

BIBLIO. Psychanalyse

La psychanalyse est une connaissance qui oblige à faire des efforts. Étudiant le fonctionnement de l'inconscient, elle nous renvoie justement à ce nous est in-conscient, à ce que nous avons du mal à Voir de nous-mêmes et de l'être (devenant) humain.

Elle peut *inviter* à la pratique, en tant qu'analysé, et pour certains un jour, en tant qu'analysant. Faire une analyse est une expérience décapante qui fait passer par de **profonds remaniements** de nos structures psychiques en développant une conscience plus aiguisée des conditionnements inconscients qui nous *agissent*.

La psychanalyse dérange les résistances narcissiques au changement, malmène les croyances dans le libre-arbitre et les illusions du libre-choix, elle nous met les mains dans le cambouis de nos justifications et de nos incantations, et met parfois face au mur : ça passe ou ça casse. Elle amène certains à racler le fond de la cave du narcissisme primaire, du masochisme primaire et de la culpabilité primaire. Elle peut nous faire éclater de rire ou d'effroi lorsque les parois de la caverne s'effondrent... en nous faisant accepter la condition humaine et la joie d'être *mieux* là, plus conscient, plus réceptif, plus responsable.

Les livres de psychanalyse demandent souvent un effort à faire, celui du temps nécessaire pour apprendre ce qui au début peut paraître du chinois et qui devient, au fil des années, de plus en plus familier et limpide. Certains livres sont cependant plus accessibles à tous, synthétisant des connaissances qui devraient faire partie de la culture générale de chacun, comme les systèmes de défense, les projections ou les pathologies narcissiques (semblant de plus en plus vives dans nos sociétés).

Cette recherche continue... au plus près des événements qui traversent l'humanité et des mutations qui oeuvrent dans le psychisme humain. Elle contribue, avec d'autres approches sur l'être humain, à trouver des marges de manoeuvre sociales plus créatives et à développer un pouvoir d'agir dans un intérêt souvent plus général.

Liste en cours de rédaction

Freud Sigmund

Green André

- Narcissisme de vie, narcissisme de mort.

Un livre incontournable sur les narcissismes (narcissisme primaire et secondaire / narcissisme du moi et narcissisme d'objet).

Lacan Jacques

- Encore. Séminaire.

Pommier Gérard

- Que veut-dire « faire l'amour » ?

Nasio Jean-Daniel

- Le livre de l'amour et de la douleur.

Un livre touchant sur les processus de deuil et la transformation des investissements qui permettent de passer des caps parfois très difficiles. Utile en cas de perte d'un être cher, ou de perte irréversible de quelque chose qui nous était affectivement précieux.

- L'inconscient, c'est la répétition ! Payot 2012