

Considérations autour de la berceuse

par **Elizabeth Flusser**
Musicienne

Au départ de la berceuse il y a un bébé et un adulte, souvent une mère mais pas toujours. Le bébé a sommeil et a besoin de dormir. Souvent il s'endort tout seul mais pas toujours.

Mal aux dents, crampes intestinales, excitation, anxiété, le maintiennent éveillé et il a besoin d'aide pour se laisser aller dans le sommeil.

En fait, dans les tout premiers jours, le nourrisson s'endort très souvent dans les bras de la mère, soit qu'il s'endorme au sein, soit que la mère le tienne dans ses bras, le promène, le secoue doucement ou le berce. C'est dans cette proximité corporelle que vient se glisser la voix, murmure, chantonnement, ou berceuse.

• Elizabeth Flusser enseigne la pédagogie musicale au Centre de Formation de Musiciens Intervenants, Université Marc Bloch, Strasbourg.

Nous allons considérer la berceuse, non pas et contrairement à ce que son nom indique, comme le support rythmique du bercement, mais comme l'accompagnement ou le support musical de l'interrelation de la mère ou de l'adulte et du bébé.

Ce que j'ai compris en préparant cette conférence et que je vais essayer de vous transmettre, c'est que l'importance et la spécificité de la berceuse sont étroitement liées aux qualités et à la structure de la musique. J'aimerais vous convaincre que ce que la berceuse permet, favorise, encourage, elle seule peut le faire. J'aimerais vous convaincre que la berceuse, le chant, sont indispensables dès les premières heures de la vie et même avant, et vous donner ainsi des arguments pour revendiquer la place de la musique en maternité.

Je vais donc construire mon exposé à partir de différents aspects de la musique et voir comment ces aspects trouvent leur fonction et leur utilité dans la berceuse.

Nous aborderons donc et dans cet ordre quatre points : la berceuse et le rythme, la berceuse et la mémoire, la berceuse et la culture, la berceuse et le temps.

La berceuse et le rythme

Comme je vous disais en introduction, la berceuse accompagne bien souvent, surtout dans les premiers jours, des situations de proximité corporelle entre la mère et le bébé. Les psychologues et

les psychanalystes insistent sur l'importance de cette entente corporelle, de cet accord, ils parlent de synchronie. Cette synchronie concerne la capacité que la mère et le bébé ont, dans les tout premiers jours, de s'associer, de se rendre complémentaires. C'est une capacité très physique, très corporelle, qui est essentielle pour construire l'attachement indispensable à la survie et au bon développement physique et affectif de l'enfant. Or la berceuse est une sorte de bain sonore harmonisant qui permet à la mère et au bébé de se mettre en phase corporelle par le balancement, le bercement. La musique permet que ce bercement soit régulier et que les deux s'accordent sur ce bercement plutôt que l'un à l'autre. La berceuse, grâce à son rythme régulier, sa mesure généralement à deux temps, son tempo proche de celui du battement du cœur (entre 60 et 80 à la pulsation) permet à l'enfant et à la mère non plus de s'accorder l'un sur l'autre avec des cassures de rythme probables, des « désaccordages » possibles, mais de s'accorder à un troisième « personnage », ■■■



Photo : Christophe Meyer

■■■ qui s'impose à l'un comme à l'autre. On pourrait parler d'une sorte de triangulation musicale qui rend possible la fusion sans qu'elle soit pathogène, l'un se perdant dans l'autre, fusion non pathogène qui va ensuite permettre la séparation.

Nous voyons là déjà que la berceuse va bien au-delà du simple accompagnement d'un geste d'endormissement, ou plutôt que le rôle que joue cet accompagnement est subtil et complètement lié à la structure même de la musique dans sa capacité à mobiliser et organiser le mouvement à travers le rythme.

La berceuse et la mémoire

Je voudrais maintenant insister sur un aspect de la musique qui va peut-être vous sembler très évident. C'est la possibilité que nous avons de mémoriser la musique et de la restituer intégralement, à tout moment, par le chant. En effet, non seulement la musique entre en nous par nos oreilles et agit sur nous, sur nos états émotifs et corporels, mais elle reste en nous et par la magie de la mémoire musicale, nous pouvons non seulement l'évoquer mais la restituer immédiatement.

Cela semble évident mais en réfléchissant on s'aperçoit que nous n'avons pas cette possibilité avec les autres sens : essayez de reconstituer mentalement exactement un paysage ou un tableau, essayez de le peindre, essayez de retrouver un goût, une odeur, une sensation tactile par la simple mémorisation, c'est pratiquement impossible. Vous avez besoin d'une stimulation externe pour retrouver les émotions liées à ces sens. Pour la musique et particulièrement la chanson, vous en êtes porteur, c'est en vous. Et cette mémoire est d'une solidité incroyable puisqu'elle persiste même quand la mémoire est par ailleurs altérée ou même détruite.

C'est cette possibilité de mémoriser la berceuse qui la rend calmante. Grâce à la simplicité de sa structure, dès la seconde audition, l'enfant connaît le chant. Or ce qu'il mémorise, ce sont bien sûr les notes, la musique, la voix mais aussi les sensations, les situations qui y ont été liées dès la première audition. Il est probable que le fait d'entendre la voix de la mère chantant une berceuse lui rappelle les premiers moments de connivence corporelle auxquels cette berceuse est associée. La berceuse lui rappelle les moments très forts où s'est soudé l'attachement entre elle et lui. Même s'il l'entend de loin, elle est complètement là et elle amène dans son sillage les sensations, les émotions qu'elle a drainés la première fois, quand le bébé et sa mère étaient si proches.

D'autre part, plus l'enfant connaît la berceuse, plus il anticipe juste, moins le futur est incertain, moins le futur est porteur d'angoisses. Dès les premières notes, c'est comme si la mère disait à l'enfant : « Voilà, je suis là, je t'aime et tu peux être sûr que je suis là jusqu'à la fin de la chanson car je me suis mise au service de ce chant. Voilà du temps que tu peux prévoir et dans lequel tu peux t'abandonner à toi-même et à ton sommeil. Ce n'est plus de toi directement dont je m'occupe, c'est du chant. Mais, à travers ce chant, tu peux t'endormir tranquillement comme si tu étais dans mes bras. »

La berceuse et la culture

Se mettre au service du chant est pour l'adulte se mettre au service d'une culture qui l'englobe et qui le dépasse. On a vu à propos du rythme que la berceuse crée une sorte de triangulation dans la relation mère/enfant, triangulation qui les rapproche l'un de l'autre dans une fusion qui n'est pas pathogène puisqu'elle a lieu dans un objet extérieur à eux deux. Cet objet extérieur triangulateur, sur lequel nous nous étions arrêtés pour en examiner l'aspect

purement rythmique, est en fait un objet culturel. Or on sait à quel point le petit d'homme a besoin de culture autant que de nourriture et de sommeil pour

grandir et devenir humain. Parce que la culture fait entrer ce petit mammifère dans la famille humaine, dans l'humanité, en lui donnant une filiation.

Cette filiation est à deux dimensions :

- une dimension familiale dans la mesure où la mère chante principalement des chants que sa propre mère lui a chanté ou qu'elle a entendu chanter à d'autres enfants dans son enfance
- une dimension culturelle puisque la berceuse est porteuse des caractéristiques musicales propres à la culture à laquelle elle appartient, organisation de la mélodie, type de rythmes utilisés, traitement de la voix, harmonie, et que le texte dans la langue maternelle évoque souvent des thèmes, des préoccupations directement liées à la culture ambiante.

Les différents textes de berceuses

Qu'est ce qui fait que la berceuse est tellement humanisante ? Parce qu'elle est à sens multiples. D'abord parce qu'elle conjugue deux langages : la parole et la musique et par cette conjugaison elle multiplie le sens, elle le rend à la fois plus équivoque et plus cohérent.

En effet, même si la musique est clairement construite dans une tonalité « calmante », les ■■■

On sait à quel point le petit d'homme a besoin de culture autant que de nourriture et de sommeil pour grandir et devenir humain.

■■■ textes eux-mêmes sont souvent équivoques, ils ont roulé de mémoire en mémoire, se sont transformés et évoquent tout un tas de choses qui ont plus ou moins de rapports, et quelquefois aucun, avec le but poursuivi.

cher qui restent plus en surface.

C'est ici que je voudrais terminer mon entretien en abordant le rapport de la musique et de la durée et en vous montrant comment la musique, art de la présence et de la mémoire, mais surtout art du temps, occupe et doit occuper une place privilégiée dans la vie du tout petit enfant.

La berceuse et le temps

Je vais, dans cette dernière partie, essayer de vous démontrer que c'est le traitement spécifique que la musique inflige au temps qui permet à la berceuse de procurer à l'enfant et à sa mère le bien-être nécessaire à l'endormissement. C'est pourquoi je vais m'interroger avec vous sur la place du temps dans la musique ou plus précisément, chercher à comprendre comment la musique contraint le temps à ses propres lois. Cette réflexion sur le temps musical devrait également nous aider à comprendre le rôle que joue la musique

dans la relation à l'autre, en quelque situation que ce soit et notamment en service de soin, et c'est pourquoi j'ai choisi de finir par ce point.

La musique n'existe que dans la durée. Mais pour qu'elle ne disparaisse pas au fur et à mesure que les sons s'éteignent, il est nécessaire que l'auditeur, celui qui écoute, relie ce qu'il vient d'entendre (passé) à ce qui va être entendu (futur). Quand nous écoutons de la musique, nous nous livrons à un travail mental inconscient qui consiste, avec l'aide de la mémoire immédiate, à regrouper une série de sons entendus pour leur donner forme.

Prenons n'importe quelle mélodie connue, par exemple le début de «Au clair de la lune». Nous n'entendons pas chaque note l'une après l'autre, nous regroupons les six premières notes en un tout mélodique que nous identifions au début de la chanson. À partir de là, l'oreille fait l'hypothèse que ce qui va suivre correspond à la suite de la chanson et va se montrer surprise voire déconcertée si l'hypothèse n'est pas confirmée.

Donc, cet ensemble de notes va se fixer en une sorte d'élément stable (mémorisation) à partir duquel l'oreille va pouvoir deviner, prévoir ce qui suit (anticipation).

C'est cette gymnastique de l'audition (mémorisation/anticipation) qui nous permet de substituer au temps physiologique au déroulement immuable, un temps fictif, artificiellement immobilisé.

Je m'explique : le temps physiologique auquel nous sommes soumis est un temps qui s'enfuit, dans lequel chaque minute chasse la précédente, un temps dans lequel le présent n'existe pas car il n'est que le passage fulgurant du passé au futur. Dans le temps fictif de la musique, cette fulgurance du déroulement est, grâce au mécanisme ■■■

On peut regrouper les thèmes sous les « chapitres » suivants :

- **La sollicitation directe** : dors, fais dodo...
- **Le questionnement** : pourquoi l'enfant pleure ?
- **La persuasion** : tout le monde dort, la nature, les oiseaux...
- **La menace** pour laquelle sont sollicités des personnages imaginaires souvent monstrueux qui représentent l'impatience ou la colère de la mère : si tu ne dors pas, un monstre va venir te prendre.
- **La transmission, l'avenir** : le bonheur c'est... quand tu seras grand, tu...
- **La garantie d'amour** : je t'aime même si je veux que tu dormes.
- **Les problèmes quotidiens** : problèmes d'argent, de nourriture, d'absence du père, de survie. Quelquefois ce n'est pas la mère qui parle, mais la voisine : ta maman est aux champs, elle travaille, elle va revenir.
- **Les histoires, les personnages** : la berceuse vient construire la place que prendront les histoires et les livres quand l'enfant aura grandi.
- **La poésie, le rêve** : l'évocation de belles images qui vont accompagner les rêves, succession de mots, de phrases dont le sens est souvent caché, on est proche du langage de l'inconscient, on utilise des onomatopées incantatoires ...

On voit donc ainsi que par la musique et par le texte, la berceuse est une des premières portes par lesquelles le petit d'homme va entrer dans la culture humaine, l'autre grande porte étant celle des odeurs et de la nourriture. On peut dire à ce sujet que l'audition comme l'olfaction sont des sens qui pénètrent plus dans le corps que la vision et le tou-



Photo : Christophe Meyer

■ ■ ■ «mémorisation/anticipation», artificiellement immobilisée : le passé, grâce à la mémoire reste présent et féconde le futur qui, par le pouvoir de l'anticipation, est appelé par avance dans le présent.

La musique immobilise le temps. Elle fait entrer l'interprète et l'auditeur dans un temps extraphysio- logique, extra-ordinaire, elle crée une contre-réalité dans laquelle le quotidien s'efface, la personne s'oublie, se détache de son moi et du temps auquel elle est soumise. A travers la musique, cette personne accepte de se soumettre, de s'abandonner à un discours qui la rassure, ou qui la surprend, en tout cas qui la dépasse. Se rendant disponible par l'écoute, elle offre d'avance une certaine durée de son propre temps à la musique, que ce soit une nuit pour un raga indien, 20 minutes pour une symphonie ou 45 secondes pour une chanson.

À partir du moment où ce qu'elle écoute lui permet d'imaginer, de prévoir ou d'être surprise par ce qu'elle entend, cette musique va entraîner la personne qui l'écoute ailleurs qu'en elle-même ou plutôt ailleurs que dans son propre moi. Car la musique, par l'échappée qu'elle procure, permet paradoxalement d'être très présent à soi-même mais d'une manière très particulière, très profonde, très intime, intérieure et abandonnée, dans l'absence d'un discours sur soi.

C'est ici que nous revenons à la berceuse. Nous avons dit au commencement que bien souvent l'enfant s'endort tout seul. Le sommeil est un besoin naturel et il est impossible d'empêcher quelqu'un de dormir sans des moyens coercitifs. C'est pourtant un moment chargé de stress et d'angoisse, pour l'enfant et la mère.

Pour l'enfant dans la mesure où l'endormissement est un moment de séparation plus ou moins bien vécu.

Pour la mère parce qu'on sait que si l'enfant ne parvient pas à s'endormir, il risque d'être grognon, fatigué et fatigant. D'autre part la mère est souvent elle-même fatiguée, elle compte sur le temps de sommeil de son enfant pour se reposer, se ressourcer. Elle a aussi et surtout énormément de choses à faire pendant qu'il dort pour assurer le quotidien. Elle espère donc qu'il s'endorme rapidement.

Or plus elle pressée et plus il semble résister au sommeil. Cette attente peut être usante, chaque mi-

nute peut sembler durer une heure et la mère ressent parfois un sentiment de culpabilité dans sa hâte à vouloir se séparer de l'enfant.

Ce sentiment de culpabilité peut s'articuler avec des angoisses de mort que le passage de la veille au sommeil peut réactiver, on sait que certaines mères ne peuvent s'empêcher d'aller régulièrement regarder leur enfant dormir pour vérifier que tout va bien, qu'il n'est pas en train de s'étouffer, certaines vont même jusqu'à les réveiller pour être sûres qu'ils ne sont pas morts.

Si nous acceptons de considérer ce traitement que la musique inflige au temps, nous pouvons dire que la berceuse crée entre la mère et l'enfant une sorte de sas qui échappe au temps ordinaire, ce que Winnicott aurait pu appeler « un temps potentiel » dans lequel la mère et l'enfant peuvent entrer en

eux-mêmes et se séparer tout en restant unis par l'intermédiaire du chant. La berceuse sert à immobiliser le temps à la fois pour l'enfant et pour la mère et dans ce temps immobilisé, pacifié, prévisible, désangoissé, un décrochage paisible va pouvoir s'opérer qui va permettre à l'enfant de s'endormir.

Nous pouvons dire que la berceuse crée entre la mère et l'enfant une sorte de sas qui échappe au temps ordinaire, [...] dans lequel la mère et l'enfant peuvent entrer en eux-mêmes et se séparer tout en restant unis par l'intermédiaire du chant.

Conclusion

J'ai donc essayé de vous montrer les différents rôles que la berceuse occupe dans la construction du bébé comme être humain, à la fois dans la relation à son corps et à sa culture, dans la relation mère/enfant et dans une filiation triangulée, et j'ai voulu vous démontrer que la musique a une place prépondérante parmi les autres arts parce qu'elle est *l'art de l'audition*, sens qui entre et reste en nous, parce qu'elle est *un art de la présence*, il faut qu'elle soit incarnée pour exister vraiment, et parce qu'elle est *l'art du temps* et qu'elle offre du présent, de la possibilité de présence à la relation humaine.

Que toutes ces réflexions ne nous fassent pas oublier que la berceuse est d'abord et surtout, sur tous les continents et sous tous les climats, un chant d'amour, le premier.

Je trouve fascinant de penser qu'à tout moment, par exemple au moment où je vous parle, immanquablement quelque part quelqu'un chante une berceuse à un enfant qui s'endort. ■