

COLLECTION  
PSY POUR TOUS

# L'idéal

La force qui nous gouverne

Gérard Bonnet

Deuxième édition actualisée

• EDITIONS IN PRESS •

# Sommaire

<b>L'auteur .....</b>	<b>5</b>
<b>Préface .....</b>	<b>9</b>
<b>Avant-propos .....</b>	<b>13</b>

## INTRODUCTION

<b>La psychanalyse et l'idéal.....</b>	<b>17</b>
Burn out et attentats suicides.....	17
Un risque de confusion .....	20
L'idéal est à double tranchant .....	22
Un abord réaliste.....	23

## CHAPITRE 1

<b>L'idéal n'est pas l'idéalisation .....</b>	<b>27</b>
D'un simple mot à une notion à part entière	
Un mot d'apparition récente.....	28
L'idéal n'a rien d'idéal.....	32

## CHAPITRE 2

<b>L'idéal aux mille et un visages .....</b>	<b>41</b>
La classification freudienne implicite.....	42
Les quatre idéaux fondamentaux :	
vérité, amour, beauté, toute-puissance .....	44
Des idéaux sociaux ou collectifs aux idéaux personnels .....	48
La généalogie des idéaux .....	51
L'idéal fondamental dans toutes ses composantes .....	53

## CHAPITRE 3

<b>Les idéaux ne tombent pas du ciel .....</b>	<b>57</b>
Une naissance en plusieurs temps	
L'origine des idéaux selon les traditions anciennes .....	57
L'idéal, le Ça et le Surmoi.....	60

L'idéal et la sexualité correspondante.....	62
Le surgissement de l'idéal chez l'enfant .....	65
L'adolescent ou le retour des idéaux fondamentaux.....	69
L'exemple de Freud adolescent .....	71
« Comment veux-tu réussir ? » .....	75
La vie adulte : quand les idéaux prennent corps .....	77
Le grand âge.....	79

#### CHAPITRE 4

<b>Les idéaux et leurs ravages .....</b>	<b>81</b>
La marque de leur origine inconsciente .....	81
L'idéal est d'abord essentiellement destructeur.....	83
Face à un obstacle réel insurmontable : l'effet d'une régression ...	85
La conjugaison d'un obstacle extérieur et d'une passion personnelle : le burn out.....	88
Les idéaux ont été enfreints dans l'enfance ou chez les ascendants .....	91
Le malade d'idéal .....	93
Du malade d'idéal à la perversion.....	95

#### CHAPITRE 5

<b>Gérer les idéaux .....</b>	<b>99</b>
Les gérer dans la vie quotidienne .....	99
Une gestion semée d'embûches .....	102
Exprimer les affects qui leur correspondent : le rôle de l'humour ..	105
Le partage avec les ascendants.....	107
Une solution provisoire efficace mais risquée : l'idéalisation transitoire .....	109
La gestion laïque ou religieuse.....	111
Le recours à la sagesse .....	114
La psychanalyse et les idéaux : le rôle indispensable des objets du transfert.....	116
<b>Conclusion .....</b>	<b>123</b>
<b>Bibliographie.....</b>	<b>127</b>

# **L'idéal**

La force qui nous gouverne

## Préface

Cette nouvelle édition de *L'idéal, la force qui nous gouverne*, arrive à point nommé pour accompagner et éclairer sous un autre jour le propos de l'ouvrage collectif que nous publions en même temps sur le fanatisme religieux et ses dérives. Car la plupart des croyances, quelles qu'elles soient, invoquent l'idéal pour susciter l'intérêt, conquérir des adeptes et mobiliser les foules. Et cela se comprend, étant donné que l'idéal possède une force indéniable et occupe dans la vie psychique de tout sujet humain une place fondatrice. C'est la raison pour laquelle il est nécessaire de regarder ce phénomène en face car on sait aussi à quels excès il peut conduire dans la mesure où c'est une force à double tranchant qui demande une réflexion constante sur sa véritable signification dans le contexte où on l'invoque. C'est la raison d'être de ce livre qui situe la place de l'idéal dans la vie psychique, ses différentes modalités, sa valeur libidinale et le rôle qu'il joue aux différentes étapes de la vie. On peut difficilement envisager de façon critique le phénomène religieux dans toutes ses manifestations sans s'être fait une idée aussi claire que possible de l'idéal en quant que tel.

Et cela vaut aussi pour la psychanalyse. Freud a dit et répété que c'est l'amour de la vérité qui l'a conduit à fonder la psychanalyse, deux idéaux qui sont fondamentaux dans la vie psychique et qui l'ont animé toute son existence. Mais il n'entend pas la vérité au sens où la conçoivent la religion et même les sciences dites exactes : il parle d'une vérité en devenir, en constante formulation,

que chacun est invité à exprimer à partir de la propre expérience, de son écoute et d'un partage exigeant fondé sur la diversité. Il suffit de jeter un rapide regard sur son parcours pour constater qu'il est resté constamment ouvert et en évolution. Quant à l'amour dont parle Freud, c'est la condition même pour que cette écoute et ce partage soient possibles car il ouvre à la fois l'espace et le contenant nécessaires à l'expression de la vérité de façon à en accueillir les apports les plus divers et à rester ouvert à toutes ses manifestations. L'écoute analytique n'est-elle pas fondée sur ce type d'amour ?

Il n'en reste pas moins que ce sont là des idéaux, et que par le fait même ils engendrent régulièrement dans le monde analytique comme ailleurs leur lot d'erreurs et de rejets dont les exemples n'ont pas manqué dans l'histoire récente. Et c'est là qu'intervient la nécessité de maintenir envers et contre tout ce que les anciens appelaient la controverse ou le débat, c'est-à-dire un lieu et un moment où l'amour et la vérité soient clairement et ouvertement remis en cause pour un temps, sous leur forme actuelle, un temps que l'on s'accorde mutuellement pour que le conflit puisse se manifester clairement et ouvre l'espace à une expression nouvelle, inattendue, désarmante. En ce qui concerne la psychanalyse, c'est la condition même pour qu'elle puisse continuer à exister, aussi bien au niveau individuel qu'au niveau collectif. Qu'elle vive de ses idéaux, mais revive aussi régulièrement à partir de leurs ratés et de leurs contradictions.

Ce livre est une invitation à regarder l'idéal en face et à surmonter l'aveuglement qu'il suscite inévitablement compte tenu de l'aura dont il est paré au plus profond de la psyché depuis ses origines. Ce n'est pas seulement un signifiant énigmatique au sens

où l'entend Jean Laplanche, c'est un donné réel, qui s'impose dans l'esprit de tout sujet humain avec une force déconcertante, pour le meilleur ou pour le pire selon la façon dont il est pris en compte au fur et à mesure de sa maturation. Ce peut être un facteur de liberté et d'ouverture en constante évolution, comme ce peut être aussi une source d'aliénation à nulle autre pareille.

## Avant-propos

Beauté, vérité, amour, les idéaux font partie de ces étoiles qu'on hésite à regarder en face : ils nous fascinent, mais ils nous éblouissent aussi, au risque de nous aveugler. Et pour les contempler, nous n'avons pas d'instruments sophistiqués analogues à ceux qu'utilisent les astronomes. Pourtant, ces étoiles-là exercent un tel pouvoir sur notre vie psychique que la psychanalyse ne peut les ignorer. Les astrologues en savent quelque chose, eux qui interrogent l'influence des astres sur nos destinées, à ceci près qu'ils confondent les astres cosmiques avec ceux qui nous habitent intérieurement et dont les effets sont réels. *Ces étoiles-là, tout être humain les suit sans toujours le savoir, même s'il les nomme et les invoque sous des vocables très variés.*

Voilà bien des années que je les scrute dans ma clinique, les œuvres culturelles, les événements collectifs, où je m'efforce de les repérer et de les décrire le plus rigoureusement possible. Et après deux ouvrages et de nombreux articles, j'ai pensé qu'il était temps de faire le point sur ce que j'ai appris pour le partager aussi largement que possible.

Le premier problème que nous pose l'idéal tient à son *statut* proprement dit. Certes, c'est une étoile, il indique une direction, une marche à suivre, comme le pensent la plupart des philosophies et des sages depuis la nuit des temps ; et en même temps, c'est une force, il est doté d'une énergie sans pareille. En un mot, *c'est un gouvernail qui serait aussi un moteur*. Dans le domaine naturel, le vent possède ces deux vertus à la fois, il indique une direction



et il y pousse. D'où vient que l'idéal incarne cette double vertu, et comment l'expliquer ?

L'idéal pose une autre question qui tient à *sa nature propre* : il se présente à nous comme un *objet*, tels le gouvernail ou l'étoile que je viens d'évoquer, et pourtant, c'est une *notion* abstraite, fictive, que les hommes ont célébrée depuis la nuit des temps. Comment peut-il être les deux à la fois ? L'idéal nous interroge aussi par *son ambivalence* constitutive. Il est considéré généralement comme une notion positive, constructive, alors qu'on sait pertinemment qu'il est en même temps la source de bien des maux parmi les plus désastreux. Enfin, comment l'idéal peut-il être à la fois un donné intime et personnel, et un bien commun et collectif, et qu'est-ce qui est premier ?

On le voit, les questions ne manquent pas, et il en est beaucoup d'autres. Si j'ai tenu à les évoquer d'entrée de jeu, ce n'est pas seulement pour éveiller la curiosité, susciter l'intérêt de chacun selon sa sensibilité propre. C'est aussi et surtout pour remettre les pendules à zéro et montrer pourquoi il faut *reprendre l'étude de l'idéal à la base*. Pour ce faire, on ne peut plus s'en remettre aux religions ou aux idéologies ambiantes : au fil de l'histoire, elles l'ont récupéré à leur profit et l'ont habillé en fonction de leur intérêt propre. Dans le monde multiculturel de plus en plus profane qui est le nôtre, une tout autre vision s'impose. Il s'agit de dépasser les clivages de toutes sortes hérités du passé pour rejoindre l'idéal à la fois en chacun et dans sa portée universelle. Car les deux sont liés. Ce qu'il y a de plus profond et de plus intime est aussi le plus universellement partagé. C'est en adoptant ce double point de vue qu'on a quelque chance de connaître l'idéal, de le gérer en connaissance de cause et d'en tirer le meilleur parti possible.

Ce livre a aussi une portée clinique. *On n'imagine pas le nombre de personnes malades de leurs idéaux.* Et il est difficile de les alerter, car elles sont persuadées que ce sont des valeurs, qu'elles représentent ce qu'il y a de plus respectable. S'il n'est pas question bien sûr d'en nier la richesse, rien ne nous empêche d'adopter à l'égard des idéaux une attitude critique, analytique. C'est indispensable si l'on veut se libérer de leurs excès et en vivre sans tomber sous leur dépendance.

# L'idéal

## La force qui nous gouverne

Gérard Bonnet

Beauté, vérité, amour... les idéaux font partie de ces étoiles qu'on hésite à regarder en face : ils nous fascinent, mais ils nous éblouissent aussi, au risque de nous aveugler. Ces étoiles-là exercent un tel pouvoir sur notre vie psychique que la psychanalyse ne peut les ignorer.

Cet ouvrage envisage l'idéal en restant au plus près de l'expérience humaine, comme l'une de ses productions les plus typiques et les plus désarmantes. S'il représente *a priori* ce qu'il y a de plus grand chez l'homme, il est aussi ce qu'il y a de plus violent et de plus dangereux. On tue et on massacre au nom de l'idéal, on accomplit des œuvres merveilleuses en son nom aussi, et chacun mesure aisément qu'il joue un rôle décisif dans sa destinée.

Gérard Bonnet dégage l'idéal de la gangue de généralités dans laquelle on l'enferme souvent, afin de rejoindre ce qu'il veut dire précisément dans le psychisme humain.

*Gérard Bonnet* est psychanalyste (APF), directeur de l'EPCI où il dispense un enseignement de psychanalyse à un large public. Il a écrit de nombreux ouvrages en psychanalyse. Directeur de la collection « Psy pour tous » aux éditions In Press, il est l'auteur de plusieurs ouvrages de la collection : *L'angoisse, Le narcissisme, Deuil et séparation, Comment peut-on être pervers ?...*



ISBN : 978-2-38642-302-4

12 € TTC – France

[www.inpress.fr](http://www.inpress.fr)

• EDITIONS IN PRESS •