

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

*La cryptomnésie désigne un souvenir inconscient pris à tort pour une idée originale. Ce phénomène révèle les frontières floues entre mémoire et créativité, et interroge la véritable nature de l'inspiration.*

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**.



## 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 *etmnèsis* (« 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 **passe pour une**

**idée originale, car elle n'est pas identifiée comme provenant d'un souvenir.**



### 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