

## Tekst 6

ENTRETIEN ►►► Alberto Eiguer, psychiatre et psychanalyste

# «Les souvenirs, on les porte en soi»

Les déménagements peuvent raviver des expériences douloureuses de séparations antérieures.



### (1) Quels sont les enjeux d'un déménagement?

**Alberto Eiguer:** C'est toujours une histoire d'amour et de perte, par rapport à une maison que l'on a habitée et aimée, même si on ne l'aime plus. Et donc un processus de deuil, pour les parents comme pour les enfants. La maison est investie comme une continuité de notre corps, de notre espace culturel. Nous avons tous en nous un «habitat interne», qui ne

reproduit pas géographiquement la maison, mais ses principaux lieux. Il y a une unité entre soi-même, les objets, et l'espace où ils sont disposés. En déménageant, on quitte une partie de soi. Même si meubles et objets suivent dans le nouveau logement, tout cela sera remanié autrement.

### (2) Alors, comment faire en sorte que cela se passe bien?

Quand on déménage, on se plonge dans la poésie de la maison, on revisite

25 ses objets. Le cerveau ne garde pas le  
souvenir de toutes les émotions, de  
toutes les relations fortes de la vie,  
mais celles-ci restent attachées aux  
objets: les revoir évoque de nouveau la  
30 saveur d'une rencontre, des sentiments  
disparus. C'est pour cela qu'il est diffi-  
cile de les jeter, même cassés ou  
inutiles. Et pourtant, il n'est pas pos-  
sible de rester encombré de tout toute  
35 sa vie. A ceux, enfants ou adultes, qui  
ont du mal à se séparer de leurs  
affaires, à accepter les transitions, il  
faut permettre d'exprimer ce qu'ils  
représentent. Pour comprendre que les  
40 souvenirs ne se perdent pas, on les  
porte en soi. Les objets ne sont que des  
supports évocateurs. Il est plus facile  
ensuite de choisir ce qu'on veut garder.

45 **(3) Un déménagement peut-il être  
positif?**

Le dynamisme de notre société  
tient à la capacité de s'adapter. Il faut  
toujours évoluer pour être plus fonc-  
tionnel; et parfois passer au-delà des  
50 moments pénibles ou de doute, pour  
accéder à du «mieux». Comme par  
exemple quitter un travail peu  
épanouissant pour tenter autre chose:  
cela rend fier, ensuite, d'y être arrivé,  
55 et permet une meilleure estime de soi.  
Un déménagement, c'est 16: il faut

passer par l'inconfort de la séparation,  
de l'abandon, pour gagner, selon l'âge,  
un logement plus grand, ou plus  
60 proche de sa famille, ou plus pratique  
pour soi. C'est bien d'avoir cette idée,  
et de la transmettre à ses enfants, qu'il  
ne faut pas trop s'attacher à son terri-  
toire, que c'est normal de chercher à  
65 changer pour mieux, qu'il y a du  
bénéfice à abandonner derrière soi  
certaines choses.

**(4) Et quand cela se passe mal?**

Certaines personnes ne peuvent  
70 pas déménager, parce qu'elles sont  
liées à toutes sortes d'objets qui les  
retiennent en arrière. Elles vivent dans  
la nostalgie, la peur permanente de  
perdre leurs souvenirs. C'est qu'elles  
75 ne peuvent pas accepter que le temps  
passe, et ont une vision invariable du  
passé. Or, celui-ci se transforme au fil  
du temps, pour devenir justement des  
souvenirs. Mais à l'inverse, il y a une  
80 pathologie de la rupture en œuvre dans  
certains déménagements successifs:  
parce qu'on est mal avec soi-même, ou  
dans son couple, on veut déménager.  
En confondant ce mal-être avec un  
85 inconfort matériel, en s'imaginant que  
tout ira mieux dans une cuisine plus  
lumineuse, ou avec une pièce de plus...

## Tekst 6 «Les souvenirs, on les porte en soi»

---

- 1p 14 Que peut-on déduire de ce que dit Alberto Eiguer au premier alinéa?
- A En règle générale, les enfants souffrent plus des suites d'un déménagement que leurs parents.
  - B Le sentiment de perte causé par un déménagement est moins grand lorsque meubles et objets suivent dans le nouveau logement.
  - C Pour ceux qui n'aiment plus leur maison, changer de logement est moins triste que pour ceux qui l'aiment toujours.
  - D Quitter une maison que l'on a habitée est en général ressenti comme quelque chose de douloureux.
- 1p 15 Comment faire en sorte qu'un déménagement se passe bien selon le 2ème alinéa?
- A Bien qu'il soit difficile de jeter des objets auxquels on est attaché, il faut s'en séparer afin de mieux accepter son nouveau logement.
  - B Etant donné que la principale fonction des objets est de susciter des souvenirs qu'on ne veut pas perdre, il faut de préférence tout garder.
  - C Il faut déménager le plus d'objets possible qui se trouvent dans sa maison, même s'ils se sont révélés inutiles dans le passé.
  - D Il faut se demander quel sentiment évoquent les objets qui se trouvent dans la maison, puis décider si l'on veut s'en séparer ou non.
- 1p 16 Remplissez les mots qui manquent à la ligne 56.
- A la même chose
  - B moins pénible
  - C plus compliqué
  - D plutôt l'inverse
- 1p 17 Qu'est-ce qui est vrai selon le dernier alinéa?
- 1 Il y a des gens qui changent de logement dans l'espoir de se sentir mieux.
  - 2 La peur de perdre des souvenirs au cours du temps s'est révélée juste.
- A 1 est vrai, 2 est faux.
  - B 1 est faux, 2 est vrai.
  - C 1 et 2 sont vrais.
  - D 1 et 2 sont faux.