque lui renvoie d'elle-même une image brillante et raffinée, qui flatte sa vanité ; ainsi Rodolphe, qui lui dit « on ne résiste point au sourire des anges » fait « s'étirer mollement son orgueil (...) à la chaleur de ce langage » et fait poindre en elle des sentiments amoureux.. En revanche elle exècre celui qui, par son apparence va lui renvoyer une image humiliante d'elle-même , une image qui lui fait honte, à elle. Ainsi voit-on Emma avoir des gestes apparemment affectueux avec son mari, mais toujours pour rectifier une image insupportable qu'il lui renvoie de ne pas être « à la hauteur » « Emma quelquefois, lui rentrait dans son gilet la bordure rouge de ses tricots (...) *Et ce n'était pas comme il croyait pour lui ; c'était pour elle-même, par expansion d'égoïsme, par épanchement nerveux.* »

Pour Emma l'autre sert surtout de faire-valoir ; de l' « excellence » de quelqu'un elle ne se réjouit pas ; elle l'utilise pour se voir, elle seule, excellente et se donner à voir. Ainsi lui est-il intolérable de penser qu'elle pourrait recevoir quelque chose de quelqu'un et être alors en dette. Elle ne peut que tourner en dérision l'amour que son mari a pour elle. Cette envie qui ne la quitte pas reviendra la submerger au moment où, ayant ruiné son mari et épuisé les moyens d'arrêter la mise en branle du processus judiciaire, elle s' imagine la scène qui aura lieu entre eux ; tout serait préférable à sa bonté et à son pardon.... « Alors ce serait un grand sanglot, puis il pleurerait abondamment et enfin, la surprise passée, il pardonnerait. Oui murmurerait-elle en grinçant des dents, il me pardonnera, lui qui n'aurait pas assez d'un million à m'offrir pour que je l'excuse de m'avoir connue...Jamais ! jamais ! *Cette idée de la supériorité de Bovary sur elle l'exaspérait (...) il fallait attendre cette horrible scène et subir le poids de sa magnanimité.* »

L'autre n'a d'existence pour Emma que comme miroir à ses intérêts narcissiques . Si ce dernier renverse les rôles en se montrant lui-même magnanime, alors il ne peut être vécu ( là encore en miroir) que comme voulant triompher et humilier celui qu'il cherche à aider...

### III. Une vision normative du « je est un autre »

Si, en revanche, la mère a été prévisible et disponible, capable d'un réel échange, où elle a su partager avec son enfant des expériences de plaisir et de déplaisir, l'enfant acceptera les moments de frustration, d'attente, donc de déplaisir, puisqu'il peut avoir confiance dans un retour proche du plaisir et maintenir ainsi ce sentiment indispensable de continuité de lui-même. – la fiabilité de la mère a permis de dédramatiser ses craintes de destructivité dans ses moments de haine et d'envie . Si la mère reconnaît la colère de son enfant, pouvant elle-même montrer la sienne contre lui en le punissant par exemple , l'enfant expérimente que *les sentiments négatifs font partie de la vérité d'une relation par ailleurs aimante qui, du fait de l'altérité, inclut le manque et la frustration.* La haine rendra alors possible un début de différenciation d'avec l'autre - *un espace psychique interne se met à exister entre l'autre et moi* - dans un progressif apprentissage du réel. Cette ébauche de différenciation trouvera son issue dans le conflit oedipien<sup>9</sup> et permettra de trouver une sécurité interne.

<sup>9</sup> L'Œdipe se joue à trois et a une valeur organisatrice pour la psyché, dans sa dimension de conflit à résoudre. Il s'y agit, en renonçant à prendre la place imaginaire d'un autre (un des parents qui comblerait totalement l'autre ou serait totalement comblé par lui) de trouver la sienne propre.

Car, parlant de la disponibilité maternelle, il faut encore préciser que cette disponibilité n'est structurante pour l'enfant que si la mère ne s'y engouffre pas sans reste, menaçant son enfant du même engouffrement et rendant toute frustration et tout manque synonymes de perte et d'anéantissement. C'est parce que déjà un autre que l'enfant est dans la tête et le cœur de la mère que cet enfant pourra imaginer une autre présence que physique et accéder pour lui-même à la catégorie de l'absence. Nous retrouvons ici, chez la mère, cette nécessité d'avoir pu créer un monde de représentation de l'autre à l'intérieur de soi, pour pouvoir entrer en relation avec l'autre à l'extérieur de soi. Pour pouvoir être deux, il faut toujours être trois – aussi bien dans la réalité que dans le fantasme -. Ce tiers va cristalliser les affects de haine rivale (s'il n'était pas là l'enfant pourrait rêver qu'il aurait sa mère tout à lui) et avoir un rôle essentiel : s'affirmant comme partenaire exclusif de la mère, il interdit dans le présent à l'enfant de prendre sa place, et ce faisant il ouvre un avenir à l'enfant : s'il renonce à ce désir, comme lui, plus tard, il trouvera une place unique avec une autre partenaire. Cet interdit intériorisé, est appelé "surmoi", et cette promesse appelée "idéal du moi". Cet interdit paternel sort l'enfant de la captation par la mère et permet une distribution de la haine et de l'amour, et le maintien d'un lien à un objet satisfaisant (je veux dire que quand il se sentira plein de haine envers l'un, l'amour qu'il ressentira pour l'autre lui donnera un lieu temporaire de sécurité qui rendra sa haine tolérable et pensable). A partir de là, peu à peu, un travail de correction du bon et du mauvais, donc de l'amour et de la haine va se faire, aboutissant à ce qu'on appelle en clinique l'accès à l'ambivalence ; il n'y aura plus un père haï et une mère aimée ou inversement mais il y aura pour soi-même acceptation d'un conflit amour - haine, et en face de soi reconnaissance de personnes entières suivant un principe de réalité. Bien sûr, *ce conflit intériorisé est source de souffrance puisqu'il est lieu de culpabilité et que c'est ce qui ne sera pas supportable par la majorité d'entre nous*, nous obligeant à évacuer le mauvais sur un autre. Si j'aime quelqu'un et que tout à coup je lui fais du mal, je vais me sentir consciemment coupable envers ce quelqu'un ; mais justement cette culpabilité, reconnue envers l'autre pour des actes précis, fait accéder aux possibilités de réparation (si tant est que celle-ci puisse être reçue...) et renforce le bon au détriment du mauvais, l'amour au détriment de la haine.

Ainsi grâce à l'accès à l'ambivalence, à savoir la liaison en soi de la haine à l'amour effectuée dans un échange affectif avec l'autre, une réelle différenciation advient entre l'autre et soi, entre mon désir et la réalité, avec en parallèle l'abandon de la volonté d'omnipotence. *Toutes les autres solutions qui font l'économie de la haine, (idéalisation, déni ou projection) d'une part font de l'"amour" un sentiment aliénant proche de l'emprise, et d'autre part esquivent et transforment le réel.* Et ce renoncement à garder tout le bon pour soi en évacuant tout le mauvais sur l'autre, autrement dit ce renoncement à combler quelqu'un et à être comblé par lui, au détriment d'un troisième exclu, ouvre la promesse d'un futur à construire dans le temps. Ce sont les tensions amour/haine, soi/autre, désir/interdit, gérées à l'intérieur de soi qui permettent à la fois de construire peu à peu le réel, à la fois de se sentir vivant. *Il n'y a pas d'amour vrai sans maniement adéquat de l'agressivité où peut se vivre le conflit, l'affrontement, la critique, et cela que ce soit dans des relations parents/enfants, dans des relations de couple ou des relations d'amitié.*

Reprenons ce que nous disions du développement du « je » quand les conditions sont optimales et que nous nous situons dans un registre névrotico-normal.

Au début de la vie, les expériences de plaisir prises avec l'objet vont s'inscrire sous forme de traces mémorisées, et se faire modèles imparables de ce qui ensuite va être recherché ; c'est ce que veut dire Freud quand il affirme que tout homme est à la recherche d'un objet perdu, qui s'est, à l'origine, confondu avec l'objet primaire de satisfaction, autrement dit la mère. Or la qualité de cette recherche dépend des possibles remaniements de souvenirs en lien avec l'instauration d'un travail psychique interne. Les représentations peu à peu construites en soi

de l'objet et la reconnaissance des émotions qu'il éveille, va donner forme interne à l'« autre » et permettre un jeu de comparaison et de remaniement constant entre l'autre construit en soi et l'autre qui existe hors de soi. C'est la confiance donnée par des expériences vécues de fiabilité avec l'autre qui, permettant de renoncer au premier objet aimé et d'accepter sa perte définitive dans sa forme originelle, donne la possibilité de rencontrer et l'autre et soi-même à travers une quête toujours au-delà d'elle-même. Ne pas accepter cette perte inhérente à toute rencontre ( dans toutes les formes d'emprise et de contrôle) condamne à s'accrocher à un monde imaginaire : l'objet de notre désir ne peut qu'être à tout jamais différent de tous les objets réels rencontrés, tout simplement parce que la « reconnaissance » de l'autre et de soi-même, par le travail de pensée transforme nécessairement toutes les expériences faites ; ainsi « l'objet interne » qui représente en nous l'objet externe est en tant que tel au mieux un symbole, au pire un fantôme, une chose morte et embaumée, un fétiche... Il n'est vivant que si un réel échange s'effectue jour après jour avec des objets externes, grâce aux rencontres. En celles-ci se trouvent toujours à nouveau les lieux uniques du sens, où élargir indéfiniment le champ du réel, constamment menacé par la recherche du même.

C'est dans les rencontres que naît un troisième champ, absolument nouveau et original, celui du rapport cette fois indissociablement réel et symbolique entre l'autre et soi, « l'espace transitionnel » . Cet espace cependant ne se déploie pas du fait de la seule rencontre ; il faut encore que celle-ci se fasse dans une confiance réciproque. Le renoncement à la mainmise sur l'autre , permis par une certitude d'être aimé, laisse lui seul, se déployer entre soi et l'autre un espace de séparation, qui devient paradoxalement l'unique lieu possible de réunion, à travers le désir qui fait agir vers l'objet aimé. Tout amour vivant, authentique et créateur se trouve **dans cet entre-deux de désir**, où les expériences faites et les désir d'un être-aimé ne sont plus signe de « narcissisme » qui se ferme sur soi, mais conditions d'un amour objectal.<sup>10</sup> Dans l'amour expérimenté le lien à un objet fiable a enraciné les expériences dans le plaisir goûté à partager sa vie avec lui. Dans cet espace de partage, les expériences de soi-même, inséparables de l'expérience d'un être-avec-l'autre ont fait apparaître un lieu nouveau où conquérir son autonomie – **un lieu en avant de soi, dans la recherche incessante et toujours à venir de sa propre altérité, grâce aux rencontres renouvelées avec les autres.** Dans ce nouveau « lieu entre l'autre et soi, où mettre ses expériences »<sup>11</sup> la haine transformée par ce lien prévalent est devenue précisément ce qui donne sa vigueur à l'amour : elle s'y est transformée en force d'affirmation de soi et capacité d'un authentique engagement dans et vers le monde.

---

<sup>10</sup> La relation objectale s'oppose à la relation narcissique : ici l'autre est reconnu comme différent de soi permettant l'instauration d'un rapport de mutualité.

<sup>11</sup> Winnicott *Jeu et réalité*, Paris, Gallimard, NRF, 1975.

Nicole Jeammet est Maître de Conférences en psychopathologie à Paris V, Université René Descartes, habilitée à diriger des recherches. Elle assure aussi deux enseignements au Centre Sèvres, facultés jésuites de Paris. Elle a publié *La haine nécessaire* (1989, réédité 1995, 3<sup>ème</sup> édition 1999), Paris, PUF, coll. Le fait psychanalytique ; *Les destins de la culpabilité*, (une lecture de l'histoire de Moïse aux frontières de la psychanalyse et de la théologie) (1993) Paris, PUF, coll. Le fait psychanalytique ; *Le plaisir et le péché*, (essai sur l'envie) (1998, 2<sup>ème</sup> édition fin 1998) Paris, Desclée de Brouwer ; *Des violences morales*, (2001) Paris, Odile Jacob. *Amour sexualité tendresse, la réconciliation ?* (2004) Paris, Odile Jacob. *Le célibat pour Dieu* (2009) Paris, Cerf.