

Institut des leaders chrétiens

L'accompagnement pastoral **Unité 5** (3 crédits)

Enseignant : Henry Reyenga

Contributeurs: Brian DeCook, Drew Brown, David Feddes

Stagiaire et enseignant assistant (bénévole)
Alexander Uriel Duodu

Table des matières

Unité 5 : Enseigner des limites saines.....	3
L' importance de fixer les limites personnelles	3
Quelles sont les transgressions des limites fréquentes dans la famille ?	7
La discipline familiale	8
Le concept du péché selon la Bible à un sens plus large	11
Le péché et le pardon	12
Transgresser, c' est humain	26

Unité 5 : Enseigner des limites saines

Dr Drew Brown

L'importance de fixer les limites personnelles

<https://mentorshow.com/blog/importance-limites-personnelles>

Les limites personnelles sont essentielles mais pas toujours faciles à établir. Pourtant, grâce à quelques conseils utiles, il devient plus facile de fixer des limites et de les communiquer.

Dès l'enfance, on nous apprend souvent à nous plier et à nous modeler pour mettre les autres à l'aise. Ce message est parfois implicite (comme dans les codes vestimentaires à l'école, par exemple), parfois direct (« Je me fiche que tu ne veuilles pas serrer ton grand-père dans tes bras, c'est impoli de ne pas le faire ! »), mais la vérité, c'est qu'il est toujours présent.

Il n'est donc pas étonnant que certains d'entre nous aient du mal à fixer des limites appropriées en vieillissant. Nous ne voulons pas offenser ou blesser les autres, même si cet évitement signifie en fin de compte nous blesser nous-mêmes. On nous a appris dès notre plus jeune âge à faire passer les sentiments des autres avant nos propres besoins, à tel point que beaucoup d'entre nous ne savent même pas répondre à la question « Qu'est-ce qu'une limite ? », et encore moins comment la fixer. La recherche a montré que la violation de l'espace personnel peut provoquer un malaise, et l'expérience personnelle montre à la plupart d'entre nous que le malaise provoqué par la violation des limites peut entraîner de l'anxiété et des retombées dans nos relations – tant personnelles que professionnelles.

Qu'est-ce que les limites personnelles ?

Les limites personnelles sont simplement les lignes que nous traçons pour nous-mêmes en ce qui concerne notre niveau de confort avec les autres. Ces limites peuvent concerner :

- le contact physique (ne pas se sentir à l'aise pour étreindre une personne que l'on vient de rencontrer)
- les interactions verbales (ne pas vouloir qu'un ami ou un membre de la famille vous parle de haut)
- notre propre espace personnel (choisir de ne pas recevoir d'autres personnes chez vous lorsque vous n'y êtes pas)

Ces limites se répartissent généralement en quelques catégories spécifiques :

- émotionnel (protection de notre propre bien-être émotionnel)
- physique (protection de notre espace physique)
- sexuel (protection de nos besoins et de notre sécurité sur le plan sexuel)
- lieu de travail (protection de notre capacité à effectuer notre travail sans interférence ou drame)
- matériel (protection de nos effets personnels)
- temps (protection de l'utilisation, et de la mauvaise utilisation, de notre temps)

Les limites peuvent également exister dans une variété de situations, y compris :

- au travail
- à la maison
- en visite à la famille
- en sortie avec des amis

En fait, chaque fois que vous parlez d'engagement avec d'autres personnes, vous avez probablement des limites personnelles qui entourent cette situation.

Enfin, les limites personnelles n'ont pas besoin d'être communiquées pour exister. Nous avons tous nos limites d'inconfort – elles sont là, que vous en parliez aux autres ou non. Néanmoins, les limites personnelles sont plus susceptibles d'être violées si nous ne les communiquons pas. C'est alors que les problèmes peuvent survenir.

Pourquoi est-il important de fixer des limites saines ?

Nous avons tous nos propres limites personnelles, des limites avec lesquelles nous nous sentirions plus à l'aise pour naviguer dans la vie et dans nos relations. Le fait est que tout le monde n'a pas les mêmes limites et que la plupart des gens ne sont pas capables de deviner les limites d'une autre personne. C'est particulièrement vrai pour les personnes dont l'intelligence émotionnelle (QE) est plus faible. Souvent, ce sont ces personnes qui bénéficient le plus d'une communication claire de leurs limites personnelles.

Établir des limites consiste simplement à communiquer à quelqu'un d'autre vos besoins en matière d'interaction saine. Ce n'est pas toujours facile. Il se peut que tout le monde n'apprécie pas ou ne comprenne pas vos limites ou les raisons pour lesquelles vous les avez fixées. Mais si vous ne fixez pas ces limites, vous ne pouvez certainement pas vous attendre à ce qu'elles soient respectées.

Il faut souvent du courage et de la force pour fixer des limites, mais lorsque vous le faites, vous pouvez vous sentir à l'aise en sachant que vos limites ont été fixées. Vos besoins ont été communiqués. Et si quelqu'un choisit de violer vos limites par la suite, vous avez le droit de créer une distance supplémentaire entre vous et cette personne. Nul n'a le droit d'empiéter sur vos limites. (Mais il est également bon de garder à l'esprit que vous n'avez pas non plus le droit de marcher sur les plates-bandes de quelqu'un d'autre.)

Conseils pour fixer des limites personnelles

Les limites sont importantes, mais il n'est pas toujours facile de les établir. Souvent, les gens ne savent pas par où commencer ou comment communiquer leurs besoins aux autres.

Si vous cherchez un moyen de fixer vos propres limites personnelles, il peut être judicieux de commencer par réfléchir au type de limites que vous fixez.

Les limites émotionnelles

Les limites émotionnelles sont souvent liées à la façon dont les autres nous parlent et nous traitent, et nous ne pensons pas toujours à les fixer avant qu'une limite n'ait été franchie. Mais ce n'est pas grave. Disons que vous vous êtes disputé avec quelqu'un et que cette personne vous a insulté. Une fois que vous vous êtes tous deux calmés, la meilleure façon de fixer une limite émotionnelle avec cette personne est de :

1. L'aborder.
2. Demander à parler de la dispute.
3. Parler de tout rôle que vous avez pu jouer dans le dérapage de la dispute.
4. Dites-leur que vous n'êtes pas d'accord avec les insultes et que vous aurez besoin qu'ils s'engagent sans s'abaisser à ce niveau à l'avenir.

Les limites physiques

Disons que vous n'êtes pas à l'aise avec le fait de serrer la main d'une personne. Bien qu'il s'agisse généralement d'une norme sociale, il existe de nombreuses raisons pour lesquelles une personne ne se sent pas à l'aise, en particulier depuis la pandémie de COVID-19. La meilleure façon de fixer cette limite est *avant* que cela ne devienne un problème. Lorsque vous rencontrez quelqu'un de nouveau:

- saluez à quelques mètres de distance.
- Souriez et dites : « Je ne serre pas la main, mais je suis ravi de vous rencontrer. »
- Ne ressentez pas le besoin de vous excuser ou de vous expliquer au-delà de cela.

Cette même tactique qui consiste à dire quelque chose avant qu'une limite ne soit franchie fonctionne pour d'autres limites physiques, comme le fait de ne pas vouloir de câlins (une limite assez courante) ou d'être touché par quelqu'un que l'on ne connaît pas.

En outre, si quelqu'un se trouve dans votre espace physique, pensez à dire : « Je me sens mal à l'aise lorsque les gens sont trop proches de moi. Pouvez-vous reculer d'un pas ? »

N'oubliez pas que les limites sont saines et que vous avez le droit de fixer les vôtres.

Les limites sexuelles

Lorsque vous entamez une nouvelle relation intime, il est toujours bon de s'asseoir d'abord avec votre partenaire afin de discuter de vos limites sexuelles respectives. </Il peut s'agir d'une conversation que vous engagez en disant quelque chose comme « J'ai hâte de passer à l'étape suivante de notre relation, mais j'aimerais prendre un moment pour parler de ce que cela pourrait être ». À partir de là, vous pouvez communiquer les choses avec lesquelles vous êtes ou non à l'aise dans une situation intime.

Les limites au travail

La meilleure façon d'établir des limites au travail est d'abord de donner le ton dans la façon dont vous vous comportez professionnellement – cela doit refléter la manière professionnelle que vous espérez que les autres adopteront dans leurs rapports avec vous. À partir de là, établir des limites au travail consiste souvent à attendre qu'une limite ait été franchie avant de s'attaquer à la situation. Par exemple, si un collègue vous dénigre lors d'une réunion, vous pouvez l'aborder après coup et lui expliquer pourquoi c'était inacceptable et ce que vous attendez de lui à l'avenir. Si vous avez un collègue qui viole régulièrement vos limites au travail, n'hésitez pas à faire intervenir les ressources humaines.

Les limites matérielles

Disons que vous avez un camping-car qu'un ami proche veut emprunter pour un voyage avec sa famille. Vous êtes prêt à le laisser l'utiliser, mais vous voulez aussi vous assurer qu'il en prend soin comme vous le feriez. Dans ce cas, il est tout à fait acceptable de définir par écrit vos limites en matière d'entretien, en fournissant des instructions pour le nettoyage et l'entretien général. Des instructions écrites placées à l'intérieur du camping-car seraient plus simples à consulter pour votre ami et contribueraient à rendre vos limites très claires.

Les limites temporelles

Les gens ont tendance à se classer dans deux catégories en ce qui concerne le temps : Ceux qui sont en retard pour tout, et ceux qui ont tendance à penser que si vous n'êtes pas en avance, vous êtes en retard.

Si vous faites partie de cette dernière catégorie, vous avez probablement l'impression que les premiers empiètent souvent sur vos plates-bandes. Il s'agit pourtant d'une solution très simple:

1. Décidez dans votre esprit combien de temps vous êtes prêt à attendre au-delà de l'heure de rendez-vous convenue.

2. Donnez-vous la permission de partir ou d'annuler un rendez-vous si cette heure n'est pas respectée.
3. Si vous avez affaire à une personne qui est perpétuellement en retard, communiquez-lui ce fait à l'avance – faites-lui savoir que vous partirez au bout d'un certain temps. Essayez toutefois de ne pas vous montrer accusateur. Pensez à reconnaître que vous avez tous deux des personnalités différentes. Vous n'essayez pas de les changer, mais vous devez vous fixer des limites parce que vous ne pouvez ou ne voulez pas attendre plus longtemps.

Qu'est-ce qu'on fait ensuite ?

Parfois, même si vous avez essayé de communiquer vos limites, quelqu'un peut les enfreindre de toute façon. Dans ce cas, sachez que vous avez le droit de couper les ponts avec cette personne. Toute personne qui ne respecte pas vos limites ne vous respecte pas en fin de compte. Bien entendu, vous devez connaître vos limites avant d'espérer que quelqu'un d'autre les respecte. Pensez donc à vous asseoir et à mettre par écrit certaines de vos limites.

Il peut être utile de passer en revue les catégories, en réfléchissant aux interactions qui vous ont mis mal à l'aise par le passé et à la manière dont l'établissement de limites a pu vous aider.

La chose la plus importante à retenir est que vous avez le droit de fixer ces limites et qu'il n'y a pas lieu de vous sentir coupable à ce sujet.

Le monde n'est pas meilleur lorsque nous ignorons nos propres besoins pour le confort des autres – les personnes qui se soucient de vous veulent savoir ce dont vous avez besoin pour vous sentir en sécurité. Mais ils ne peuvent pas vous aider tant que vous ne le savez pas vous-même et que vous n'êtes pas capable et désireux de communiquer ces besoins.

Quelles sont les transgressions des limites fréquentes dans la famille ?

Dans le contexte familial, les transgressions fréquentes des limites peuvent prendre de nombreuses formes, allant de l'intrusion dans la vie privée d'un membre de la famille à la non-écoute des besoins et désirs d'autrui. Ces transgressions peuvent être conscientes ou inconscientes, et peuvent affecter les relations familiales de manière significative.

Voici quelques exemples de transgressions fréquentes des limites dans la famille :

- Manque de respect des besoins et des désirs d'autrui : Par exemple, un membre de la famille qui ignore les besoins d'un autre, ou qui ne respecte pas ses choix personnels.
- Intrusion dans la vie privée : Cela peut inclure la lecture de messages privés, la fouille dans les affaires personnelles, ou le fait de s'immiscer dans les relations intimes.
- Contrôle excessif : Un membre de la famille qui essaie de contrôler les décisions ou les actions d'un autre, ou qui ne reconnaît pas l'autonomie de ce dernier.
- Manque de communication claire et respectueuse : Par exemple, des disputes fréquentes, des insultes, ou un manque d'écoute des besoins et des sentiments des autres.
- Violations des limites physiques : Cela peut inclure des contacts physiques non désirés, des agressions verbales ou physiques, ou le non-respect de l'espace personnel.
- Manque de respect pour les objets personnels : Par exemple, utiliser les affaires d'un autre sans permission, ou endommager les biens personnels.
- Manque de respect pour les règles établies : Par exemple, ne pas respecter les heures de coucher, les règles de la maison, ou les routines familiales.
- Comportements abusifs : Cela peut inclure la violence physique, verbale ou émotionnelle, la manipulation, ou l'exploitation.
- Incapacité à reconnaître ses propres limites : Un membre de la famille qui ne reconnaît pas ses propres besoins et désirs, ou qui ne communique pas clairement ses limites.
- Dénigrement : Dire des choses blessantes ou dévalorisantes à un autre membre de la famille.

Il est important de noter que les transgressions des limites peuvent être plus courantes dans certaines familles en raison de dynamiques relationnelles complexes ou de schémas familiaux malsains. La communication ouverte, le respect mutuel et l'établissement de limites claires sont essentiels pour maintenir des relations familiales saines.

La discipline familiale

Le juste milieu entre des libertés individuelles et l'acquisition d'une conscience sociale.

Le mot **discipline** pour de nombreux parents évoque souvent le souvenir de moments négatifs vécus en famille ou à l'école, synonymes d'abus de pouvoir ou d'incompréhension des besoins de l'enfant. Pourtant, si l'on réfère à la vie adulte, nous sommes tous obligés de suivre une certaine discipline notamment :

- Dans les transports en commun ;
- Dans les magasins ;
- Sur la route ;
- À l'école ou l'université, particulièrement en ces temps de pandémie.

Vivre en société implique une autodiscipline qui nécessite un véritable apprentissage tout au long de notre existence. Une vision négative de la discipline familiale a des conséquences importantes sur le comportement des enfants. En associant discipline et abus de pouvoir, les parents démissionnent de leur rôle d'autorité et transmettent à l'enfant que toute frustration est inacceptable. Depuis quelques décennies, on assiste à la naissance du « **Parent Copain** », ami de son enfant, qui renonce à toute hiérarchie dans le cadre familial. Les conséquences sont dramatiques : l'enfant « **Roi** » devient le centre de l'attention et reproduit dans ses différents milieux de vie, particulièrement à l'école, les comportements appris à la maison. Incapable de vivre la frustration, il se fait rejeter de ses pairs et des enseignants.

Mais qu'est-ce que la discipline ?

La discipline repose sur plusieurs principes :

- Les règles de vie : familiales, communautaires, sociétales.
- Les conséquences à l'acte.
- Les attitudes éducatives.

Les règles de vie

Les règles de la vie familiale sont très nombreuses. Elles peuvent être explicites ou implicites. Explicites quand elles sont clairement identifiées, implicites quand tous les membres de la famille respectent certains modes de comportement sans qu'ils aient été clairement identifiés. Ces règles sont multiples, elles concernent soit l'organisation de la vie familiale (horaires, tâches ménagères, habillement, repas...), soit les modes de communication dans la famille (respect, intimité, comment se confronter, dire ce qu'on fait...), soit des rituels à respecter par l'ensemble du groupe familial (événements à souligner, anniversaires, visites de la famille éloignée...). C'est dès la petite enfance que l'enfant doit acquérir ces habitudes qu'il pourra généraliser par la suite à l'ensemble de ses rapports sociaux.

L'important pour les parents c'est d'adopter les règles à l'âge des enfants et d'expliquer que ces règles peuvent être différentes en fonction de l'âge (l'heure du coucher par exemple).

Mais il faut un juste équilibre : trop de règles, on en perd le sens, pas assez de règles, c'est l'anarchie. Attention également à ne pas augmenter le nombre de règles au fur et à mesure du

développement de la vie familiale. Il faut au contraire en supprimer dès que l'enfant acquiert une autodiscipline.

Apprendre à un enfant à ranger ses jouets, à ramasser ses affaires, bref à mettre de l'ordre, c'est lui permettre d'acquérir une structure dans le temps et dans l'espace, lui apprendre à frapper à la porte de la chambre des parents avant d'entrer, c'est lui apprendre le respect de l'intimité de chacun et l'amener à faire respecter sa propre intimité... Évidemment, les parents doivent montrer l'exemple : rangeons-nous nos propres affaires ? Frappons-nous à la porte de sa chambre avant d'entrer ? Autant d'exigences à avoir aussi bien chez les enfants que chez les adultes.

Les limites et les conséquences à l'acte

Apprendre à un enfant à respecter des limites, ce n'est pas brimer sa liberté. C'est au contraire lui montrer qu'en respectant le territoire de l'autre, on s'attire sa reconnaissance et son désir d'entrer en relation, ce qui va permettre plus tard de jouer ensemble ou de travailler en équipe. Ce qui implique pour le parent de respecter ses propres limites. Combien de parents se laissent envahir dans leur chambre par l'enfant qui ne veut pas se coucher ? L'accueillir s'il a peur, bien sûr, mais le ramener dans son lit en lui faisant comprendre que chacun doit avoir son espace à lui.

Se référer à des règles et imposer des limites, c'est aussi pouvoir les appliquer ou les transgresser. Ce qui nous amène à parler des conséquences. Celles-ci peuvent être positives ou négatives. On oublie très souvent de valoriser l'enfant quand il accepte de se soumettre à la discipline. Cette valorisation peut se manifester sous forme d'une récompense exceptionnelle, d'un encouragement, d'une marque d'affection particulière. L'important est que l'enfant soit reconnu au niveau des efforts qu'il met à entrer dans ce cadre disciplinaire.

La «punition» doit être exceptionnelle et en rapport avec l'infraction commise. C'est ce qu'on appelle la **conséquence à l'acte**. Il faut qu'il y ait un **lien logique** entre ce qu'a fait l'enfant et la conséquence, plutôt qu'une punition qui n'a aucun rapport avec l'acte commis. C'est grâce à un juste équilibre entre les frustrations et les gratifications que l'acceptation de la discipline va être acquise.

Les attitudes éducatives

Pour parvenir à l'intégration de cette discipline dans l'organisation de la structure interne de son enfant, le parent doit utiliser différentes attitudes en fonction des circonstances et de l'âge de l'enfant. On peut citer :

- L'ignorance intentionnelle,
- La dédramatisation par l'humour,
- L'isolement, l'intervention d'une tierce personne,
- Une attitude paradoxale...

... autant d'attitudes et bien d'autres que le parent doit apprivoiser et adapter à sa personnalité.

Se souvenir aussi qu'on peut fonctionner par **contrat**, surtout avec des adolescents : « Tu t'engages à faire telle ou telle chose pendant X temps et si tu y parviens, tu auras tel avantage ou telle récompense. » Mais il faut évidemment adapter ces contrats en fonction de l'âge des enfants.

En conclusion, il faut être persuadé qu'acquérir une auto-discipline est fondamental pour permettre à l'enfant de devenir un adulte responsable capable de fonctionner en harmonie avec la société dans toutes les sphères de la vie quotidienne : famille, travail, loisirs...

En disciplinant l'enfant, nous le préparons à devenir un adulte autonome et responsable.

Rédigé par Paule Blain Clotteau

TCF, Psychothérapeute

Le concept du péché selon la Bible à un sens plus large

Publié le 23 février, 2011 par United Church of God *Temps de lecture estimé: 3 minutes*

Dans la Bible, les mots hébreux et grecs traduits par « péché » font principalement appel à deux concepts. Le premier est synonyme de « transgression », le deuxième : « manquer le but. »

Dans la Bible, les mots hébreux et grecs traduits par « péché » font principalement appel à deux concepts. Le premier est synonyme de « *transgression* ». Et transgresser, signifie « passer par-dessus » ou « franchir une limite établie ». Pour mieux comprendre, pensons à un athlète qui joue sur un terrain où l'on a mis des lignes qui définissent l'espace à l'intérieur duquel le jeu se déroulera. Lorsque le joueur franchira les lignes placées en bordure du terrain de jeu, il aura commis une transgression, il sera sorti des limites assignées. Encore une fois, ces limites sont là pour définir la zone de jeu, et les joueurs doivent se maintenir à l'intérieur de ces limites.

L'autre concept, qui se traduit également par péché dans notre Bible, est associé à l'idée de « *manquer le but* ». À nouveau, en prenant une analogie tirée du monde sportif, si un joueur fonce vers le but, mais le manque, combien de points marquera-t-il ? Aucun ! Il a manqué le but qu'il visait.

Dans cette vision du péché, on peut inclure le fait d'aller dans une direction, au départ, mais de s'en *éloigner par la suite*, ce qui nous empêche d'atteindre le but.

Toujours dans cette même ligne de pensée, on peut aussi parler de notre incapacité d'*être au niveau* requis pour réussir l'épreuve. Par exemple, dans le monde académique on doit souvent se soumettre à des examens ou à des tests de compétence, et, pour réussir, il nous faut atteindre une note minimale, sinon c'est l'échec. Autrement dit, si nous n'atteignons pas le niveau requis, nous ne passons pas l'examen.

Ces deux concepts, celui qui consiste à *franchir* les limites établies et celui qui correspond à être en dessous du niveau exigé, impliquent donc qu'il existe des exigences de base. Si nous franchissons des limites ou des barrières, cela implique qu'il y avait au départ des limites ou des barrières. De même, si nous *manquons notre* but, il faut bien sûr qu'il y ait d'abord un but, une cible ou un niveau à atteindre. Pécher, c'est donc franchir les limites que Dieu a établies pour nous ou ne pas atteindre le but ou le niveau qu'Il a fixé pour nous.

C'est là que la définition biblique du péché prend toute son importance — car les Écritures *définissent les limites et les normes que Dieu a établies pour nous*. Elles définissent le cadre à l'intérieur duquel nous devons évoluer. Elles définissent aussi les buts qu'il nous faut viser, le niveau minimum qu'il nous faut atteindre. En d'autres termes, les définitions bibliques du péché établissent pour nous les *normes* que Dieu nous a données pour que nous sachions ce qu'Il *approuve* ou, au contraire, ce qui est *inacceptable* à Ses yeux ; ce qui est au *niveau* de Ses attentes et ce qui ne l'est pas .

Les définitions bibliques du péché ne sont pas simplement une collection de « fais ceci, ne fais pas cela ». Plutôt, elles nous montrent comment Dieu veut que nous vivions et quels sont les principes spirituels qui reflètent Son caractère.

Le péché et le pardon

<https://www.discernement.com/TheologieMorale/LesPechesLePardon.htm>

INTRODUCTION

Dans les mises en pratique de nos vertus, dans la quête du bien que nous comprenons comme devant être poursuivi, dans l'évitement du mal, nous faisons l'expérience de l'échec. Comment se vit-il, comment se résout-il ? Cette question nous pouvons aussi la poser à propos de la réussite dans nos actions. Voici un petit tableau qui peut suggérer quelques attitudes personnelles et sociales.

Dimensions anthropologiques	Au niveau relationnel	Échec de la responsabilité	Pour vivre l'échec	Réussite dans la responsabilité	Pour vivre le succès
Psychologique	De soi à soi	Culpabilité	Humour	Estime de soi	Humilité
Morale	De soi aux autres et soi-même comme un autre	Faute (honte)	Peine, blâme, réparation	Éloge	Modestie
Spirituelle	De soi à Dieu	Péché	Pardon	Sainteté	Prière de louanges

Évidemment, mais est-ce vraiment de l'ordre de l'évidence, chacun aura à cœur d'articuler ces divers éléments car ils agissent les uns sur les autres.

I. Culpabilité, échec, faute, péché, les limites de l'homme.

En commençant ce cours, J'avais rappelé qu'après nous être équipés, nous tâcherions tant que faire se peut de nous mettre concrètement à la suite du Christ. C'est ce tant que faire se peut que je veux honorer maintenant et qui fait écho aux nombreuses limites de l'homme. Limites dont il n'est pas toujours responsable mais limites qui portent aussi la marque de sa responsabilité.

A. La culpabilité.

Nous avons tous fait l'expérience concrète d'une différence entre ce que nous voulions et désirions atteindre comme objectif et ce que nous avons réellement atteint. Parce que nous nous sentions responsable de nos actes, c'est-à-dire pas complètement déterminé par les contextes et la biologie, nous avons éprouvé, parfois, une culpabilité. Culpabilité dont l'origine est très complexe mais qui lorsqu'elle est consciente s'exprime comme une morsure intérieure devant le constat de la distance entre le moi idéal (que je pensais mettre en œuvre) et le moi réel que je

suis bien obligé de reconnaître (et qui n'est pas si efficace que ça). Bref ! ma statue s'effondre, ou du moins se lézarde.

Tout d'abord rappelons-nous que ce sentiment de culpabilité est structurant de toute psychologie humaine. Aurait de graves problèmes relationnels toute personne qui n'éprouverait jamais de sentiment de culpabilité.

Mais lorsqu'il y a culpabilité, il peut y avoir bonne et mauvaise culpabilité. La mauvaise culpabilité, la culpabilité que l'on pourrait appeler pathologique est celle qui nous enfermerait complètement sur nous-mêmes avec un goût mortifère. Elle est en général disproportionnée au regard de ce qui a été effectivement vécu. Par exemple on rate son permis de conduire à un point la première fois et on pense que le monde s'effondre, que la vie ne vaut plus la peine d'être vécue, que tout devient insensé. Parfois même l'imaginaire s'en mêle et gonfle l'événement jusqu'à vous faire croire que vous êtes victime de persécutions...

La bonne culpabilité, en revanche, est là comme un signal avertisseur. Cet avertisseur est actionné par ce que Sigmund Freud appelle dans sa deuxième topique le surmoi. Le surmoi pour parler en termes psychanalytiques, c'est l'autorité parentale introjectée. C'est-à-dire toutes ces lois et préceptes que nous avons intégrés autour de notre enfance, en priorité en provenance de nos parents, mais aussi en provenance de toute instance tenant lieu d'autorité parentale comme peut être compris une religion, des enseignants... Bref ! Nous avons intégrés un certain nombre de lois régissant les comportements humains, la bienséance, le vivre ensemble et voilà qu'une transgression (en action ou par omission) vient de se produire. Nous éprouvons une culpabilité, nous nous sentons coupables et nous cherchons plus ou moins consciemment à réparer.

Cette culpabilité peut si elle se vit toujours à l'intérieur de soi-même peut survenir lors d'un échec vis-à-vis de soi-même, des autres ou de Dieu. Cet échec, ce que nous vivons comme tel, n'est pas toujours une faute morale ou un péché. Ainsi le cas du vase renversé pour sauver un enfant... ou la femme qui demande le sacrement du pardon pour ne pas avoir été à la messe parce qu'elle soignait son fils fort malade, ...

La culpabilité est comme un feu rouge qui se met à clignoter lorsqu'un train va passer sur un passage à niveau. Mais si vous vous souvenez, il arrive que le feu clignote mais que le train ne passe pas toujours. Simplement les manœuvres dans la gare toute proche avaient déclenché le système de sécurité. Une culpabilité n'est donc pas toujours le signe d'une faute ou d'un péché. Dans ces cas-là, l'humour est sans doute un des chemins les plus efficaces pour traverser nos culpabilités de manière la plus humanisante possible.

B. L'erreur, la faute.

Il faut bien distinguer ces deux notions. L'erreur n'implique pas a priori la notion de responsabilité morale dans le sens où le volontaire n'est pas impliqué. Du moins à première vue. Le volontaire pourrait être impliqué dans le manque d'attention et d'application mais il ne se trouve pas dans l'intention.

La faute morale, quant à elle met en œuvre toutes les facultés de l'homme à savoir sa conscience, sa liberté et sa pleine connaissance de la transgression qu'il est en train de commettre. La faute morale qui peut se vivre contre soi-même s'entend spécialement contre les autres et la nature qui nous est commune. C'est ici que se met en branle toute la justice sociale. La résolution de la faute passe par la punition, la peine, le blâme et quand c'est possible par la réparation. Ce sont là les sanctions ordinaires lorsque l'on a failli à sa responsabilité.

C. Le péché : une notion théologique

Le péché est avant tout une notion théologique. Les païens, de leur point de vue commettent des fautes morales mais pas de péché. Le péché, c'est un acte de foi et comme le disent Xavier Thévenot et beaucoup de moralistes et de théologiens chrétiens, le péché est objet de révélation. Eh oui ! C'est Dieu qui nous révèle notre péché et non la loi qui ne révèle que nos fautes.

Prenons, avec Xavier Thévenot, le récit d'Adam et Eve et de leur transgression en Gn 2-3. Leur péché est bien directement une prise de position contre Dieu lui-même. En mangeant du fruit de l'arbre, ils manifestent par là qu'ils veulent être comme des dieux et dans le même mouvement affirment que Dieu, par l'interdit, voulait les maintenir dans un état inférieur. Bref ! Ils accusent Dieu d'être un pervers. La conséquence de ce vœu de toute puissance est triple :

- Incapacité de se présenter en face de Dieu, ni même capacité d'oser demander un pardon.
- Incapacité pour l'homme et la femme de se regarder sereinement. La nudité paradisiaque devient insupportable. Ils se cousent des vêtements.
- Enfin, la création leur devient hostile. Il faudra gagner son pain à la sueur de son front, enfanter dans la douleur, lutter contre le mal

Cette désobéissance engendre un véritable tremblement de terre au niveau des relations humaines, dans leur rapport à la création, dans leur rapport à Dieu. Le péché d'Adam et Eve est une véritable décréation. Xavier Thévenot a montré avec beaucoup de pertinence, me semble-t-il combien le récit des pèlerins d'Emmaüs correspond à une véritable recréation. La structure littéraire de Lc 24 est exactement l'inverse de celle de Gn 3.

Dietrich Bonhoeffer, dans la première page de son éthique fait une autre lecture du péché de nos premiers parents. « L'éthique chrétienne voit déjà dans la possibilité de connaître le bien et le mal la chute originelle. A l'origine, l'homme ne connaît qu'une chose : Dieu. Il ne connaît son semblable, le monde et lui-même que dans l'unité de sa connaissance de Dieu ; il connaît tout en

Dieu seulement et Dieu en toute chose. La connaissance du bien et du mal dénote un divorce préalable d'avec l'origine. »

Cette remarque est à mon avis d'une justesse fantastique. A priori, nous aurions l'impression que c'est une bonne chose de pouvoir connaître le bien et le mal car ainsi nous arrivons à mieux conduire notre vie. Mais la réalité est plus profonde : nous ne pouvons connaître ce mal que parce que nous l'avons fait ! Autrement dit, le seul arbre dont nous ne pouvions manger, le seul interdit que Dieu pouvait poser était bien celui de ne pas manger de l'arbre du bien et du mal. Désobéir à cet interdit, c'était ipso facto faire le mal, manger donc de son fruit. Dire que c'est un pommier ou un cerisier devient alors un véritable non-sens, une incompréhension radicale du péché d'Adam et Eve.

A nouveau, on peut trouver dans les Évangiles un récit à propos du Christ qui montre comment il est venu reconstruire dans lequel le mal a été introduit. Le récit des tentations chez Matthieu ou Luc nous montre, Satan tout à son affaire. Si pour Adam et Eve, il avait d'une petite affirmation pour entraîner l'humanité dans un soupçon (nourri d'une soif de toute puissante) à l'égard du Créateur, histoire de démontrer que le projet de l'humanité était impossible, avec le Christ, il joue sur du velours. En effet, il n'a même pas besoin de lui faire désirer la toute-puissance, il est le Fils de Dieu. Et c'est bien sur cet appui qu'il fonde sa tentation. « Puisque tu es Fils de Dieu, dis à ces pierres de se changer en pain. » Autrement dit, reconnaît qu'avoir faim, c'est pénible, que l'humanité est trop difficile à vivre. Nie cette humanité, renonce à ton projet de création, fait valoir ton "joker" pour te sortir de cet embarras... Mais le Christ choisit d'aimer notre humanité et de rester fidèle. Il valide par là le projet de son Père en le menant à bien jusqu'à la mort et la mort de la Croix.

Jésus, si j'ose dire, a dû avancer sur une crête entre deux précipices alors qu'à l'origine nous n'en avions qu'un seul. Jésus a dû renoncer à user de sa divinité d'une part et d'autre part éviter de tomber dans le péché. Deux manières de poser des actes de déshumanisation. Vraiment le salut qui se joue dans l'offrande de sa vie pour nous, se double d'une Révélation unique : le projet de la Création, le projet de l'humanité était bon, possible, digne de Dieu. C'est là tout le mystère de la foi de l'Église.

La Bible est remplie d'histoire de péchés et de pardons. Bien souvent les péchés s'expriment en termes de rupture d'alliance. Le peuple d'Israël honore les divinités étrangères, il se prostitue. C'est tout le vocabulaire de l'amour conjugal tant dans ses transgressions que dans ses réconciliations qui est utilisé (voir Osée que Dieu invite à choisir une prostituée et à la conduire au désert pour la fiancer à nouveau pour signifier le renouvellement de l'Alliance entre Dieu et son peuple).

Le péché est tellement objet de révélation que dans la tradition ignacienne, parmi les grâces que l'on demande au cours de la retraite animée avec la pédagogie des exercices, on propose au retraitant de demander la grâce de connaître son péché. Petite parabole de la voiture dans le brouillard. C'est dans la lumière du soleil que l'on voit le mieux les saletés sur le pare-brise.

II. Les signes du péché et leur ambiguïté

Dans son livre « les péchés, que peut-on en dire ? » écrit en 1981 et donc avant la publication du catéchisme de l'Église catholique, Xavier Thévenot pointe un certain nombre de remarques que j'énumère et commente brièvement.

Notre savoir sur le péché n'est pas total.

- A cause de la méconnaissance des retentissements de mon acte sur les autres et sur le tout Autre.
- Parce que je ne connais pas exactement la gravité objective de mon péché.
- A cause de la méconnaissance du mal que je me fais en faisant du mal.

Il importe donc de ne pas se juger soi-même. De s'en remettre au Seigneur. De faire sienne la réponse de Jeanne d'Arc lorsqu'on lui demandait si elle était en état de grâce : « Si j'y suis, Dieu m'y garde ; si je n'y suis, Dieu m'y mette ».

A. Les transgressions.

Tout péché est transgression, toute transgression n'est pas forcément un péché. Ce qui limite la portée de la transgression s'applique à tout ce qui peut limiter la qualité de mon acte dans sa volonté, sa liberté et sa pleine conscience. Ainsi donc, on peut faire tout ce qu'il faut pour aboutir à un avortement : entretiens, visites médicales, mais être totalement privée de liberté ou agir sous l'emprise de la peur, de la contrainte. Ou alors c'est la conscience de la gravité de la transgression que nous n'avons pas et alors, il y a ignorance.

Il y a parfois de saintes transgressions lorsque l'on désobéit à des lois civiles pour obéir à la loi de Dieu. « Le sabbat est fait pour l'homme et non l'homme pour le sabbat. » Beaucoup plus difficiles à analyser, les conflits de valeurs dont la poursuite simultanée s'avère impossible pour une personne ou un couple. X. Thévenot propose et rappelle qu'il importe alors de savoir hiérarchiser ces valeurs. Il prend l'exemple de l'épiscopat français qui à l'occasion de la lettre encyclique *Humanae vitae* en 1968 avait donné le principe suivant: «Quand on est dans une alternative de devoirs où quelle que soit la décision prise, on ne peut éviter un mal, la sagesse traditionnelle prévoit de rechercher devant Dieu quel devoir, en l'occurrence, est majeur. »

1. Une forme très subtile de la transgression : l'épikie.

L'épikie est une vertu qui permet de se positionner par rapport à la loi lorsque celle-ci est devenue insatisfaisante pour des circonstances que la loi positive n'a pas prévues mais afin d'honorer toujours la loi naturelle. L'épikie cherche donc un bien supérieur auquel est soumise la loi dans l'esprit du législateur.

Ainsi la loi, en vertu de l'épikie, peut être soit durcie, soit assouplie. Jésus lui-même use de l'épikie vis-à-vis des pharisiens en durcissant la loi du divorce et en assouplissant la loi du sabbat.

Exemple du gendarme et du feu rouge grillé pour cause d'épikie : Et pis quoi alors ?

2. La matière objective du péché.

A priori, chacun comprendra aisément que pour qu'il y ait péché, il faut une matière, un objet précis et repérable. Or il est très difficile de faire une liste des matières dites graves par opposition aux matières légères. Parce que l'on peut toujours trouver pour une même matière les deux dimensions selon l'intention du pécheur. Souvenez-vous qu'un acte moral prend toujours en compte l'intention, le moyen et la fin. Ainsi un gros mot utilisant le nom de Dieu à tort et à travers peut-être prononcé avec ou sans conscience de ce que l'on dit.

Néanmoins les listes d'antan sont parfois bien utiles pour repérer les lieux plus particulièrement dangereux, les terrains les plus favorables aux péchés. Ainsi était matière grave tout péché portant sur les trois vertus théologales et les 7 péchés capitaux

Pécher contre la foi, c'est pécher contre la possibilité même du salut. Pécher contre l'espérance, c'est désespérer de la force de Dieu et de son Esprit. Pécher contre la charité, c'est aller contre le cœur même de l'action de Dieu dans notre monde. Les 7 péchés capitaux ne sont pas moins intéressants à entendre. Quoiqu'il en paraisse dans notre société et dans notre Église, ils sont toujours d'actualité. L'intérêt de cette liste est de montrer les grands terrains de prédilection du tentateur.

- **Orgueil**, le premier d'entre eux qui centre toute la vie sur soi alors que le Christ donne sa vie pour les autres.
- **L'envie**, ou le désir de posséder ce que l'autre possède. Combien de publicités sont construites sur l'envie. Intéressant à plus d'un égard, le film « l'associé du diable », avec de Niro, joue sur ce péché tout spécialement.
- **La colère** et toute la violence et l'agressivité que l'on ressent aujourd'hui dans notre société et en particulier dans les banlieues.
- **L'avarice** un autre nom pour l'égoïsme. Et pas seulement entre nous mais aussi entre les États.
- **La gourmandise**, péché par excellence de notre société si l'on lui donne pour synonyme celui de la consommation. Consommez et vous serez heureux.
- **La luxure**, c'est-à-dire tout ce qui porte atteinte à la chasteté. Voir l'ambiance permissive, le tourisme sexuel, ...
- **L'acédie** ou la paresse spirituelle est une atteinte envers notre devoir d'état. C'est le fameux démon de midi car c'est à midi que le temps nous paraît le plus long, que le soleil semble immobile.

Enfin, on n'oubliera pas que s'il y a des péchés individuels, il existe aussi des structures de péché. Mais on ne les dissociera jamais de la participation personnelle de chacun. Il ne peut y avoir de structure de péché sans pécheurs ! Un petit détour par ce que dit officiellement l'Église sur la réalité du péché nous aidera à comprendre. Le péché, dit le catéchisme de l'Église catholique, est une faute contre la raison, la vérité, la conscience droite ; il est un manquement à l'amour

véritable, envers Dieu et envers le prochain à cause d'un attachement pervers à certains biens. (N° 1849). Plus loin il précise les deux catégories de péchés : véniels et mortels. Il est vrai que tous les péchés n'ont pas le même poids ni les mêmes conséquences en nous et vis-à-vis des autres ou de Dieu. Et nous gardons à l'esprit que « grave » et « léger » qualifient ici des degrés de déstructuration des relations entre les hommes ou entre les hommes et Dieu. Voyons leurs définitions.

Le péché mortel détruit la charité dans le cœur de l'homme par une infraction grave à la Loi de Dieu ; il détourne l'homme de Dieu, qui est sa fin ultime et sa béatitude en lui préférant un bien inférieur (au fond, tomber dans l'idolâtrie).

Le péché véniel laisse subsister la charité, même s'il l'offense et la blesse. (N° 1855).

On voit ici que ce qui est premier c'est la charité et non une liste de péché. C'est toujours au regard de celui que l'on aime que la conscience du péché est la plus vive. En nous révélant son amour, nous prenons le plus vivement possible conscience de notre péché, ce péché dont Dieu n'a de cesse de vouloir nous pardonner.

Dit autrement, si le péché véniel blesse, il ne remet pas en cause la dynamique ou l'option fondamentale de la vie du pécheur. Ainsi par exemple, il se peut qu'une parole déplacée dans un couple blesse le conjoint mais que fondamentalement, il ne s'agissait pas de porter atteinte à la réalité du couple. En revanche, le péché mortel comme un adultère délibéré porterait gravement et sciemment atteinte au couple, à son intégrité et à sa capacité de poursuivre jusqu'au bout le projet. Ou que le vol d'une pomme à l'étalage d'un marchand par bravade devant les copains soit moins grave que le détournement de l'argent d'une société qui a pour conséquence de mettre l'entreprise en faillite et tout le monde au chômage.

Pour qu'un péché soit mortel trois conditions sont ensemble requises : « Est Péché mortel tout péché qui a pour objet une Matière grave, et qui est commis en pleine conscience et de propos délibéré » (N° 1857).

« On commet un péché véniel quand on n'observe pas dans une matière légère la mesure prescrite par la loi morale, ou bien quand on désobéit à la loi morale en matière grave, mais sans pleine connaissance ou sans entier consentement » (N° 1862).

Il reste, comme le dit Xavier Thévenot, que lorsqu'un chrétien prie régulièrement, célèbre les sacrements de l'Église, fait effort de charité quotidienne, il est bien rare qu'il commette des péchés mortels.

Personnellement, je dirai que nous allons au péché parce que nous avons peur de mourir. Nous croyons plus ou moins consciemment que si nous ne cédon pas à la tentation, nous allons perdre de nous-mêmes. Si nous ne cédon pas à notre sensualité, à notre égoïsme, à la colère, alors nous risquons de mourir. Regardons le Christ et voyons s'il a eu peur de mourir au point d'aller au péché. Il est le seul que Satan n'a pas réussi à entraîner à sa suite, à rendre complice du mal

et du mensonge. Nous aurions vraiment la foi, nous aurions vraiment confiance en Dieu, nous n'irions pas au péché.

III. Un peu de vocabulaire

A. Passer du remords au regret.

Les remords, c'est comme les enzymes gloutons, ils sont toujours en train de nous mordre et de nous mordre à nouveau. Les remords agressent la personne de la mémoire de son passé, l'enferme dans son passé. C'est très mauvais. Personne n'est réductible à son passé. La foi, le sacrement du pardon peut inviter par l'expression définitive du pardon prononcé à mettre le passé à sa place et à redevenir responsable de son avenir, capable de projets en face de Dieu, à l'aide de son Esprit. Remords et humiliation se retrouvent ensemble.

Le regret, quant à lui, est l'attitude juste du pécheur. C'est l'attitude qui permet d'assumer simplement son passé sans s'y complaire, sans s'y laisser enfermer mais sans le nier non plus. Regret et humilité vont souvent ensemble. En général, on n'arrive pas à regretter parfaitement ses péchés. En effet, pour tout dire, si nous avons été au péché, c'est bien parce qu'on y trouvait un quelconque intérêt. Et cet intérêt est la marque même de notre péché.

B. Passer des scrupules à la confiance en Dieu

Le scrupule est une forme terrible d'une méticulosité malsaine dans l'analyse des péchés de sa vie. C'est l'obsession de vraiment tout dire, dans les moindres détails à son confesseur. Et si par malheur on n'avait pas tout dit avant de recevoir le sacrement, alors il faut y revenir. Le scrupule a des affinités particulières avec des psychologies malades, obsessionnelles.

Il faut aider à la foi, à la confiance en Dieu qui veut notre vie. Le cœur du sacrement du pardon, sa matière comme disent les scolastiques c'est le regret des fautes, cette attitude fondamentale qui manifeste combien on préfère son baptême à ses fautes. L'aveu, à ce titre est second. Il y a dans cette obsession à tout avouer une manière de privilégier le rapport à la loi plus encore qu'au Sauveur. Il faut savoir mettre un arrêt à ces listes interminables qui portent le plus souvent sur la sexualité et aider à découvrir la miséricorde de Dieu.

IV. Lutter contre le péché et la tentation

La tradition de l'Église est riche de chemins à parcourir pour lutter contre le péché.

La prière régulière, l'ascèse, l'effort sérieux et durable, la charité quotidienne qui efface une multitude de péchés au dire de St Pierre. L'effort de réparer ses fautes lorsque c'est possible, une pratique régulière du sacrement du pardon. Il est plus important de s'attacher à faire grandir ce qui est bon qu'à éliminer ce qui est mauvais. (Voir la très étonnante parabole du bon grain et de l'ivraie).

J'aime beaucoup dans un autre genre, le travail des pères du désert et en particulier celui d'Évagre le pontique avec sa méthode antirrétique. Une méthode qui lutte contre la tentation et le péché (qui ne sont pas identiques comme chacun sait) en citant un passage approprié de l'Écriture.

Par exemple face au démon de la gourmandise prier et dire « Le Seigneur est mon berger, je ne manque de rien ». Ce faisant, le moine se décentrait de sa tentation, nommait indirectement le démon qui l'agressait et qui a horreur d'apparaître en plein jour, se centrait sur celui qui est à la source de sa vie, Dieu lui-même. Cette méthode, n'a rien de magique, elle suppose la foi, la foi en Dieu qui pourvoit et qui est source de vie jusques y compris par-delà la mort. « Si je traverse les ravins de la mort, je ne crains aucun mal, ton bâton me guide et me rassure. » Ps 23.

Évagre le pontique connaît huit démons, ou péchés. Ce sont les mêmes que les sept péchés capitaux plus celui de la vaine gloire qui est comme l'orgueil sauf que si l'orgueil se rapporte aux choses passées, la vaine gloire se glorifie de ce qui n'a pas encore été vécu.

Ignace de Loyola, dans ses exercices a des remarques un peu semblables :

L'ennemi de la nature humaine se comporte de trois manières plus une qui est plus subtile :

Comme une femme qui est faible quand on use de la force et qui est forte quand on le laisse faire. "Approchez-vous de Dieu, il s'approchera de vous" (Jc 4, 8). Eloignez-vous du diable, il s'éloignera de vous.

Comme un amoureux frivole qui veut emporter une épouse fidèle, une fille honnête. Dès que son projet est connu du père ou du mari, il sait qu'il ne pourra arriver à ses fins. Ainsi dès que nous nommons, découvrons à son confesseur ce qui nous agresse, il laisse tomber.

Comme un chef de guerre qui fait le siège d'une ville et qui attaque par le côté le plus faible. Renforcer les côtés faibles, les vertus théologales, cardinales, morales ainsi que la prière. D'ailleurs, ne lisons-nous pas dans l'Écriture que « 1 P 5,8 - Soyez sobres, veillez. Votre partie adverse, le Diable, comme un lion rugissant, rôde, cherchant qui dévorer. »

La quatrième est plus subtile : elle manifeste sa capacité de ruser. Ignace dit que l'ange de lumière entre dans les vies de l'âme des fidèles et de sortir avec les siennes. Ainsi peut-on être plein d'ardeur pour le travail au sortir de l'office et arrivé dans sa chambre ne plus avoir de courage et éprouver la paresse. Il convient alors de noter ce genre de cheminement dans lequel on tombe pour ne plus y retomber. Les spirituels disent que le Malin n'a aucune imagination, il fait toujours pareil. L'important dans la lutte contre le démon, c'est à la fois la persévérance et la relecture pour repérer comment il fait avec nous.

V. Le pardon

Dois-je rappeler tout d'abord que Dieu ne révèle jamais purement et simplement notre péché sans dans le même temps nous proposer le salut. Autant je trouve dangereux le raccourci qui consiste à dire que nous sommes des pécheurs pardonnés (car que savons-nous de l'acceptation du pardon que nous réserverons à la proposition de Dieu ou d'autrui), autant je pense plus pertinent de dire que nous sommes des pécheurs en instance de pardon ou à qui le pardon est toujours proposé.

Enfin, lorsque l'on parle du pardon, il faut sans cesse se demander de quel point de vue on se place. Du point de vue de l'offenseur ou de l'offensé, du pardon demandé, reçu ou du pardon proposé ?

A. Ce que n'est pas le pardon

Le pardon n'est pas l'oubli par l'offensé de la blessure qu'il a subie. Le Christ en pardonnant à ses bourreaux et à ses disciples a-t-il perdu les stigmates de sa passion ? Ces blessures font partie de son corps ressuscité pour l'éternité. Les images liées au « c'est oublié ; ou alors la grande lessive ; ... » ont quelque chose de démagogique car elles ne disent rien de ce qui se passe vraiment dans le cœur de celui qui a été blessé.

Le pardon ce n'est pas l'oubli de la faute que j'ai commise et dont je ne me souviendrais plus. Au contraire, il convient de tenir comme une grâce de garder en mémoire la faute dont j'ai été pardonné. Comment, moi qui t'ai blessé à ce point, tu m'aimes encore ? C'est l'expérience assez commune mais ô combien fondatrice des fiancés qui après le temps amoureux s'aperçoivent que l'autre n'est pas si terrible que cela, que l'on n'a pas su se montrer sous son meilleur jour et que l'on a cru le perdre par ce que l'attitude était tout sauf séduisante. Et voilà que celui qu'on aime et que l'on a blessé nous choisit en pleine connaissance de cause. C'est là que se situe le véritable miracle de l'amour.

Le pardon ce n'est pas la disparition de l'autre par l'éloignement ou la mort (naturelle bien sûr).

Le pardon ce n'est pas l'excuse ou la compréhension. Car en définitive, on peut comprendre une erreur, le mal est ultimement toujours inexplicable.

Demander le pardon, ce n'est présenter ses excuses en disant « je m'excuse » ce qui serait encore une manière de renoncer à demander le pardon. Quoique meilleur, ce n'est pas non plus prier d'être excusé qui suppose cependant une plus grande vulnérabilité et une confiance en l'autre.

B. Ce qu'est le pardon, ce qu'il peut être.

Pour bien poser la question du pardon, mettons-nous en face de la réalité de la Shoah. Wladimir Jankelevitch a beaucoup réfléchi dessus et spécialement sur la question du pardon aux bourreaux. Il affirme entre autres

Qu'il y a des crimes imprescriptibles parce que les juifs ont été persécutés pour ce qu'ils étaient et non pour ce qu'ils avaient fait.

C'est aux bourreaux de demander le pardon

Seuls les victimes, et à défaut, leurs descendants peuvent accorder ce pardon.

Le pardon, ce n'est pas l'oubli.

Mais on ne peut se satisfaire de cela. On ne peut se satisfaire non plus de trop d'expression qui confond pardon et justice ; dimension interpersonnelle et dimension sociale.

Qui prend l'initiative ? C'est l'offensé, la personne blessée qui est sans doute la plus à même de proposer le pardon. Car l'offenseur, lui sait bien qu'il est coupable et qu'il ne mérite qu'une chose, c'est de se faire « jeter ». Ainsi, l'offensé en prenant un visage avenant, promesse de l'accueil, rend possible par sa seule attitude une démarche de l'offenseur.

Au fond du fond, le pardon consiste à renoncer à sa propre justice au profit de la résurrection, de la transfiguration d'une relation malmenée et peut-être mortellement blessée. Il s'agit de renoncer délibérément à sa justice pour être de nouveau ajustés les uns aux autres dans un projet de vie commun que l'on préfère en définitive au goût de mort qui commençait à s'installer. Le pardon, c'est la folle initiative face à l'inexcusable d'offrir un avenir commun aux deux protagonistes. « Crois-tu, dis l'offensé, que jamais je ne ferai mémoire de ce passé douloureux entre nous contre toi ? Crois-tu nous dis Dieu que toute cette souffrance qu'il y a entre nous a redoublé mes efforts pour te permettre de vivre de ma vie et de mon Esprit ? »

Et l'on comprend sans doute combien il est inutile de fantasmer sur un pardon qui rendrait la vie comme avant. Ce n'est pas vrai. Le pardon permet d'assumer le passé, pour tenir le cap de l'avenir dans un présent renouvelé, approfondi, densifié du miracle espéré et inespéré, attendu et inattendu de la confiance rendue. La qualité du pardon ne va donc pas se mesurer à l'absence de blessure ou encore à l'absence de saignement à telle ou telle autre occasion mais il se mesurera aux gestes quotidiens de nouveau possible. Comme les deux nations de l'Allemagne et de la France qui ont organisé des jumelages, des relations nouvelles. Et pourtant, personne n'a oublié et chacun se fait un devoir de la mémoire.

L'Évangile est rempli de textes, de paraboles qui nous parlent du pardon. Le paralytique amené par ses amis (Mc 2) ; la pécheresse pardonnée (Jn 8) ; le fils prodigue (Lc 15) , ...

L'avenir de nouveau ouvert et la confiance rendue nous reconstruisent de l'intérieur.

Il est aussi important d'accueillir et d'assumer sa propre histoire et de laisser passer l'Esprit de Dieu. Ce n'est pas toujours facile mais il n'y a pas d'avenir possible sans une acceptation pacifiée de tout ce qui a marqué notre vie. Il faut essayer de passer du remords au regret. Les événements, quels qu'ils soient, font partie de notre histoire sainte même si ces événements eux-mêmes ne sont pas forcément de l'ordre de la sainteté.

On peut reconnaître cette importance de notre histoire dans l'Évangile fameux du paralytique. Mettons-nous à l'écoute du texte de la guérison du paralysé de Capharnaüm :

Comme il était entré de nouveau à Capharnaüm, après quelque temps on apprit qu'il était à la maison.

Et beaucoup se rassemblèrent, en sorte qu'il n'y avait plus de place, même devant la porte, et il leur annonçait la Parole.

On vient lui apporter un paralytique, soulevé par quatre hommes.

Et comme ils ne pouvaient pas le lui présenter à cause de la foule, ils découvrirent la terrasse au-dessus de l'endroit où il se trouvait et, ayant creusé un trou, ils font descendre le grabat où gisait le paralytique.

Jésus, voyant leur foi, dit au paralytique: "Mon enfant, tes péchés sont remis."

Or, il y avait là, dans l'assistance, quelques scribes qui pensaient dans leurs cœurs : "Comment celui-là parle-t-il ainsi? Il blasphème! Qui peut remettre les péchés, sinon Dieu seul?"

Et aussitôt, percevant par son esprit qu'ils pensaient ainsi en eux-mêmes, Jésus leur dit: "Pourquoi de telles pensées dans vos cœurs? Quel est le plus facile, de dire au paralytique: Tes péchés sont remis, ou de dire: Lève-toi, prends ton grabat et marche ? Eh bien ! Pour que vous sachiez que le Fils de l'homme a le pouvoir de remettre les péchés sur la terre, je te l'ordonne, dit-il au paralytique, lève-toi, prends ton grabat et va-t'en chez toi."

Il se leva et aussitôt, prenant son grabat, il sortit devant tout le monde, de sorte que tous étaient stupéfaits et glorifiaient Dieu en disant: "Jamais nous n'avons rien vu de pareil."

En signe du pardon des péchés, Jésus guérit le paralytique. Or une question s'impose : Pourquoi Jésus demande-t-il à celui, qui désormais marche, d'emmener avec lui son grabat, grabat dont il n'a évidemment plus besoin.

La réponse, quoique simple, est profonde : Partir avec son grabat, c'est partir avec son histoire. Chaque fois qu'il le verra, il se souviendra des années qu'il a passé couché sur cette civière. A l'objet lui-même est attachée toute une part de sa vie. Le pardon remet debout. Le pardon n'a jamais effacé l'histoire des pécheurs. Les images de "grande lessive" et du "c'est oublié" sont inhumaines au sens où elles ne décrivent pas ce qui se passe au fond des cœurs.

Les péchés sont dans notre vie comme des blessures. Le pardon les cicatrise mais ne les efface pas. Il rend une histoire commune à nouveau possible et permet de vivre en paix avec son passé. C'est d'ailleurs considérable comme expérience. Être réconcilié avec soi-même et regarder sa

vie avec humour et humilité sont des trésors inestimables. Mieux vaut vivre avec quelques cicatrices qu'avec des plaies ouvertes. Faut-il pour nous en convaincre que le Christ ressuscite avec les plaies de sa passion ? Et c'est même à cela qu'il est reconnu. Même la résurrection n'efface pas l'histoire, bien au contraire, elle la transfigure. N'oubliez pas non plus cette phrase curieuse de l'Évangile : "Mieux vaut pour toi entrer borgne dans la Vie que d'être jeté avec tes deux yeux dans la géhenne de feu." Mt 18, 9.

Bien sûr, il ne s'agit pas pour le voyeur de se précipiter dans une clinique pour se faire amputer des yeux et devenir aveugle. Cela signifie qu'il vaut mieux se reconnaître blessé par la vie que de faire semblant de ne pas l'avoir été. Être aimés et connus tels que nous sommes, par Dieu et par nous-mêmes est une source de libération, de liberté. Et lorsque, ainsi connus, nous nous apercevons que Dieu, loin de nous rejeter, nous appelle à être témoins de sa miséricorde, nous goûtons une joie intérieure considérable.

La mémoire que nous gardons de nos péchés et de nos misères peut engendrer, si nous avons su accueillir véritablement le pardon de Dieu, deux attitudes fondamentales :

- une humilité de fond vis-à-vis de nous-mêmes. Bienheureuse mémoire qui évite en nous l'orgueil.
- un regard bienveillant vis-à-vis de ceux et celles qui auront connu les mêmes faiblesses. Sans être complices ou complaisants, vous saurez trouver les mots qui consolent et qui
- ouvrent l'avenir.

Je vous propose de voir Jésus à l'œuvre lui-même dans ce que je considère comme une des plus belles entreprise de pardon que je connaisse : Jn 21 Pierre et Jésus sur le bord du lac.

La rencontre de Pierre et de Jésus sur le bord du lac après la résurrection.

Dans l'Évangile de Jean, 21, 15-19.

Quand ils eurent déjeuné, Jésus dit à Simon-Pierre Simon, fils de Jean, m'aimes-tu plus que ceux-ci ? " Il lui répondit : " Oui, Seigneur, tu sais que je t'aime comme je peux. Jésus lui dit : " Pais mes agneaux. "

Il lui dit à nouveau, une deuxième fois Simon, fils de Jean, m'aimes-tu ? Oui, Seigneur, lui dit-il, tu sais que je t'aime comme je peux. " Jésus lui dit : " Pais mes brebis.

Il lui dit pour la troisième fois : " Simon, fils de Jean, m'aimes-tu comme tu peux ?

Pierre fut peiné de ce qu'il lui eût dit pour la troisième fois : " M'aimes-tu comme tu peux ? " et il lui dit : " Seigneur, tu sais tout, tu sais bien que je t'aime comme je peux. " Jésus lui dit Pais mes brebis.

En vérité, en vérité, je te le dis, quand tu étais jeune, tu mettais toi-même ta ceinture, et tu allais où tu voulais ; quand tu auras vieilli, tu étendras les mains, et un autre te ceindra et te mènera où tu ne voudrais pas. " Il signifiait, en parlant ainsi, le genre de mort par lequel Pierre devait glorifier Dieu' Ayant dit cela, il lui dit : " Suis-moi. "

Commentaire :

Le nom: Simon fils de Jonas. Jésus s'adresse au prénom et non à la fonction. Contrairement au narrateur qui considère toujours Simon comme celui qui a reçu la charge de Pierre.

La répétition trois fois en mémoire d'une trahison inoubliable, pour l'un comme pour l'autre.

Le jeu subtil du vocabulaire entre agapein et philein. Ici agapein a été traduit par aimer et "philein" par "aimer comme on peut". On voit tout de suite la force du dialogue.

Enfin, ce n'est pas parce que Simon fils de Jonas ne se sent pas capable d'aimer d'agapè qu'il ne le fera pas au soir de sa vie puisqu'il donnera sa vie pour le Christ.

C'est à partir du lieu où l'on se trouve que Dieu nous appelle et non du lieu où l'on aurait pu être.

© Bruno Feillet 09/07/2010

Transgresser, c'est humain

Paru dans Hémisphères 6, décembre 2013

[Article en version PDF](#)

Chacun joue quotidiennement avec les règles, les normes, les limites. Une certaine dose de désobéissance est même nécessaire à la créativité et à l'innovation.

La transgression nous concerne tous. Que cela plaise ou non aux âmes moralistes et bien-pensantes. Dépasser les limites fait partie de la nature humaine. Un instinct mu par la curiosité et un esprit aventureux sont parfois nécessaires à la survie. Si certaines transgressions sont extrêmes, choquantes, la plupart se perdent dans la banalité du quotidien, sans que nous en ayons conscience. A commencer par le mensonge, extrêmement répandu: «Un individu normal ment en moyenne 2,5 fois par jour, affirme la psychologue sociale Claudine Biland, auteure de Psychologie du menteur. Mentir est indispensable à la vie en société. On le fait pour protéger son image, obtenir un avantage, éviter un conflit ou pour ne pas faire de peine à autrui.» Certains individus excellent dans cet art et certains mensonges nuisent plus que d'autres. «Mais le mensonge représente un élément essentiel de la paix sociale, poursuit la psychologue. Pourtant, lorsqu'il est découvert, il est ressenti comme une trahison. En ce sens, il renvoie à la contradiction intrinsèque de l'esprit humain.»

Autre transgression quotidienne: l'utilisation de gros mots. «Les grossièretés représentent un écart à la norme, plus ou moins grave suivant le contexte et la personne à qui elles sont adressées, observe Gilles Guilleron, linguiste et auteur du Petit livre des gros mots. Ces termes souvent anciens – l'origine du mot «putain» remonte au XI^e siècle – sont transmis de façon orale de génération en génération, au sein des familles et des cours de récréation.» 80% de ces mots interdits ont une origine sexuelle, le reste étant lié à des tabous physiques ou religieux. Leur fonction consiste à libérer une tension ou une agressivité. «Je dis souvent que les grossièretés sont civilisatrices, car elles agissent au niveau métaphorique et permettent de ne pas s'en prendre physiquement à un congénère. Jurer, insulter, c'est être pris en flagrant délit d'humanité. C'est perdre la maîtrise de soi quelques instants et faire ressortir l'homme primitif en nous, à l'image de Nicolas Sarkozy et de son désormais célèbre «Casse-toi pauvre con».»

Pour grandir, il faut désobéir. Ces petits écarts de tous les jours ne sont pas anodins. Ils reflètent un mode de fonctionnement profondément ancré dans la psyché humaine. L'individu ne peut pas vivre sans transgresser. D'ailleurs, le jeune enfant ne peut pas grandir, ni apprendre à penser par lui-même, sans désobéir: «La transgression des règles devient naturelle chez le bébé dès qu'il sait marcher, aux alentours d'une année, explique la psychologue clinicienne spécialiste de la petite enfance Etty Buzyn. Pour s'autonomiser, il doit dépasser les limites. Car s'il ne se confronte pas à des interdits à explorer ou à tester, son imaginaire ne se développera pas. Il risque de renoncer à se construire, ce qui serait très inquiétant.» Le degré de transgression évolue tout au long de l'enfance et de l'adolescence, mais le mécanisme reste le même: l'être humain a besoin de jouer avec les règles pour se développer, explorer la vie, aller de l'avant.

Et l'enfant n'est-il pas confronté à des transgressions internes violentes avec le complexe d'Œdipe, qui survient entre 3 et 7 ans? «Ce conflit indispensable au développement psychique est en lien avec des tabous inconscients profonds, mais il ne doit normalement pas engendrer de transgression réelle, poursuit Etty Buzyn. Il doit être encadré par des parents dont le rôle est d'indiquer à l'enfant quelle est sa place. Ce n'est que lorsque les règles sont mal posées que l'enfant en arrive à essayer de transgresser certains tabous, comme l'inceste. Une telle dérive engendre des conflits insolubles pour l'individu, et sa future personnalité risque de ne pas se construire harmonieusement.»

L'origine biologique du respect des normes. La transgression est donc essentielle au développement de l'être humain. Certains scientifiques vont plus loin: le fait de désobéir ou d'obéir aux normes sociales aurait pour origine un mécanisme neurologique. Une équipe du département de l'économie de l'Université de Zurich, dont les résultats ont été publiés en septembre dernier dans Science, a montré comment une zone du cerveau située à droite du cortex préfrontal, appelée rLPFC, était impliquée dans le respect des règles sociales.

«Nous avons mené une expérience avec une soixantaine de cobayes humains, raconte le premier auteur de l'étude, Christian Ruff. Nous avons activé leur zone rLPFC par le biais d'électrodes posées sur leur crâne. Ils se sont alors montrés 30% plus respectueux des normes que sans stimulation.» Mais cette expérience n'a fonctionné que dans le cas où les participants avaient été prévenus qu'ils allaient être punis s'ils ne se conformaient pas aux normes. Lorsque les règles du jeu ne comprenaient pas de sanction, les individus n'ont pas modifié leur comportement. Au contraire, ils ont eu tendance à davantage transgresser...«Cela pourrait nous indiquer que la zone rLPFC permet avant tout à l'individu de se conformer aux normes pour éviter les sanctions du groupe. Cette découverte est importante, estime Christian Ruff. Il s'agit probablement d'une évolution du cerveau qui a permis à notre espèce profondément grégaire de survivre. Ce qui est intéressant, c'est que le cortex préfrontal est l'une des zones du cerveau humain qui se développe tardivement, durant l'adolescence. Il n'est dès lors pas étonnant que notre système pénal prévoie un traitement spécial pour les mineurs.»

S'il s'agit pour l'instant de recherche fondamentale, l'étude zurichoise pourrait à l'avenir trouver des débouchés dans les traitements de maladies mentales dues à un dysfonctionnement de la zone rLPFC. Mais que les esprits paranoïaques se rassurent, il ne sera jamais possible de traiter toute forme de rébellion par ce biais: «On ne peut pas poser des électrodes sur la tête de quelqu'un sans son accord et ce type de stimulation ne fonctionne pas bien sans un consentement du sujet», affirme Christian Ruff.

Les entrepreneurs, des ados rebelles. Une nouvelle plutôt rassurante pour l'avenir. Car les individus qui innovent, créent ou changent le cours des choses font souvent partie de ceux qui n'aiment pas se conformer aux normes. Les exemples abondent dans l'histoire de l'humanité, de Diogène à Galilée, en passant par Steve Jobs. Une récente étude menée par des psychologues allemands et suédois a d'ailleurs montré que les créateurs d'entreprise avaient souvent été des adolescents rebelles. Parue dans The Journal of Vocational Behavior, elle a analysé les parcours d'un échantillon de 1'000 individus suédois, entre l'âge de 10 et de 50 ans. Les chercheurs ont

pu établir un lien clair entre le désir d'enfreindre les règles durant l'adolescence et une future carrière entrepreneuriale.

«Sans être asociaux ou criminels, ces jeunes avaient de la peine à respecter les normes imposées par leurs parents, les horaires ou les codes de la route», résume Martin Obschonka, coauteur de l'étude et chercheur à l'Université Friedrich-Schiller de Jena. Parmi les exemples célèbres qui corroborent ces résultats, on trouve Bill Gates, plusieurs fois arrêté dans sa jeunesse pour des excès de vitesse. Ou Steve Jobs qui, à 18 ans, a cessé de fréquenter les cours de l'université pour laquelle ses parents s'étaient ruinés, tout en décidant de ne plus se laver... «Rien d'audacieux n'existe sans désobéissance aux règles», disait Jean Cocteau.

[Article précédent: *Les coûteuses surprises des frontaliers suisses* \(15/08/2013\)](#)

[Article suivant: *Transgresser pour innover* \(02/12/2013\)](#)