

Interview met Jean Monbourquette: La route du pardon

Jean Monbourquette, o.m.i. enseigne à l'Université St-Paul à Ottawa. Psychologue et conférencier réputé, il a écrit un livre fort important sur le pardon intitulé : «Comment pardonner?», édité par Novalis. Jérôme Martineau avait recueilli ses propos à la suite de la parution de ce livre. Il est intéressant de constater que le pardon est revenu à la mode. Je ne devrais pas parler de mode, car le pardon dépasse les modes. Il est lié à la vie. Nous devons cependant trouver de nouveaux mots pour parler de cette réalité humaine et spirituelle. Jean Monbourquette a relevé ce défi.

Qu'est-ce qui vous a amené à écrire un livre sur le pardon?

J.M.- Je me suis aperçu que j'avais de la difficulté à donner un pardon à quelqu'un. Cela faisait trois ans que je travaillais à cela. Je priais et j'ai même fait une retraite afin de régler ce problème. Je ressentais toujours de l'agressivité. C'est alors que je me suis demandé si je ne devais pas procéder autrement, car pour moi le pardon est une dimension essentielle de la vie chrétienne.

Cette démarche m'a permis de remarquer que je percevais le pardon comme quelque chose de magique. Vous savez on dit souvent aux enfants de se pardonner à la suite d'une querelle. Ma recherche m'a fait découvrir que le Seigneur nous demandait de se mettre d'abord dans une attitude de pardon avant de pardonner. Je dois reconnaître, avant de pardonner que ma sensibilité a été blessée. Ce n'est qu'après avoir reconnu cela et m'être guéri que je pourrai effectivement donner un pardon complet.

GUÉRIR CE QUI EST BLESSÉ

C'est à partir de ce moment que vous avez regardé ce qui se passait au point de vue psychologique. Qu'avez-vous découvert?

J.M.- La personne doit se soigner avant de penser à l'autre. Il y a certaines blessures qui sont réactivées lorsqu'une personne nous fait mal. L'expérience montre aussi que l'on se fait blesser toujours au même endroit. On essaie de pardonner mais il y a quelque chose qui nous retient. Nous devons alors prendre un recul afin de mieux se connaître et ainsi courir la chance de guérir cette partie de soi qui est blessée.

J'ai aussi remarqué que la personne blessée ressent une honte parce qu'elle croit qu'elle s'est fait avoir. Elle se sent dépendante. Alors, elle se montre forte face à son agresseur. Elle se promet d'être indépendante et de ne plus se faire avoir.

NDC - Il arrive donc que l'on veuille pardonner à quelqu'un mais nos émotions nous empêchent de passer à l'acte...

J.M.- Oui, le morceau est souvent trop gros. L'émotivité ne veut pas pardonner. Des problèmes peuvent survenir si on se force à pardonner. La personne dirige alors ses énergies vers l'autre au lieu d'essayer d'abord de se guérir. Il faut d'abord nettoyer la blessure pour que le pardon survienne .

Il arrive que l'on donne de faux pardons!

J.M.- J'ai connu des gens qui avaient une certaine honte à ne pas pardonner. Alors, ils donnaient le pardon et c'était pour eux une manière de se montrer grand vis-à-vis l'offenseur et de se sortir de la

honte.

En fait, la personne veut montrer à l'autre qu'elle n'a pas été offensée si profondément que cela et elle lui dit : «Vois comme je suis grande et supérieure à toi au point de vue moral.» Le pardon devient à ce moment une défense et non pas un acte spirituel.

RESSENTIMENT ET VENGEANCE

Vous dites que celui qui ne pardonne pas peut difficilement vivre dans le présent. Comment pouvez-vous dire cela?

J.M.- Il arrive que la blessure soit grave et le fait de ne pas pardonner affecte toute la vie. La personne a mal et il y a des risques d'amour que la personne ne prendra pas de peur de se faire blesser à nouveau. Toute l'énergie de la personne est alors mise sur la blessure au lieu de construire sa vie.

Le grand danger consiste à entretenir le ressentiment. Le souvenir revient toutes les fois que se présente une situation semblable. L'adrénaline monte, cela fait mal et la personne ne sait plus quoi faire. Le ressentiment démolit et stimule l'agressivité

N'y a-t-il pas de fausses pistes de pardon qu'il faut proscrire comme par exemple celle d'éviter les énergies négatives?

J.M.- Le Nouvel Âge considère que l'agressivité et la colère sont composées de toute une série d'émotions négatives. Je ne suis pas d'accord avec cela. Il ne faut pas taire notre colère. Je ne dis pas cependant qu'il faut passer à la vengeance. Une saine colère peut être utile pour garder sa santé mentale. Je vais à ce moment accueillir ma colère et mon désir de vengeance sans prendre cette route-là.

Ces émotions peuvent cependant devenir négatives si elles prennent le dessus. Il ne faut pas que le mal détruise. Je le répète, la colère doit s'exprimer. Si on la refoule, d'autres problèmes peuvent surgir.

Il faut donc que la situation soit vidée lorsque le pardon est accordé...

J.M.- La personne offensée doit d'abord décider de faire cesser l'offense. Tu ne peux pas commencer à pardonner si la personne continue à te faire du mal. Jamais, le Seigneur ne nous a demandé de nous laisser détruire. Il nous suggère cependant de sauver notre intégrité personnelle.

Le premier réflexe doit être celui de ne pas se venger. Le pardon commence par un acte de courage qui n'est pas une forme de démission. La personne se dit : «Je n'accepte pas ce traitement.» La réaction doit se faire dans la non-violence. Je pense que Ghandi pourrait nous enseigner des choses à ce sujet: comment peut-on réagir dans la non-violence à quelqu'un qui nous a fait du mal? Je crois que nous jouons le jeu de l'offenseur si nous optons pour la violence.

UN CHEMIN DE LIBÉRATION

Est-ce que tout se pardonne? Je pense en particulier aux agressions sexuelles...

J.M.- J'ai l'impression que tout se pardonne pourvu que l'on fasse une réelle démarche de pardon.

Cela peut être long. Il faut aussi mettre les connaissances acquises par la psychologie au service du pardon à donner. Souvent, il n'y a que les traitements qui peuvent conduire à un réel pardon.

Diriez-vous que le pardon est aussi un chemin de libération?

J.M.- L'offense fait souvent très mal. La souffrance est forte et la personne risque à son tour de continuer la violence si elle ne guérit pas. Cela s'explique psychologiquement. La personne est impuissante lorsqu'elle se fait faire mal. Il arrive que pour sauver son intégrité, elle prend à son tour le rôle du bourreau.

Je pense aux agresseurs sexuels. La plupart d'entre eux ont été agressés dans leur enfance. Ils se sont identifiés à leur bourreau et ils ont agressé à leur tour. Pour arrêter cette violence, il n'existe pas d'autre chemin que celui de la guérison et du pardon.

Beaucoup de personnes disent : «Je lui pardonne, mais je n'oublie pas.» Qu'est-ce que cela veut dire?

J.M.- Cela dépend de ce que veut dire l'expression: «Je n'oublie pas.» En fait, il ne faut pas oublier. Pour pardonner, la personne doit pouvoir se souvenir. Si tu pardonnes réellement, cela veut dire que ta mémoire sera guérie. La mémoire ne fera plus mal.

D'autres personnes signifient par cette expression qu'elles continuent à en vouloir à la personne qui les a offensées. Il arrive que l'expression «Je n'oublie pas» puisse signifier que l'individu tire une leçon de l'événement qui a été vécu. Il a ainsi acquis de la sagesse et de la compassion. Dans ces cas-là, il ne faut pas oublier même si le pardon est donné.

Vous dites dans votre ouvrage qu'il arrive que l'on ne puisse pas pardonner parce que l'on a peur. Qu'est-ce que cela veut dire?

J.M.- Nous avons souvent peur de la réaction de l'autre. Il arrive que l'on se dise: «Il va recommencer à me faire du mal si je lui pardonne. Il va me maintenir dans un état de victime.» Les personnes ont alors peur de devenir davantage victime de leur agresseur.

C'est ici que je dis qu'une démarche complète de pardon est alors efficace. La personne prend conscience de l'acte de courage qu'elle pose. Elle décide de ne pas entrer dans le climat de violence.

Est-ce que des groupes à l'intérieur de la société peuvent se donner des pardons?

J.M.- Il est vrai qu'il y a des guérisons qui peuvent se vivre là aussi. C'est ce qu'on appelle un pardon collectif. Toute une population ou un groupe qui a été blessé peut transmettre à ses descendants des blessures subies au cours de l'histoire. Le pardon est possible si l'agresseur reconnaît officiellement qu'il a blessé un groupe. Le seul fait de prendre conscience que l'on a agressé un autre peut mettre les groupes sur la voie du pardon. Cette démarche délivre la collectivité qui se sent victime.

LE PARDON : DON DE DIEU

Jésus a dit dans l'Évangile qu'il faut pardonner soixante-dix fois sept fois. Que veut dire cette parole?

J.M.- Ce n'est pas le nombre de fois qui est important. Jésus nous dit que nous devons nous mettre dans une attitude de pardon si nous voulons le servir comme disciple. Il faut cependant que je défende mes droits. Mais le pardon a sa place. L'Ancien Testament nous disait que l'on pouvait se venger 70 fois sept fois. Jésus démolit cette loi de la vengeance. Il faut dire qu'au moment où Jésus a vécu, on avait déjà limité la vengeance en la réduisant à oeil pour oeil et dent pour dent...

J'ai assisté à des rencontres d'aumôniers de prison. Ils essaient de faire entrer le pardon dans le système judiciaire. Ils ont fait se rencontrer après une longue préparation homme et femme dont le garçon avait été tué dans un accident d'auto alors que l'homme était ivre.

À la fin du processus, la mère ne voulait pas que l'homme soit puni alors que ce dernier réclamait une peine exemplaire. Le juge a tenu compte de cette démarche lorsqu'il a rendu la sentence.

Il ne faut pas oublier que le pardon est un don. Le pardon nous vient d'abord de Dieu. Nous sommes appelés à nous laisser convertir par l'amour de Dieu et ensuite nous sommes capables de pardonner. Jacques Pohier nous dit que ce n'est pas nous qui pardonnons, c'est Dieu qui pardonne à travers nous.