

Haine : Peut-on tout pardonner?

De l'infidélité et trahisons aux crimes odieux, on se demande souvent comment les victimes survivent. Sans haine. Et pourtant, pardonner est parfois le seul moyen de sauver sa peau... Le pardon peut-il alors aider à vivre mieux? La psychologue Maryse Vaillant et la psychanalyste Gabrielle Rubin répondent à nos questions.

Réponses croisées de Maryse Vaillant, psychologue, et de Gabrielle Rubin, psychanalyste.

Marie Claire : Comment expliquer cette injonction au pardon, à la réconciliation, qui irrigue aujourd'hui tous les champs de la société ?

Gabrielle Rubin : Cela fait partie de ce qu'on appelle « le compassionnel ». Le pardon a toujours eu une valeur, mais aujourd'hui, il y a une tendance au pardon universel, quoi qu'aient fait les gens. Il faudrait tout oublier, tourner la page... C'est une dérive. Car, dans ce contexte, les gens ne reconnaissent plus leur responsabilité, ce qui provoque, chez les victimes, un retournement de la haine contre elles-mêmes.

Le discours sur la résilience, très médiatisé dans les années 90, n'a-t-il pas diffusé l'idée que tout le monde pouvait « tourner la page » ?

Maryse Vaillant : Je ne pense pas. En tout cas, en France. Car si, aux Etats-Unis, la résilience signifie que chacun peut construire un nouveau monde et se débarrasser de l'ancien, ici, il signifie surtout changer de regard. Car l'un des mécanismes qui permet de s'en sortir, quand on a été victime, c'est non pas la capacité à refouler mais la capacité à transformer. Ce n'est pas oublier ce que l'on a vécu, c'est l'intégrer.

Pardonner, dites-vous pourtant, Maryse Vaillant, c'est se séparer. Se séparer de quoi ?

M. V. : D'un événement traumatisant. C'est rompre le lien de haine ou de ressentiment. Mais on ne peut pas le faire n'importe quand. Il faut d'abord le vivre, en prendre conscience, mais aussi en profiter, en jouir. Car quand on a été violenté par la vie, on a en général besoin d'abord d'être reconnu comme victime, ce qui est souvent le seul dédommagement.

C'est la première étape du processus ?

M. V. : Il faut surtout reconnaître que l'on a mal. Dans la relation aux parents, nombre d'enfants devenus adultes sont dans le déni. Ils refusent de voir combien ils ont eu mal pour ne pas entrer en conflit ou pour se protéger eux-mêmes de ce souvenir. Certaines femmes trompées peuvent aussi faire semblant de ne pas savoir, mais elles ne pourront jamais pardonner. Pour cela, il faudrait qu'elles puissent dire à leur mari : « Je sais que tu m'as trompée, et ça me tue. » Bien avant d'essayer de comprendre, le temps du réquisitoire est nécessaire.

G. R. : Regardez Nadine Trintignant. Sa haine contre le meurtrier de sa fille, qui est légitime, est aussi un moyen de se débarrasser de sa propre culpabilité. Il y a un moment, au début, où elle disait : « Quand Marie m'a écrit un SMS signé "ta fille battue", je n'ai rien vu, pas vu qu'elle appelait peut-être au secours... » Renvoyer à l'agresseur la culpabilité de ses actes permet d'apaiser un peu cette souffrance-là.

Mais comment faire cohabiter cette étape avec une vie de couple, quand c'est le conjoint qui nous a blessé, ou une vie de famille quand il s'agit de ses parents ?

M. V. : Quand on vit avec la personne qui nous a fait du mal, le réquisitoire doit conduire à une explication rapide. C'est là que l'on dit à l'autre : « Pourquoi tu m'as fait ça ? Tu m'as fait mal. » Réquisitoire et explication peuvent avoir lieu en même temps.

G. R. : J'explique à mes patients adultes qu'ils doivent faire des reproches, même violents, à leurs parents, mais sans forcément le leur dire directement à eux. C'est à l'intérieur d'eux que cela doit se passer. En analyse, c'est le rôle du transfert.

Pour pardonner à celui qui nous a fait mal, on peut donc se passer de ses excuses, de la reconnaissance de ses actes ?

M. V. : Le pardon, c'est un travail psychique, et la scène judiciaire et la scène psychique ne fonctionnent pas du tout de la même manière. La première joue son rôle lorsque la loi a été bafouée, mais avec l'histoire individuelle, c'est plus tortueux. Je pense surtout que pour pardonner, il faut une « extériorité », que ce soit Dieu, la justice ou un psy. La résilience nécessite des rencontres, des tuteurs pour la faire « pousser ». Mais ce pourquoi on veut pardonner peut aussi être un moteur plus fort que les excuses du coupable.

G. R. : Si ceux qui ont commis des actes mauvais les reconnaissent, ils permettent à la victime de sortir de la culpabilité. Tout est là.

Pourquoi, notamment avec nos parents, la quête de reconnaissance de nos souffrances dure-t-elle souvent si longtemps et peut ne jamais délivrer ?

M. V. : Parce que tant qu'on attend cette reconnaissance, on est en position infantile. Et cela peut durer jusqu'à la mort. Devenir l'enfant adulte de ses parents, c'est ne plus attendre d'eux qu'ils soient tels qu'on voudrait qu'ils soient. Quand on souffre de la toxicité parentale mais que l'on désire quand même voir ses parents, on n'est pas dans une démarche de pardon. On reste dans l'attente. Pour pardonner, il faut s'éloigner et je pense qu'il vaut même mieux qu'ils ne soient plus là... pour nuire.

Y a-t-il des choses résolument impardonnables ?

M. V. : Pour chacun, l'impardonnable est différent. Il y a les crimes contre l'humanité, la maltraitance infantile, l'inceste... mais il y a des gens capables de pardonner cet impardonnable.

G. R. : Pour moi, le pire cas, c'est l'inceste, car ça bouleverse l'ordre psychologique du monde. Celui qui est chargé d'enseigner la loi est celui qui la viole. Le monde perd son sens. C'est si grave et le repentir si rare, qu'il faut une autorité supérieure au père, et c'est la justice, pour dire : « Le coupable, c'est lui. »

Emmanuelle Courrèges