Citations de Boris Cyrulnik

- Il nous suffit d'être, pour être supérieurs.

- On ne négocie pas avec le désir d'une mère.

- Le regard de l'autre n'est pas neutre. C'est une perception qui provoque une alerte émotive, une sensation d'invitation ou d'intrusion.

- L'évolution ne connait pas la marche arrière.

- Tes yeux sont trop près de ton nez pour le voir.

- A l'époque où l'on n'a jamais si bien compris la relation mère-enfant, les nourrissons n'ont jamais été si seuls.

- Peut-être avons nous perdu dans nos relations avec les enfants quelque chose de fondamental, sans savoir quoi au juste.

- L'évolution naturelle et culturelle ne se fait que grâce aux catastrophes.

- Si la souffrance contraint à la créativité, cela ne signifie pas qu'il faille être contraint à la souffrance pour devenir créatif.

- Nous habitons un monde interprété par d'autres où il nous faut prendre place.

- Les grandes souffrances qui peuvent délabrer à jamais une vie affective ne se rencontrent que chez ceux qui connaissent la passion.

- Il faut comprendre que le pessimisme ou l'optimisme n'ont rien à voir avec la réalité. Ils sont fonction de la représentation que l'on se fait du réel.

- Il faut distinguer le réel, et la représentation du réel qui se traduit par des récits de tristesse et d'abattements.

- L'invention picturale ou la fantasmagorie littéraire permettent de supporter le réel désolé en apportant des compensations magiques.

- La violence animale naît de l'altération des lois de la nature, alors que la violence humaine naît de leur transgression dans la parole et la civilité.

- Moins on a de connaissances, plus on a de convictions.

- Le paradoxe de la condition humaine, c'est qu'on ne peut devenir soi-même que sous l'influence des autres.

- L'amour est une surprise qui nous arrache à l'insipide, l'attachement est un lien qui se tisse au quotidien.

- La résilience, c'est l'art de naviguer dans les torrents.

- La famille, ce havre de sécurité, est en même temps le lieu de la violence extrême.

- Un enfant n'a jamais les parents dont il rêve. Seuls les enfants sans parents ont des parents de rêve.