

Considérations sur le souvenir et la nostalgie

- ❖ Le souvenir - la souvenance - la réminiscence - la remémoration - la commémoration...
- ❖ Se souvenir de - se rappeler - se remémorer- revoir - repenser à - avoir présent à l'esprit- revivre ...
- ❖ Un souvenir est quelque chose dont on se souvient, qu'on se rappelle, qu'on se remémore. C'est un élément de la mémoire.
- ❖ Le souvenir est la survivance dans la mémoire d'une **sensation**, d'une **impression**, d'une **idée**, d'un **événement** passés. Le déclic qui suscite le processus du souvenir est lié à nos sens dont chacun est associé à une mémoire : visuelle- auditive- gustative- olfactive- tactile. Faut-il le rappeler ? Le goût de la madeleine associé à celui du thé fait ressurgir tout Combray dans l'esprit de Proust.
- ❖ Le souvenir est ce que la mémoire préserve du passé, ce qu'elle fixe, qu'elle immortalise en quelques sortes. La mémoire préserve donc l'être de l'oubli. Remonter le temps est une volonté à priori impossible mais, grâce à la magie du souvenir, elle devient accessible et à notre portée. Le processus irréversible du temps est défié par l'excitation d'une mémoire ayant enregistré des moments précieux et parfois traumatisants (des chocs) qui ressurgissent (remontent à la surface) alors qu'ils sont à jamais perdus, emportés par le passage inéluctable et inévitable du temps.

L'immersion dans le passé a cette capacité magique de réactualiser des moments révolus et de ressusciter des instants morts. Il déterre et sauve de l'oubli des vies vouées à la perte et au néant.

Malgré sa faible consistance et son essence vaporeuse, le souvenir nous étonne parfois par sa vivacité et sa persistance ; c'est un support éthéré, certes, mais il supporte à merveille le poids des épisodes passés de notre vie.
- ❖ Le souvenir est la dernière marque d'une vie : c'est ce qu'on retient d'une existence entière. Il a ce pouvoir magique de condenser de gigantesques morceaux de vie malgré son caractère frêle et vaporeux.
- ❖ Le souvenir est la porte qui permet au passé de revenir.
- ❖ La réminiscence est le fil grâce auquel nous demeurons attachés à notre passé.
- ❖ L'oubli est une faveur divine, un présent (cadeau) de la Providence. Senancour souhaite que « Dieu nous garde d'oublier d'oublier ! »

Notre mémoire est faillible, sélective. Elle peut être frappée d'oubli (trou de mémoire, amnésie, Alzheimer...) Elle peut être par contre très puissante et l'on peut être doté d'une mémoire d'éléphant.



- ❖ Le souvenir peut être d'une **personne**, qu'on a connue et aimée, qui a beaucoup compté d'un **événement** de notre vie qui a été d'une grande importance, d'un **lieu** qui nous a marqués car là aussi un événement s'y rapporte. Ce qui a fait dire à Besson que : « les lieux sont aussi des liens et ils sont notre mémoire. »
- ❖ Grâce au souvenir, on peut conserver en soi les êtres chers qui ont peuplé notre passé : un parent tendre, permissif ou au contraire cassant et sévère, un maître ou un prof qui nous a réorienté dans la vie, qui a bouleversé en nous des représentations ou qui a laissé une trace, une empreinte à jamais indélébile, un ami, un ou une bien-aimé (e) qui a changé le cours de notre vie, une rencontre providentielle qui nous a ravis ou nous a attristés.

(Lien avec histoires d'amour)

- ❖ Nostalgie (du grec : « nostos », retour et « algos », douleur) est un sentiment de regret du temps passé ou des lieux disparus ou devenus lointains, auxquels on associe des sensations agréables, souvent a posteriori.
- ❖ À la différence du remords, le regret nous assène la douleur d'une absence, non celle d'avoir mal agi
- ❖ Le souvenir est là, qu'on le veuille ou pas. Il est involontaire. Il s'impose à nous. Quel que soit notre caractère ou bien notre penchant vers la rêverie, nul homme ne peut échapper à l'action du souvenir. Celui-ci marque à jamais notre esprit et agence à sa guise le déroulement de notre existence passée. Contre toute vraisemblance, le souvenir semble être une fatalité psychologique qui affecte tous les êtres humains sans exception.
- ❖ Le souvenir est une opportunité pour prendre une distance critique par rapport aux choses et les voir d'un autre côté que cela concerne la vie personnelle ou la construction de la connaissance humaine dont le développement se fait en fonction de révisions et parfois même de renoncement à des savoirs antérieurs. Certains scientifiques ont battu en brèche des théories longtemps jugées correctes. Dans Le Courrier de l'UNESCO, André Maurois affirme : « notre civilisation est une somme de connaissances et de souvenirs accumulés par les générations qui nous ont précédés. Nous ne pouvons y participer qu'en prenant contact avec la pensée de ces générations. » *(lien avec « l'homme et la science »)*
- ❖ Il faut repenser positivement son passé, en tirer les leçons pour pouvoir aller de l'avant, avancer, progresser.
- ❖ S'attacher au passé, être passésistes, nous empêche d'avancer de progresser. *(lien avec « l'homme et la science »)*



- ❖ Le souvenir est un pas en arrière, et bien qu'il soit important pour la formation de notre personnalité, il ne doit jamais prendre le pas/ le dessus sur le présent et sur l'avenir.
- ❖ Certains ont tendance à s'enfoncer dans les souvenirs car ils sont nostalgiques d'un état de bonheur déjà vécu ou ils regrettent un état considéré comme bêtise. À en croire son ami Naigeon, qui n'appréciait pas l'ouvrage, Diderot se serait plus tard repenti d'avoir écrit les Bijoux : « Il n'entendait parler de ce livre, même en bien, qu'avec chagrin et avec cet air embarrassé que donne le souvenir d'une faute qu'on se reproche tacitement.
- ❖ Certains restent prisonniers des longues perspectives durant lesquelles ils se culpabilisent. Ils se reprochent tacitement des erreurs passées. Ils accusent le sort qui a fait d'eux des victimes à plaindre et ne pouvant se décider à surmonter leurs drames, ils finissent par lâcher prise et renoncer à la vie.
- ❖ Le souvenir permet de résister à l'action ravageuse du temps irréversible. Grâce aux photos, aux toiles, aux vidéos, on fige les instants précieux d'une vie. (lien avec « l'homme et la science »)
- ❖ Le souvenir résiste à l'action du temps : c'est là que réside sa force et son caractère magique. Malgré son caractère frêle et vaporeux, la réminiscence reste l'une des rares choses qui échappent au temps.
- ❖ La réminiscence embellit la vie en permettant de revivre des moments de bonheur intenses vécus dans un passé révolu. « Les souvenirs rendent la vie plus belle », affirme Balzac.
Les souvenirs embellissent notre vie et lui attribuent une beauté qui ne lui appartenait pas au départ. On a tous cette impression que notre passé est bien meilleur que notre présent et on se plaît à oublier qu'il s'agit d'un leurre de notre mémoire.
Se rappeler son passé est un plaisir, cela nous permet la réappropriation d'un paradis perdu, englouti par le temps.
A travers les yeux du souvenir, notre enfance nous transparait comme un âge d'or révolu, un paradis perdu, un eldorado difficile à trouver dans notre présent aride et dénudé de toute beauté. Cette période magique d'innocence nous semble parfois un havre de paix pour fuir les amertumes de l'âge adulte et ses déceptions.
- ❖ Grâce au souvenir, on devient plus expérimenté, plus lucide, plus attentif afin de ne pas commettre les mêmes erreurs.
- ❖ Le souvenir préserve, sauvegarde nos racines, notre identité, notre patrimoine, l'héritage collectif. « Une vie sans souvenir est souvent une vie sans avenir », admet H.Bazin.



- ❖ Le souvenir assure la jonction entre les différentes générations. Loin d'être une préoccupation toute romantique, le souvenir est vital puisqu'il est le ciment qui assure la jonction entre notre présent et notre avenir.
- ❖ Le souvenir permet de fuir une existence morne et monotone, de se libérer du quotidien plat. (lien avec « liberté, j'écris ton nom »)
- ❖ La tendance à se souvenir marque une insatisfaction du moment présent. Il constitue alors une forme de libération de la pesanteur permettant de « sortir de son périmètre de vie habituel. », selon les termes de Gilles Legardinier dans *Demain j'arrête*. (lien avec « liberté, j'écris ton nom »)
- ❖ Les souvenirs sont aussi une oasis, un havre de paix où l'on marque une pause de la vie quotidienne marquée par la platitude et l'ennui. Cela nous aide à nous ressourcer et à reprendre nos forces nécessaires pour continuer. « Grâce à la réminiscence, on devient plus fort qu'avant », pour emprunter les termes de V. Hugo. Le souvenir nous aide donc à rendre la vie vivable puisque la réminiscence a ce pouvoir magique de difformer notre passé. En effet, le souvenir ne rend pas compte des sentiments d'une façon uniforme, il amplifie le bonheur et le multiplie à l'infini mais intensifie l'amertume des mauvaises souvenirs qu'on se plaît à remâcher parfois pendant les moments difficiles. Se remémorer nous fait rougir de honte et nous replonge dans le plus profond désarroi et l'on devient la proie désignée du remords.
- ❖ Le souvenir, quand il est heureux, nous sert d'appui, de port d'attache qui nous permet de reprendre nos forces et de retrouver le courage pour créer la joie dans notre vie et afin d'affronter les coups de la vie.
- ❖ Il faut pardonner pour atteindre la sérénité psychologique mais il ne faut pas oublier. La blessure morale demeure à jamais ouverte. Une plaie physique finit par guérir. Désobliger quelqu'un, le vexer, le froisser, l'indisposer, l'offenser, l'offusquer, le toucher au vif, porter atteinte à son amour-propre c'est le meurtrir et la plaie est incurable. Parallèlement, un repentir, l'aveu d'une bêtise passée allège la conscience et débarrasse du lourd fardeau de se sentir coupable. C'est ce qui a fait écrire à Rousseau son célèbre roman *Les Confessions*. (lien avec Guerre et paix)

Le souvenir peut être une forme de torture quand la souvenance de scènes traumatisantes et de chocs psychologiques (scènes horribles de guerre, viols, châtement physique...) passés se transforme en cauchemars obsédants.

(Lien avec Guerre et paix)

