

# La Cryptomnésie : Quand l'Oubli Fait Revenir le Souvenir Sans Source

écrit par nimdarepus\_1 le 07/05/2025 • Palais de mémoire pour les langues

La **cryptomnésie**, phénomène où un **souvenir oublié refait surface sans être reconnu**, touche la **mémoire implicite**, la **créativité** et parfois l'éthique. Plagiat involontaire ou moteur de l'innovation, elle révèle les mystères du **cerveau et de la mémoire inconsciente**.

Cryptomnésie

## Introduction

Imagine un écrivain persuadé d'avoir eu une idée brillante et inédite... avant d'apprendre qu'il a sans le savoir **repris mot pour mot** un passage d'un roman qu'il avait lu des années plus tôt. Ou un musicien qui compose une mélodie « originale » que d'autres reconnaissent immédiatement. Ce phénomène troublant porte un nom : **la cryptomnésie**.

Du grec *kryptos* (« caché ») et *mnèsis* (« mémoire »), la cryptomnésie désigne le **fait de se souvenir sans en avoir conscience**, conduisant parfois à **confondre un souvenir avec une création personnelle**. C'est une forme d'amnésie partielle dans laquelle **le contenu est conservé**, mais **la source est oubliée**. Ce glissement, souvent involontaire, interroge les limites de la mémoire humaine, de la créativité et même du plagiat.

## 1. Définition et origine du concept

### 1.1. Définition

La cryptomnésie est un phénomène cognitif par lequel **un souvenir refait surface sans être reconnu comme tel**. L'individu pense donc à tort que l'information est **nouvelle**, alors qu'elle provient de sa mémoire.

Elle se manifeste le plus souvent dans :

- La **création artistique** (texte, musique, idée),
- Les **discussions ou anecdotes**,
- Les **rêves ou flashes d'“inspiration”**.

## 1.2. Origine du terme

Le terme a été utilisé pour la première fois par le psychologue **Théodore Flournoy** (1899) dans ses travaux sur la médium Hélène Smith, puis repris par **Carl Gustav Jung**, qui voyait dans la cryptomnésie une preuve de la profondeur et de la complexité de l'inconscient.

## 2. Les mécanismes cognitifs et mnésiques en jeu

---

### 2.1. Le système de monitoring de la source

Notre cerveau associe chaque souvenir à un **contexte d'origine** (lieu, moment, personne). Ce processus s'appelle le **monitoring de la source** (*source monitoring*).

En cas de cryptomnésie :

- Le contenu est rappelé correctement,
- Mais l'**indice de source** est absent, confus ou erroné.

*Exemple : se rappeler une citation sans se souvenir qu'elle provient d'un film, et la croire spontanément inventée.*

### 2.2. Mémoire implicite vs explicite

- La **mémoire explicite** est volontaire et consciente (je me souviens que j'ai vu ce mot hier).
- La **mémoire implicite** influence nos comportements sans que nous en ayons conscience.

La cryptomnésie survient lorsque l'information issue de la mémoire implicite **passse pour une idée originale**, car elle **n'est pas identifiée comme provenant d'un souvenir**.

Le Cerveau Nous Explique Tout...

## 3. Études expérimentales : quand la science teste l'oubli

---

### 3.1. Expérience de Brown et Murphy (1989)

- Des groupes de participants génèrent des idées en commun.
- Plus tard, on leur demande de proposer des idées originales, en évitant celles déjà dites.
- Résultat : les sujets **réutilisent inconsciemment des idées du groupe**, convaincus de les avoir inventées eux-mêmes.

### 3.2. Résultats similaires chez les enfants et les adultes

- Les enfants ont une **plus grande tendance à la cryptomnésie**, car leur capacité à encoder la source est encore immature.
- Les personnes âgées y sont aussi plus sujettes, à cause du .

## 4. Cas célèbres de cryptomnésie

---

### 4.1. Le cas Helen Keller

Aveugle et sourde, Helen Keller écrit une histoire intitulée *The Frost King*. On découvre plus tard qu'elle **ressemble fortement** à une nouvelle de Margaret Canby. Keller jure de ne pas se souvenir de l'avoir lue.

### 4.2. George Harrison (The Beatles)

Sa chanson *My Sweet Lord* a été jugée trop similaire à *He's So Fine* des Chiffons (1962). Le tribunal reconnaît qu'il s'agit de **plagiat inconscient**, typique de la cryptomnésie.

### 4.3. Salvador Dalí et les montres molles

Certains historiens pensent que l'image emblématique des montres molles pourrait avoir été influencée par une **publicité de montre fondue par la chaleur**, vue par Dalí dans son enfance.

## 5. Cryptomnésie et créativité : parasite ou moteur ?

---

### 5.1. Une menace pour l'originalité ?

Dans les milieux artistiques ou scientifiques, la cryptomnésie peut être perçue comme :

- Une forme involontaire de **plagiat**,
- Un **biais de surconfiance** en sa propre créativité,
- Une **barrière éthique** (car difficile à prouver).

### 5.2. Une base fréquente de l'innovation

Cependant, de nombreux chercheurs soulignent que :

- La **création est souvent recombinaison** d'éléments anciens,
- La cryptomnésie **révèle la porosité entre mémoire et imagination**,
- Elle montre que **l'inspiration est parfois une mémoire déguisée**.

« Créer, c'est se souvenir de ce qu'on a oublié. » — Henri Bergson (parfois attribué à tort, ce qui serait... une cryptomnésie !)

## 6. Cryptomnésie, rêve, intuition et mémoire involontaire

---

La cryptomnésie est étroitement liée à :

- **La mémoire involontaire** (ex. : madeleine de Proust),
- **L'intuition** (savoir sans savoir pourquoi),
- **Les rêves** (où reviennent parfois des éléments réels mais oubliés).

Elle pose donc la question philosophique : **qu'est-ce qu'une idée "à soi" ?** Et peut-on vraiment créer sans influence ?

Journal de Lecture

## 7. Peut-on prévenir la cryptomnésie ?

---

### 7.1. Stratégies conscientes

- Tenir un journal de lecture, de visionnage ou d'écoute,
- Citer ses sources quand on a un doute,
- Rester vigilant à l'impression de "déjà trouvé" ou de "brillance soudaine".

### 7.2. En pédagogie

- Apprendre aux élèves à différencier **apprentissage** et **création**,
- Insister sur les processus de **reconnaissance de source**,
- Expliquer les biais cognitifs liés à la mémoire.

## Conclusion

---

La cryptomnésie est une manifestation paradoxale de la mémoire : **on se souvient sans se souvenir que l'on se souvient**. Ce phénomène met en lumière les limites de notre conscience, les subtilités de notre fonctionnement mental, et les dangers (ou richesses) de l'oubli partiel.

Elle nous oblige à **repenser la notion d'originalité**, non pas comme pure invention, mais comme recombinaison permanente entre souvenir et nouveauté.

## Pour aller plus loin

---

**Lectures recommandées :**

- Brown, A.S., & Murphy, D.R. (1989). "Cryptomnesia: Delineating inadvertent plagiarism". *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*.
- Johnson, M.K. et al. (1993). "Source Monitoring and Reality Monitoring". *Psychological Bulletin*.
- Bartlett, F.C. (1932). *Remembering: A Study in Experimental and Social Psychology*.
- Jung, C.G. (1905). *Psychology of the Unconscious*.
- Berntsen, D. (2009). *Involuntary Autobiographical Memory*. Cambridge University Press.

## Mon QCM juste pour voir...

---

1) Quelle est la définition de la cryptomnésie?

- Se souvenir d'une information sans en connaître la source
- Créer une nouvelle mémoire à partir de rien
- Oublier complètement un souvenir important

2) D'où vient le terme 'cryptomnésie'?

- Du grec kryptos (« caché ») et mnèsis (« mémoire »)
- De l'anglais 'crypto' et 'mnemonic'
- De l'italien 'crypta' et 'memoria'

3) Quel cas célèbre illustre la cryptomnésie chez une artiste?

- Pablo Picasso et ses œuvres abstraites
- Helen Keller et son histoire ressemblant à une œuvre de Margaret Canby
- Frida Kahlo et ses peintures inspirées de ses rêves

4) Quelle chanson de George Harrison a été reconnue comme un exemple de cryptomnésie?

- My Sweet Lord
- Hey Jude
- Imagine

5) Quelle stratégie peut aider à prévenir la cryptomnésie?

- Ignorer ses sources pour éviter la confusion

- Ne pas prendre de notes lors de la création
- Citer ses sources et tenir un journal de lecture ou visionnage

Valider

*... mais alors faut-il s'abstenir d'improviser ou au contraire se lancer sans hésitation ? La réponse, peut-être, dans cet article : "**L'Improvisation et la Mémoire : Une Alliance Créative au Cœur du Cerveau**" !*