

Guérir du passé ***Du combat pour la liberté au travail pour la paix***

Michael Lapsley

Editions de l'Atelier / Editions Ouvrières, 2015.

Notes personnelles : j'ai assisté à une conférence de l'auteur et ai acheté son ouvrage à la sortie. La conférence titrait « guérir la mémoire traumatique » ; mais le titre de l'ouvrage est plus juste des propos tenus : « guérir du passé ». L'auteur (religieux Anglican néo-zélandais qui a vécu son ministère en Afrique du Sud lors de l'Apartheid) s'est engagé dans l'ANC et a été victime d'une lettre piégée qui lui était adressée : il a perdu ses deux mains et un œil dans l'explosion du colis. Il a traversé cette épreuve et transformé ce traumatisme en créant des groupes de paroles « pour la guérison des mémoires ». C'est ce qui a retenu mon attention dans cette fiche de lecture. Il disait notamment que chaque pays a son traumatisme enfoui ; en France, c'est la Guerre d'Algérie.

« Les pertes que j'ai subies ont évidemment un caractère définitif, mais c'est vrai aussi pour les bénéfices que j'en ai retirés pour moi-même et pour les autres. La vérité, c'est que lors de cet attentat j'ai beaucoup perdu, mais il me reste beaucoup et j'ai aussi gagné. Je suis infiniment plus riche à l'issue du voyage que j'ai effectué et ma vie n'est dès lors pas faite que de regrets. Evidemment, une partie de moi-même dit : 'Si seulement j'avais réalisé qu'il s'agissait d'une bombe et si je ne l'avais pas ouverte', mais Dieu m'a permis de » faire de cet attentat une expérience rédemptrice. Certaines personnes qui ont subi des choses horribles sont certes des survivants, mais ils restent prisonniers d'un moment de leur passé. Je pense qu'il faut franchir un pas de plus, celui qui consiste à ne plus être un objet passif de l'Histoire – quelqu'un qui a subi quelque chose de terrible – pour devenir un sujet actif, c'est-à-dire quelqu'un qui contribue à nouveau à créer et à façonner et à créer le monde. Dans ces conditions, j'ai commencé à comprendre que si la haine, l'amertume et un désir de vengeance me consumaient, je serais une victime pour toujours. Dans ce cas, mes agresseurs n'auraient pas réussi à tuer mon corps, mais ils auraient certainement tué mon âme. L'avalanche de messages d'amour et de soutien que j'ai reçus m'a permis de passer du rôle de victime à celui de survivant et, finalement, à celui de vainqueur. Ce ne fut pas un processus rapide ni facile, mais un long cheminement qui se poursuit encore aujourd'hui. Dans un premier temps, j'ai lutté en vue de me rétablir et de revenir à la vie et, ensuite, j'ai vécu cette vie aussi simplement et aussi joyeusement que possible. C'est ainsi que je concevais la victoire. »

« Alors que je réfléchissais à ces passages des Ecritures et que je les laissais opérer leur travail de guérison, j'ai commencé à me rendre compte que le handicap était en fait la norme de la condition humaine. L'imperfection, l'incomplétude, la cassure, autant d'expériences humaines universelles et ceux d'entre nous qui souffrent d'un profond handicap physique sont le reflet de la réalité de la grande famille humaine. Plusieurs années plus tard, dans le cadre de mon travail pour la guérison des mémoires, les marques visibles de ma souffrance ont créé un lien avec d'autres personnes qui portaient leurs propres blessures, qu'elles soient visibles ou invisibles, et ce lien est devenu un pont qui enjambait les cultures, les religions et les pays. La douleur est en effet universelle. (...) C'est alors que j'ai commencé à comprendre que nous qui vivons avec un handicap, nous sommes le trésor de la famille humaine. Nous sommes la preuve que la fragilité, la maladie et la cassure font partie de façon inéluctable de l'expérience humaine. Par notre besoin d'assistance, nous personnifions l'interdépendance. Nous réveillons le don de la compassion chez les autres et nous rappelons à la famille humaine que nous avons besoin les uns des autres et que nous ne pouvons pas être des êtres humains à part entière uniquement par nous-mêmes. »

En fait, les handicapés ne demandent pas à être intégrés dans une société. Ils demandent à en faire une avec les autres. C'est une approche totalement différente...

Après l'Apartheid, a été mise en place la Commission Vérité et Réconciliation (15 Avril

1996), présidée par Mgr(Anglican) Desmond Tutu, sur le principe suivant : celui qui confessait ses crimes et demandait pardon était amnistié. Certains pensaient alors que l'on marchandait la justice au prix de la vérité. Ces dispositions de la Commission gouvernementale sont donc débattues par la Cour Constitutionnelle. « Si la Cour Constitutionnelle reconnut que l'amnistie équivalait à renoncer à la justice rétributive, elle affirma cependant que ladite amnistie s'apparenterait en contrepartie à une justice restaurative, sous forme de réparations. »

« Dans la communauté blanche, il était question et c'est toujours d'actualité dans une certaine mesure, de passer l'éponge, de pardonner et d'oublier. Mais ce n'est pas une voie de guérison au niveau national. La guérison ne peut intervenir que si les mémoires elles-mêmes ont été guéries. La nation doit affronter collectivement ce qui est arrivé. (...) En tant que nation, nous avons choisi, en instituant la Commission Vérité et Réconciliation, de ne pas emprunter la voie de la punition, mais d'octroyer l'amnistie en échange de la vérité. (...) Reconnaître sa responsabilité constitue le premier pas vers la guérison, mais si nous voulons que la réconciliation soit totale, nous devons accorder des réparations matérielles chaque fois que cela est possible. C'est vrai pour les individus et pour les sociétés. (...) De nombreux complices de l'apartheid attendent des personnes opprimées par l'ancien régime qu'elles continuent à vivre comme si de rien n'était, et certains prédicateurs chrétiens parlent aussi du pardon comme si c'était quelque chose de léger, de bon marché et facile. Cependant, pour la plupart des êtres humains, le pardon est douloureux, coûteux et difficile. Ces prédicateurs aimeraient que nous appliquions ce que j'appelle la théologie de la bicyclette. Je m'explique : je vole votre bicyclette. Six mois plus tard, je reviens vers vous et je reconnais les faits, en disant : 'Oui, je suis réellement désolé, j'ai volé votre bicyclette. Voulez-vous me pardonner ?' Si vous êtes une bonne personne, vous répondrez : 'Oui, je vous pardonne.' Et moi je garde la bicyclette ! Des relations de pardon et de guérison impliquent l'octroi d'une réparation pour ce qui a été volé, en l'occurrence la restitution de la bicyclette. » Ainsi par exemple, un médecin Noir dont la maison avait été incendiée par une soixantaine de jeunes Blancs leur a dit qu'il ne déposerait pas plainte, mais qu'ils devaient reconstruire sa maison ; et qu'il leur demandait aussi de trouver dans la communauté Blanche des personnes âgées ou pauvres à aider dans la durée. La question est : ces jeunes auraient-ils mieux tourné s'ils avaient été mis en prison ? La faiblesse de la CVR (dont les audiences étaient retransmises en intégralité à la télévision) était qu'elle ne pouvait que suggérer des réparations au gouvernement, elle ne pouvait pas les imposer juridiquement. « Difficile de ne pas conclure que le gouvernement a trahi la confiance de son propre peuple. »

« En raison des expériences dégradantes et humiliantes qu'ils ont vécues, les victimes de la torture développent souvent un sentiment de honte par rapport à ce qu'ils ont enduré. Ces survivants attendent parfois de nombreuses années, voire des décennies, avant de parler de ce qui leur est arrivé. 'Va-t-on me croire ? Qu'est-ce que les gens vont penser de moi s'ils savent ce qui m'est arrivé ?' C'est particulièrement vrai pour les sévices sexuels et pour le viol, aussi bien de femmes que d'hommes. Au plus profond de son cœur, la victime se reproche parfois d'avoir été une victime. Ces sentiments sont très forts et ils peuvent même se manifester chez des gens qui comprennent, en toute logique, qu'ils ne sont en rien responsables de ce qui leur est arrivé. »

« Beaucoup de vétérans (soldats) ont accumulé des strates de douleur, qui ne sont pas toujours liées à l'engagement militaire. Certains ont assisté à plus d'un atelier et l'un d'eux a dit que cette démarche consistait à 'peler l'oignon de sa douleur'. Autre remarque importante à propos des anciens combattants : les nations envoient leurs jeunes gens à la guerre, mais lorsqu'ils reviennent, si c'est une guerre impopulaire, personne ne souhaite entendre leur histoire. Ce fut particulièrement vrai aux Etats-Unis pour la guerre du Vietnam. Par contre, s'il s'agit d'une guerre populaire, nous prenons plaisir à l'élever au rang de mythe, que nous célébrons au moyens de marches, de parades et de médailles, mais dans le fond nous ne souhaitons pas entendre parler des cauchemars de ceux qui ont survécu, ni de la douleur tenace qu'ils ramènent à la maison. Je pense donc que les ateliers de guérison des mémoires ont une contribution importante à apporter à cet égard. »

Les « ateliers de guérison des mémoires », concrètement :

- Il y a dans l'assemblée des membres des deux 'camps'. L'atelier commence par le repas du premier soir et se termine après le déjeuner du troisième jour.
- Généralement, il y a environ vingt-cinq participants, un facilitateur pour chaque petit groupe de cinq-six personnes et un facilitateur-en-chef qui doit donner le ton et diriger les séances du groupe entier.
- C'est un travail émotionnel, une suite de narrations d'histoires qui vont nourrir la réflexion. Avant tout, c'est une expérience profondément interpersonnelle, où nous sommes à l'écoute de la douleur de l'autre ainsi que la nôtre, et où nous reconnaissons notre souffrance mutuelle. Partager sa douleur permet de se sentir moins isolé.
- Les personnes s'inscrivent : elles disent pourquoi elles s'inscrivent (les organisateurs doivent savoir s'il y a des choses qui risquent de demander un suivi psychologique en plus de l'atelier) et chacune est informée qu'elle croquera des gens « de l'autre camp », et on lui fait comprendre que c'est aussi une occasion inespérée de les rencontrer.
- Le facilitateur doit être souple et attentif : si quelqu'un a besoin d'une pause, on fait une pause ; les gens doivent sentir qu'ils ne sont pas là pour subir un interrogatoire ou être jugés, mais être écoutés et considérés, mis en valeur ; ils doivent s'approprier le processus. Le facilitateur ne fait pas cela pour flatter son ego ; il fait cela pour servir les gens et établir un nouveau type de rapports au sein de la société. Le facilitateur doit aussi respecter les silences : le silence n'est pas un manque d'implication, ce peut être un moment d'intériorisation. Parfois, des participants silencieux demanderont à revenir une seconde fois et là s'exprimeront.
- On commence par un dîner ; puis par un film (ou un spectacle) qui expose le drame national dont il s'agit (et sert de déclic émotionnel). Les gens prennent la parole pour dire comment ils ont réagi intérieurement à ce spectacle. On dit ensuite aux gens qu'ils auront tout le temps nécessaire le lendemain pour raconter leur histoire personnelle. Puis on leur donne un questionnaire auquel réfléchir (et à lire avant de s'endormir) :
 - Quelles ont été les expériences les plus douloureuses et les plus extraordinaires de votre vie ?
 - Comment avez-vous survécu ? Comment avez-vous trouvé les ressources nécessaires pour le faire ?
 - Quel a été votre cheminement spirituel ?
 - Comment le passé de votre nation vous a-t-il affecté ?
 - Comment le parcours de vos parents ou de vos grands-parents vous a-t-il affecté ?
 - Qu'avez-vous fait ?
 - Que vous a-t-on fait ?
 - Qu'avez-vous omis de faire ?
- L'animateur (« le facilitateur ») prend la parole : « Nous sommes sur le point de partir en voyage tous ensemble. Au fil du week-end, nous allons vous inviter à raconter votre histoire et à nous faire partager la douleur de ce qui vous a conduits ici. Nous espérons que vous pourrez vous décharger d'une partie de votre fardeau et que vous pourrez poursuivre votre vie en vous sentant plus légers. Pour beaucoup d'entre nous, parcourir ce chemin peut tenir du défi. Nous ne voulons pas que vous ayez l'impression que nous vous poussons au-delà de vos limites. Ce n'est pas une séance de magie et nous ne vous délivrerons pas à la fin des travaux un certificat sur lequel il est écrit 'guéri'. Ce que nous vous offrons, c'est l'occasion de faire un pas. Mais ça peut être un pas de géant et, dans certains cas, il peut même changer votre vie. » Puis l'animateur demande d'adhérer aux règles suivantes : chacun s'engage à assister à l'ensemble des travaux ; à respecter une stricte confidentialité et à s'écouter mutuellement et respectueusement sans émettre des critiques ni donner des conseils.
- Le lendemain matin, les participants sont invités à dessiner sur papier blanc l'histoire de leur

vie à la lumière de ce que la réflexion sur les questions leur a apporté et des sentiments que cela a fait surgir. En précisant que ce n'est pas un concours d'art, et que le dessin peut être figuratif ou abstrait. Le but est d'extérioriser ce qui se trouve en nous, de signifier de que l'on a vécu.

- Puis ils sont répartis en petits groupes (de 5-6) avec un facilitateur ; dans les groupes, personne ne doit déjà se connaître ; et les groupes doivent être les plus disparates possibles (couleur de peau, âge, sexe, religion, etc.) Les personnes commencent alors à raconter leur histoire ; avec comme support leur dessin à commenter, en insistant non pas tellement sur ce qu'elles pensent de ce qui leur est arrivé mais sur ce qu'elles ressentent. Le temps que chacun s'exprime, cela peut prendre toute la journée ; on ne s'arrête que pour des pauses repas ou café. Le facilitateur raconte aussi sa propre histoire. Aucun sentiment n'est rejeté ni déclaré illégitime (même la haine). L'authenticité des expériences partagées génère naturellement le respect de la prise de parole de chacun. Chacun peut réagir à ce que la personne a exprimé (compassion, etc.), mais on ne dévie pas (« et moi... »), on reste centré sur chaque personne à tour de rôle, jusqu'à ce qu'elle dise en avoir fini.
- Avant le repas du soir, on prend une heure en grand groupe pour reparler de l'expérience vécue dans la journée : non pas répéter ce qui a été dit, mais exprimer les ressentis que l'exercice d'atelier de parole-sur-dessin a fait naître. C'est un peu plus conceptuel. D'ordinaire, un sentiment de soulagement et de camaraderie est palpable. C'est le moment où les participants « pigent le truc » de l'atelier de guérison des mémoires... Les participants sont fatigués, mais ils sont heureux et se sentent victorieux.
- Après le dîner, on a un moment festif (danse, rires, musique de fond et discussions informelles, etc.) pour se relaxer et laisser les gens parler à qui ils veulent librement.
- Lors du troisième et dernier jour, on ne se focalise plus sur le passé mais sur l'avenir, et l'on compose une petite « liturgie » profane (ou religieuse si les gens partagent la même foi et le souhaitent). Lorsque nous sommes en position de victimes, nous sommes passifs. En guérissant, nous devenons actifs et nous reprenons la maîtrise de notre vie. Chacun confectionne donc en glaise un symbole de paix qui lui est personnel ; chaque petit groupe prépare un geste d'offrande pour la cérémonie (une danse, un chant, un sketch, etc.). Et on fixe les grands mouvements de la cérémonie à venir. Puis pause repas. Après le repas, chacun reçoit une feuille de papier sur laquelle il écrit de façon secrète un élément du passé dont il se débarrasse (sentiment, fardeau, lien, etc.). La cérémonie débute toujours par une procession qui va de l'intérieur du bâtiment à l'extérieur ; là un feu attend les participants ; là chacun jette au feu son papier ; puis on retourne à l'intérieur dans une grande salle ; chaque petit groupe fait son offrande ; puis chacun dépose son symbole de paix ainsi qu'une bougie allumée (on se met en cercle, à tour de rôle chacun dépose au centre du cercle son symbole et l'explique). Guérir, c'est évacuer le poison du passé et retrouver la capacité de construire et de façonner le monde à nouveau. On observe un temps de silence autour des symboles de paix et des bougies. La « liturgie » est un rite de passage ; du fardeau à la paix. Les blessures peuvent demeurer visibles mais elles sont guéries. La victime triomphe non en se vengeant mais en devenant pleinement elle-même.
- L'atelier est une sorte de conteneur ouvert, dans lequel les participants sont libres de déposer leurs contributions personnelles et culturelles uniques et précieuses. L'espace sécurisé et sacré que nous mettons en place permet aux participants non seulement de se sentir reliés les uns aux autres, mais aussi d'être en prise avec ce que chacun perçoit comme la finalité ultime de l'existence, qu'elle soit ou non personnifiée par Dieu.

Site : <http://www.healing-memories.org>