

Ce que les contes nous racontent. *

Ce mardi 20 mars c'est la journée internationale du conte. Célébrée pour la première fois en 1988 aux Etats-Unis, elle a ensuite réussi à dépasser les frontières au fur et à mesure des années. Son but est de faire découvrir les contes à un plus large public et de rappeler l'effet qu'ils peuvent avoir sur notre inconscience.

« Il était une fois,... » On a tous entendu dans notre enfance ces histoires de princes et princesses. Le conte fait partie de la tradition littéraire depuis des millénaires. D'abord, issu de la tradition orale, le conte a traversé les âges et marqué des générations entières. Conçu pour distraire comme pour édifier, il porte en lui une force émotionnelle ou philosophique puissante. C'est pourquoi il est aujourd'hui étudié et analysé sous toutes les coutures par de nombreuses disciplines telles que la sociologie ou la psychanalyse.

« **Dis-moi à qui tu t'identifies et je te dirai qui tu es!** » Cendrillon, Blanche-Neige, Le petit Poucet, Le petit chaperon rouge... tous ces contes ont bercé nos premières années mais ils peuvent aussi nous aider dans nos problèmes d'adultes! En effet, en psychanalyse, il est connu depuis longtemps que le conte sollicite des émotions enfouies au plus profond de notre inconscient. Rivalité entre frères et sœurs, désir sexuel, peurs, fantasmes,... on a tous l'histoire d'un conte caché en nous.

Un article du magazine Psychologies (ci-dessous) explique que "L'universalité et la profondeur symbolique des contes de fées leur permettent d'être lus, relus, racontés maintes et maintes fois, à n'importe quel âge. C'est la raison pour laquelle ils sont de plus en plus utilisés en psychothérapie et en développement personnel".

Les "journées contes", un rendez-vous pour mieux se connaître. De nos jours, on trouve un peu partout des journées ou ateliers contes. Proche d'une séance de psychanalyse, ces rendez-vous littéraires sont propices à la détente et au relâchement total. Au cours de la journée, les participants se plongent dans une ou plusieurs histoires avec l'aide d'un conteur. Au fil des lectures, ils essaient de voir à quel personnage ils s'identifient le plus, celui qui leur semble le plus sympathique ou le plus méchant,... Petit à petit se tisse alors un lien entre l'histoire contée et leur propre vie. En échangeant leur ressenti, les membres du groupe extériorisent ainsi de manière consciente ou non des émotions parfois très fortes.

L'importance des contes pour nos enfants. Si les contes ont traversé des générations d'enfants, ce n'est pas par hasard et il est surtout important de continuer cette tradition. En effet, la lecture de ces histoires stimule l'imaginaire de l'enfant tout en diminuant ses peurs. A travers l'histoire contée, il s'identifie aussi très souvent à tel ou tel personnage, ce qui l'aide dans son propre développement personnel. Ce serait donc dommage de se priver d'un tel moment de complicité avec son enfant.

L'article du magazine Psychologies (ci-dessous) nous rappelle d'ailleurs que « Bien loin de l'esprit d'une simple "littérature enfantine", ces contes, en mettant en scène des fantasmes, apportent, à leur manière, des solutions à ces problèmes. Voilà pourquoi, en s'adressant directement au moi naissant de l'enfant, ils jouent un rôle important dans la construction de la personnalité. »

A savoir : Un parent sur deux lit des histoires à ses enfants Selon un sondage réalisé par iVox et RTL.be, 56% des Belges qui ont des enfants leur racontent des histoires. Les femmes en racontent plus volontiers : 62% des mamans contre 38% des papas. Il semblerait également que plus le niveau d'éducation des parents augmente, plus ils sont tentés de raconter des histoires à leurs enfants le soir.

Ce que les contes nous racontent

Il était une fois l'inceste, la rivalité entre sœurs, le désir sexuel. Sous leurs airs anodins, les contes parlent aux enfants de leurs conflits inconscients. Quatre grands classiques décryptés.

Source : magazine Psychologies

Le saviez-vous ? La première trace écrite de Cendrillon et ses sœurs jalouses apparaît dans un manuscrit chinois vieux de trois mille ans. Pourquoi des histoires, si anciennes qu'on pourrait les croire désuètes, inadaptées à notre époque, nous parlent-elles encore autant ? Parce qu'elles reflètent nos structures psychiques fondamentales. Sous forme d'images symboliques, elles traduisent les problèmes auxquels nous sommes confrontés dès l'enfance, et qui touchent à la fois aux relations dans la famille (rivalité fraternelle, inceste...) et aux problèmes personnels (renoncement aux dépendances de l'enfance, affirmation de la personnalité, prise de conscience de ses propres valeurs, dépassement du conflit œdipien...). Bien loin de l'esprit d'une simple "littérature enfantine", ces contes, en mettant en scène des fantasmes, apportent, à leur manière, des solutions à ces problèmes. Voilà pourquoi, en s'adressant directement au moi naissant de l'enfant, ils jouent un rôle important dans la construction de la personnalité.

C'est parce qu'ils ont adressé des messages non seulement à notre conscient, mais aussi à notre inconscient, que Blanche-Neige, les trois petits cochons et le petit Poucet nous ont aidés à intégrer la signification du bien et du mal, à stimuler notre imagination, à développer notre intelligence, et surtout à y voir plus clair dans nos émotions.

La richesse du contenu symbolique des contes est telle qu'ils se prêtent naturellement à l'analyse et à l'interprétation. Les psychanalystes freudiens montreront quelle sorte de matériel inconscient, refoulé, est sous-jacent dans chacune de ces histoires. Pour eux, Jack qui fait pousser un haricot magique, monte sur sa tige et tue un géant pour s'emparer de son trésor, représente l'affirmation phallique de l'adolescent, qui « tue son père » pour imposer sa propre virilité. Les psychanalystes jungiens y verront plutôt un récit initiatique, l'image de notre besoin d'accéder aux degrés supérieurs de notre conscience. Pourtant, l'un n'exclut pas l'autre ! Preuve en est : tout comme dans ces innombrables histoires où le jeune héros se montre plus malin que le géant, Jack montre aux enfants qu'en se servant de son intelligence et de son esprit pratique, il est possible de se sortir des difficultés de la vie. Tout simplement. L'universalité et la profondeur symbolique des contes de fées leur permettent d'être lus, relus, racontés maintes et maintes fois, à n'importe quel âge. C'est la raison pour laquelle ils sont de plus en plus utilisés en psychothérapie et en développement personnel : les ateliers de contes se multiplient, proposant diverses approches pour réveiller notre "enfant intérieur", développer les richesses de notre imaginaire et nous aider à nous transformer.

Comprendre nos parts mythiques

Deux siècles après la naissance du conteur danois Hans Christian Andersen, certains contes sont utilisés en développement personnel. Ces méthodes utilisent trois personnages clés, présents dans les mythes du monde entier. Le roi représente notre désir d'évolution, notre faculté de discernement. Le héros incarne l'action, la mise en œuvre du changement. La fée est notre part de magie, d'inconscient. Elle découvre les opportunités et provoque les situations propices au changement. Une aide précieuse pour mettre une image sur nos blocages.

Blanche-Neige des frères Grimm Les difficultés de la puberté

La princesse Blanche-Neige, jalouée par sa belle-mère parce qu'elle est « mille fois plus belle » qu'elle, est envoyée dans le bois pour y être tuée. Epargnée, elle se réfugie dans la maisonnette des sept nains. La belle-mère la retrouve et, déguisée en sorcière, l'empoisonne. Elle reviendra à la vie grâce au baiser d'un prince.

Peu de contes réussissent à nous faire comprendre les grandes phases du développement de l'enfant – notamment la période pubertaire chez les filles – aussi bien que Blanche-Neige. Au début de l'histoire, une reine qui, plus tard, mourra en donnant naissance à Blanche-Neige, se pique le doigt. Trois gouttes de sang tombent dans la neige : l'innocence, la blancheur contrastent ainsi avec la sexualité, la couleur rouge.

Ce conte prépare les petites filles à accepter le saignement sexuel, la menstruation. L'enfant apprend qu'une petite quantité de sang est la condition première de la conception. Pareillement, Blanche-Neige fait son éducation de jeune fille « sage » auprès des nains, asexués, en attendant « le prince jeune et beau » qui la délivrera du désir qui l'étouffe (symbolisé par la pomme). L'attitude de la marâtre, qui cherche en vain à se rassurer (« miroir, mon beau miroir... »), rappelle que parmi les étapes nécessaires à la construction de l'identité féminine, la mère doit céder la place à sa fille.

Peau d'Ane de Perrault L'interdit de l'inceste

Un jour, un roi riche et puissant perd sa femme bien-aimée. En quête d'une nouvelle épouse, il tombe amoureux de sa propre fille. Demandée en mariage, la princesse, conseillée par sa marraine la fée, exigera des cadeaux insensés, puis s'enfuira du palais, revêtue d'une peau d'âne. Elle vivra pauvrement, loin du royaume, avant de rencontrer un jeune prince. Ce conte de fées fut longtemps passé sous silence, et parfois même censuré parce qu'il aborde de front le tabou des tabous : l'inceste. A partir d'une situation extravagante – un père qui abuse de son autorité pour demander sa fille en mariage –, l'interdit de l'inceste est clairement expliqué par la fée qui, à la mort de la reine, remplit sa fonction de marraine en prenant le relais de l'éducation de la jeune fille. Celle-ci donne l'exemple à tous les enfants : elle parvient à se soustraire au pressant désir paternel en renonçant à une vie facile. Elle en sera finalement récompensée. Symboliquement, dans les contes, revêtir la peau d'un animal permet au héros de ne pas perdre son âme...

Cendrillon de Perrault La rivalité fraternelle

Devenu veuf, un homme riche se remarie avec une femme déjà mère de deux filles, aussi méchantes l'une que l'autre. Elles s'acharnent sur Cendrillon, jusqu'au jour où, lors d'un bal, le fils du roi tombe amoureux d'elle. Parmi les centaines de versions, dont celle des frères Grimm, celle de Perrault, avec sa fameuse pantoufle de verre, est la plus répandue. Toute l'histoire est construite autour des angoisses et des espoirs qui forment l'essentiel de la rivalité fraternelle : avilie, Cendrillon est sacrifiée par sa belle-mère au profit de ses demi-sœurs. La rivalité entre femmes est ici à son comble – même si le fait qu'il s'agisse de demi-sœurs rend plus acceptables les humiliations subies par l'héroïne.

Tout au long du conte, les émotions de la jeune fille traduisent exactement ce que ressent un enfant en proie aux affres d'une rivalité pourtant « naturelle » et universelle. Si la situation de Cendrillon semble être poussée à l'extrême – elle est l'inférieure, la souillon –, elle correspond aux émotions de tout enfant dans une fratrie, et à ses sentiments envers ses parents. D'après l'auteur de la *Psychanalyse des contes de fées*, Bruno Bettelheim, vivre la belle-mère comme une figure terrifiante permet à l'enfant de faire face à ses fantasmes inconscients de haine et de dégoût envers ses propres parents, sans se sentir coupable.

Le petit chaperon rouge de Perrault La tentation sexuelle

La plus jolie fille du village est envoyée par sa mère chez sa mère-grand. En traversant la forêt, elle rencontre le loup. Arrivée chez son aïeule, entre-temps mangée par l'animal, le Petit Chaperon rejoint celui-ci dans le lit. Ce conte est connu sous une trentaine de versions en France. Celle de Perrault, qui date de 1697, se termine par : « Et en disant ces mots, ce méchant loup se jeta sur le Petit Chaperon rouge et la mangea. » Parmi les contes, le célébrissime Chaperon rouge est le plus sexuellement explicite. La couleur rouge symbolise les émotions violentes liées à la sexualité. Il est évident que le loup n'est pas un animal carnassier, mais une métaphore criante du mâle : quand la jeune fille se déshabille et le rejoint dans le lit, et que la bête lui dit que ses grands bras sont faits pour mieux l'embrasser, peu de place est laissée à l'imagination. Le loup et le chasseur sont deux figures masculines antagonistes que la jeune fille doit apprendre à reconnaître : le premier est séducteur et meurtrier, le second est bienveillant et sauveur.

Ce conte est une mise en garde très claire, dont la morale a même été ajoutée en quelques lignes par Perrault : « Les jeunes filles, belles, bien faites et gentilles, font très mal d'écouter toutes sortes de gens. »

A lire

Psychanalyse des contes de fées de Bruno Bettelheim. Une analyse éblouissante de la fonction thérapeutique des contes pour l'enfant et l'adolescent (Pocket, 1999).

L'Interprétation des contes de fées de Marie-Louise von Franz. La collaboratrice de Carl Gustav Jung analyse des contes moins connus à la lumière de la psychologie des profondeurs (Jacqueline Renard, 1990).

Une faim de loup d'Anne-Marie Garat. Par une romancière, une passionnante étude historique et analytique complète du Petit Chaperon rouge (Actes Sud, 2004).

Femmes qui courent avec les loups de Clarissa Pinkola Estés. Comment les contes montrent que chaque femme porte une force naturelle riche de dons et d'un savoir immémorial (Grasset, 1996).

* *Par Virginie Coenart*