

LA PSYCHANALYSE AU JAPON

Dossier:
NOTION DE COUPLE

Happy Culture
Haruki Murakami



Certains pays déclenchent, rien qu'en les nommant, un défilé d'images, de sons et même de parfums... Des paysages qui nous embarquent et nous font tout oublier, fascinés que nous sommes à l'idée d'un enrichissement de notre être au contact d'une culture ancestrale. Le Japon est de ceux-là.

On pense au rouge éclatant d'un torii sous la neige, au parfum du thé matcha, à ces silences si épais que l'on peut s'y blottir.

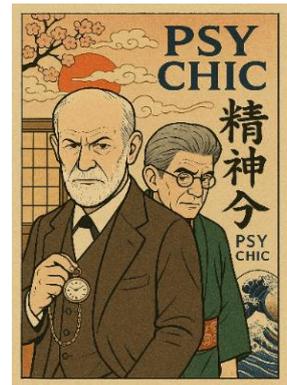
Dans *La Nostalgie heureuse*, Amélie Nothomb¹ disait : « Je sais que j'avais besoin d'être subjuguée, d'avoir la foi. Le Japon suscite cela chez moi. Il est le seul. »

Et si, au fond, c'était cela la clé : se laisser subjugué, au moins un instant, dans un monde où tout nous presse et nous compresse ? L'univers japonais peut nous sembler paradoxal. Serait-il ambivalent ? Plus mature dans son approche du monde ? Son art de la maîtrise le rapprocherait-il d'une génitalité face à notre oralité massive et nos piètres tentatives de pouvoir ? Discipline, spiritualité, sociabilité, permettent la canalisation des pulsions, la particularité du langage laisse de l'espace à l'inconscient, mais le schéma japonais nous laisse tout de même pantois, si l'on pense au fait que là où l'Occident s'organise autour de la faute et du désir interdit, le Japon met en avant la honte et le désir d'être accueilli — deux manières différentes de dire comment l'inconscient se noue au lien social. C'est ce que l'on retrouve avec le terme « Amae ».

Armand Darsel

« Oh, mais au Japon, on n'a pas besoin d'inconscient ».

Une lapalissade rapportée avec humour, qui synthétise l'étonnement de Jacques Lacan devant un contexte culturel où le refoulé structuré comme langage semble moins manifeste.



Ce mot intraduisible évoque une dépendance douce et réconfortante, Mais nous en parlerons en p.11. Avant cela nous aborderons Le couple, autre grand voyage dans un navire un peu cabossé qui vogue entre idéal et réalité, métaphore complexe de nos névroses les plus cachées et dont nous tentons d'éviter les récifs...

Bénédicte vous parlera d'Haruki Murakami, maître des portes dérobées vers le rêve, chez qui un chat peut ouvrir la voie à une métaphysique existentielle (ou à un café bien serré).

Outre le monde du Manga et du film d'animation extrêmement riche et dont vous connaissez certainement bon nombre d'œuvres comme celles de Miyazaki Hayao, j'ai souhaité évoquer le long métrage de Ryusuke Hamaguchi : « Drive My Car ». Un film qui prend son temps, comme un trajet en voiture où chaque silence compte autant que chaque mot. Ici, les dialogues ne sont pas là pour combler le vide, mais pour l'habiter. On y parle d'amour, de perte, de deuil, de ce qui reste quand les certitudes se délitent.

Finalement, ce numéro traite de chemins sinueux, de conduite à deux et d'impuissance face à la fragilité de l'existence. Mais surtout d'accepter de se perdre un peu pour se retrouver autrement. Et qui sait, peut-être qu'au détour d'un virage, le vrai dépaysement émergera de notre monde interne. Alors, ne résistons pas trop : laissons-nous subjugué, non pour lâcher prise, mais pour trouver un équilibre inédit entre étonnement et lucidité.



¹ Romancière belge de langue française à retrouver dans le Psy Chic N° 36

La Psychanalyse au Japon

Quand Freud traversa les mers : l'odyssée japonaise de la psychanalyse

Au tournant du XX^e siècle, le Japon vit une époque charnière. Le pays, sorti depuis peu de son isolement séculaire, s'ouvre à la modernité industrielle et intellectuelle venue d'Occident. Mais dans ce mouvement d'embrassade des idées nouvelles, il veille à préserver son âme, son esthétique, et ses traditions. C'est dans ce contexte contrasté qu'un mot discret fait son apparition dans les revues savantes : **seishin bunseki**, littéralement « analyse de l'esprit ».

En 1912, le psychiatre **Morita Masatake** — déjà reconnu pour la méthode thérapeutique qui portera son nom et qui repose sur l'acceptation des émotions plutôt que sur leur suppression — évoque pour la première fois, en japonais, les travaux d'un médecin viennois encore peu connu du grand public : **Sigmund Freud**. Les idées freudiennes ne débarquent pas en force, mais s'infiltrèrent par touches, grâce à des traductions venues d'Allemagne et d'Amérique, qui circulent dans des cercles érudits, mêlant médecins, écrivains et philosophes.



Les années 1920 voient émerger un petit groupe d'intellectuels fascinés par cette approche inédite de l'âme humaine. Les concepts freudiens, parfois rugueux, peinent à se frayer un chemin dans la langue et l'imaginaire japonais. Mais loin de les appliquer tels quels, les pionniers cherchent à les **acclimater** : traduire non seulement les mots, mais aussi les idées, en les faisant résonner avec les valeurs et sensibilités locales.

Le véritable tournant se produit en 1931. **Heisaku Kosawa**, jeune psychiatre curieux et déterminé, traverse les mers pour se rendre à Vienne. Il devient l'un des rares Japonais à rencontrer Freud en personne et à suivre son enseignement. De retour au pays, il ne se contente pas d'enseigner la méthode : il la **réinvente**, en intégrant des éléments culturels japonais comme l'importance du sentiment de dette filiale ou la rela-



"Freud, Morita et Kosawa :
aux sources de la psychanalyse japonaise."

tion au groupe — dans la pratique analytique. Kosawa adapta la psychanalyse freudienne à la spiritualité bouddhiste japonaise, infusant ses approches cliniques d'une sensibilité imprégnée du *shinran* et de l'image mentale comme moyen thérapeutique. Kosawa devient ainsi le premier psychanalyste japonais de plein exercice et un passeur essentiel entre deux mondes.

Après la Seconde Guerre mondiale, le Japon entre dans une période de reconstruction sous influence américaine. Les thérapies venues des États-Unis — psychologie clinique, thérapies comportementales et cognitives — connaissent alors un essor fulgurant. Pourtant, la psychanalyse, plus discrète, continue son chemin dans certains cercles, s'institutionnalise, crée des associations professionnelles, et voit paraître en japonais les grandes œuvres de Freud.

Les années 1970 marquent un nouveau souffle. L'arrivée de **Jacques Lacan** au Japon et ses conférences mémorables ouvrent un dialogue inédit. Dans ses textes adressés au « lecteur japonais », Lacan explore les particularités de la langue et de la pensée nippones, trouvant chez ses interlocuteurs une oreille attentive. Ses Séminaires sont lus avec passion dans les milieux universitaires, mais aussi dans les cercles littéraires et philosophiques, donnant à la psychanalyse un nouveau prestige intellectuel.

Aujourd'hui, la psychanalyse demeure une **pratique minoritaire** au Japon, éclipsée par des approches plus contemporaines et pragmatiques. Mais son influence est loin d'avoir disparu. Ses concepts continuent de nourrir les débats sur le langage, la subjectivité et l'identité culturelle, prouvant que, même à l'autre bout du monde, **l'inconscient n'a pas dit son dernier mot**.



精神分析*
と日本

* « Seishin Bunseki to Nihon » : La psychanalyse et le Japon



Peut-on analyser le Japon au sens freudien ?

La question intrigue depuis un siècle : la psychanalyse, telle que Freud l'a conçue à Vienne, peut-elle s'appliquer au Japon, pays façonné par des codes sociaux, une langue et une sensibilité radicalement différents ? Derrière cette interrogation, se joue un dialogue complexe entre deux visions du monde.

Dès leurs premières expériences cliniques, les analystes japonais ont constaté une particularité : lorsqu'ils se confient, leurs patients tendent à privilégier la description factuelle, le récit concret, plutôt que l'exploration explicite des émotions. L'association libre, cœur de la méthode freudienne, s'y déploie autrement. La langue japonaise elle-même, avec ses silences assumés, ses phrases souvent inachevées, et sa dépendance au contexte partagé, façonne une manière singulière de dire. Dans cette culture, l'implicite n'est pas une omission mais une forme de discours à part entière.

La vie psychique au Japon s'inscrit profondément dans la trame du collectif. L'individu n'est jamais isolé : il se définit par la place qu'il occupe dans un réseau hiérarchisé de relations et d'obligations mutuelles. Ainsi, le conflit psychique, concept universel pour Freud, prend ici une coloration différente. Ce qui se joue derrière le symptôme n'est pas toujours un affrontement interne entre pulsion et interdits parentaux, mais parfois un écart douloureux entre les attentes du groupe et le vécu intime.

Pour certains, cette différence justifie l'idée que la psychanalyse serait inadaptée, voire inapplicable au Japon. Mais ce serait oublier la capacité d'adaptation qui a toujours caractérisé la pratique analytique. Depuis ses débuts dans l'archipel, elle a été réinterprétée, métissée avec des références culturelles locales. Certains thérapeutes ont trouvé dans le bouddhisme zen ou les arts traditionnels des points d'appui précieux. D'autres, au contraire, s'attachent à préserver la structure freudienne tout en l'amenant à résonner avec les sensibilités japonaises.

Cette adaptation passe aussi par la langue. Traduire Freud en japonais ne se limite pas à trouver les bons mots : il s'agit d'inventer des équivalents conceptuels capables de porter une pensée façonnée dans un autre univers culturel. Chaque terme, chaque formule, devient un terrain d'interprétation. Dans ce processus, les analystes japonais ont parfois dû créer de nouvelles métaphores, puiser dans la poésie ou les images traditionnelles pour rendre accessibles des notions étrangères.

Et pourtant, au-delà de ces spécificités, Freud rappelait que l'inconscient ne connaît ni frontières ni cultures. Ce qui change, ce sont les chemins qui y mènent. Au Japon, ces chemins sont sinueux : ils passent par les détours de la parole, par des images fragmentées, par des récits où le non-dit pèse autant que ce qui est exprimé. L'analyste doit s'y engager avec patience, apprendre à écouter les silences autant que les mots, et accepter que la vérité du sujet se livre autrement.

En définitive, demander si le peuple japonais est « analysable » au sens freudien du terme, c'est peut-être poser la mauvaise question. La véritable interrogation serait plutôt : comment la psychanalyse, en se confrontant à une culture aussi éloignée de son berceau, peut-elle s'enrichir et se réinventer ? Car c'est dans cette rencontre, entre une méthode née en Europe et une civilisation attachée à l'harmonie et au raffinement du non-dit, que se joue l'avenir d'une pratique qui, partout, tente de faire parler ce qui échappe aux mots.

La topique freudienne à l'épreuve de la culture japonaise

Le Moi : Au Japon, le Moi se structure autour de l'appartenance au groupe et des règles hiérarchiques (concepts de sempai/kohai). L'idéal du Moi se confond souvent avec l'image attendue par la collectivité. L'harmonie prime sur l'expression individuelle, et les conflits ouverts sont évités pour préserver les liens.



Le Ça : Les désirs pulsionnels, bien que présents, sont contenus par des codes sociaux stricts. La honte (haji) joue un rôle central, plus que la culpabilité. Le conflit psychique est souvent pensé à travers le mythe d'Ajase, qui met en avant la dette et la dépendance envers la mère plutôt que la rivalité œdipienne.

* Couverture manga de Freud — マンガフロイト入門 (série Blue Backs, Kodansha). C'est l'édition japonaise de *Introducing Freud* (texte Appignanesi, illustrations Oscar Zarate).

Le Surmoi Externalisé, le Surmoi se loge dans les figures d'autorité et dans l'idéal collectif. Moins centré sur le Père symbolique, il agit surtout par la honte sociale, ce qui influence les types de symptômes observés et la demande d'analyse.

Le refoulement : Pour Lacan, le refoulé semble se loger dans l'écrit. La langue japonaise, avec ses lectures on-yomi et kun-yomi, instaure un métalangage permanent qui introduit une distance entre pensée et parole. Cette médiation graphique absorbe parfois l'énergie conflictuelle qui, ailleurs, se traduirait par des symptômes plus manifestes.

Processus primaire et secondaire : L'écriture idéographique favorise des associations visuelles autant que sonores, donnant au processus primaire une dimension moins linéaire. Les codes de politesse, eux, renforcent le filtre du processus secondaire, modulant l'expression des pensées et des affects.

Le transfert La hiérarchie sociale peut freiner le transfert si l'analyste est trop idéalisé. Le dédoublement linguistique (on-yomi/kun-yomi) maintient une distance avec ses propres paroles, modulant l'intensité du transfert amoureux décrit par Freud, mais offrant aussi un matériau analytique précieux.

Conclusion : Une psychanalyse en constante mutation En définitive, la psychanalyse, telle qu'elle a été pensée par Freud, n'est pas une science figée mais une méthode vivante, capable de se réinventer. La confrontation de cette pratique avec le Japon, un pays dont les racines culturelles et sociales diffèrent profondément de l'Europe, a permis de nourrir et d'enrichir la psychanalyse elle-même. Les analystes japonais, en traduisant les concepts freudiens et en

les adaptant aux valeurs locales, ont fait de cette rencontre une véritable source de renouvellement de la pensée analytique.

C'est dans cette rencontre entre la rigueur du modèle freudien et la flexibilité des sens japonais, dans les interstices laissés par le non-dit et le silence, que la psychanalyse trouve encore un terrain fertile pour comprendre l'être humain dans sa diversité. L'inconscient n'a ni frontières ni préjugés. Ce qui fait toute la richesse de son exploration, c'est la manière dont chaque culture, chaque histoire, chaque individu, y trouve une résonance propre. Ainsi, même au Japon, là où l'individualité et la subjectivité sont moins souvent mises en avant, la psychanalyse continue d'offrir un espace de réflexion, d'écoute et, peut-être, de transformation.



Freud, Lacan et... Ajase ¹

On sait que Freud plaça le complexe d'Œdipe au cœur de la psychanalyse occidentale. Mais au Japon, certains psychanalystes se sont tournés vers un autre mythe : celui du prince Ajase. Dans cette légende bouddhique, Ajase est poussé par sa mère à tuer son père, avant de se retrouver prisonnier d'une dette insurmontable envers elle. Contrairement au schéma œdipien, le conflit ne se résout pas dans la rivalité avec le père, mais dans l'ambivalence vis-à-vis de la mère : amour, dépendance, culpabilité.

Des analystes comme Heisaku Kosawa ont montré que ce « complexe d'Ajase » pouvait mieux rendre compte de la clinique japonaise, où la honte et la dette filiale pèsent davantage que la faute ou la culpabilité. Une belle illustration de la façon dont l'inconscient, universel, s'exprime toujours à travers les couleurs singulières d'une culture.

Langue japonaise et inconscient

En psychanalyse, Freud situe le refoulé dans le langage. Or, le japonais présente une particularité : il existe toujours une distance entre l'écrit et l'oral. Chaque kanji peut se lire de plusieurs façons, selon la lecture chinoise (on-yomi) ou japonaise (kun-yomi).

Ce décalage permanent crée une sorte de métalangage : ce qu'on lit, ce qu'on entend, ce qu'on dit ne coïncident jamais totalement. Là où le français cherche la transparence entre mot et sens, le japonais assume l'ambiguïté. Pour Lacan, cette structure favorise l'inscription du refoulé dans l'écriture même : l'écart entre signe et son ouvre un espace où l'inconscient peut se loger. Ainsi, la langue japonaise rend particulièrement visible ce que Freud décrivait : le langage ne dit jamais tout, il laisse toujours un reste — ce reste, c'est l'inconscient.

¹ Concept bien établi en psychanalyse japonaise, introduit par **Heisaku Kosawa** (1897-1968), disciple de Freud. Kosawa, H. (1932/1992). *Ajase Complex Theory: A Japanese Contribution to Psychoanalysis*. *International Journal of Psychoanalysis*, 73, 305-315. Takeo Doi, *The Anatomy of Dependence* (1973), reprend la question de l'amae et des spécificités psychiques japonaises.

Un champ restreint et concurrencé

La psychanalyse n'a jamais occupé au Japon la place qu'elle a eue en Occident. Après la guerre, la psychiatrie s'est médicalisée et tournée vers des approches rapides et pragmatiques, laissant peu d'espace à la pratique analytique.

Aujourd'hui, la psychanalyse demeure une pratique minoritaire, principalement présente dans certains cabinets privés et dans de rares institutions universitaires. Elle se heurte à plusieurs obstacles. Sur le plan culturel, la parole intime et la mise à nu de soi ne sont pas valorisées de la même manière qu'en Occident : exprimer ouvertement ses conflits ou ses désirs peut être vécu comme une atteinte à l'harmonie du groupe et susciter de la honte. Cette réticence contribue à rendre la demande d'analyse moins fréquente et moins explicite.

Sur le plan institutionnel, la psychanalyse se heurte à une forte concurrence. La psychiatrie biologique, bien implantée, privilégie les traitements médicamenteux et les diagnostics standardisés. Les thérapies comportementales et cognitives (TCC) en plein essor, portées par leur efficacité mesurable et leur adaptation aux critères de la santé publique.

Parallèlement, le Japon dispose de traditions spirituelles et de pratiques de méditation issues du bouddhisme zen ou du shintoïsme, qui proposent d'autres voies de régulation de la souffrance psychique et qui, pour certains patients, semblent plus naturelles ou légitimes que l'analyse.

À cela s'ajoute l'influence croissante du coaching, du développement personnel et d'approches importées des États-Unis, très médiatisées et centrées sur la performance ou le bien-être immédiat. Ces modèles séduisent une partie de la population en quête de solutions rapides et socialement valorisées.

Malgré ce contexte, la psychanalyse conserve des points d'ancrage. Quelques groupes lacaniens ou freudiens poursuivent un travail rigoureux, souvent en lien avec des échanges internationaux. De jeunes praticiens, parfois formés en Europe ou aux États-Unis, commencent à explorer les articulations possibles entre psychanalyse et culture japonaise. La traduction de textes fondamentaux, la tenue de colloques et l'intérêt croissant pour la santé mentale dans la société japonaise ouvrent de nouvelles perspectives, même si le champ reste étroit et très concurrencé.

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'Empire des signes est un récit de voyage de **Roland Barthes**, publié en 1970. L'auteur y mêle récit littéraire et réflexion théorique, en observant la vie quotidienne japonaise et l'omniprésence des signes dans la ville de Tokyo.

Ouvrage majeur, il offre une introduction à la culture japonaise tout en évoquant les relations entre la France et le Japon.

Ce livre est dédié à **Maurice Piguet**, directeur de l'Institut franco-japonais de Tokyo, qui invita Barthes à diriger un séminaire en 1966, année où il découvrit le Japon à 50 ans.

Barthes, R. (1970). *L'Empire des signes*. Paris : Flammarion.

Conférence FFDP

LA PSYCHANALYSE MÈNE-T-ELLE AU PARDON ?

Samedi 22 novembre 2025

Hotel Radisson Blu,
129 Rue Servient,
69003 LYON

Conférenciers :

Armand Darsel – Sabrina Torrès
Christine Plantec – Chrystel Benoit-
Marhuenda

Les bulletins d'inscription vous seront
transmis très prochainement !

LA PENSÉE ET LA SENSUALITÉ



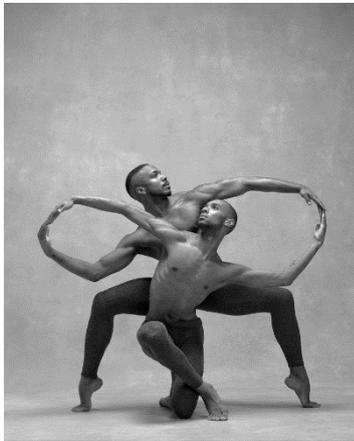
« Le Japon est un espace de signes très sensuel et très esthétique, une leçon d'élégance dans la sensualité »



Notion de couple

En termes de couples il peut exister différentes configurations comme le duo d'inséparables, dont le socle peut être une amitié indéfectible ou un amour platonique, ou encore fraternel... Il y a le couple artistique, binôme partageant intimement l'univers de la création commune, et sûrement d'autres types de couples encore... Mais aujourd'hui parlons plutôt du couple amoureux « classique », cocktail unique, possédant une certaine élasticité affective sur fond de confiance et de désir sexuel, qu'il s'agisse d'un couple hétéro ou homosexuel.

Voici deux individus, liés par un sentiment spécifique qui leur donne envie de passer du temps ensemble, de faire des projets etc. pour des raisons conscientes et bien sûr inconscientes, nous avons là deux êtres qui



s'investissent libidinalement l'un et l'autre. En amont on observe une mise de départ suffisante pour permettre les fondations du couple. Cette mise de départ est provoquée par un sentiment amoureux apte à transformer la réalité en fantasme ou le fantasme en réalité.

Mais alors c'est quoi tomber amoureux ? Qu'est-ce qui tombe en fait ? Et bien nos barrières, ce qui nous empêche, ce qui nous inhibe, en gros : la rigidité du principe de réalité, ce que l'on pourrait appeler **la réalité surmoïque**.

Voilà pourquoi Freud disait qu'être amoureux est **un état de psychose passager**. Et quand l'autre répond positivement aux attentes de l'épris(se), aux espoirs de réciprocité, alors le monde s'ouvre, tout le reste devient secondaire, c'est une renaissance physique et psychique que je ne me fatiguerai pas à décrire, étant donné que la moitié de la littérature l'a déjà traité sous tous les aspects.

En fait le Surmoi ne disparaît pas mais devient inaudible, recouvert par le chant des rivières et des oiseaux, la perfection des parfums et des couleurs, l'individu amoureux est enfin reconnu par l'univers tout entier, grâce à l'existence de l'être aimé. C'est ce qui permet pleinement la rencontre entre les deux personnalités.

Humphrey Bogart et
Lauren Bacall, 1940.



Puis, au bout d'un temps très relatif, le principe de réalité va progressivement reprendre ses droits et les deux individus vont retrouver une norme de fonctionnement qui leur est propre, ... enfin pas tout à fait non plus, puisqu'un réaménagement sera nécessaire pour appréhender un réel désormais partagé. En effet, c'est un peu comme deux bulles qui se seraient interpénétrées, chacun a en lui une partie de l'autre, il faut donc agrandir sa bulle pour y loger l'autre entité, lui faire la meilleure place possible pour fonctionner à deux.

Il faut bien voir que **les Surmois respectifs** étant de retour, chacun va commencer à retrouver ses inquiétudes névrotiques. L'autre étant censé répondre, adoucir les angoisses, la personne aura vis-à-vis de son couple des attentes tout aussi paradoxales que peuvent l'être ses conflits psychiques. La magie du début s'est quelque peu volatilisée et certaines personnes plus que d'autres ne vont pas forcément bien le tolérer... Les défauts commencent à se faire jour, c'est le moment de découvrir les appétits narcissiques et la capacité de tolérance à la frustration de chacun.

C'est là qu'entre en jeu la notion de **compromis**, élément indispensable à la viabilité du couple en construction. Si le feu a pris, alors il va falloir s'organiser équitablement pour l'alimenter, ensemble ou à tour de rôle, entretenir la flamme afin de continuer à profiter des bienfaits du foyer. Car **la relation de couple est nourricière** à condition d'être elle-même approvisionnée en éléments extérieurs par chacun à sa façon. Mais de quels nutriments parlons-nous exactement ?

- La gratification**, qui passe par le fait d'être aimé pour ce que l'on est.
- La confiance mutuelle**, qui se met en place au travers des expériences partagées.
- Un espace transitionnel** cocon qui se constitue à partir de l'intimité du couple.
- On peut y intégrer **le réconfort de ne pas être seul** face aux soucis personnels (maladie, deuils familiaux...), mais également le fait de sentir que l'on est plus fort à deux quant aux vicissitudes du quotidien.
- Sans oublier **la sexualité** qui abreuve de son intensité la dimension intime de la relation.

Mais cette dernière est sûrement l'activité partagée la plus complexe de toutes. **Car la sexualité est avant tout une affaire individuelle** ; chacun a un rapport spécifique à son corps et à la sexualité qui n'est jamais

simple et limpide. En effet celle-ci dépend d'un grand nombre de facteurs psychiques. Au centre, on y retrouve l'infrastructure narcissique, laissant apparaître les assemblages identificatoires présents depuis la plus tendre enfance. Sont présents en sous-couches le déroulement œdipien et ses traces indélébiles, mais également les composantes érotico-archaïques dans le premier rapport à l'objet. Sans parler de ce que tout cela implique sur le plan de l'image dans le miroir social. Rien qu'avec ça on pourrait se demander si une sexualité simple et sereine n'est pas un miracle !!

Aussi bien chez l'homme que chez la femme, ce qui est recherché est entre autres **l'objet premier** (la mère en général), pour son réconfort peut-être mais souvent aussi pour régler des vieux comptes. Quand les litiges sont bien présents, l'individu en couple peut attendre que son ou sa partenaire joue le rôle de ce *premier objet* mais également d'incarner le Surmoi médiateur, censé arbitrer les conflits ancestraux... Sous couvert d'élaborations secondaires « adultisées », l'attente de réparations narcissiques risque d'apparaître et la communication au sein du couple risque d'en être sévèrement parasitée.

Terrain de la compulsion de répétition ou pas, tout ce qui a été refoulé voit dans ce nouveau lien amoureux l'occasion de se décharger via les processus de régression. Les rejetons partent en quête de nouveaux éclaircissements et se confrontent bien sûr à la censure surmoïque mais également au Surmoi de l'autre personne qui a elle aussi sa part d'histoire et sa configuration tout aussi unique. Ce sont les récifs, sur lesquels parfois le couple se déchire, chacun se voyant issu d'une mythologie personnelle qui l'enferme dans le cycle infernal du refoulement du refoulé.

Dans son livre *Le moi et le ça* Freud écrit "Je m'habitue à considérer chaque acte sexuel comme un événement impliquant quatre personnes". Il évoque ici l'idée que chaque être humain est bisexué et l'on peut dire que nous sommes tous porteur d'une partie masculine et d'une partie féminine. Cela devrait être perçu comme un avantage dans la relation à deux. Car dans l'absolu, **nous sommes tous capables d'empathie** envers l'autre sexe.

D'ailleurs, on pourrait se demander si la longévité du couple ne reposerait pas sur cette qualité empathique qui implique une bonne distance, même si elle oscille constamment. Il s'agirait de reconnaître l'autre personne à part entière sans se confondre avec elle, sans se l'approprier. Car considérer qu'elle ne nous appartient pas, c'est la laisser évoluer à son rythme et ne pas la perdre en nous ou se perdre en elle.

Cela soulève parallèlement la question de la jalousie, curseur de notre possessivité envers le graal narcissique, j'ai nommé : le phallus. La jalousie sera d'autant plus cuisante pour celui qui est insatiable narcissiquement, pris entre son besoin d'être indépendant et sa dépendance à l'autre pour y croire. Si l'autre est sa poule aux œufs d'or, la source secrète de son assurance phallique, alors il ne la laissera pas partir. Et bien entendu la jalousie sera au premier plan, se conjuguant sur de multiples modes. La possessivité est le meilleur moyen d'étouffer l'autre et le couple.



Cela dit il n'y a pas de recette, car nous sommes paradoxalement des êtres nés de la fusion cherchant à se démarquer, désireux d'être autonomes tout en ayant besoin de l'autre. En fait, l'avantage de la relation de couple c'est que l'on est plus seul, mais l'inconvénient c'est que l'on n'est plus seul... !

La différence des sexes, essentiellement culturelle, se creuse un peu plus encore aujourd'hui, d'un autre côté ce que l'on appelle la guerre des sexes n'est pas nouvelle, et nous retrouvons toujours quelque part la question de la castration. Mais pour faire court, je vous renvoie au complexe du même nom, à sa régression vers le stade « sado masochique » anal et à la réflexion qui en découle sur les problèmes d'empathie dans le couple...

En psychanalyse on distingue le Moi idéal de l'idéal du Moi, pouvons-nous alors parler **d'un couple idéal et d'un idéal de couple** ? Le premier serait incompatible avec la réalité car dans une toute puissance fantasmatique écrasante et stérile. Le deuxième viendrait rejoindre l'idée qu'un travail d'adaptation est possible à deux pour trouver enfin, non pas le parfait amour, mais le bonheur, celui qui n'était pas prévu au programme, puisqu'il n'existe jamais avant d'être vécu.

Armand DARSEL

Sources pour les articles sur le Japon

Extraits adaptés de Japon, « Le Monde » - Langue japonaise et psychanalyse - La psychanalyse au Japon - Conversation avec Yoshiki Kobayashi - Culture japonaise et relation thérapeutique - Du Japon : actualités et promesses autour de Lacan - Ebisu n°15, 1997- France Culture : « La question de la modernité au cœur de la philosophie japonaise ».

Le Billet Doux

Au retour de vacances, la main glissée dans la boîte aux lettres, les doigts effleurent le papier épais et brillant.

Voici une carte postale.

Comme au bon vieux temps, lorsque, ignorant encore les nouvelles technologies, nous nous écrivions.

Quelques mots maladroitement griffonnés dans un train, des cœurs dessinés à main levée, les banales formules ; " Je passe de bonnes vacances", "Je t'écris de...", "Gros bisous", et les "Je t'aime" traversant l'Europe. Nos mots mêlés emplissaient les saoches de toile des facteurs.

Nul doute qu'ils devaient sourire de quelques fantaisies lues à la volée tandis que les paysages reproduits sur ces petits rectangles faisaient voyager.

Bien souvent, rien d'essentiel n'était écrit au verso des cartes postales mais ces mots d'été avaient une saveur particulière.

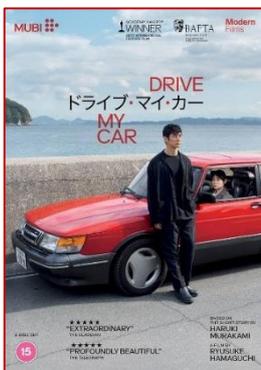
Nos messages actuels offrent l'imédiateté, la possibilité de lier nos images à nos ressentis.

Mais il manque la surprise. Le charme désuet de cette pensée qui, une fois couchée sur le papier, voit du pays, transite en terre étrangère, manipulée par des mains inconnues, avant de finir sa course sur la table de notre cuisine. "Tiens, j'ai reçu une carte postale de ..." Une fois lue, sourire aux lèvres, nous la posons sur une étagère, pour un temps, ou pour longtemps.



Les cartes postales remplissent encore quelques présentoirs, mais pour combien de temps ? Peut-être leur existence tient-elle à un fil, celui de nos souvenirs d'une vie où l'on faisait voyager nos mots, prenant le risque qu'ils se perdent en chemin. Quelquefois, nos cartes postales arrivaient ailleurs, rencontraient des inconnus et créaient des rencontres. Je nous souhaite de tremper nos plumes dans l'encre de nos Voyages, Très belle Rentrée à Tous,

Erika



Drive My Car

Un voyage intérieur en trois actes

Adapté d'une nouvelle de **Haruki Murakami**, *Drive My Car* est une lente immersion dans la mécanique complexe des émotions humaines. Ryusuke Hamaguchi signe une œuvre d'une durée inhabituelle (près de trois heures), mais où chaque minute semble nécessaire, comme un battement de cœur qui maintient le récit en vie.

Nous suivons Yūsuke Kafuku, acteur et metteur en scène, encore hanté par la mort de sa femme. Engagé pour monter *Oncle Vanja* dans un festival de théâtre à Hiroshima, il se voit imposer une jeune chauffeuse taciturne, Misaki. Leur relation, d'abord distante, se transforme au fil des trajets en une confiance silencieuse, un échange où les mots ne sont pas toujours indispensables.

Plans longs, silences habités, dialogues fragmentés. Le film joue avec l'espace, l'habitacle d'une voiture devient un lieu de confession, la scène de théâtre un miroir de l'intime. On y retrouve la délicatesse de Murakami, avec une sensibilité propre au cinéma japonais où chaque geste, chaque regard vaut plus que mille explications.

Drive My Car est aussi une réflexion sur la communication. La pièce de Tchekhov, répétée en plusieurs langues, agit comme un fil rouge : peu importe la barrière linguistique, ce qui compte, c'est la présence et l'attention portée à l'autre.

En 2024, Haruki Murakami a sorti le film « Le mal n'existe pas », fable écologique moderne, lion d'argent et Grand Prix du jury par la dernière Mostra de Venise. Une curiosité à voir pour les amateurs de ce cinéma qui nous décale temporellement, nous éblouit esthétiquement et nous enlève ici par une musique qui semble émaner des images elles-mêmes.

Drive My Car – Ryusuke Hamaguchi – Japon, 2021 – 179 min – Prix du scénario, Festival de Cannes 2021.

Ce film aborde la culpabilité, la perte et le pardon, mais sans pathos inutile. Ici, la douleur se déploie calmement, comme une route qui s'étire à l'infini, et la réconciliation avec soi-même devient un chemin sinueux.

Plus que jamais ici, l'essentiel ne se trouve pas dans la destination, mais dans ce qui se tisse entre les êtres pendant le voyage.

HAPPY CULTURE



Haruki Murakami : Quand l'Incertain Devient Merveilleux



Puisque nous en parlions à l'instant dans la rubrique cinéma, Haruki Murakami est un écrivain qui a su capturer l'imaginaire du monde entier avec son style unique, à la fois épuré et profondément poétique. Il plonge le lecteur dans des univers où la frontière entre le réel et le fantastique est toujours floue, où la quête de soi s'accompagne d'une confrontation avec l'absurde.

Dans *La Cité aux murs incertains*, il explore un monde étrange où les murs, ces symboles de séparation, semblent vivre, se mouvoir, et devenir aussi incertains que les sentiments des personnages. Ce récit nous plonge dans une atmosphère où les repères sont fragiles, où l'identité se cherche sans jamais se trouver tout à fait. Les protagonistes, comme les lecteurs, sont confrontés à des murs qui ne sont pas des barrières, mais des révélations, des portes vers des facettes cachées de l'être humain.

Dans ce livre, comme dans beaucoup d'autres, Murakami nous rappelle que la quête de sens dans nos vies est aussi déroutante que de chercher à percer les mystères d'un labyrinthe. Un outil de compréhension. *La Cité aux murs incertains* est un récit de voyage, mais pas un voyage géographique : il s'agit d'une exploration intérieure, d'une mise en lumière de l'incertitude qui fait partie intégrante de l'expérience humaine.

1Q84, son œuvre de référence, est sans doute l'un des romans les plus emblématiques de Murakami. Ici, il pousse plus loin la réflexion sur les mondes parallèles et la manière dont les destins individuels se tissent dans une toile complexe de coïncidences. L'histoire de Tengo et Aomame, deux âmes solitaires qui se croisent et se cherchent dans un Tokyo parallèle, est à la fois une quête d'amour et une méditation sur le libre arbitre.

Dans *1Q84*, le surnaturel se mêle à la réalité quotidienne avec une telle fluidité qu'il semble évident que l'un ne pourrait exister sans l'autre. Les personnages, perdus dans un monde qui échappe à leur contrôle, naviguent entre désir, culpabilité et la recherche d'un sens plus profond à leurs vies. La solitude ici est présentée

non pas comme un fardeau, mais comme une occasion de se réinventer, de se retrouver face à soi-même.

Dans *Des hommes sans femmes*, Murakami s'attaque à la solitude masculine, un thème qu'il explore avec finesse dans ces sept nouvelles. Ces récits, tous centrés sur des hommes confrontés à des pertes — qu'elles soient sentimentales ou existentielles — nous plongent dans une introspection profonde. Chaque homme, dans ses relations brisées ou dans son incapacité à s'engager véritablement, nous rappelle une vérité universelle : la solitude est parfois une blessure que l'on porte en soi.

Mais, contrairement à ce que l'on pourrait penser, elle n'est pas nécessairement négative. Pour Murakami, cette solitude est un espace où l'on peut se retrouver, se connaître, et même se réinventer. Le vide devient ainsi une forme de créativité, une possibilité d'exploration de soi.

Le style minimaliste de Murakami, qui effleure les événements sans les saisir pleinement, est une invitation à ressentir davantage qu'à comprendre. Ses personnages, souvent détachés, sont en quête de quelque chose qui dépasse les mots. Leurs dialogues sont aussi des silences, et dans ces silences, l'essence de l'histoire se dévoile. En nous plongeant dans des univers parallèles, dans des situations étranges mais empreintes de réalisme, Murakami nous montre que ce qui est incertain et indéfini fait partie de ce qui nous rend humains.

Dans le fond, ce que Murakami nous propose, c'est un voyage intérieur. Un voyage dans des mondes où les murs sont incertains, où les routes semblent disparaître sous nos pieds, mais où l'on trouve toujours une nouvelle voie à emprunter. La magie de Murakami réside dans sa capacité à faire de cette incertitude une exploration de l'inconnu, à faire de la solitude non pas une malédiction, mais une opportunité de rencontrer une version plus authentique de soi-même.



BÉNÉDICTE HUBRUIS

L'AMAE, une conceptualisation culturelle

La notion d'amae est centrale pour comprendre certaines spécificités psychologiques et relationnelles au Japon, et elle a été largement théorisée par le psychiatre japonais Takeo Doi dans son livre *Amae no kōzō* (1971), traduit en français sous le titre *Le jeu de l'amae*.

Définition générale : Amae (甘え) vient du verbe amaeru (甘える) qui signifie littéralement « se comporter comme un enfant gâté » ou « se laisser dorloter ». Dans le langage courant, il désigne une attitude de dépendance affective où l'on s'attend à ce que l'autre accepte nos besoins sans qu'on ait à les exprimer explicitement. Psychologiquement, c'est un mélange de confiance, d'attente implicite de bienveillance, et de volonté de se reposer sur autrui.

Origines culturelles : Takeo Doi lie l'amae à la relation mère-enfant au Japon, traditionnellement plus fusionnelle et moins « sevrée » qu'en Occident. L'amae se prolonge ensuite dans les relations sociales : amitié, couple, hiérarchie professionnelle, etc. La société japonaise, marquée par le collectivisme, rend l'amae socialement acceptable et parfois valorisé, alors que dans des cultures plus individualistes, cette dépendance pourrait être vue comme une faiblesse.

« L'amae est ce besoin de dépendance affective à autrui, d'abandon confiant, qui imprègne les relations humaines au Japon et dont la psychanalyse occidentale ne rend pas pleinement compte. » Takeo Doi,

Spécificité par rapport à la psychanalyse occidentale : Pour Freud et les psychanalystes occidentaux, le développement sain suppose une séparation progressive d'avec la figure maternelle et l'acceptation de la frustration. Takeo Doi constate qu'au Japon, cette séparation est moins tranchée, et que des formes d'amae continuent à exister à l'âge adulte sans être pathologisées. Il y voit un schéma relationnel de base, non réductible aux concepts occidentaux de dépendance ou de régression.

Fonction psychologique : L'amae n'est pas seulement une demande de soin : c'est aussi un code implicite qui régit l'harmonie sociale (wa). Il suppose une compréhension tacite : la personne qui « amae » ne formule pas directement sa demande, et l'autre y répond de manière anticipée. Cela peut renforcer la cohésion, mais aussi créer des malentendus avec les cultures étrangères qui attendent une communication explicite.

Critiques et évolutions : Certains chercheurs estiment que l'amae, en tant que concept, essentialise la culture japonaise. Les jeunes générations, plus influencées par l'individualisme global, manifesteraient une version plus atténuée ou transformée de l'amae. En clinique, Takeo Doi voyait dans l'amae une clé pour comprendre certaines résistances ou modes de transfert spécifiques aux patients japonais.

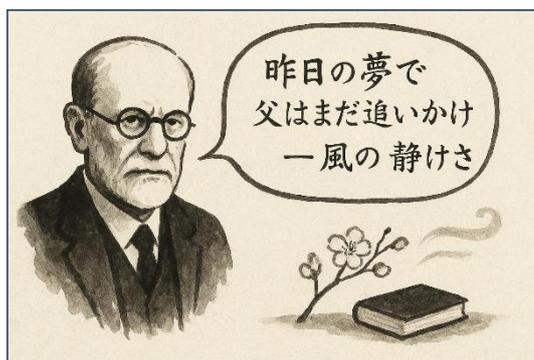


FREUD EN VERSION HAÏKU

Lorsqu'en 1932 un psychanalyste japonais fit connaître Freud à Tokyo, certains étudiants curieux tentèrent d'expliquer ses théories à travers une forme poétique familière : le haïku. Un disciple aurait écrit :

**Dans le rêve d'hier
le père me poursuit encore —
silence du vent.**

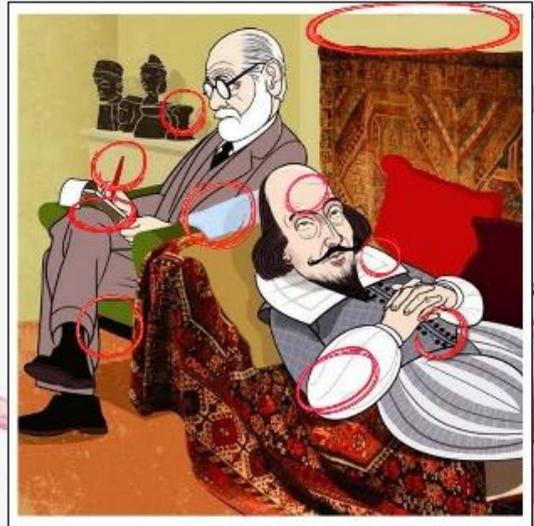
Ce petit poème, à la fois simple et ironique, illustre le désir inconscient, le retour du refoulé... et la place centrale du père ! On raconte que, dès lors, des haïkus « psychanalytiques » circulaient entre étudiants, comme une manière ludique de s'approprier une pensée étrangère sans trahir la sensibilité japonaise. De Freud au haïku, la rencontre inattendue d'un langage du désir et d'une poésie du silence.



Clin d'œil poétique et humoristique inspiré de l'introduction de Freud au Japon dès les années 1920-30 et de la tradition du haïku comme mode d'expression condensé et ironique.

SUDOKU : Remplissez chaque ligne, colonne et carré 3x3 avec les chiffres 1 à 9 (sans répétition)

4	2	8		7		6	1	
		6		4		5	2	7
		5	3				8	4
		9						1
2	7	1	9	5	6	3	4	
		4			3	7		
6	4		2	1	7	8	9	5
								2
	5	2		3			7	



Solution au jeu des 9 différences du mois de mars 2025



La phrase du Petit Mario aujourd'hui est de Roland Barthes, Critique, Géologue, Journaliste, Scientifique, Sismologue (1915 - 1980).

人は人、我は我

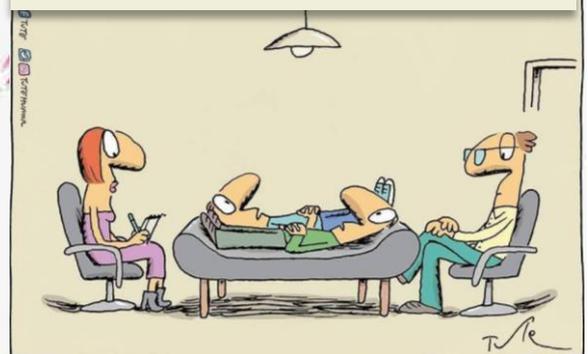
« Les gens sont les gens, je suis moi-même »

[ひとはひとわれはわれ, hito ha hito, ware ha ware]

Un petit proverbe tournant autour de sa propre personne, assez rare dans « l'esprit japonais », s'il y en a un qui revendique que les gens ne sont pas nous-même, et qu'il faut donc arrêter de vivre pour eux si possible.



Le dessinateur Tute et la thérapie de couple... ?!



旅は道連れ
Tabi wa michidzure

« Aucune route n'est longue avec un ami »

Conception - Rédacteur en Chef :
Armand Darsel
Images : [Pinterest.fr](https://www.pinterest.fr)

Retrouvez Psy Chic sur
<http://armandarsel.wix.com/pole-psychanalyse>
<http://armandarsel.wixsite.com/psychanalyste-/psy-chic>