

Sans pardon pas de liberté

Karin Reuter

Psychologue,

Directrice de l'Institut Hoffman France

Michel Savage

Philosophe et sociologue

Comment concilier pardon et liberté ? Comment profiter de l'offense pour grandir ? Le Processus Hoffman tente d'accompagner dans cette voie de réconciliation.

La conscience sans limites que nous sommes reste à jamais inaltérée par ces actes ou ces paroles blessantes.

Quel rapport entre pardon et liberté ? Aucun, à première vue, si notre liberté est celle d'agir sans contrainte et le pardon le simple fait d'effacer l'ardoise... Plus que toute autre, ces deux notions nous renvoient à nous-mêmes, à la manière dont nous nous définissons, et donc à notre degré de conscience. Parler de pardon et de liberté, c'est parler de nous, c'est projeter ce que nous sommes.

Être libre revient fondamentalement à être libéré, de notre vivant, de l'enclos à partir duquel nous faisons l'expérience de la vie. Et le pardon, qu'a-t-il à voir avec tout cela ? Notre identité ne s'est pas créée toute seule : elle s'est construite au gré des contacts avec notre entourage familial tout d'abord, puis avec notre communauté de travail et notre communauté de vie. Nous baignons tous dans une société, dans une culture qui nous façonne tout autant que nous la façonnons en retour. Et les relations que nous entretenons sont parfois douloureuses, elles peuvent nous avoir blessé. C'est là que le pardon intervient. On peut voir le pardon comme une justice qui se rétablit une fois que les comptes sont réglés. C'est un premier degré de compréhension.

Plus profondément, on peut envisager aussi le pardon comme le renoncement à exiger réparation. La personne qui a été blessée accepte de s'ouvrir à nouveau là où elle s'est fermée, parfois pendant des années. C'est très différent d'un oubli. La personne offensée comprend profondément que celui ou celle qui l'a lésée ne pouvait pas agir autrement. Le cœur s'ouvre et la compassion lui permet de vivre la douleur de l'autre comme la sienne. Ne dit-on pas d'ailleurs que la personne qui pardonne est elle-même libérée du poids de la rancœur ou du ressentiment ? Le sentiment a pu être dit, la peine exprimée, et la vérité libérée. Cela correspond à un niveau de conscience et d'amour beaucoup plus élevé.

Il existe pourtant un niveau de pardon encore plus profond rendu possible par la pleine conscience de notre unité avec tout être vivant. Dans ces conditions, on reconnaît que personne ne nous a blessé sinon nous-même. L'autre n'est jamais qu'une autre facette de nous-même en tant qu'Absolu : il joue le rôle qu'on lui a prêté pour nous permettre d'intégrer une part d'ombre plus difficile à assumer. On peut toucher ce niveau de pardon lorsqu'on réalise que ce qui est blessé en nous, lors d'un manque d'amour ou d'une forme de violence quelconque, n'est jamais que notre identité factice. La conscience sans limites que nous sommes reste à jamais inaltérée par ces actes ou ces paroles blessantes. Mais il est important ici de ne pas se raconter d'histoire en jouant les détachés... Il n'y a pas de pardon authentique sans reconnaissance de sa blessure, sans quoi on pourrait cautionner tous les abus. En même temps, il est essentiel de ne pas se réduire aux personnages blessés que nous portons en nous.

Peut-on soutenir une telle vision face à la réalité de la maltraitance, des violences conjugales, de la torture, des camps de redressement, des crimes sanguinaires ou des génocides ? Oui. Pour les avoir vécus dans leur corps, un certain nombre de rescapés des camps de la mort ou d'erreurs judiciaires témoignent avoir trouvé, au cœur même de l'enfer, la paix qui dépasse l'entendement. Ils étaient libres au sein de leur prison parce qu'ils avaient pardonné. Ils n'étaient plus liés à leurs bourreaux par la haine, mais par l'amour, c'est-à-dire par la reconnaissance de leur humanité commune avec eux au-delà de leur visage de tortionnaire. Ce sont des témoins de la résilience, cette aptitude sublime qu'a l'être humain de féconder ses blessures, de transmuter des forces de mort en forces de vie.

... Pardonner, c'est briser un lien qui nous rattache au passé, ce qui suppose un processus de deuil. Le deuil est ce qui nous aide à renoncer à réparer les torts lorsqu'on se rend compte que sur un plan essentiel, il n'y a pas de torts. Il n'y a que la conscience qui s'incarne pour faire l'expérience d'elle-même et se reconnaître. C'est dans ce sens qu'on peut certainement dire qu'il n'y a pas de liberté sans pardon.

Pour en savoir plus :

Le Processus Hoffman
- un chemin vers soi pour mieux être adulte -

www.institut-hoffman.com

info@institut-hoffman.com

Tous les stages ont lieu au Clos Ermitage à 67140 Le Hohwald

Bibliographie :

« 4 étapes pour commencer à vivre : les atouts du Processus Hoffman » de Tim Laurence