

**République Algérienne Démocratique et Populaire**  
**Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique**

**Université de Ghardaïa**  
**Faculté des lettres et des langues**  
**Département des langues étrangères**



**Mémoire de master**  
Pour l'obtention du diplôme de **Master de français**  
**Spécialité:** Littérature générale et comparée

**Présenté par**  
AMARA Chahrazed  
**Titre**

*Le jour où j'ai appris à vivre de Laurent Gounelle. Étude psychocritique de l'écriture de soi.*

**Sous la direction de :** Mme Salima SRITI

**Évalué par le jury :**

Mr OULAD AHMED MAMMAR	MCB	Université de Ghardaïa	Président
Mme SRITI Salima	MAA	Université de Ghardaïa	Rapporteur
Mme MAGBAD Amina	MAA	Université de Ghardaïa	Examineur

**Année universitaire : 2020/2021**

**République Algérienne Démocratique et Populaire**  
**Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique**

**Université de Ghardaïa**  
**Faculté des lettres et des langues**  
**Département des langues étrangères**



**Mémoire de master**  
Pour l'obtention du diplôme de  
**Master de français**  
**Spécialité:** Littérature générale et comparée

**Présenté par**  
AMARA Chahrazed  
**Titre**

*Le jour où j'ai appris à vivre de Laurent Gounelle. Étude psychocritique de l'écriture de soi.*

**Sous la direction de :** Mme Salima SRITI

**Évalué par le jury :**

Mr OULAD AHMED Mammar	MCB	Université de Ghardaïa	Président
Mme SRITI Salima	MAA	Université de Ghardaïa	Rapporteur
Mme MAGBAD Amina	MAA	Université de Ghardaïa	Examineur

**Année universitaire : 2020/2021**

## *Dédicace*

Je dédie ce modeste travail :

À ceux qui m'ont donnée la vie, mes chers parents : Ahmed et Achoura

À mes chers frères : Mohammed, Youcef, Mobarek, et Ilyas. et mes chères sœurs : Fatima,  
Zohra, Khadîdja, Saïda et Karima

À ma belle-sœur : Malika

À mes adorables petits anges, mes neveux et mes nièces.

À mon fiancé

À tous ceux qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de ce travail.

À tous ceux qui ont prié pour moi.

## *Remerciements*

Tout d'abord, je remercie Allah qui m'a donné la santé et la patience durant l'élaboration de ce travail.

Je remercie vivement ma directrice de recherche, Mme Salima SRITI. Pour ses efforts, son aide et sa disponibilité.

Je tiens à remercier les membres de jury d'avoir accepté de lire et d'évaluer mon travail.

Un remerciement spécial à mes chers parents qui m'ont encouragé et soutenue .aucun mot ne saurait être à la hauteur de mon affection.

Mes remerciements s'adressent aussi à monsieur Amara Youcef, mon frère, qui m'a choisi cette spécialité, je lui remercie pour son soutien, ses conseils, ses orientations, sa disponibilité, et pour la confiance que lui avez mis en ma personne .que dieu lui protège et lui donne une longue vie.

Sans oublier mes sœurs et frères .je leurs remercie tous pour leurs encouragements.

Aussi, je voudrais également remercier M.DACHRAOUI Yacine pour sa présence près de moi, pour son encouragement et son soutien, aucun mot ne peut exprimer ma gratitude à cet homme .Que dieu lui donne la santé, le bonheur et le beau temps.

Un remerciement distingué pour monsieur Abdeslam M, pour son aide. Que dieu lui Protège.

Je tiens à remercier également mon fiancé T, Tayeb pour son soutien et son encouragement.

Et enfin, j'adresse mes sincères remerciements à tous les enseignants du département de la langue française université de Ghardaïa sans exceptions.

# **Introduction générale**

La littérature se définit comme l'ensemble des œuvres écrites ou orales comportant une dimension esthétique, visant l'art d'écrire. Son charme réside entre ses lignes, dans son ambiguïté de sens. Ce qui pousse le lecteur à vouloir déchiffrer toute idée, toute information et de l'interpréter de sa propre façon, de chercher le sens intérieur de chaque mot pour dévoiler l'image construite inconsciemment par l'auteur.

Beaucoup d'écrivains contemporains viennent diversifier les thèmes traités dans leurs écrits, ils tiennent à nous raconter leurs histoires de vie dans un genre littéraire appelé l'écriture de soi. Ce genre d'écriture sert à répondre à la question de l'existence, la question identitaire de l'écrivain qui est représenté inconsciemment dans son œuvre.

Laurent Gounelle comme bien d'autres écrivains contemporains tel: Raphaëlle Giordano ont opté pour ce genre d'écriture ,dans lequel l'écrivain met en scène des personnages de fiction en répondant à son besoin qui est la représentation de sa personnalité inconsciente .Ce genre sert à suivre l'évolution du mythe personnel de l'écrivain dans l'histoire ; bien clairement sa métamorphose.

Dans un autre sens, la littérature est construite sur deux aspects paradoxaux. Un premier qui est l'inconscient et un second qui est le conscient, la dimension inconsciente est la base de toute écriture, et elle ne peut être dévoilée qu'à travers l'analyse d'un texte conscient.

Dans la vie, nous rencontrons beaucoup d'obstacles qui entravent notre chemin d'existence et nous tirent vers le bas ; de ce fait, certains désespèrent et perdent goût à la vie. Laurent Gounelle l'écrivain français a beaucoup souffert dans sa vie. Tout a commencé après la mort de son père et son meilleur ami, la tristesse et la mélancolie étaient ses compagnons permanent, aussi la crise professionnelle qu'il a vécu l'a rendu tout maigre. L'amertume était toujours à proximité.

L'ensemble de ces émotions lui a laissé poser beaucoup de questions sur lui-même, sur l'intérêt de son existence sur terre. Gounelle n'a pas abandonné, il se met sur le chemin du développement personnel ; ce domaine qui touche différents aspects de la vie : personnel, spirituel et même professionnel sert à améliorer les relations avec soi-même et avec les autres, à être plus heureux, épanoui, libre, et indépendant.

Par ailleurs, Gounelle tient à nous partager ce qui lui tient à cœur sur la vie et le bonheur dans ses œuvres, où l'une elle est notre corpus d'étude, "le jour où j'ai appris à vivre." Ce roman est une véritable richesse qui offre aux lecteurs un condensé d'informations sur le développement personnel.

Notre recherche est intitulée « le jour où j'ai appris à vivre. Étude psychocritique de l'écriture de soi ». Où nous allons tenter de dévoiler la personnalité inconsciente de l'auteur tout en suivant l'évolution de son mythe personnel.

Notre choix de sujet est motivé par des raisons objectives, en effet l'écriture de soi est un genre très répondu dans les œuvres actuelles c'est pourquoi nous sommes tentée de l'analyser.

De plus, le titre et le contenu ont attiré notre attention dès la première lecture.

Aussi par des raisons subjectives, dans lequel, il nous invite à réfléchir, à nous interroger sur le vrai sens de notre existence. Il nous amène à remettre notre vie en question, de plus à améliorer nos relations avec les autres et nous-mêmes.

Dans ce travail nous allons essayer de révéler la part inconsciente dans l'œuvre, en nous appuyant sur la méthode psychocritique de Charles Mauron. Cette dernière selon Léandre SAHIRI : « *consiste à étudier une œuvre ou un texte pour relever des faits de l'écrivain ou du personnage. En d'autres termes, la psychocritique a pour but de découvrir les motivations psychologiques inconscientes de l'individu à travers ses écrits ou ses propos* »<sup>1</sup>.

Bref, pour comprendre n'importe quelle œuvre, il faut la déchiffrer et la décoder, parce que l'inconscient ne s'exprime pas explicitement ; mais bien d'une manière implicite.

De même, l'auteur exprime sa personnalité consciente et inconsciente dans son texte. Et ce dernier est sa preuve.

La méthode psychocritique est une méthode littéraire ayant pour but de mieux approcher l'œuvre et non psychanalyser l'auteur. Cela est confirmé par Mauron dans son œuvre *Des Métaphores Obsédantes au Mythe Personnel* : « *La psychocritique n'est pas un thérapeute, il ne songe pas à guérir ne pose ni diagnostic, ni pronostic, il isole dans l'œuvre, les expressions probables de processus inconscients, on étudie les formes et l'évolution, et tache de les relier aux résultats acquis par ailleurs* »<sup>2</sup>.

D'ailleurs, la psychocritique s'inspire de la psychanalyse de SIGMUND Freud, donc nous ne pourrions pas mener notre étude sans l'évoquer. Et elle se définit comme suit :

*« Une technique et un art permettant la connaissance des mécanismes inconscientes. C'est en effet un procédé d'investigation sur les processus mentaux habituellement peu accessibles ce procédé qui utilise principalement la libre association permet de comprendre et de révéler la signification inconsciente de paroles par les lapsus, d'action par des actes manqués de l'imaginaire par les rêves et les fantasmes ».*<sup>3</sup>

Ce choix de corpus et de thème nous amène à déterminer notre problématique ainsi formulé

- ❖ Comment peut-on révéler la personnalité inconsciente de l'écrivain au sein de son texte?

De cette question majeure découle d'autres interrogations secondaires:

- ❖ L'histoire racontée dans le roman renvoie-elle à la vie réelle de l'écrivain?
- ❖ Est-ce que le fond du roman est réellement représenté par le titre?

Pour répondre à ces interrogations, nous avons suggéré quelques hypothèses que nous allons soit confirmer ou infirmer à la fin de notre recherche.

- ❖ La personnalité inconsciente de l'écrivain pourrait être étudiée à travers ses produits littéraires.
- ❖ Le roman pourrait être un cheminement vers la découverte de soi.
- ❖ Le roman raconterait l'histoire réelle de Laurent Gounelle.
- ❖ Le fond du roman représenterait vraiment le titre.

Quant aux objectifs de notre recherche, il s'agit de:

---

<sup>1</sup> L, Sahiri.(25/05/2015).À-propos de « deuxième épître à Laurent Gbagbo de tiburce Koffi, Ain Accueil.

<sup>2</sup>ibid

<sup>3</sup> G, wgnaux.URL :[www.psychanalyste-paris-net](http://www.psychanalyste-paris-net).

- ❖ Dévoiler la personnalité inconsciente de l'écrivain pour mieux comprendre l'œuvre.
- ❖ Découvrir le mystère enfouissant dans l'esprit de l'auteur.
- ❖ Montrer l'influence de l'état psychologique de l'auteur sur son œuvre.

Enfin, pour mener à bien notre travail, nous l'avons subdivisé en deux chapitres principaux. Dans le premier chapitre intitulé: « *Gounelle, une psychobiographie en soi* », nous parlerons de la vie de Laurent Gounelle, sa naissances, ses origines, et ses tendances en passant par ses expériences intérieurs et sociales, ses contributions littéraires (œuvres) accompagnant par un résumé général de l'œuvre. Et finalement nous détaillerons le thème le plus marquant dans le roman qui est la découverte de soi.

Ensuite, nous avons un deuxième chapitre intitulé : Le jour où j'ai appris à vivre .Analyse psychocritique. Où nous allons faire une lecture psychanalytique de l'œuvre, tout en évoquant la psychanalyse de Freud qui se considère comme une part essentiel de la psychocritique sans laquelle on ne peut mener à bien notre étude.

De même, nous aborderons de l'intégration de cette théorie dans la littérature, comment elle a dépassé les frontières de la médecine, comment se manifeste-t-elle dans le texte littéraire et quel est l'impact de l'état psychique de l'auteur sur l'œuvre.

Aussi, nous évoquerons la théorie des pulsions en montrant la relation entre la pulsion de vie et de mort, celles qui jouent un rôle important dans notre corpus, on représentera aussi ses quatre caractéristiques majeures.

Et comme un point de clôture nous parlerons de l'approche psychocritique, et ses quatre opérations. Afin de dévoiler la personnalité inconsciente de l'écrivain.



# **Chapitre I : Gounelle, une psychobiographie en soi**

Nombreux sont les écrivains qui veulent prendre la parole à côté des sociologues, des économistes et les philosophes. Pour parler très concrètement de ce qui se passe aujourd'hui dans le monde. Dans lequel ils viennent de partager leurs expériences vécues, culturelles et professionnelles et les remettre en question dans un genre littéraire appelé : l'écriture de soi. Ce dernier qui vise à répondre à la question d'existence ; la question identitaire de l'écrivain.

D'abord, dans ce premier chapitre, nous allons parler d'un écrivain contemporain, récent, un passionnant à la philosophie, la psychologie et les sciences humaines. Un écrivain qui a voulu changer le monde par sa plume, par ses écritures optimistes qui éveillent la conscience et renouvèlent la confiance en soi. Un homme qui a classé son nom dans la littérature française contemporaine et devenu célèbre dans le monde entier.

Et, malgré qu'il n'ait pas une grande carrière littéraire, il s'est classé parmi les écrivains majeurs les plus lu actuellement. Et tous cela est grâce à ses écritures qui sont aussi classés dans les premières listes de vente en France.

D'ailleurs, cet homme s'est consacré à répartir le bonheur avec les autres, dans le but de créer un monde meilleur, indépendant, libre, épanouis, et heureux. Nous allons le reconnaître ensemble. Qui s'est ?quelles expériences a-t-il dans la vie ? Qu'est- ce qu'il a apporté à la société ? Et on n'oubliera pas de parler de ses activités et ses contributions littéraires.

À savoir, chaque texte littéraire comporte d'une force d'inconscience qui est introduite involontairement par l'auteur. Cette dernière communique le lecteur implicitement.

D'ailleurs, Laurent Gounelle dans ce texte conscient le jour où j'ai appris à vivre a introduit un discours inconscient qui reflète sa personnalité intérieure. Celle-ci ne dévoile qu'à travers une lecture approfondie et une compréhension attentive de texte. Donc et en s'appuyant sur la méthode psychocritique de Charles Mauron, nous allons révéler l'image inconsciente de ce dernier en analysant l'œuvre, au fur et à mesure à la vie personnelle de l'écrivain.

## 1. une vie de Gounelle

Laurent Gounelle et bien d'autres écrivains font partie de la nouvelle génération d'écrivains français contemporains. Il est né le 10 août 1966, d'un mariage mixte ; où chacun de ses parents convertit à une religion différente de l'autre, originaires de Cévennes et du Sud-est de la France plus précisément de l'Ardèche et de Venise par son père, de l'Aisne et de la Hollande et de la Belgique par sa mère. Il est élevé dans un univers des intellectuels ; où il a reçu une éducation assez stricte et sérieuse. Passionnant à la lecture et l'observation du monde,<sup>4</sup> autrement dit, la contemplation et la rêverie.

Laurent fut un enfant timide, sa personnalité est structurée autour de peur, ce qu'il lui a empêché d'être lui-même. Laurent était moins attaché aux autres, obéissant. Dans ce sens il a déclaré : « *j'ai été un enfant et un adolescent obéissant, sans révolte et un adulte qui oscille entre deux pôles la sévérité protestante et la sensualité catholique* ». <sup>5</sup>

Laurent était partagé entre deux religions ; le catéchisme de la part de sa mère et le protestantisme de la part de son père, il est élevé dans un milieu tout religieux, mais il avait la liberté de croyances.

Au fil des lectures du roman le jour où j'ai appris à vivre, nous avons constaté que l'écrivain a introduit inconsciemment et involontairement des éléments qui sont refoulés dans son cerveau. Et cela nous a inspiré le titre ainsi formulé :

### 1.1. Gounelle et la dépression

Le fait de se retrouver dans un milieu pareil, un milieu non-vouloir. L'Homme sent certaine étrangeté, car ce n'est pas l'espace adéquat pour lui. Il se ressentit mal à l'aise ; et cela peut créer chez lui une situation d'inconfortable qui peut se développer à une maladie, bien évidemment une dépression ou un isolement. Et cela ce qui c'était arrivé à notre écrivain le jeune Gounelle à son âge de 25 ans. Laurent est frappé par la mélancolie qui lui a rendu très fragile et maigre.

De ce fait, il est resté caché de tout le monde même sa famille et ses amis ; il avait peur de se présenter devant eux. Mais sa passion à la psychologie, la philosophie et les sciences

---

<sup>4</sup> <https://www.fnac.com/Laurent-Gounelle/ia662477/bio> Consulté le (26/02/2022)

<sup>5</sup> Douel Par. *Psychologies*(en ligne).consulté le (04 /08/2020 à 13 :49), URL : <https://www.psychologies.com/Moi/se-connaître/Bonheur/Articles-et-Dossiers/Laurent-Gounelle-l-écrivain-qui-voulait-etre-heureux>

Humaines lui aidera à surmonter cet état d'esprit, où il a entamé une psychothérapie et commencer à se former à la PNI à l'hypnose Ericksonnienne.<sup>6</sup>

Laurent a laissé tout derrière et se consacre à soi-même, à son évolution. D'un sens plus clair à son développement personnel, il se jette cœur et âme sur ses études, ce qui lui a aidé à dépasser sa maladie et devenir un autre.

Quelques années après, Gounelle trouvait son vrai chemin, il a découvert son nouvel univers. Le but de son existence sur terre et la mission qui le convient et devenir un consultant en relations humaines.<sup>7</sup> Cela sert à améliorer les relations entre les autres et les faire réagir, car c'est en interaction avec autrui. On se développe et on s'épanouit.

Gounelle a choisi cela pour qu'il puisse transmettre aux autres ce qu'il a appris, ce qu'il a découvert durant sa quête du bonheur, où il a déclaré : « *je suis devenu consultant humain pour améliorer le vivre et travailler ensemble* ». <sup>8</sup>

Le parcours de cet écrivain est un renseignement aux gens qui ont confronté la même situation que lui et à ceux qui cherchent à s'épanouir et à se libérer.

Laurent a exercé ce métier pendant 15 ans, où il a rencontré sa femme Zoé, qu'elle lui a aidé dans sa quête et devenir un pilier dans sa vie.<sup>9</sup>

### **2.1. L'échec, un pas vers la réussite**

Chaque travail couronné par la réussite, il est débuté par un échec, visant que cette dernière est nourri par l'échec. Donc, peu importe les obstacles qu'on rencontre dans notre passage sur terre, l'essentiel qu'elles nous donnent des leçons qui nous poussent à progresser et à s'évaluer.

D'abord, pour réussir, on doit échouer. Et il est nécessaire de savoir que l'échec est le premier pas de toute réussite. Donc c'est le début du succès et n'est pas la fin.

On ajoute aussi que, si l'être ne confronte pas à l'échec il ne pourra accéder jamais à découvrir soi-même.

---

<sup>6</sup>Ibid.

<sup>7</sup><http://www.Laurentgounelle.com>

<sup>8</sup>Op.cit.

<sup>9</sup> ibidem

---

A cette occasion, nous parlerons de Laurent Gounelle. Cet homme qui a vécu une vie pleine de mésaventures parmi elles : L'échec qui était son accompagnant permanent. Mais malgré cela Laurent n'a pas abandonné, à contrario il a profité de ses échecs pour devenir ce qui est aujourd'hui. D'ailleurs, on peut dire qu'on doit vivre l'échec pour réussir. C'est ce que demande Gounelle selon son expérience dans cette citation en disant :

*« Avant de connaître des succès, j'ai aussi connu un certain nombre d'échecs dans la vie .à commencer par celui de mon début de carrière que j'évoquais tout à l'heure. En fait je considère avec le recul que ce sont des échecs successifs qui m'ont amenés à m'interroger sur moi ,sur ce qui était fait pour moi ,sur ce qu'étaient mes limites, sur ce que je voulais vraiment faire sur ma mission ,sur ce qui était vraiment mon chemin et je pense que si on ne vit pas l'échec, on se coupe d'une connaissance de soi assez importante .on pourrait presque aller jusqu'à dire « essayez d'échouer cela vous fera du bien ».quand on fait tout pour éviter l'échec, on ne fait pas grand-chose. L'échec n'est pas agréable sur le moment mais il apporte beaucoup ».<sup>10</sup>*

Bref, l'échec et la réussite sont deux face à une seule monnaie .visant que où on trouve l'échec, on trouvera aussi la réussite.

Osez échouer, vous réussirez, ça peut être bizarre de dire cela, mais c'est la seule solution ; ne pas abandonner, mais plutôt lutter contre, profiter, et apprendre .L'échec nous enseigne comment réussir, et comment construire de nos déceptions une échelle vers le succès.

Dans le jour où j'ai appris à vivre, Jonathan l'héro est aussi confronté à l'échec .dans lequel sa petite famille est décomposé, aussi les taux de son cabinet était régresser et n'oublions pas la prédiction de la bohémienne qui a fait basculé toute sa vie. Tous ces mésaventures, mais il n'a pas abandonné par contre, c'est à travers cela qu'il connaissait soi-même.et il a pu se libérer.

---

<sup>10</sup>A, Brenner. (14 janvier 2014). *Les meilleurs livres de développement personnel*, interview de Laurent gounelle . URL : <https://google.weblight.com/i?u=https://les1-meilleurs-livres-de-developpement-personnel.com/interview-de-laurent-gounelle-les-5-cles-du-developpement-personnel/&hl=ar-DZ.12/09/2020.10:01>

## 2. Expériences intérieurs et sociales

Chaque personne a une expérience dans la vie que se soit intérieure qui le concerne ,ou sociale qui vise son engagement dans la société où il s'appartient.

### 1.2. Expériences intérieurs

Laurent Gounelle, un adolescent de 17 ans rêvait de suivre le cheminement de son père qui était professeur et chercheur en psychologie, et devenir psychiatre, mais le médecin de la famille lui a découragé et lui a convaincu que ce métier n'a pas d'avenir, quant à ses parents, ils voulaient qu'il suit une étude sérieuse, donc il s'était inscrit dans le département de sciences économiques à l'université Paris-Dauphine en France.<sup>11</sup>

C'est une orientation indésirable pour lui, car elle était en contradiction avec ce qu'il a rêvé d'être .Après cinq ans d'étude, il sort diplômé en 1988. Il était chanceux, dans lequel il a occupé un poste dans une entreprise approprié à ses études. Et dans ce sens, il a dévoilé : *« j'ai commencé à travailler au NMPP, où je réalisais des études financières »*.<sup>12</sup>

Bref, Laurent à son âge de 23 ans s'est retrouvé dans un milieu qui n'est pas le sien, cela lui causait un choc professionnel .Au fait, ce n'est pas le chemin qu'il a choisi en premier ; il était enfermé dans un bureau dans une entreprise avec deux ordinateurs en analysant des chiffres financiers. À cette égard il a dit : *« J'étais maladivement timide, pourtant j'ai rapidement compris que l'analyse de colonnes de chiffres derrière mon ordinateur n'était pas pour moi »*.<sup>13</sup>

Pour lui ce métier n'a pas de sens, malgré certains d'autres rêvent de s'occuper de tel post, il se sent mal à l'aise, étranger dans cet environnement, donc il a démis : *« le jeune cadre quitte sa grande entreprise à l'aimable et investit sa prime de départ en formation, je voulais avant tout soigner ma timidité »*.<sup>14</sup>

Laurent a laissé le tout derrière et s'occuper de lui-même en cherchant à s'épanouir et à se libérer.

---

<sup>11</sup> Cite officielle de l'auteur. <http://www.Laurentgounelle.com>

<sup>12</sup> Op.cit.

<sup>13</sup> Auteur, Over blog (en ligne).(05/08/2020 à 13 :51), URL : <http://mediatheque.de.noyelles.over-blog.com/article-laurent-gounelle-124921981.html>.

<sup>14</sup> Ibid.

### 1.1.2. La psychiatrie(le rêve)

Comme toutes personnes Gounelle rêvait de devenir quelqu'un de bon et de bénéfique, il avait un penchant vers la psychologie, plus précisément la psychiatrie. Dans laquelle, il était trop attiré par les mécanismes de la psyché humaine.

Pour Gounelle la psychiatrie est un but à atteindre quoi qu'il se soit, donc malgré qu'il soit dissuadé par le médecin de sa famille, il n'a pas laissé tomber son rêve.

Le fait de rêver à atteindre quelque chose ne vient pas par hasard. Certes il y a quelque chose qui le déclenche chez la personne et cela nous invite à évoquer l'état intérieur de la personne elle-même. Dans lequel, il est le premier déclencheur vers le rêve et la réflexion.

Les buts et les rêves ça diffèrent selon la psyché de chaque personne, et parfois c'est elle qui les influence et les nourrit. Prenons l'exemple de Laurent Gounelle ; à son enfance, il fut un enfant timide et fragile, à son adolescence, il a été dirigé par ses parents vers une voie in voulu, puis il a vécu la crise de la cinquantaine à un âge très jeune, et il est frappé par la dépression et la mélancolie.

L'ensemble de ses événements et émotions influencent Gounelle et lui poussent à faire de sa passion son métier, à continuer ses études et devenir consultant humain. Malgré que son vrai rêve d'être psychiatre ne soit pas atteindre comme il le faut. Gounelle a réussi à toucher un grand nombre de personnes à travers ses écritures optimistes qui éveillent la conscience.

## 2.2. Expériences sociales

Comme il avait des expériences intérieures, il avait aussi d'autres sociales qui visent son engagement, et les contributions qu'il a apportées à son entourage.

### 1.2.2. (Gounelle l'écrivain) L'écriture un moyen d'expression

*« Écrire c'est aussi un moyen de se libérer de certains choses qui sont enfouies dans notre esprit et dont on ne veut plus parler, sauf à quelqu'un qui saura nous écouter ».*<sup>15</sup>

A l'intérieur de chaque personne réside certains mots, certaines émotions qui doivent être dévoilé et s'exprimer, ça diffère les moyens d'expressions, mais pour certains l'écriture est la meilleure dans lequel la personne s'exprime librement. Et parmi ces personnes, on trouve l'écrivain, dont on parle Laurent Gounelle

---

<sup>15</sup>Editions VPS .Ecrire pour s'évader. (2 /.11 /09/2020.8 :39) <https://editionsvps.fr/ecrire-pour-sevader>

D'abord, Laurent n'est pas né écrivain c'était à 40 ans qu'il a pris la plume pour écrire et nous partager ce qui a au cœur sur la vie .Son objectif est d'éveiller la conscience des autres et de faire basculer le monde , à un autre meilleur .dans ce sens il a dit :« *Je suis idéaliste, j'ai envie de contribuer à changer le monde, et l'écriture est pour moi un moyen qui me permet de toucher un grand nombre de personnes* ». <sup>16</sup>

En somme, Chaque écrivain apporte un message, destiné à un groupe de personnes, ce message ça peut être un conseil, un renseignement, des recommandations ou un guide pour la vie. Laurent Gounelle a rédigé une série de romans de fiction qui sont considérés comme un guide vers le bonheur ; à savoir notre corpus d'étude le jour où j'ai appris à vivre.

### 2.2.2. Vendeur du bonheur

Avant de parler de Gounelle, le vendeur du bonheur. Une question se pose, qu'est-ce que le bonheur ? Et est ce qu'il se vend vraiment ?

Selon Gounelle : « *on est heureux quand, ayant appris à se connaître et à se libérer de ses illusions, on choisit de vivre conformément à ses valeurs et à ses idéaux, à l'écoute de ses aspirations profondes, en étant pleinement conscient de sa connexion avec les êtres vivants* ». <sup>17</sup>

Bref, le bonheur c'est la satisfaction intérieure de nous-mêmes, aussi la conscience que les êtres humains sont liés et connectés. Selon Gounelle : « *tous les hommes sont reliés* » <sup>18</sup>.Ce que vise que le bonheur passe par le lien aux autres.

On constate que beaucoup de personnes relient le bonheur à des choses matérielles qui viennent de l'extérieur, mais en fait c'est à l'intérieur qu'on le trouve .De plus, le bonheur qu'on reçoit de l'extérieur est momentané et limité. Donc: « *plus tu te tourneras vers l'extérieur pour chercher des satisfactions, plus tu courras après tes désirs, moins tu seras satisfait* ». <sup>19</sup>

---

<sup>16</sup>ADEKWA, Avocats. (En ligne).<http://adekwa-avocats.com/interview-x-laurent-gounelle.29/08/2020.7:43>.

<sup>17</sup>Z, Gardeur. (29/08/2020 à 23 :45)*Agir et Green*. Interview, URL : <https://www,feminibio.com/Agir-green/Actualités-nouveautés/Changer-vie-laurent-gounelle-73452>. Edition kéro

<sup>18</sup> L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition kéro, chapitre 13

<sup>19</sup> Ibid. 09



Dans le jour où j'ai appris à vivre. Laurent Gounelle a déclaré sur la langue de la tante Margie : « *cherches à l'intérieur* »<sup>20</sup>, aussi « *pour bien vivre sa vie, reprit Margie il est nécessaire d'être à l'écoute de ce qui vient du plus profond de nous-mêmes* »<sup>21</sup>.

Une pensée purement spirituelle qui vise que le bonheur est absolument venu de l'intérieur de nous -même et pour accéder à ce sentiment de satisfaction, il est nécessaire d' : « *Apprendre à décoder les messages de ton cœur, de ton corps...* »<sup>22</sup>.

« Vendeur du bonheur », une expression purement métaphorique, mais elle ne se limite pas au sens superflu et spontané du mot, car absolument le bonheur se vend. Laurent Gounelle et à travers ses écritures optimistes apporte le bonheur à ses lecteurs ; dans laquelle chacune de ses œuvres relate le parcours d'une personne en chemin de développement personnel, ce que vise le chemin du bonheur. Et elles sont considérées comme un guide vers une vie réussie.

En lisant pour Gounelle, cela c'est une découverte, et un pas vers le changement.

Donc, les obstacles qu'on rencontre dans la vie sont le plus souvent le début d'un chemin réussi. Gounelle a dit : « *ce qui a changé ma vie, ce sont mes problèmes : les difficultés sont un excellent déclencheur de décisions. si je n'étais pas heurté à un certain nombre de murs dans ma vie, j'aurais sans doute mené une existence triste et insipide.* »<sup>23</sup>

Bref, du sein de la souffrance, le succès est né.

Laurent Gounelle l'écrivain à succès ; qui a pu bouleverser son destin. Il a pu lutter contre ses pathologies, ce dernier il vient de vendre le bonheur en introduisant ce que lui a à cœur sur la vie et le bonheur dans ses produits littéraires. son rêve c'était de changer le monde à un autre meilleur, où fait le bon vivre.

---

<sup>20</sup> L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition kéro, chapitre 9

<sup>21</sup> Ibid.

<sup>22</sup> Ibid.

<sup>23</sup> Z, Gardeur. (29/08/2020 à 23 :45) *Agir et Green*. Interview, URL : <https://www.feminibio.com/Agir-green/Actualités-nouveautés/Changer-vie-laurent-gounelle-73452>. Edition kéro

### 3.2.2.Écrivain de développement personnel

*« Le développement personnel est donc un cheminement consistant à « sortir de sa coquille », pour passer d'un état de fermeture, de contraction statique à une progression, une évolution, une expansion »<sup>24</sup>.*

Laurent Gounelle a vécu un parcours marqué par la souffrance, la tristesse, et les échecs. Mais il n'a pas laissé se détruire par ces mésaventures, il a lutté contre ses illusions, et il a pu construire son propre univers, et devenir toute une autre personne.

*«La vie est ainsi : on est loin de se douter que se l'on voit comme problème est parfois la solution ».<sup>25</sup> C'est tellement vrai, le plus souvent ce sont nos problèmes qui nous guident vers la réussite et cela est déclaré par Laurent Gounelle dans ce qui suit :*

*« J'ai connu beaucoup plus d'échecs que de réussites dans ma vie, et heureusement !ce sont en effet mes échecs qui m'ont le plus nourri : parfois ils m'ont fait prendre conscience que je n'étais pas sur la bonne voie .à d'autres moments ils m'ont permis de réaliser que je n'étais pas assez préparé, que je n'avais pas assez travaillé, ou que je m'y prenais mal .ils m'ont aussi aidé à me libérer en partie de mon ego. Dans tous les cas, les échecs m'ont fait grandir .le succès m'a essentiellement apporté de la confiance en moi »<sup>26</sup>.*

### 4.2.2. D'un enfant timide à un écrivain célèbre

La vie de Gounelle l'enfant était régnée par la peur et la timidité, une timidité malade :

*« J'avais une timidité qui était vraiment malade .cela s'explique par mon enfance, je suis rentré à l'école à l'âge de 6ans et là j'ai compris que les autres enfants étaient à l'aise entre eux, ce qui n'était pas du tout mon cas .et donc j'évitais soigneusement les relations, car j'étais très mal à l'aise avec les autres enfants .j'ai eu très peu d'amis jusqu'à l'âge de 20 ans. Pour pallier à cela j'ai commencé à me former intellectuellement par des lectures, afin de comprendre comment je fonctionnais et comment fonctionnaient les autres ».<sup>27</sup>.*

Certains peurs ne sont que des illusions qu'on crée dans notre cerveau, et elles n'ont aucune relation avec la réalité. Aussi elles se considèrent comme un défaut où une maladie qui doivent être soignées.

---

<sup>24</sup>URL:[https://www.psychanalyse.com/pdf/DEVELOPPEMENT%20PERSONNEL%20DEFINITION%20\(4%20Pages%20-%20836%20Ko\)](https://www.psychanalyse.com/pdf/DEVELOPPEMENT%20PERSONNEL%20DEFINITION%20(4%20Pages%20-%20836%20Ko))

<sup>25</sup> L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition kéro,

<sup>26</sup> Rencontre avec Laurent Gounelle psychologies. (En ligne) .consulté le (31/08/2020 à 09 :45)

<sup>27</sup> L, piovesan.Consulté le (31/08/2020 à 10:02), URL: <https://www.yogajournalfrance.fr/interview-en-dehors-du-tapis-laurent-gounelle/>

Pour accéder au développement personnel .il est nécessaire de lutter contre ses dernières, d'améliorer la relation avec soi et avec les autres, d'activer le mode de communication et de partage.

Laurent Gounelle et après une longue guerre intérieure a pu dépasser cet état d'esprit et se libérer de ses maladies. Il s'est formé dans les Etats-Unis, où il a devenu un consultant humain, ce métier qui l'exerce pendant 15 ans.<sup>28</sup>

Finalement, celui-ci qui n'était pas osé parler devant les autres au passé, il devient un écrivain d'une grande célébrité mondial.

### **5.2.2. Ecrivain inspirant et écritures optimistes**

Le fait que les Autres transmettent tes idées, tes conseils, tes informations, lisent tes écritures .C'est un sentiment très agréable, un sentiment de satisfaction pas comme les autres.

Laurent Gounelle l'homme heureux et l'écrivain à succès qui a inspiré beaucoup de personnes. Par ces écritures optimistes qui apportent de la joie et du bonheur, et de flammes positives. Ce dernier a pu changer la vision d'un grand nombre de lectorats envers la vie.

Se changer soi-même, être positif, actif et motivant est le premier pas vers la réussite. Actuellement, si on évoque le terme développement personnel, le premier qui vient à l'esprit c'est Laurent Gounelle. Ce qui montre sa grande célébrité malgré sa courte carrière littéraire.

L'Homme ne se connaît pas par son nom, mais bien par ses contributions, et par ce qu'il a ajouté de nouveau à son entourage. Donc, entre ce foule de mots nous parlerons de l'honneur .L'honneur d'être intéressant, être un point d'influence dans votre entourage, c'est quand vous influencez les autres positivement.

Quand en lisant pour Laurent Gounelle, on se sent la positivité, ses mots sont des doses positives qui apportent du bonheur et d'optimisme. Elles donnent sens à notre vie, et nous laisse s'interroger sur le sens de notre existence.

---

<sup>28</sup> <http://www.Laurentgounelle.com>

### 3. Activités littéraires

Chaque œuvre littéraire a un contexte de production qui a poussé l'écrivain à s'inspirer et à produire sa propre histoire et la remettre en œuvre. Dans laquelle nous constatons que la plupart des histoires sont écrites dans un contexte de douleur, de faiblesse et de mélancolie.

En effet, la douleur est le premier pas vers la créativité. Où elle est considérée comme une source d'inspiration chez la majorité d'écrivains, cela signifie que quand le cœur souffre le cerveau produit. Paradoxalement, la joie aussi fait partie de la créativité.

La douleur et la joie sont deux notions paradoxales qui font réagir l'homme et lui donnent envie d'inventer. La créativité est surtout stimulée par l'envie d'écrire une histoire qui transporte les lecteurs et leurs permet d'être touché par un message. Comme c'était le cas de notre écrivain Laurent Gounelle.

En 2006, la tristesse et l'amertume se présentèrent dans la vie de jeune Gounelle, les événements passent. L'histoire commence par la mort de son père quelques mois après son mariage à cause d'une tumeur au cerveau. La plaie n'était pas encore guérie. Une joie frappe à la porte ; c'est la naissance de son premier enfant Léonie. Qui l'a rendu momentanément bien.<sup>29</sup>

Mais rien ne dure. Le chagrin est venu encore une fois avec la mort de son meilleur ami par un cancer fulgurant.<sup>30</sup> Pour Gounelle, c'est une année noire pleine d'émotions, qui lui a apporté du bon et du mauvais. Gounelle était en pleine souffrance, il prend la plume pour nous écrire une histoire et pour dévoiler ce qui lui tient à cœur sur le sens de la vie et du bonheur.

L'être se connaît dès son enfance par sa fragilité émotionnelle, sa sensibilité et son attachement aux autres. En fait, il est un être de relation qui vit en communauté avec autrui. Ce qui crée entre eux certains échanges, relationnel, émotionnel, culturel et même professionnel.

On prend l'exemple de partage relationnel, où on trouve au premier degré la relation familiale qui est considéré comme l'une des relations la plus sacré au monde, relation avec (la mère, le père, la grand- mère et le grand-père, le fils, la fille ... etc.)

---

<sup>29</sup><http://www.Laurentgounelle.com>

<sup>30</sup> Ibid.

De même la relation d'amitié qui occupe une place énorme chez toute personne. Le fait qu'une relation se détruit entre la personne, c'est un milieu qui se tisse une notion de tristesse et d'isolement, comme c'est le cas de Laurent Gounelle ; celui-ci est frappé par la mélancolie après la mort de ses chères, ce qui crée chez lui l'envie de partager ce qui lui tient à cœur et le mettre en œuvre tout en s'interrogeant sur le sens de l'existence de l'homme sur terre.

Gounelle a produit une série de romans fictifs tout en s'appuyant sur une approche psychobiographique qui : « *étudie les influences inconscientes que la vie de l'écrivain exercés sur son œuvre. Elle vise le créateur en tenant compte de l'histoire de sa personnalité, de son enfance, des difficultés personnelles qu'il a rencontré et les traits pathologique* ». <sup>31</sup>

Comme c'était mentionné précédemment, l'entourage a un grand impact sur les plumes des écrivains, où il était pour certains une source d'inspiration. Dans lequel ils s'inspirent de leurs quotidiens et leurs expériences vécus.

Laurent Gounelle a vécu une crise émotionnelle et professionnelle à son âge de 23 ans, où il s'est retrouvé charger d'étude financière dans une entreprise, il était beaucoup échoué de l'échec à l'échec, de poste en poste il s'est retrouvé en chômage. <sup>32</sup> Cela a causé chez lui une dépression, où il est resté caché de tout le monde .il a tout perdu sa profession, ses relations avec ses proches, et restait enfermer ne savait plus comment faire.

Un moment passé. Laurent a commencé à se poser question ; pour quel intérêt nous sommes en existence ? Dès ce moment. Il commence à s'épanouir.

En fait, Gounelle a beaucoup souffert dans sa vie. Mais cela ne l'a pas empêché à surmonter sa douleur et ses peurs et devenir l'écrivain d'aujourd'hui.

C'est présenté avant que Gounelle a vécu un parcours distingué par l'instabilité, où l'échec et la réussite se sont deux face à une seule monnaie. C'est vrai que la réussite apporte la confiance en soi. Mais au fait, c'est l'échec qui l'a nourri, car le fait d'échouer une fois vous donne la force et vous pousse à essayer mille et milliard de fois et voici la réussite.

Laurent n'a pas opté directement pour l'écriture et il n'a jamais choisi d'être écrivain. Pour lui l'écriture n'est qu'un moyen pour transmettre des choses qui pourraient être utiles aux autres.

Pour parler des activités littéraires et les contributions de cet auteur, Laurent a écrit des romans qui expriment sa passion pour la philosophie, la psychologie, et le développement

---

<sup>31</sup>I, Kovacs. (2006). *introduction aux méthodes des études littéraires. A Konzorciumtagjai*, p100

<sup>32</sup>Op.cit

Personnel, où il donne aux lecteurs des orientations vers la découverte de soi et la recherche du bonheur.<sup>33</sup>

Beaucoup d'écrivains ont opté pour l'écriture, ou ils viennent de nous partager leurs histoires de vie, leurs parcours vers le bonheur .toutes en mettant en scène des personnages de fiction.

Ce genre de romans fait suivre le développement d'une personne visant son évolution dans l'histoire d'une situation à une autre ; autrement dit la métamorphose d'une personne .on peut aussi lui donner une autre appellation qui est le mythe personnel : « *l'expression de la personnalité inconsciente (de l'écrivain) et de son évolution* ». <sup>34</sup>

C'est -à dire que l'auteur construit une histoire, où il exprime sa personnalité soit consciemment ou inconsciemment, suivant le changement des situations de personnages dans l'histoire.

Gounelle est comme tous écrivains a produit des ouvrages. Mais ce n'est pas n'importe quelles, se sont des œuvres de qualités qui sont classés dans les premières listes de vente et se sont tous des best -seller traduites en plusieurs langues dans le monde entier.<sup>35</sup>

### 1.3. Ses œuvres

L'objectif de Laurent Gounelle est de partager ses expériences vécus sur le sens de la vie et du bonheur avec les autres. D'ailleurs, il les a mises en œuvre dans une série d'œuvres de fiction tout en racontant des histoires sur le développement personnel et l'art de vivre .ces œuvres expriment sa passion à la philosophie, la psychologie et les sciences humaines et on trouve cela assez bien clair dedans. Quant en lisant pour lui, on sent cet attachement, ce lien à tous ce qui est scientifique, spirituel et d'une sagesse profonde.

Nous avons présenté précédemment que Gounelle a pris la plume pour écrire pour la première fois en 2006, deux ans après en 2008, c'était la parution de son premier roman « l'homme qui voulait être heureux ». Qui devient un livre de qualité mondiale dès sa sortie, il est traduit en 25 langues et il a classé le numéro : 1 de vente en France.<sup>36</sup>

Juste après en 2010, il a publié « les dieux voyages toujours incognito » qui prend toute de suite la tête de meilleurs vents et devient également un best-seller en Espagne et dans la

---

<sup>33</sup> <http://www.Laurentgounelle.com>

<sup>34</sup> A, BOUATENIN. (2017). La psychocritique de Charles Mauron une méthode à découvrir. Thèse de doctorat. Université Félix Houphouët Boigny, côte d'ivoire, p177

<sup>35</sup> <http://www.Laurentgounelle.com>

<sup>36</sup> Ibid.

---

Plupart des pays d'Amérique du sud, l'adaptation cinématographique de ce roman est actuellement en préparation.<sup>37</sup>

Puis, en 2012 il a publié « le philosophe qui n'est pas sage » dans une coédition, Plon /kéro, un roman en forme de la satire de la société occidentale moderne, qui devient à son tour un best-seller et encore de traduction dans nombreux pays.<sup>38</sup>

Par la suite, en 2016 il a publié « Et tu trouveras le trésor qui dort en toi ». Une plongé dans le monde de la spiritualité.<sup>39</sup>

Et, en 2018 il a publié « je te promets la liberté » une histoire qui nous entraine dans la découverte de notre personnalité et de celle de nos proches.<sup>40</sup>

En 2019, il a publié « l'art vous le rend bien ». <sup>41</sup>

Et finalement, l'œuvre corpus sur lequel nous allons effectuer notre étude c'est « le jour où j'ai appris à vivre » .un roman composé de 42 chapitres, il s'agit d'un roman initiatique vers la découverte de soi et la recherche du bonheur qui se placera dès sa sortie dans toutes les listes des best-sellers, ce roman est en cours en traduction dans de nombreux pays.<sup>42</sup>

Avant de commencer l'étude de ce corpus, nous allons résumer brièvement l'histoire racontée dedans.

### **2.3. Résumé de corpus (le jour où j'ai appris à vivre)**

Le roman est un cheminement vers la découverte de soi, qui met en scène l'héro. Jonathan un homme de 36 ans, agent dans un cabinet d'assurance partagé avec son meilleur ami et son ex-femme Angela qu'il a eu avec elle une fille âgée de 07 ans et qu'elle a cru qu'il a trompé avec une baby-sitter.

Jonathan un homme ordinaire rien d'important dans sa vie ; il vit en routine (travailler, manger, dormir).

Un dimanche, il s'était baladé sur les quais de San Francisco. Soudain, une bohémienne s'approchait de lui, rattrapait sa main et demander de lui lire son avenir. Jonathan

---

<sup>37</sup><http://www.Laurentgounelle.com>

<sup>38</sup>Ibid.

<sup>39</sup>Ibid.

<sup>40</sup> Ibid.

<sup>41</sup> Ibid.

<sup>42</sup> Ibid.

S'amusement l'a laissé faire. Un moment passé, elle lui a prédit sa mort prochaine ; après cette mauvaise nouvelle. La vie de Jonathan ne sera plus comme avant, tout était basculé. Il s'est retrouvé devant une question d'existence, ce qui va mettre sa vie en question.

Dans ce roman nous assistons à une longue dissertation sur la vie sous la direction de la tante Margie. Margie archéologue et biologiste qui va enseigner l'héro Jonathan l'art de vivre. Tout en s'appuyant sur des recherches scientifiques. Et sa sagesse lui aidera.

Jonathan décida de partager ses moments du bonheur avec les autres. En leurs faisant des petits gestes comme le fait d'être souriant aux visages des autres, ou commencer sa journée par un sourire, offrir des cadeaux à des inconnus...etc.

Le roman est une véritable richesse qui offre aux lecteurs un condensé d'informations sur le développement personnel et les enseigne comment vivre l'instant et apprécier ce qu'ils ont.

### **3.3. Le jour où j'ai appris à vivre ; un cheminement vers la découverte de soi**

La non-acceptation de soi vise l'inconfiance en soi, et pour bien débarrasser cela, il s'avère nécessaire de découvrir soi-même et de l'accepter telle qu'elle est. Pour parvenir à la paix intérieure.

La phase de découverte de soi est l'une des plus difficiles phases. Mais elle est très importante car si l'être n'a pas identifié son identité, ses talents, ses hobbies, ses points faibles et forts. Il ne peut accéder jamais à construire une image mentale correcte à sa personnalité.

Pour cela, nous devons connaître ce que nous distinguons des autres, la manière d'influencer et de s'influencer et savoir comment gérer nos comportements et nos réactions envers autrui.

La découverte de soi (le développement personnel) vise l'acceptation véritable de toute la souffrance accumulée à l'intérieur de l'être. C'est tout ce que l'on veut changer. Tant que l'on veut changer quelque chose. C'est la personnalité et non le soi.

Laurent Gounelle à un moment de sa vie, il était tout déprimé, maigre, peureux et timide ce qui lui a imposé de rouler derrière le bonheur. Il a voulu se changer, se développer. Dans ce sens, il a dit : « *la vie est ainsi : on est loin de se douter que ce que l'on voit comme problème et en fait parfois la solution* »<sup>43</sup>. C'est-à-dire que sa souffrance est-elle qui lui a guidé vers l'épanouissement.

---

<sup>43</sup>L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition Kéro, chapitre 15



---

Le voyage de découverte de notre écrivain a atteint son objectif, et cela est assez bien clair dans ses écrits. Laurent Gounelle a à cœur de partager des idées qui lui semblent bénéfiques aux autres.

Donc, à partir de se changer soi-même ça change la société, selon Gounelle : « *le monde est résultante de nos actes individuels se changer soi-même est la seule voie vers un monde meilleur. Un monde meilleur où il fait bon vivre* »<sup>44</sup>

Bref, pour accéder au bonheur, au changement et à l'épanouissement, le premier pas ça commence par nous-mêmes .se changer soi-même ça va être le changement de la société, Et : « *si chacun de nous était conscient de l'immense valeur qui est la sienne, c'est toute la face du monde qui serait changée* »<sup>45</sup>

Dans l'œuvre qui nous sommes en train de l'étudier. Gounelle nous à présenter deux exemplaires sur deux personnages qui ont fait basculer l'histoire de leurs pays. En premier, on trouve Gandhi le président de l'inde qui a fait développer son pays toute en commençant par développer soi-même.

*« C'est en commençant par se changer lui-même que Gandhi avait réussi à faire basculer l'histoire de l'inde sans jamais participer au moindre gouvernement, on le représente toujours doté d'une assurance tranquille, vêtu de son humble dhoti de coton blanc et refusant tout titre honorifique. C'est oublier que dans sa jeunesse il était d'une timidité maladive emballée dans un costume trois-pièces qu'il portait dans l'espoir d'être reconnu des anglais. C'est bien son évolution intérieure, sa transformation en un homme serein, bon, juste, et dénué d'égo qui le rendait plus puissant que tout l'empire britannique son armée et ses institutions ».*<sup>46</sup>

Bref, se lutter contre ses peurs, s'évaluer c'est un épanouissement.

De même Nilsson Mandela le président de l'Afrique du sud :

*« c'est aussi en vivant une véritable mue intérieur que Mandela avait fait basculer l'histoire de l'Afrique du sud du fond de la cellule où il était enfermé .on oublie souvent qu'a l'origine ,Mandela prônait la lutte armée ,raison pour laquelle il avait été incarcéré .mais ,en prison ,cet homme vécut une évolution personnelle admirable .non seulement il devient un pacifiste non violent, mais encore il fut capable de pardonner à ses ennemis, ses geôliers qui l'avaient pourtant abusivement maintenu vingt-sept longues années en captivité.et c'est bien parce qu'il fut lui-même capable de pardonner que le pays vécut relativement pacifiquement cet incroyable retournement de situation ».*<sup>47</sup>

---

<sup>44</sup>L, Gounelle. 2014. le jour où j'ai appris à vivre. Édition kéro., Chapitre 20

<sup>45</sup> Ibid. Chapitre 32

<sup>46</sup>Ibid. Chapitre 20

<sup>47</sup> Ibid.

Gandhi aussi que Mandela ces deux figures célèbres sont restées comme un symbole qui représente l'épanouissement et l'évolution dans le monde entier.

Le fait de représenter cela dans le roman par Gounelle c'est pour les imiter et les suivre dans leurs chemins de développement personnel.

On ajoute aussi que la découverte de soi est un voyage à l'intérieur de soi .Le fait de parler du voyage ne se limite pas au sens superflu du mot, ni à ce que l'on sait tous, mais il y a d'autre type de voyage, c'est le voyage à l'intérieur de nous-mêmes. Un voyage spirituel, où on peut assoir à tête avec notre âme, on cherche en nous le problème et en essayant de le résoudre.

Au cours de notre voyage à l'intérieur, nous pouvons être confrontés à de nombreux obstacles qui peuvent entraver notre chemin, ça peut être, des illusions, des déceptions, des échecs ou des maladies. Mais cela ne signifie pas que nous abandonnons, mais plutôt que nous devons continuer, que nous construisons à partir de nos déceptions une échelle pour monter au plus hauts de niveau de notre esprit.

Découvrir soi-même c'est être heureux, être libre loin de tout complexes .le bonheur ne vient pas de l'extérieur, mais en fait c'est à l'intérieur qu'on le trouve.

Nous avons parlé précédemment de la découverte de soi à travers le changement personnel, cela ne vise pas qu'elle se limite à ça .certes, non .il y a d'autre forme par exemple à travers l'Autre ; dans lequel on accède à se découvrir.

L'Autre, c'est le miroir réflexif de nous, il nous aide à découvrir qui est-nous, le contact ou la rencontre avec lui reflète nos personnalités et nous aide à réagir. Aussi on peut détecter les problèmes en nous et on les résoudre.

Le Moi et l'autre deux parts essentiels dans la société inséparables et complémentaire. Cela vise que la présence de moi c'est la présence de l'Autre.et chaque rencontre, relation qu'on fait peut nous faire découvrir beaucoup de choses sur nous -même.

C'est -à dire que l'autre est toujours à notre disposition et le vis -verso.

Dans l'œuvre que nous sommes en train de l'étudier, l'Autre joue un rôle très marquant dans l'évolution de l'histoire de l'héro. Dans lequel, il était l'élément déclencheur de la diégèse.

D'abord, nous parlerons de rythme de vie de l'héro qui était stable et ordinaire avant l'intervention de cet autre qui a tout bouleversé.

Le rôle de ce dernier, c'est qu'il a éveillé la curiosité de l'héro Jonathan à travers une prédiction qui annonçait sa mort prévu. Ce fait a mis la vie de Jonathan dans le déséquilibre.

La prédiction de la bohémienne a mis l'existence de l'héro en question .dans son parcours de développement personnel, il a rencontré beaucoup de personnes qui lui ont aidé à bien marquer son évolution ; prenant la tante Margie à l'exemple, ancienne –biologiste et archéologue- elle lui a guidé à l'épanouissement à travers des leçons sur la vie et sa sagesse qui lui aidera.

Margie a dit : « *on ne réalise la valeur de la vie que lorsqu'elle est menacée* ». <sup>48</sup> Et c'est tellement vrai, Jonathan n'a pas pris son existence, ses relations au sérieux. Il n'a senti la valeur de son existence que lorsqu' il a senti le danger à proximité, la mort. Cela veut dire que : « *la conscience de la mort est essentielle à la vie* ». <sup>49</sup>

De ce fait, on peut dire que les problèmes et les obstacles qu'on rencontre dans la vie sont notre premier pas vers la réussite et le développement. Dans ce contexte Laurent a dit toujours sur la langue de la tante Margie : « *la vie est ainsi, elle est jalonnée d'erreurs, et sans doute ces erreurs ont-elles leur raison d'être, sans doute nous apportent –elles quelque chose malgré tout* ». <sup>50</sup>

---

<sup>48</sup> . L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition kéro, chapitre 05

<sup>49</sup>Ibid., chapitre 41

<sup>50</sup> Ibid. Chapitre 27

Chapitre II : le jour où j'ai  
appris à vivre, analyse  
psychocritique

## 1. Une œuvre psychanalytique

Tout écrit est dû d'un état psychique, où l'écrivain dévoile sa personnalité soit consciemment ou inconsciemment. L'écrivain dans une situation de contemplation, il interprète ce qu'il sent, ce qu'il voit, ce qu'il écoute et même ce qu'il a vécu.

Sigmund Freud a fondé une méthode pour approcher ce genre d'écriture appelé la psychanalyse. Cette théorie était appliquée et exercée premièrement dans les cliniques (domaine de la médecine).

Elle était pour but de faire guérir les maladies nerveuses, dans ce sens Freud a déclaré : « *la psychanalyse est une pratique dont le but est la guérison ou l'amélioration des maladies nerveuses* ». <sup>51</sup>

En somme, La psychanalyse est une méthode qui sert à faire guérir les pathologies qui ont relation avec la psyché de l'être humain. Elle concerne plutôt le système inconscient de celui-ci, plus précisément ses rêves, ses enfouies et ses pulsions

### 1.1. L'intégration de la psychanalyse dans la littérature

Sigmund Freud avant d'être critique littéraire, il fut psychiatre « *ainsi Freud, dit Clancier, bien que s'étant consacré essentiellement à la médecine, par son intérêt personnel pour l'art, ouvre la voie aux nouvelles recherches de critique contemporaine* ». <sup>52</sup>

La psychanalyse est un domaine assez vaste qui a dépassé les frontières de la médecine vers la littérature, où elle a trouvé son statut et devenu une méthode de travail qui sert à approcher et à analyser les textes littéraires.

Freud avait un penchant, une tendance vers la lecture des œuvres, en cherchant en elles la personnalité de leurs écrivains, visant qu'en lisant l'œuvre on peut révéler la situation psychique de celui qui écrit (l'écrivain).

Donc, au fur et à mesure à l'héro et à l'histoire racontée dans l'œuvre. D'un sens plus clair ; on psychanalyse l'auteur à travers ses souvenirs qui sont des documents qui aident à étudier ses pathologies

---

<sup>51</sup> F, Sigmund. (1925). *psychanalyse et médecine*. Édition électronique par Jean-Marie, p08

<sup>52</sup> *La psychanalyse et la critique littéraire* (en ligne), consulté le (15/07/2020 à 09 :42), [www.iasj.net/iasj ?func=fulltext&ald=4620-p39](http://www.iasj.net/iasj ?func=fulltext&ald=4620-p39)

## 2.1. La psychanalyse de Freud

19<sup>ème</sup>, 20<sup>ème</sup> siècle. Freud élaborera une nouvelle théorie appelé la psychanalyse, celle qui s'appuie sur notre psychisme. Partie intérieure ; ce dernier est constitué sur une force d'inconscience qui guère nos comportements et nos développements.

## 3.1. L'influence de l'aspect psychologique sur l'œuvre de Gounelle

L'auteur en écrivant, il fait retour à son parcours de vie, il invite ses idées et ses pensées intérieures. Parfois, il souvient et une autre fois il réfléchit. il représente par écrit ce qui tient à cœur, ce qu'il voit et même ce qu'il a vécu.

Pour bien expliquer ce qui était dit précédemment, on tient à parler de l'auteur de notre œuvre corpus Laurent Gounelle et l'impact de l'aspect psychologique sur ses œuvres, à précision de parler de son roman « le jour où j'ai appris à vivre ».

Chez tous les écrivains l'entourage et l'état intérieur sont le premier élément d'influence. Dans lequel on trouve cela présent dans leurs écrits.

La Sagesse, la contemplation, l'inspiration, la spiritualité et l'imagination jouent un rôle énorme dans la rédaction.

L'ensemble des concepts précédentes est présenté par Gounelle dans ses romans ce qui renvoie à l'aspect psychologique chez lui.

Au fur et à mesure de l'étude psychanalytique de l'œuvre « le jour où j'ai à vivre ».et pour bien approfondir dans le sens. Nous allons abordés brièvement ces thèmes tout en s'appuyant sur l'œuvre.

Comme nous avons déjà signalé, les concepts précédents sont énormément liés les uns avec les autres. D'abord, on tient à parler de la sagesse. Qui est le résultat d'un savoir approfondi ; où les sages se distinguent par une réflexion approfondie. Ils maîtrisent leurs capacités personnelles en basant sur la contemplation, l'imagination et l'inspiration pour accéder à la spiritualité ; l'inconscient supérieur.

La part de la sagesse est bien émergée dans l'œuvre, ce qui reflète à l'auteur : « *l'existence est un mouvement perpétuel, tout change à chaque instant, et la résistance à ce changement ne peut mener qu'au malheur* ». <sup>53</sup>

---

<sup>53</sup>L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Éditionkéro, chapitre27

Ensuite, l'inspiration, la spiritualité et l'imagination qui ont bien marqué et représenté par excellence l'état intérieur de Laurent Gounelle

Bref, ce cercle de concepts regroupe la psyché de Gounelle.

## 2. Pulsions et conséquences

*« Le psychisme humain est agité de pulsions. Distinguant d'abord entre pulsion du moi ,qui sous l'effet du principe de la réalité, tendent à la conservation de l'individu, et pulsions sexuelles ,qui tendent à son développement sous la pression du principe de plaisir .Freud distingue ensuite les pulsions de l'éros (amour),plus larges que les simples pulsions sexuelles ;et celles de thanatos(mort),qui tendent à la destruction de la vie et au retour à la matière inerte .le conflit des pulsions best la source de multiples phénomènes pathologiques ,Freud cherche à soigner par les causes. »<sup>54</sup>*

La théorie des pulsions, bien évidemment la pulsion, est l'un des concepts majeur de la psychanalyse évalué par le psychanalyste Sigmund Freud .le mot est traduit de l'allemand trieb par « pulsion » qui vise l'acte de pousser, apparait en 1625.<sup>55</sup>

La théorie des pulsions se distingue par deux types majeurs qui sont une pulsion d'autoconservation, (de vie).d'un point de vue scientifique psychanalytique on l'appel aussi (l'éros).paradoxalement à la pulsion d'autodestruction (du mort) ou thanatos)

*« Rappelons que c'est en 1920, dans « Au de là du principe de plaisir »que Freud affirme pour la première fois l'existence de deux notions pulsionnelles « la pulsion de vie »et « la pulsion de mort », il envisage en référence à la théorie de E-Herring que la pulsion de vie « construit, assimile », tandis que la pulsion de mort »démolit, désassimile »<sup>56</sup>*

Il est remarquable que ces dernières soient en contradiction l'une avec l'autre ; où l'éros tend à la conservation de la personne elle-même. Elle se cache par tout ;dans un sourire ,une blague, une histoire ou bien un acte de joie .la pulsion de vie et comme des éclaires de lumière qui sert à sauver la vie de l'individu .elle cherche bien clairement à satisfaire le plaisir . Contrairement à la pulsion de mort, qui tend à la destruction de la vie.

Au fil de lecture de roman le jour où j'ai appris à vivre .nous avons constaté l'omniprésence de deux pulsions contradictoires ; une de vie et une autre de mort, et ça est assez bien clair dans le roman.

---

<sup>54</sup> Amazon.fr .Freud : les phénomènes pathologiques(en ligne) consulté le 02/05/2021 à 1 :42

.URL :<http://keepschool.com/fiches-de-cours/lycee/philosophie/freud-phenomenes-pathologiques.html#>

<sup>55</sup>[https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions\\_\(psychanalyse\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions_(psychanalyse)) consulté le 23/05/2021 à 10 :21

<sup>56</sup>R, Diwo.L, Thomassin.B, Kabuth.M, Messaoudi. (2004). *Pulsion de vie, pulsion de mort : une intrication à mieux évaluer dans une démarche de prévention de l'agir suicidaire à l'adolescence, in psychologie clinique et projective*.vol (n° 10).en France : cairn.info, (57p-88p)

---

Donc, parallèlement à l'explication de la théorie des pulsions nous allons expérimenter et appliquer cette dernière sur notre champ d'étude ; en faisant une sorte de mélange entre les deux.

Nous revenons à l'histoire .Jonathan et après la prédiction de sa mort prévu par la bohémienne sa vie était mise en question .Soudain, tout est basculé, il est vraiment tombé sur un os. la mort était à proximité de lui, un danger inattendu, une peur, un déséquilibre, un stress et une dépression ; cet ensemble d'émotions à laisser Jonathan s'interroger sur le sens de son existence .celui-là qui n'a senti la valeur de sa vie qu'à après l'annonce de la bohémienne.

Selon Gounelle : « *on ne réalise la valeur de la vie que lorsqu'elle est menacée* »<sup>57</sup>

Donc, la conscience de la mort est essentielle à la vie. Ce qui montre la relation étroite et complémentaire entre la pulsion d'autoconservation (de vie) et la pulsion d'autodestruction (de mort). Malgré la contradiction existé entre l'éros et le thanatos, il ya un lien qui se tisse entre les deux. Freud a prouvé cette vision :

*« Quand il relève dès 1920 un net antagonisme entre la pulsion de vie et la pulsion de mort, il insiste aussi sur « l'action conjugué » de ces deux pulsions originaires n'intervenant jamais seules, cette liaison pulsionnelle permettant la régulation des processus vitaux expliquant « la bigarrure des manifestations de la vie ».*<sup>58</sup>

Cela montre que toujours il y a cet attachement entre la pulsion de vie et de mort.

Il a dit aussi : « *le but de toute vie est la mort (que) la sans-vie était là antérieurement au vivant et que tout ce qui est vivant doit nécessairement mourir pour des causes internes* »<sup>59</sup>.c'est-à dire que tous vivant est menacée par la mort.

## 1.2. De la pulsion de mort à la pulsion de vie

*« Il existe plusieurs pulsions, celles provenant de la libido soit autrement dit la pulsion de vie qui anime l'Homme(Eros), mais aussi celles provenant de son pendant qui serait l'explication même de toutes les atrocités humaines : la pulsion de mort autrement appelée thanatos ».*<sup>60</sup>

Nous parlerons de la pulsion de vie, elle est attaché le plus souvent au principe de plaisir, visant qu'elle englobe tous ce qui fait plaisir à l'Homme, bien clairement elle est essentielle au maintien de la vie de l'individu.

---

<sup>57</sup> L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition kéro, chapitre

<sup>58</sup> R, Diwo. L, Thomassin, B, Kabuth .M, Messaoudi. (2004). *Pulsion de vie, pulsion de mort : une intrication à mieux évaluer dans une démarche de prévention de l'agir suicidaire à l'adolescence, in psychologie clinique et projective*.vol (n 10).en France : cairn.info, (57p-88p)

<sup>59</sup>[https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions\\_\(psychanalyse\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions_(psychanalyse)) consulté le 23/05/2021 à 10 :21

<sup>60</sup>*Qu'est-ce qu'une pulsion ?*(en ligne).consulté le (02/05/2020 à 03 :10), URL : <https://ailesetgraines.com/quest-ce-quune-pulsion/>



---

A cet égard, nous invitons à table notre héros Jonathan pour soutenir ce qui était dit précédemment. Jonathan était vraiment choqué après l'annonce qui prédit sa mort prochaine.

Elle était la première fois qu'il ait conscience de la valeur de son existence. Cela le pousse à chercher le sens et l'intérêt de sa vie.

Alors, Ce dernier s'est confronté à la pulsion de mort, il était sous pression après sa séparation avec sa femme Angela, celle qui a cru qu'il l'a trahie avec une baby Sitter. Jonathan a l'air déprimé, sa vie s'est mise dans la routine et l'ennui. Cet état a vraiment influencé Jonathan, ce qui le laisse dégouter de tout « *prendre le mal à la racine* »<sup>61</sup>

Le dégoût, la dépression, la peur, le choc et la mélancolie. Cet ensemble de phénomènes pathologiques ont détruit la vie de notre héros et la mise dans le déséquilibre.

A un moment donné, la mélancolie était le manipulateur dans la vie de notre héros, mais ça n'a pas duré longtemps parce que la volonté et la conscience de se changer a pris une part immense dans la vie de ce dernier. Ce qui représente la phase de transition de la pulsion de mort vers la pulsion de vie.

En fin, Jonathan a pu goûter enfin le vrai goût de la vie après les leçons données par sa tante Margie. Et c'est l'heure pour les expérimentés sur terrain et vivre ce qu'il a appris.

Au fur et à mesure de ce qu'était dit précédemment, la pulsion de vie cherche à faire plaisir à l'homme. Et ça ce qu'a fait Jonathan, il a combattu pour se sauver contre la mort, tout en profitant de chaque instant pour se faire plaisir à lui-même et au autre pour lui : « *les prédictions des bohémiennes ne comptaient plus. Il était en vie à cet instant, et cela seul comptait* »<sup>62</sup>. donc, c'est le temps de profiter ; non de désespérer.

Et cela nous montre que quoi que ce soit ce que nous arrive, on doit toujours être fort et convaincu qu'on va le dépasser et qu'on doit profiter de chaque instant de notre vie parce que une fois elle partie elle ne reviendra jamais.

« *On est interconnectés. alors on s'influence tous les uns les autres* »<sup>63</sup>. dans cette citation Gounelle affirme qu'il y a toujours un lien qui se tisse entre nous, le besoin de la présence de l'autre et la nécessité de partage. Un seul acte de bon peut changer l'humeur d'une personne, pourquoi pas toute une vie. Ça peut dans être un sourire, un geste inattendu, ou une surprise.

---

<sup>61</sup> L, Gounelle. 2014. le jour où j'ai appris à vivre. Édition kéro, chapitre01

<sup>62</sup> Ibid. chapitre 09

<sup>63</sup> ibid

---

Jonathan l'homme heureux est contribué à faire plaisir aux autres en offrant des cadeaux, leurs servir un café au nom d'un anonyme, aussi d'être souriant au visage des autres ça leurs donne un air positive. Jonathan était un porteur du bonheur aux autres. Pour lui se sentir heureux c'est une satisfaction que doit être ressentir par tout le monde.

## 2.2. Les caractéristiques de la pulsion

*« La pulsion est la représentation psychique d'une source de stimulations endosmotiques (interne au corps), contrairement aux excitations extérieurs c'est parce que l'excitation pulsionnelle ne vient pas du monde extérieur que la fuite et d'ailleurs impossible. la pulsion, loin d'être instinctive car non reliée à la survie pur, dépend avant tout du corps (besoins primaires) »<sup>64</sup>.*

De même: *« la pulsion n'est pas dirigée vers d'autres personnes, « (...) elle se satisfait dans le corps propre de l'individu, elle est auto-érotique. »<sup>65</sup>*

C'est- à dire que la pulsion est une force inconsciente qui lit entre le corps et l'esprit, tous les deux fonctionnent en parallèle dans le but de satisfaire le plaisir. Aussi elle est toujours implicite dans le corps loin de toutes excitations extérieurs .et elle a relation avec le psychisme humain.

Selon Sigmund Freud, la pulsion se distingue par quatre caractéristiques qui se manifestent ensemble sont : la poussée, l'objet, la source et le but.

Nous commençons par la poussée ; constitue « l'essence même de la pulsion » considérée comme « moteur de l'activité psychique »<sup>66</sup>. cela vise qu'il y a toujours quelque chose qui clenche à l'intérieur de la personne et le pousse à réagir contre les faits.

Jonathan après la prédiction de la bohémienne s'est met dans le déséquilibre. la peur était la rène du moment. *« Il était au bord de la panique »<sup>67</sup>. « Jonathan capta son regard totalement changé, et cela lui glaça le sang »<sup>68</sup>.*

La peur de mourir, de se détruire pousse l'héro à chercher la solution pour se sauver, et se mettre dans la bonne voie. Jonathan demanda l'aide de sa tante Margie ; l'objet de la quête qui va le guider pour atteindre son but.

Margie ancienne biologiste et le manipulateur de toute l'histoire commença à renseigner son neveu l'art de vivre. En s'appuyant sur son expérience et sa sagesse.

---

<sup>64</sup> *Qu'est-ce qu'une pulsion ?* (en ligne). consulté le (02/05/2020 à 03 :10), URL : <https://ailesetgraines.com/quest-ce-quune-pulsion/>

<sup>65</sup> *Trois essais sur la théorie sexuelle*, paris, Gallimard, p83

<sup>66</sup> [https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions\\_\(psychanalyse\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions_(psychanalyse)) consulté le 23/05/2021 à 10 :21

<sup>67</sup> L, Gounelle. 2014. *le jour où j'ai appris à vivre*. Edition kéro, chapitre0

<sup>68</sup> ibid

Après une longue dissertation Jonathan a peut voir la vie d'un autre onglet ; tout différent de son ancienne vie, il est devenu plus épanoui, optimiste, et libéré.

### 3. Gounelle par Mauron

Le texte littéraire est un objet à être étudié par un lecteur, il est le résultat d'une réflexion approfondie de l'auteur, un sentiment qui a influencé son état psychique, ou ça peut être aussi un événement ou une histoire vécue.

Pour bien assimiler et approfondir dans le sens de ces textes, les théoriciens viennent d'inventer ce que l'on appelle « l'approche littéraire ». Pour but de faire comprendre le texte dans son ensemble de tous les côtés, en tenant compte de l'histoire de l'écrivain, l'environnement qui l'entoure, et même la situation qui a influencé l'écriture de ce texte, nous visons bien sur l'état psychique de l'auteur lui-même.

En étudiant le texte, on essaye de l'analyser et de le faire parler.

Mauron à travers les métaphores obsédantes et pour nous éclaircir le sens intérieur de texte et nous faire comprendre et pour mettre les lecteurs dans le bain convenable, il nous a inventé une approche qui sert à étudier l'œuvre plus l'écrivain ; visant que notre objectif n'est plus l'écrivain. Mais plutôt l'œuvre elle-même. Pour cela, il s'avère indispensable de parler de l'approche psychocritique :

*« Parmi les possibles méthodes d'interprétation d'une œuvre, comme les méthodes positivistes, existentialistes, sociologiques, ou encore structuralistes il en est encore deux qui se basent sur la psychanalyse : il s'agit de la psychobiographie et la psychocritique qui nous intéresse. Le but de son étude n'est plus l'homme, mais l'œuvre ».*<sup>69</sup>

C'est -à dire que ces dernières servent à étudier et à dévoiler la personnalité inconsciente de l'auteur, tout en s'appuyant sur la lecture approfondie et la compréhension attentive de l'œuvre. « *La psychobiographie étudie les influences que la vie de l'écrivain a exercés sur son œuvre. Elle vise le créateur, en tenant compte de l'histoire de sa personnalité, de son enfance, des difficultés personnelles qu'il a rencontrés et ses traits pathologiques* ». <sup>70</sup>

Cela vise que l'entourage, les vies privées de l'auteur ont un grand impact sur ses productions, ou c'est son point d'inspiration. On ajoute que : « *la psychobiographie doit étudier*

---

<sup>69</sup> C, HATTORI.H, HATTORI. (2000).*une approche psychanalytique de Gide Kafka, Racine et Hölderlin*, Akita university, p41

<sup>70</sup> I, Kovacs. (2006). *introduction aux méthodes des études littéraires*. A Konzorciumtagjai, p100

---

*l'interaction entre l'homme et l'œuvre, et leur unité saisie dans ses motivations inconscientes* ». <sup>71</sup>

C'est-à dire que toujours il y a ce lien entre le créateur et la création.

Nous parlerons de l'approche psychocritique. Joëlle GARDES TAMINE et Marie Claude

La définissent ainsi :

*« La psychocritique (n. f) est une méthode de critique littéraire forgée par Charles MAURON qui utilise, pour expliciter l'œuvre littéraire, les leçons de la psychanalyse. Elle se fonde sur quatre opérations successives. Les œuvres d'un même auteur sont superposées comme des photographies, de façon à mettre en évidence les traits structurels récurrents. Ces motifs obsédants sont alors analysés comme le serait une symphonie : c'est l'étude des thèmes, de leurs métamorphoses. Le matériel ainsi ordonné en réseaux est interprété avec les outils psychanalytiques, ce qui permet de mettre au jour l'image de la personnalité inconsciente de l'écrivain, son mythe personnel .la dernière étape consiste à titre de contre-épreuve, à vérifier, dans la biographie de l'écrivain, l'exactitude de l'image découverte ».* <sup>72</sup>

Bref, la psychocritique c'est une méthode fondée par Charles MAURON (1899-1966) qui a eu un grand succès dans les années 1940-1950.elle est pour but d'approfondir dans le sens de l'œuvre. Tout en s'appuyant sur l'étude de la personnalité inconsciente de l'auteur, son mythe personnel visant sa situation métamorphose. Ce qui prouve qu'elle est centrée sur l'inconscient plus que le conscient.

### **1.3. Les quatre opérations de la psychocritique**

La méthode psychocritique centre sur quatre opérations qui sont : les superpositions des textes, les figures et les situations dramatiques, le mythe personnel et dernièrement la vérification par biographie.

Pour la première fois Charles MAURON constate la présence des métaphores obsédantes dans plusieurs textes de Mallarmé et Racine ce qui lui a donné l'idée de formuler l'hypothèse du mythe personnel de chaque écrivain, dans le but de faire parler le texte littéraire, tout en basant sur la méthode psychocritique et ses quatre opérations, ce qu'il a confirmé dans sa citation :

*« C'est en 1938 que je constatais la présence, dans plusieurs textes de Mallarmé, d'un réseau de « métaphores obsédantes » nul ne parlait alors, en critique littéraire, de réseaux et de thèmes obsédants, expressions maintenant banales, en 1954, et à propos de Racine, je formulais l'hypothèse d'un « mythe personnel »*

---

<sup>71</sup> Ibid.

<sup>72</sup> J, Gardes TAMINE et MC Hebert. *Dictionnaire de critique littéraire* .4<sup>ème</sup> édition revue et augmentée. p163

---

*propre à chaque écrivain et objectivement définissable, en ces deux dates. je n'ai cessé d'interroger des textes. Ainsi, s'est formée la méthode psychocritique d'ayant mise en l'épreuve plusieurs années encore .je le tiens aujourd'hui pour un instrument utile ».*<sup>73</sup>

Donc, en guise de l'explication de ce qui était dit précédemment ,nous commençons d'abord ,par la première opération qui est la superposition des textes, où nous essayons de détecter les éléments répétés dans plusieurs textes qui renvoient au même auteur .ensuite ,le réseau obsédant qui est l'ensemble de figures et des situations dramatiques qui étaient écrites inconsciemment par l'auteur . Puis à travers le mythe personnel qu'on va découvrir les résultats de l'étude .et nous revenons dans un dernier temps à la biographie de l'auteur pour les justifier.

### **1.1.3.La superposition des textes**

Dans cette étape, on ne cherche plus la comparaison entre les textes, mais bien évidemment les éléments répétés et communes entre eux.

Bref, pour révéler les éléments répétés introduits par l'écrivain dans ce corpus, nous allons résumer les chapitres composant l'œuvre « le jour où j'ai appris à vivre ».

D'abord, le premier chapitre raconte l'histoire d'un homme ordinaire, associé dans un cabinet d'assurance partagé avec son meilleur ami et son ex-compagne, ce dernier ne savait plus que sa vie va changer à tout jamais.

Quant au deuxième chapitre, c'est l'histoire de Ryan, un jeune parasite cameraman qui cherchait à se moquer de gens en les filmant et les partager sur son site internet (blog) pour obtenir des visites et des likes.

Et, c'est au troisième chapitre, où Jonathan se baladait sur les quais de San Francisco, quand une bohémienne lui saisit la main pour lire son avenir, et lui a prédit sa mort prochaine .la vie de Jonathan a été tout basculé et prit une nouvelle voie.

Le quatrième chapitre, après l'annonce et la prédiction de sa mort, Jonathan n'a pu plus continuer à vivre comme avant et les questions sont commencées à se poser dans sa tête.

Quant au cinquième chapitre, la mauvaise nouvelle apportait à Jonathan fait basculer sa vie et rien ne peut continuer comme avant, il commençait à chercher le sens de sa vie, de son existence, donc il a décidé de prendre break et aller visiter sa tante Margie.

---

<sup>73</sup> C, Mauron. Des *métaphores obsédantes*, p10

Le sixième chapitre, Angela et Michael sur la terrasse du cabinet discutaient la situation de Jonathan s'il va rejoindre le travail ou non plus. Aussi Ryan le cameraman à l'attente pour filmer une nouvelle vidéo avec une autre victime.

Le septième chapitre, Jonathan à la visite de la tante Margie après l'absence de 30 ans, en se souvenant à son enfance. Loin de tout, loin de sa routine quotidienne, il profite tout instant pour s'amuser et s'éloigner de ce que lui a prédit la bohémienne.

Le huitième chapitre, Ryan comme toujours continuait à se moquer de gens, c'est le tour de son voisin Gary le marchand de muffins. Celui-là avait l'habitude de hausser d'épaules chaque fois qu'il lisait une lettre, Ryan trouvait cela drôle pour le publier sur son blog et gagner des likes de plus.

Le neuvième chapitre, dans ce chapitre nous assistons à table avec la tante Margie -ancienne biologiste- dans une longue conversation sur la vie basée sur des recherches scientifiques et des expériences réelles.

Dans le dixième chapitre, Jonathan assoyait seul tout en reprenant les conseils et les paroles de sa tante Margie. Beaucoup de questions se posent sans aucune réponse. La réponse donnait par Margie. C'était « *cherche à l'intérieur* »

Quant au onzième chapitre, Ryan à l'attente de hausser des épaules de Gary (le post de jour).

Par la suite, dans le douzième chapitre on assiste à une opération faite par une opératrice et 04 participants ou l'un d'eux c'est Jonathan, cette dernière consiste à mesurer la conductivité de peau avec ses fluctuations en temps réel.

En treizième chapitre, Jonathan se rappelait aux paroles de l'opératrice et sa tante Margie.

Juste après, dans le quatorzième chapitre Michaël à la rencontre de Samantha la call-girl pour un rendez-vous avec l'un de ses clients.

Dans le quinzième chapitre, Jonathan en marchant avec sa tante Margie qu'elle lui donnait des leçons sur la vie basée sur des expériences scientifiques. La nature (sur la faune et la flore, les phénomènes naturels...etc.) prouvée par des statistiques et des chiffres.

Le sixième chapitre, Austin Fischer déprimé essayait d'oublier ce que lui a dit le joueur danois « *Austin Fischer est juste une machine à gagner* ».

Dans le dix-septième chapitre, Jonathan au retour après le break assistant à table avec ses deux associés. Michael et Angela tout en parlant de tous ce qui a appris chez sa tante, et les deux restaient étonnés. la bouche ouverte.

Le dix-huitième chapitre, Ryan comme d'habitude filma Angela et Michaël qui étaient à la terrasse et deux autres filles qui étaient en pleine discussion et gagnait le poste de jour.

Dans le dix-neuvième chapitre, Jonathan avec sa fille Chloé en muséum d'histoire naturelle en marchant, soudain, elle poussa un cri devant le squelette gigantesque d'un dinosaure. C'était vraiment terrible et affreux.

En chemin, Jonathan rencontrait un homme indien qu'il l'a déjà vu dans un reportage sur l'expo amazonienne et parlèrent sur la destruction de la forêt amazonienne et que ces terres sont destinées pour les transformer en champs de soja et en fin pour nourrir les bœufs.

Le vingtième chapitre, Jonathan au fond de son lit, il ne parvenait pas à trouver le sommeil, les idées bouclent dans son esprit, il avait senti la honte à la présence de l'indien -celui de muséum- il se souvient à Gandhi et Mandela. Enfin il a pu dormir et fait un drôle rêve.

Le vingt et unième chapitre, c'est l'histoire de Gary le marchand des muffins toujours en mauvais humeur à cause de ses enfants et son magasin qui peu qu'il reçoit des clients.

Dans vingt-deuxième chapitre, Austin Fischer face au blondinet suédois. au bord de jeu, il avait senti la douleur, ce qui laisse son adversaire se moquer de lui.

Le vingt-troisième chapitre, Jonathan recevait un e-mail de la part de son partenaire Michael ça concerne l'achat de ses parts du cabinet, pour Jonathan il se fiche de lui.

Jonathan dans le café entouré par des gens, il voit une femme triste assise seule, il lui a offert un café sous le nom d'une personne inconnue (anonyme) cela lui a fait heureuse.

Le vingt-quatrième chapitre, Raymond le cameraman en discussion avec Warren le coach d'Austin Fischer.

Le vingt-cinquième chapitre, Jonathan avec ses partenaires en mangeant .Jonathan parle de l'importance de changer son régime nutritif pour sauver la faune.

Le vingt-sixième chapitre, Jonathan et Angela assistent à la terrasse du cabinet, enfin Michael était absent, c'est la chance pour parler à Angela autour leurs relations après beaucoup d'encouragement de la part de Margie. Jonathan a pu parler avec elle. Mais la dernière était choquée et énervée. Elle quittait le café.

En ce moment, Jonathan prenait mal et demandait Michael, il lui a dit d'un ton assez triste « *j'accepte tes propositions, invite l'avocat* ».

Le vingt-septième chapitre, Austin Fischer à la demi-finale.

Michael est heureux après l'annonce de la vente des parts de son partenaire. Mais Jonathan avait la tête pleine penser à son avenir, sa relation, installer à la terrasse du café de Gary et regarder un vieil homme qui avait l'air totalement déprimé, puis fait signe à la serveuse.

Le vingt-huitième chapitre, Raymond le cameraman avait mal de Fischer parce qu'il a gagné malgré ces blessures en épaules.

Michael en conversation avec Jonathan autour les chiffres baissés du cabinet, il était en colère.

Angela à son chemin vers le magasin pour acheter quelque chose à manger à proximité elle a vu la call-girl qu'elle avait trouvée avec son mari et elle a senti malheur.

Le vingt-neuvième chapitre, Jonathan avait l'air optimiste, joyeux, donc il a essayé de le partager avec ses voisins et même avec des inconnus, surtout le marchand de muffins Gary.

Le trentième chapitre, Jonathan au chemin de partager le bonheur, cependant cela a influencé sur son compte bancaire, malgré cela sa générosité lui a empêché de revenir comme avant, il est satisfait par sa nouvelle vie. et il a pu reprendre le sourire à son voisin Gary.

Le trente et unième chapitre, Jonathan à la terrasse du cabinet avec son associé Michael parlent dans un air assez calme, joyeux en son moquant de gens.

Rayon en colère, il n'avait pas gagné un poste pour le publier.

Dans le trente-deuxième chapitre Ryan était désespérer, Jonathan à l'aide de son voisin Gary qui était de ce qu'est étonné de ce qu'est se passe.

Le trente-troisième chapitre, James gordien, huissier de justice à la visite de Jonathan pour une mise en demeure de Bank of Californie.

Le trente-quatrième chapitre, Angela était déprimé, elle n'avait envie de rien, elle avait l'idée de consulter ses emails « *rien de spécial* ». elle reçoit un message de la part de sa copine Julia elle lui a envoyé un lien qui contient des vidéos comiques, Angela avait la curiosité de découvrir, elle cliquait sur le site, elle a pu regarder plusieurs vidéos. soudain elle posait un cri ; quand elle a vu le visage de Jonathan en pleine écran. bizarre de se trouver sur ce site, elle l'ai vu un par un, puis ressentit un pincement dans le cœur. à cause des commentaires laissés



Par les visiteurs, ils étaient vraiment moqueurs, Angela pleurait, elle écrivait sur le site que c'est un bon homme « *ce type est d'une bonté admirable* ».après elle continuait à pleurer, et elle réaliser qu'elle l'aimait toujours.

Le trente-cinquième chapitre, Angela appelait Michael pour lui dire qu'elle n'a pas l'humeur de revenir au travail, celui-là est éclata de colère. Michael appelait Jonathan pour s'informer sur les chiffres baissés du cabinet.

Austin Fischer en dispute avec son coach quand il découvrait qu'il le trompait avec son adversaire.

Le trente-sixième chapitre, Ryan éclata de rire quand il recevait le commentaire d'Angela sous le nom Gigi 21

Gary le marchand de muffins, toujours en mauvais humeur avait reçoit une lettre qui contient une phrase « *tes parents t'aimaient mais ne savaient pas te le dire* ». Bizarre, le destinataire inconnu ; mais cela lui faire réveiller ses souvenirs. Enfin, il avait découvert qu'il avait tort et qu'il supporte sévèrement avec ses enfances, il a pleuré puis les demander pardon.

Le trente-septième chapitre, Angela en lit difficile pour elle de trouver le sommeil, tout en réfléchissant aux vidéos de Jonathan sur le blog. Elle avait la curiosité de découvrir plus en suivant d'une page à une autre. Elle découvrait une vidéo, où il y avait Michael avec la call-girl, qu'elle l'avait déjà trouvé avec Jonathan, elle se mordait les lèvres en colère.

Ryan avait peur après qu'il a vu les nombres des visiteurs sur son blog, il était en risque.

Le trente-huitième chapitre, Angela chez Jonathan éclatante de colère après ce qu'il fait Michael, il était sur le point de détruire leur famille et leur relation.

Austin se rappelait à son coach. Beaucoup de questions se posent. Est-ce qu'il peut réussir seul ?

Le trente-neuvième chapitre, le cabinet était vendu. Et Ryan était en risque, donc il a décidé de supprimer le blog et vivre comme les autres cons pour la sécurité de sa vie.

Jonathan se baladait sur les quais, où il a vu la bohémienne de la dernière fois, à proximité d'un arbre, il s'approchait d'elle et lui demandait des justifications sur sa prédiction concernant sa mort. Elle lui a dit « *demande à ta tante* ».

Le quarantième chapitre, Austin n'a pas gagné la finale. Mais il avait pour la première fois le sentiment de satisfaction .il vit pour la première fois de sa carrière. Le public se lever pour lui et l'acclamer.

Le quarante et unième chapitre, Jonathan chez sa tante Margie beaucoup de points d'interrogations dans son esprit .il cherche des explications et enfin, il a su que tout ce que c'était passé avec lui est programmé et manipulé par elle.

Finalement, et après la vente du cabinet. Michael était resté tout seul déprimé. Une fois il était assis dans la terrasse une bohémienne s'approchait de lui et lui a annoncé qu'il va mourir.

Jonathan récupéra sa petite famille et vivent en bonheur.

Dans Les sept premiers chapitres nous avons constaté la répétition des mêmes structures comme l'angoisse, la peur et l'inconfortable. Jonathan et après l'annonce de sa mort était tout triste et désespérer et sa vie est tout bouleversé et pris une nouvelle voie.

Par la suite, dans les chapitres qui restent nous constatons aussi des structures répétées comme la sagesse, l'épanouissement, le bonheur et la contemplation qui vise que l'héro a commencé à se libérer et à goûter la vie différemment.

### **2.1.3..Les métaphores obsédantes**

*« Ce sont des images privilégiées d'un auteur, qui ne sont en réalité que des projections de son inconscient. Elles constituent des centres où se nouent les maillons d'une chaîne de signification. Elles témoignent d'une pensée plus primitive car elles relient les images d'après leur charge émotionnelle, une pensée qui a toutes les chances d'être inconsciente ».*<sup>74</sup>

C'est-à dire qu'on va détecter et repérer les différentes figures et expressions qui renvoient consciemment ou inconsciemment à l'auteur.

Dans l'œuvre que nous sommes en train de l'étudier Laurent Gounelle a représenté des images et des expressions qui renvoient à sa personnalité, certains sont conscientes et certains d'autres inconscientes exprimant sa guerre intérieure, au fur et à mesure à l'héro de l'histoire.

Et cela ce que nous allons explorer dans les points qui suivent :

Tout d'abord, nous commençons par le premier chapitre, où il a traité les thèmes de l'espoir, le désespoir et la sérénité .la notion de paradoxe se présente ici, ce qui mène à un conflit

---

<sup>74</sup> R, Guérin. (1994). *le mythe de portée dans l'œuvre d'Emile Adjar essai de lecture psychocritique, mémoire.* Université du Québec à Trois-Rivières, p06

émotionnel. D'ailleurs, nous allons analyser les thèmes introduits à travers les expressions et les métaphores obsédantes que nous avons retirées de l'œuvre.

Pour exprimer le désespoir : « *Prendre le mal à la racine* »

« *Et arriver parfois à Jonathan de sentir un découragement passager* ».

Pour exprimer l'espoir : « *Mais il continuait de croire que tout est possible que les seules limites sont celle que l'on se donne* ».

Pour exprimer la sérénité : « *Jonathan était quelqu'un honnête il lui arrivait de culpabiliser un peu* ».

Dans ce chapitre, on voit que la vie est stable et ordinaire, et parfois vacillante entre l'espoir et le désespoir.

Dans le troisième chapitre, il introduit les thèmes ; à savoir : la contemplation, l'anxiété, la tristesse, la panique, la peur et la perte. se sont des émotions qui dû d'un état d'angoisse et de mélancolie.

Pour exprimer la contemplation : « *Jonathan inspira de toute ses forces, il aimait ce moment des jours d'été où la brume matinale se dissipe comme par magie, cédant la place à un soleil radieux inconvenable quelques secondes plutôt* ».

Pour exprimer l'anxiété : « *Depuis qu'il vendait des assurances auprès des commerçants de la région, son esprit était pollué par ce genre d'interrogation, une vraie déformation professionnelle* ».

Pour exprimer la tristesse : « *Il avait ressenti un véritable choc, une période d'abattement, puis la solitude, et le manque* ».

Pour exprimer la panique : « *Il était au bord de la panique* ».

« *Jonathan capta son regard, totalement changé, et cela lui glaça le sang* ».

« *Il fonça, joua des coudes, força le passage comme un fou* ».

Pour exprimer la peur : « *Il sentit troublé par la sensualité de son toucher* ».

Pour exprimer la perte : « *Il fouilla des yeux la mer de visage* ».

Dans ce chapitre, La vie de l'héro est basculée à tout jamais et pris une nouvelle voie. et cela ce que reflète les thèmes précédents.

Dans le quatrième chapitre, il expose les thèmes qui suivent : l'angoisse, la solitude, la rouspétance, et la recherche de stabilité.

Pour exprimer l'angoisse : « *Il patienta, tandis que l'anxiété continuait de monter en lui* ».

« *Dans sa tête les idées jaillissaient, désordonnées* ».

« *Il sentit la colère monter en lui* ».

Pour exprimer la solitude : « *Il s'était retrouvé seul, au milieu de ce troupeau de passants exaspérants de bonne humeur* ».

Pour exprimer la rouspétance : « *Il était furieux, furieux contre elle, furieux contre lui-même de se laisser influencer malgré lui* ».

« *Dehors, l'air était encore frais il respira profondément, l'une des dernières choses gratuites en ce bas monde* ».

Pour exprimer la recherche de stabilité : « *Il n'avait pas l'intention de passer le reste de sa vie cogiter comme un fou ni à vivre dans la peur sans raison* ».

L'introduction de ces thèmes reflète le bouleversement véhiculé dans la vie de l'héro.

Quant au cinquième chapitre, il a introduit les thèmes ; l'effondrement, la douleur psychique la menace, le regret et le doute. Cet ensemble de sentiments représente le malheur déchirant arrivé à l'héro.

Pour exprimer l'effondrement : « *Il avait l'impression que le monde vacillait sous ses pieds, que sa vie semblait près de s'effondrer* ».

Pour exprimer la douleur psychique : « *Jonathan était las, il se sentait comme un oiseau aux ailes criblées de plomb en plein vol* ».

Pour exprimer la menace : « *La mort planait en permanence au-dessus de Jonathan* ».

Pour exprimer le regret : « *On ne réalise la valeur de la vie que lorsqu'elle est menacée* ».

Pour exprimer le doute : « *Le désarroi dans lequel il était plongé l'amenait à remettre en cause son existence d'avant* ».

Jonathan après l'annonce de la prédiction de sa mort par la bohémienne, il a perdu le contrôle de sa vie et il se met dans le déséquilibre.

Par la suite dans le septième chapitre, il a traité les thèmes suivants : la sérénité et l'absence.

Pour exprimer la sérénité : « *Le doux parfum des fleurs le ramena en un instant trente en arrière* ».

## Chapitre II : le jour où j'ai appris à vivre, analyse psychocritique

---

Pour exprimer l'absence : « *Il s'avança vers la maison, le gravier de l'allée crissa sous ses pas* ».

L'héro à la recherche de stabilité. Les souvenirs.

Dans le neuvième chapitre, il a introduit les thèmes à savoir : la nature, l'isolement, l'épanouissement, la spiritualité, la tranquillité, la gratitude, la tristesse, la sagesse, et la certitude.

Pour représenter la nature : « *La nature était somptueuse, riche et odorante* ».

« *Certains versants étaient couverts et buissons d'un vert intense d'arbustes et de broussailles laissant parfois apparaître des orchidées sauvage* ».

Pour exprimer l'isolement : « *Au début, il en ressentit d'être isolé, coupé du monde, jusqu'à ce qu'il réalise qu'il n'avait jamais été autant connecté* ».

Pour exprimer l'épanouissement : « *Non, ce qu'il ressentait était d'un tout ordre et c'était pour lui totalement nouveau* ».

« *De jour en jour, son euphorie allait croissant, la rancœur et la déprime qui l'avaient un temps habité disparaissaient totalement* ».

« *Chaque heure de marche avivait en lui cette flamme, cette richesse méconnue ou endormie depuis si longtemps qu'il en avait oublié l'existence* ».

Pour exprimer la spiritualité : « *Il se sentit connecté à lui-même, à son corps, à ses sentiments, à son intériorité, mais aussi, étonnamment connecté à la terre, à la vie animale et végétale* ».

« *Chercher à l'intérieur* ».

« *C'est une sorte de guerre intérieure entre toi et toi* ».

« *Entendre les messages chuchotés par notre âme, mais notre âme est comme un ange qui murmure d'une voix si douce, si faible, qu'il faut tendre d'oreille* ».

Pour exprimer la gratitude : « *Progressivement la marche l'emplissait d'un sentiment de gratitude tout à fait nouveau en lui...gratitude envers la beauté du monde, envers la vie qui lui offrait enfin une joie et une quiétude jusque-là insoupçonnés* ».

« *Merci d'être vivant, merci de respirer, merci de voir, de sentir d'entendre* ».

Pour exprimer la tristesse : « *Et je trouve ça... un peu tristounet non ? Un peu déprimant* ».

## Chapitre II : le jour où j'ai appris à vivre, analyse psychocritique

---

Pour exprimer la sagesse : « *Plus tu te tourneras vers l'extérieur pour chercher des satisfactions, plus tu ressentiras le manque, plus tu courras après tes désirs, moins tu seras satisfait* ».

« *Pour bien vivre sa vie, reprit Margie il est nécessaire d'être à l'écoute de ce qui vient du plus profond de nous-mêmes* »

Pour exprimer la certitude : « *J'ai un peu l'impression que se sont mes désirs qui me font vivre* ».

Pour exprimer la tranquillité : « *Il inspira profondément, le temps semblait suspendu et, dans le jardin silencieux, les plantes retenaient leur souffle* ».

« *Le jardin, baigne dans un calme remarquable respirait la sérénité même les oiseaux semblaient savourer en silence la beauté du moment* ».

Le changement vers une vie meilleure.

Dans le dixième chapitre, il a traité les thèmes de la spiritualité et la motivation.

Pour exprimer la spiritualité : « *Cherche à l'intérieur, il ferma les yeux quelques instants tenant de faire le vide dans son esprit* ».

« *Trouver le divin, c'est accéder à un niveau de conscience supérieur* ».

Pour exprimer la motivation : « *Mieux vaudrait allumer sa petite bougie que maudire les ténèbres* ».

Sur le chemin de la découverte de soi-même.

Dans le onzième chapitre, il a exposé le thème de la spiritualité « *Cherche le divin en toi* ».

Le changement ça commence de l'intérieur de nous.

Dans le chapitre 13, Gounelle a traité les thèmes à savoir ; la gratitude et la spiritualité

Pour exprimer la spiritualité : « *En marchant on se replonge dans le temps de la nature, de l'univers du cosmos, le temps de la vie, on se reconnecte à soi-même* ».

« *Il avait senti l'appel de la nature* ».

« *Tous les hommes sont reliés* ».

Pour exprimer la gratitude : « *Et Jonathan se sentait bien léger il retrouve ce sentiment de gratitude qui l'avait habité lors de ses précédentes marches gratitude envers la vie la beauté du monde le parfum du vent et la lumière si belle quand le soleil s'incline doucement amorçant sa révérence* ».

Le fait d'être en vie, est quelque chose qui doit être remercié.

Dans le chapitre 15, il a traité les thèmes de la sagesse et la spiritualité.

Pour exprimer la sagesse : « *La vie est ainsi : on est loin de se douter que ce que l'on voit comme un problème est en fait parfois la solution* ».

Pour exprimer la spiritualité : « *La lutte est vaine. On est tous reliés* ».

La sagesse et la spiritualité un chemin vers la paix intérieure.

Dans le dix-septième chapitre, il a introduit l'enthousiasme, le bonheur, la contemplation et la gratitude. La positivité se présente dans ce chapitre, en fait c'est un épanouissement.

Pour exprimer l'enthousiasme : « *Jonathan était sur un petit nuage, ses discussions avec Margie l'avait enthousiasmé, lui redonnant le goût de vivre* »

Pour exprimer le bonheur : « *Dès que son regard croisait celui de quelqu'un d'autre ou se posait sur une fleur, une plante ou un oiseau, il avait envie de sourire* ».

Pour exprimer la contemplation : « *Jonathan observer ses associés en souriant, son regard alla de l'un à l'autre, les traits de leurs visages, leurs expressions, leurs yeux, les moindres mouvements qui les animaient révélait quelque chose d'eux, de leur vie, de leurs peurs et de leurs espoirs* ».

« *En prenant ma douche ce matin continua Jonathan .je me disais qu'il suffit de tourner un robinet pour que l'eau afflue-vous. Vous rendez compte ? Ça aussi, c'est dingue ! Je tourne un robinet, et j'ai de l'eau .je la veux froide je la veux chaude ? Elle coule chaude sur moi. Comme ça* ».

« *Vous réalisez un peu ? Ensuite, s'il fait trop sombre, j'appuie sur un bouton, et la lumière s'allume* ».

Pour exprimer la gratitude : « *Regarde ce radis que tu manges, n'est-ce pas une merveille ? Non...mais regarde-le vraiment ...il mérite qu'on admire sa beauté avant de l'avalier, qu'on le remercie de s'offrir à nous* ».

La vie est quelque chose qui doit être remercié.

Dans le chapitre 20, il a exposé le thème de la sagesse : « *Le monde est résultante de nos actes individuels se change soi-même est la seule voie vers un monde meilleur. Un monde meilleur où il fait bon vivre* ».

Le changement de soi-même c'est le changement de la société puis le monde.

Par la suite, dans le chapitre 23, il a traité les thèmes du bonheur, la sérénité, et la confiance en soi

Pour exprimer le bonheur : *« Jonathan retrouva ce sentiment si fort qu'il avait ressenti en sortant de chez Gary's. Un sentiment tellement réjouissant qu'il aurait n'importe quoi pour rester en permanence dans cet état ».*

*« Jonathan marche vers la porte, mais la satisfaction qu'il venait de ressentir se doublait soudain d'un sentiment bizarre, un sentiment étrange, nouveau pour lui ».*

Pour exprimer la sérénité : *« Vous allez lui servir un café et lui dire que c'est offert par quelqu'un qui souhaite rester anonyme ».*

Pour exprimer la confiance en soi : *« Le temps qui lui rester à vivre, il savait désormais comment il voulait le vivre, il savait quel sentiment il voulait ressentir, et il savait comment l'obtenir ».*

Se consacrer au bonheur des autres, c'est le bien-être.

Dans le chapitre qui suit, il a introduit les thèmes de l'épanouissement et le désespoir

Pour exprimer l'épanouissement : *« Il se sentir porté par un élan nouveau, une énergie retrouvée, son travail avait de nouveau sens pour lui, sa mission, son rôle ».*

Pour exprimer le désespoir : *« Il se sentait tout d'un coup vide d'énergie, vide de pensées vide d'espoir ».*

La notion de paradoxe.

Dans le chapitre 27, il a exposé le thème de la sagesse : *« La vie est ainsi, elle est jalonnée d'erreurs, et sans doute ces erreurs ont-elles leur raison d'être, sans doute nous apportent-elles quelque chose malgré tout ».*

*« L'existence est un mouvement perpétuel, tout change à chaque instant, et la résistance à ce changement ne peut mener qu'au malheur ».*

La vie est sagesse .à travers elle on l'épanouit.

Dans le chapitre 29, il a traité les thèmes à savoir ; la sérénité, l'épanouissement, le bonheur, la sagesse, le bien-être et l'acceptation de soi

Pour exprimer la sérénité : *« Jonathan serra le petit bouquet de fleurs en voyant le tramway arriver au loin, il ressentait un mélange d'excitation et de trac (...) c'est pour vous. dit-il avec un grand sourire ».*



Pour exprimer le bien-être : « *Le bien-être vient du bien-être* ».

Pour exprimer l'épanouissement : « *...ça n'avait plus aucun sens pour lui, maintenant et il avait trop de satisfaction à se sentir honnête intègre utile aux autres* ».

Pour exprimer le bonheur : « *Trop de fierté à se sentir quelqu'un bien* ».

Pour exprimer l'acceptation de soi : « *Bien-être voilà la clé, savoir qui l'on est, puis l'être pleinement, à chaque instant et refuser d'être autre chose* ».

La confiance en soi c'est un épanouissement.

Dans le chapitre 32, il a abordé le thème de la sagesse : « *Si chacun de nous était conscient de l'immense valeur qui est la sienne, c'est toute la face du monde qui serait changée* ».

La responsabilité de chaque personne de se changer et changer.

Dans le chapitre 35, il a traité le thème de la motivation : « *Mais si tu es bien, si tu es heureux dans ce que tu fais alors le levain comme toi, va s'épanouir, et le miracle va opérer* ».

Dans le dernier chapitre, il a introduit le thème de la sagesse : « *La conscience de la mort est essentielle à la vie* ».

« *Et comme la plus grande des limites la plus incontournable, c'est la mort note vie commence véritablement le jour où l'on prend conscience que l'on mourra un jour, et qu'on l'accepte pleinement* ».

« *La conscience de la mort permet de se libérer de ses illusions, dit Margie, on réalise soudain ce qui a vraiment de la valeur dans notre vie* »

. « *Bien vivre c'est se préparer à mourir sans regrets* ».

La conscience de la mort est essentielle à la vie.

### **3.1.3. Le mythe personnel et la vérification autobiographique**

Le mythe personnel est « *l'expression de la personnalité inconsciente (l'auteur) et de son évolution* ». <sup>75</sup>C'est -à dire l'image que l'écrivain se construit de façon inconsciente dans son œuvre ou dans son texte, et qui permet de saisir sa personnalité.

Après avoir récapitulé les superpositions des textes et révéler les images obsédantes mentionné dans le corpus viendra la troisième opération qui le mythe personnel dans lequel on étudie l'évolution de la situation métamorphose de l'écrivain et on passe directement au contrôle biographique à fin de justifier les résultats obtenues.

---

<sup>75</sup> C, Mauron. 1994. *psychocritique du genre comique-José corti*, p141

## Chapitre II : le jour où j'ai appris à vivre, analyse psychocritique

---

En analysant l'œuvre *le jour où j'ai appris à vivre*, nous avons constaté la dominance d'un thème attractif qui se dévoile dès la première lecture, il s'agit de la découverte de soi, le thème le plus marquant dans le roman. Dans lequel, on suit l'héro dans son chemin de découverte guidé par des leçons de sagesse sous la direction de la tante Margie.

Au fur et à mesure à la vie personnelle de notre écrivain et en guise de justification autobiographique. Et comme nous avons dit précédemment Laurent était passionné aux sciences humaines et à la philosophie celles qui centrent sur la sagesse d'une part. D'autre part, ce dernier a voyagé dans le même chemin, le chemin de développement de soi, où il a

pu rencontrer des sages et prendre de leurs expériences. sa passion vers la psychologie était bien émergé dans ses romans. aussi, elle a occupé une grande place dans sa vie.

De plus, Laurent Gounelle exprime bien clairement ses expériences scientifiques vécus dans ses écrits, et l'un d'eux est représenté dans le roman qu'on est en train de l'étudier.

Dans le douzième chapitre, on assiste à une opération composée de 04 participants, cette dernière consiste à mesurer la conductivité de peau avec ses fluctuations en temps réel.

La dépression et la mélancolie étaient installés dans la vie de Gounelle après la crise existentielle qu'il a vécu à son âge de 23 ans, aussi la mort de ses chers qui a vraiment influencé sur lui.

C'est à travers Jonathan qu'il a pu représenter cela. Quant à l'héro de notre œuvre d'étude, il a souffert de l'angoisse et de la mélancolie après la séparation avec sa femme et la prédiction de sa mort.

De plus la peur qu'il a renié la vie de Gounelle. il l'a traité inconsciemment dans son roman. Voici ce qui montre : « *il se senti troublé par la sensualité de son toucher* ». <sup>76</sup>

« *Jonathan capta son regard, totalement changé et cela lui glaça le sang* ». <sup>77</sup>

« *Il était au bord de la panique* ». <sup>78</sup>

Bref, Laurent Gounelle fut un homme timide et peureux et cela bien émergé dans ses œuvres.

---

<sup>76</sup> . L. Gounelle. (2014). *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition kéro, chapitre03

<sup>77</sup> Ibid.

<sup>78</sup> Ibid.

## Chapitre II : le jour où j'ai appris à vivre, analyse psychocritique

---

C'est vrai qu'il n'a pas croisé le chemin d'une bohémienne qui va lui annoncer sa mort, comme Jonathan mais le malheur qu'il a frappé, sa situation interne guidée par l'angoisse et l'inconfortable. La dépression et la peur lui dirigent vers le questionnement à s'interroger sur le sens de ce qu'il fait, l'intérêt de notre passage sur terre et sur la réalité de notre existence. Et à partir de là le voyage de découverte ça commence.

On ajoute aussi la présence de plusieurs expressions qui renvoient à la nature telles : « *le jardin, baigne dans un calme remarquable respirait la sérénité. Même les oiseaux semblaient savourés en silence la beauté du moment* »<sup>79</sup>

La présence de ses dernières exprime la passion de l'écrivain vers la nature et la contemplation. Et finalement, nous pourrions dire que le voyage de découverte a atteint son objectif qui est l'épanouissement et le bonheur.

---

<sup>79</sup> Ibid. chapitre09

# **Conclusion générale**

Nous voilà arrivé à la fin de notre travail. Nous disons que le monde littéraire a connu une grande diversité au niveau des genres littéraires ; de sorte qu'il en existe de nombreux types de genre personnalisés tels : l'autobiographie, l'autofiction, les journaux intimes...etc. Tous cela inclus sous le genre « l'écriture de soi ».

D'abord, nous avons parlé de l'écriture de soi, cette dernière où on suit le développement personnel d'une personne. L'auteur nous partage des extraits de sa propre vie en s'appuyant sur des personnages de fiction qui répondent à son besoin, qui est la représentation de sa personnalité inconsciente. Cela se fait à partir du contrôle de l'évolution du mythe personnel de l'auteur dans l'histoire afin de révéler la personnalité inconsciente de ce dernier. De ce fait, nous avons appliqué et exercé la méthode psychocritique de Charles Mauron sur notre corpus d'étude.

Ensuite, nous nous sommes interrogés sur la personnalité inconsciente de l'écrivain, et du fait qu'on peut la dévoiler à travers les produits littéraires de son auteur, ainsi que sur le roman qui est un guide vers la découverte de soi.

Pour mener à bien notre travail de recherche nous avons opté pour un plan de travail composé de deux chapitres complémentaires. Dans le premier chapitre, nous avons présenté la vie de notre écrivain Laurent Gounelle, ses expériences intérieures et sociales, et ses contributions littéraires. Afin de le reconnaître, en tant qu'il est un auteur récent.

Le deuxième chapitre était consacré à l'analyse psychocritique de l'œuvre de Gounelle « le jour où j'ai appris à vivre » en appliquant la théorie de Charles Mauron. Nous avons débuté par une lecture psychanalytique de l'œuvre, en donnant un aperçu général sur la psychanalyse de Sigmund Freud, comment elle s'est intégrée et a trouvé son statut dans la littérature après qu'elle était purement clinique.

Aussi, démontrer comment l'état psychique de l'auteur influence ses écritures ; à savoir que tout écrit est dû d'un état psychique spécial à son auteur.

Dans un second temps, nous avons abordé la théorie des pulsions, en mettant en scène deux pulsions paradoxales, une de vie et une autre de mort, appelées aussi éros et thanatos dont la première sert à la conservation de la vie, contrairement à la deuxième qui sert à la destruction de celle-ci. Deux pulsions contradictoires, mais complémentaires.

De même, nous avons représenté aussi la relation complémentaire entre ses deux pulsions, et comment la conscience de la mort sert à sauver la vie de l'individu. Et puis, nous avons abordé brièvement les caractéristiques de la pulsion qui se distingue par quatre points qui se manifestent ensemble ; la poussée, l'objet, la source, et le but.

Dans un troisième temps, il s'agissait de l'application de la psychocritique et ses quatre opérations d'abord, en superposant les 42 chapitres du corpus afin de repérer les éléments récurrents dans l'œuvre. Par la suite, les métaphores obsédantes, où nous avons détecté et repéré toutes les expressions représentées consciemment ou inconsciemment par l'auteur dans son œuvre.

Et finalement, la troisième et la dernière phase celle du mythe personnel et de justification biographique, où nous avons suivi l'évolution du mythe personnel de l'auteur dans l'histoire via le héros, en faisant un contrôle par biographie à fin de valider les informations obtenus.

De ce fait, on peut dire que l'analyse de cet œuvre nous a permis de la classer dans son genre « l'écriture de soi ».

En guise de conclusion, l'étude psychocritique de l'œuvre « le jour où j'ai appris à vivre, nous a permis de dévoiler la personnalité inconsciente de Laurent Gounelle et le personnage principal a participé vivement dans l'évolution de l'histoire et au besoin de l'auteur qui est la représentation de sa personnalité inconsciente ce qui répond à notre problématique et affirme nos hypothèses.

Par ailleurs, nous avons pu affirmer que le roman est un cheminement vers la découverte de soi et un guide vers le bonheur

Donc, nous pouvons dire que notre objectif est atteint, et nos hypothèses sont affirmées.

Enfin, nous estimons que d'autres études psychocritiques plus approfondies des œuvres de Laurent Gounelle nous dévoileront encore plus sa personnalité inconsciente.

# **Bibliographie**

## 1. Corpus

- L, Gounelle. (2014). *le jour où j'ai appris à vivre*. Édition kéro,

## 2. Ouvrages théoriques

- F, Sigmund. (1925). *psychanalyse et médecine*. Edition électronique par Jean-Marie, 80 p
- I, Kovac. (2006). *introduction aux méthodes des études littéraires A konzorcium tagjai* .100p
- F, Sigmund. (1887). *Trois essais sur la théorie sexuelle*, paris, Gallimard, p83

## 3. Dictionnaires

- J, GARDES Tamine et M, Hebert .Dictionnaire de critique littéraire .4<sup>ème</sup> édition revue et augmentés ; 163p

## 4. Thèses et mémoires

- S, Hammouche. (2015-2016). *l'image obsédante de l'homme dans le roman autobiographique « mes hommes » de Malika Mokeddam*. Mémoire Master Académique. Littérature et analyse de discours Université d'Ouargla .90 p
- C, Hattori, H, Hattori. (2000). *une approche psychanalytique de Gide Kafka, Racine et Hölderlin*, Akita university ,41p
- M, Haar . *introduction à la psychanalyse de Freud*, maitre-assistant à l'université de paris-Sorbonne, analyse critique ,70p
- A, Bouatenin. (2017), *la psychocritique de Charles Mauron une méthode à découvrir*, thèse de doctorat. Université Félix Houphouët Boigny, cote d'ivoire, 177p
- R, Guérin. (1994). *le mythe de portée dans l'œuvre d'Emile Adjar essai de lecture psychocritique*, mémoire. Université du Québec à trois, Rivières.60 p

## 5. Site web

- Douel Par. *psychologies.com*(en ligne).04 /08/2020.13 :49.  
URL:<https://www.pshchologie.com /Moi/se-connaître/Bonheur/Article-et-dossiers /Laurent-gounelle-l-écrivain-qui-voulait-etre-heureux>
- Editions VPS . *Ecrire pour s'évader*.URL : <https://editionsvps.fr/ecrire-pour-sevader-2/>consulté le (11 /09/2020 à 8 :39)



- Auteur, overblog(en ligne).consulté le (05/08/2020 à 13 :15),URL : <http://mediathèque.denyelles.over-blog.com/article-Laurent-gounelle-124921981.html>
- A, Brenner. (14 janvier 2014). *Les meilleurs livres de développement personnel*, interview de Laurent Gounelle . URL : <https://google.weblight.com/i?u=https://les1-meilleurs-livres-de-développement-personnel.com/interview-de-laurent-gounelle-les-5-cles-du-développement-personnel/&hl=ar-DZ>. consulté le (12 /09/2020 à 10 :01)
- URL : <http://www.Laurentgounelle.com>
- Z, Gardeur. (29/08/2020 à 23 :45)*Agir et Green*. Interview, URL : <https://www.feminibio.com/Agir-green/Actualités-nouveautés/Changer-vie-laurent-gounelle-73452>. Edition kéro
- ADEKWA Avocats. consulté le (29 /08/2020 à 7:43), URL: <https://adekwa-avocats.com/interview-x-laurent-gounelle>
- Rencontre avec Laurent Gounelle psychologies. (en ligne).consulté le (31/08/2020 à 09 :45), URL : [http:// :https://www.psychologies.com/Psycho-chat/Rencontre-avec-Laurent-Gounelle](http://https://www.psychologies.com/Psycho-chat/Rencontre-avec-Laurent-Gounelle)
- L, piovesan.Consulté le (31/08/2020 à 10:02), URL:<https://www.yogajournalfrance.fr/interview-en-dehors-du-tapis-laurent-gounelle/>.
- *La psychanalyse et la critique littéraire* (en ligne).15/07/2020 à 09 :42, URL : [www.iasj.net/iasj?func=fulltext&ald=4620-p39](http://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&ald=4620-p39)
- Amazon.fr *.Freud : les phénomènes pathologiques*(en ligne) consulté le 02/05/2021 à 1 :42, URL : <http://keepschool.com/fiches-de-cours/lycee/philosophie/freud-phenomenes-pathologiques.html#>
- [https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions\\_\(psychanalyse\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Pulsions_(psychanalyse)) consulté le 23/05/2021 à 10 :21
- <https://www.fnac.com/Laurent-Gounelle/ia662477/bio> consulté le 26/02/2022

## 6. Articles et revues

- C, Mauron.DES Métaphores obsédantes ,10p .
- C, Mauron. (1994).psychocritique du genre comique-José corti, 141p
- R, Diwo.L, Thomassin, Kabuth.M, Messaoudi. (2004). *Pulsion de vie, pulsion de mort : une intrication à mieux évaluer dans une démarche de prévention de l'agir*

---

*suicidaire à l'adolescence, in psychologie clinique et projective*.vol (n 10).en France :  
cairn.info, (57p-88p)

- L, Sahiri.(25/05/2015).À-propos de « deuxième épître à Laurent Gbagbo de tiburce Koffi, Ain Accueil.
- G, wgnaux.URL :[WWW.psychanalyste-paris-net](http://WWW.psychanalyste-paris-net).

# **Table des matières**

Introduction générale.....	06
----------------------------	----

## **Chapitre1 : Gounelle, une psychobiographie en soi**

<b>1. une ville de Gounelle.....</b>	<b>11</b>
1.1. Gounelle et la dépression.....	11
1.2. L'échec, un pas vers la réussite.....	11
<b>2. Expériences intérieurs et sociales.....</b>	<b>14</b>
<b>1.2. Expériences intérieurs .....</b>	<b>14</b>
1.1.2. La psychiatrie (le rêve).....	15
<b>2.2. Expériences sociales.....</b>	<b>15</b>
2.2.1 (Gounelle l'écrivain), l'écriture un moyen d'expression.....	15
2.2.2 Vendeur du bonheur.....	16
2.2.3 Ecrivain de développement personnel.....	18
2.2.4 D'un enfant timide à un enfant célèbre.....	18
2.2.5 Ecrivain inspirant et écriture optimiste.....	19
<b>3. Activités littéraires.....</b>	<b>20</b>
3.1 Ses œuvres.....	22
3.2 Résumé de corpus(le jour où j'ai appris à vivre).....	23
3.3Le jour où j'ai appris à vivre ; un cheminement vers la découverte de soi .....	24

## **Chapitre2 : Le jour où j'ai appris à vivre, analyse psychocritique**

<b>1. Une œuvre psychanalytique.....</b>	<b>29</b>
1.1. L'intégration de la psychanalyse dans la littérature.....	29
1.2. La psychanalyse de Freud.....	30
1.3. L'influence de l'aspect psychologique sur l'œuvre de » Gounelle.....	30
<b>2. Pulsions et conséquences.....</b>	<b>32</b>
2.1. De la pulsion de mort à la pulsion de vie.....	33

2.2. Les caractéristiques de la pulsion.....	35.
<b>3. Gounelle par Mauron.....</b>	<b>37</b>
3.1. Les quatre opérations de la psychocritique.....	38
3.1.1. La superposition des textes.....	39
3.1.2. Les métaphores obsédantes.....	44
3.1.3. Le mythe personnel et la vérification autobiographique.....	51
Conclusion générale.....	53

## **Bibliographie**

## **Table des matières**

## **Résumé**

## Résumé

Le jour où j'ai appris à vivre, un roman écrit par Laurent Gounelle fut publié en 2014, édition Kéro, un roman introductif vers la découverte de soi, relate le parcours du héros Jonathan dans le chemin du bonheur. Après l'analyse de cette œuvre et en s'appuyant sur la méthode psychocritique de Charles Mauron et ses quatre opérations, nous avons pu dévoiler la personnalité inconsciente de l'auteur ; en faisant mesure à l'évolution du mythe personnel du héros dans l'histoire

Et c'est à travers le réseau obsédant qu'on a pu détecter les éléments récurrents et communs entre l'auteur et son héros

**Mots clés :** le jour où j'ai appris à vivre - la psychocritique - Laurent Gounelle - Charles

## المخلص :

في اليوم الذي تعلمت فيه أن أعيش ، نُشرت رواية كتبها لوران جونيل في عام 2014 ، طبعة كيرو . رواية تمهيدية لاكتشاف الذات ، تروي رحلة البطل جوناثان على طريق السعادة. بعد تحليل هذا العمل واعتمادا على الأسلوب النفسي النقدي لتشارلز مورون وعملياته الأربع ، تمكنا من كشف النقاب عن شخصية المؤلف اللاواعية ؛ من خلال قياس تطور الأسطورة الشخصية للبطل في القصة.

ومن خلال شبكة المؤرقة تمكنا من اكتشاف العناصر المتكررة والمشاركة بين المؤلف وبطله.

كلمات مفتاحية: اليوم الذي تعلمت أن أعيش فيه - النقد النفسي - لوران جونيل - تشارلز مورون - اكتشاف الذات.

## Summary:

On the day I learned to live, a novel written by Laurent Gounelle in 2014, edition Kéro, was published. An introductory novel of self-discovery, it narrates the protagonist Jonathan's journey on the path to happiness. After analyzing this work and drawing on the psycho-critical method of Charles Mauron and his four processes, we were able to unveil the author's unconscious personality; By measuring the evolution of the personal myth of the hero in history

It is through the network of chasing that we are able to discover frequent and common elements between the author and his protagonist.

Key words: The Day I Learned to Live - Psychological Criticism - Laurent Gounelle - Charles Mauron - Self-discovery.