



POURQUOI IL FAUT TRAHIR POUR GRANDIR

Lorsqu'un philosophe mène l'interview, c'est pour aider à l'accouchement des idées. Cette fois, Fabrice Midal a choisi de rencontrer une psychothérapeute et de nous confronter à nos petites et grandes frustrations familiales. Pour que nous en sortions grandis.

FABRICE MIDAL. Bonjour Nicole, cet entretien autour de la trahison me tenait à cœur. Vos analyses sont percutantes et sortent d'une vision idyllique et naïve des émotions et des difficultés de l'existence.

NICOLE PRIEUR. Effectivement, j'apprécie de creuser des thématiques taboues et connotées négativement. La bien-pensance fait des ravages auprès des patients. Depuis de nombreuses années,

je travaille sur la trahison. Au cours des consultations, des patients déclarent « *J'ai été trahi* », puis se taisent. Ils ne vont pas au-delà. En employant le mot « trahison », ils ont l'impression d'avoir tout dit. Leurs phrases sont à la fois déclaratives et conclusives. Or le processus de trahison est inhérent à la condition humaine.

F.M. Cette première leçon est incroyable ! Pour avoir le sentiment d'être un bon garçon, j'avais besoin de ne pas trahir. J'ai un grand sens de la culpabilité...

N.P. Oui. On ne peut pas ne pas trahir. On finit toujours par trahir un jour ses amis, son conjoint, ses supérieurs, ses parents... Étymologiquement,

« trahir » provient du verbe latin *tradere*, que l'on traduit par « passage ».

À l'origine, cela signifiait « passer d'un camp à un autre », mais pas nécessairement d'un camp ennemi à un

autre. La trahison n'est donc pas une rupture mais une transformation, qui nous permet de penser notre existence avec une plus grande continuité. C'est le concept de « continuum de l'existence » : je ne vis pas des tranches de vie discontinues. Au fil des années et des changements, je me construis un ensemble cohérent, une assise identitaire.

F.M. Pouvez-vous nous donner un exemple qui illustre le « continuum de l'existence » ?

N.P. Bien sûr ! Avec mes parents, il m'est parfois nécessaire d'être déloyale. Imaginons que mon père et ma mère désirent que je devienne avocate alors que j'aspire à être comédienne. Ne me reconnaissant pas dans les attentes familiales, je vais trahir mes parents en conscience. Car si je n'épouse pas la profession qui me passionne, je vais me trahir moi-même et passer à côté de ma propre existence. Lorsqu'un patient connaît des échecs répétés, c'est généralement parce qu'il a continué à suivre une orientation professionnelle qui n'était pas la sienne.

F.M. Mais comment faire pour que cette trahison ne fasse pas de moi un « salaud » ? Peut-elle avoir une dimension éthique ?

N.P. Oui. La relation parents-enfant commence par de nombreux dons. Nos parents nous donnent la vie, de l'amour, des savoirs... Et nous transmettent aussi leurs névroses. Au sein de son berceau, le nourrisson est déjà lourdement endetté. Il est lié à un système

de loyautés. Cet héritage symbolique soumet l'enfant à d'importantes contraintes de développement. Or il ne sera pas capable de répondre à toutes les attentes familiales et les trahira. L'enfant idéal est un mythe. Pour que la famille grandisse ensemble, il est nécessaire que l'enfant reconnaisse la souffrance qu'il engendre, l'ensemble de ses dettes et donne en retour. C'est tout un travail de dialectique. Je me construis en tant que sujet éthique à partir du moment où je me pose ces questions : que me donne-t-on ? Qu'ai-je reçu ? Que suis-je prêt à transmettre à mon tour ? Je me reconnais alors dans ma propre dignité, ma propre liberté, qui n'est pas une liberté contre l'autre.

F.M. Pour engendrer des évolutions positives, je dois reconnaître mes dons. Trahir est un passage durant lequel il ne faut pas se laisser submerger par la culpabilité. Comment la personne qui est trahie vit-elle, pour sa part, cette étape ?

N.P. C'est dur ! Elle se sent abandonnée, incomprise, seule. C'est une grande déception, un séisme, une rupture de sens. Elle ne comprend pas ce qu'il lui arrive. Elle avait imaginé des projets qui partent en fumée en quelques minutes. Elle peut tomber dans la colère et développer un sentiment de vengeance. Si la colère monte, elle doit la laisser s'exprimer. Être furieux, traiter l'autre de tous les noms d'oïseaux... Il faut passer par ce stade.

F.M. Déception, colère, vengeance... En quoi n'est-ce pas une catastrophe ?

N.P. Si douloureuse qu'elle soit, la trahison est libératrice. Elle permet de rentrer en contact avec la réalité de l'autre. L'interface, qui nous séparait, disparaît. Nous sommes avec lui, avec ses défauts, ses fragilités, ses limites. En prenant du recul, la personne trahie percevra, de plus, que la trahison ne surgit pas du néant. Elle est la conséquence d'interactions précédentes. Par exemple, un couple, qui projetait de concevoir un enfant, se sépare. Le mari part, l'épouse ne comprend pas. Elle est submergée par le chagrin. Elle réfléchit, se remémore des discussions. Peut-être le mari s'est-il senti lui-même incompris ? Depuis de nombreux mois, il ne s'épanouissait plus dans la relation. Un bébé n'avait pour lui plus aucun sens. La trahison est une altération coconstruite. Cette prise de conscience permet à la personne trahie de se repenser comme acteur, capable de réintroduire du changement dans son existence.

F.M. La trahison constitue un processus dont la première étape est une prise de conscience...

N.P. En effet, c'est un long cheminement qui nous confronte aussi à notre impuissance absolue. La trahison nous met face à la nécessité d'accepter les pertes. Pour en sortir grandi, il est nécessaire d'accepter que des événements dépassent notre entendement. Que la réalité s'organise au-delà de nos propres projections, génératrices de frustrations. Mes attentes ne sont pas toujours légitimes. C'est ainsi : je n'ai aucune prise sur le réel. Et la trahison fait partie de la vie.

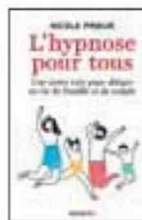
F.M. Ce cheminement nous invite-t-il à un renouvellement ?

N.P. La trahison nous déplace hors de nous-même et nous conduit où nous ne souhaitons pas être. Pris de colère, je dévoile mes propres démons. Je reconnais mon humanité. De retour au calme, la situation s'apaise : j'accepte les pertes, de rester dans une part d'incompréhension, mon impuissance... Ensuite, je peux me poser des questions essentielles sur ma propre existence et je reprends ma vie en main. Lorsque la trahison est difficile, il est nécessaire d'être accompagné, au cours du processus, par un thérapeute.

F.M. Pour renâître, doit-on connaître obligatoirement une petite mort ?

N.P. Il n'y a pas de doute. La transformation est plus profonde lorsqu'on a approché notre part d'ombre et celle de notre conjoint, de nos parents, de nos amis... Ce processus de trahison est à vivre, à travers l'ensemble de ces étapes. Ce mouvement inéluctable, il faut le traverser afin de mieux nous accepter tel que nous sommes et d'être dans la rencontre avec l'autre. 🐸

AVEC LA COLLABORATION D'ALICE PAPIN



À LIRE 
DE NICOLE PRIEUR

Petits Règlements de comptes en famille, Albin Michel, 2009.

Amour, famille et trahison, Marabout, 2008.

L'Hypnose pour tous, Payot, 2018.

FABRICE MIDAL
PHILOSOPHE, EST
L'AUTEUR, CHEZ
FLAMMARION, DE SAUVEZ
VOTRE PEAU ! DEVENEZ
NARCISSIQUE (2018)
ET DE TRAITÉ DE MORALE
POUR TRIOMPHER DES
EMMERDES (À PARAÎTRE).

NICOLE PRIEUR
THÉRAPEUTE FAMILIALE
ET HYPNOTHÉRAPEUTE,
A FAIT PARAÎTRE DE
NOMBREUX OUVRAGES SUR
LA RELATION FAMILIALE.