

A portrait of Nicole Prieur, a woman with short dark hair, wearing purple-rimmed glasses, a black top, and a gold beaded necklace. She is smiling and looking slightly to the right. The background is a warm-toned wall with a framed picture and some wall-mounted items.

Nicole Prieur, psychanalyste et philosophe

TRAHIR, *une voie*
vers la LIBERTÉ

Dans son dernier ouvrage, Nicole Prieur réhabilite la trahison, comportement pourtant communément réprouvé. Elle en décrypte toute la richesse et la complexité, nous montre en quoi elle est un chemin obligé pour devenir un sujet libre, meilleur pour soi et pour les autres. Elle insiste aussi sur la responsabilité éthique qui incombe aux traîtres. PAR ISABELLE GRAVILLON

La trahison est considérée comme un acte moralement condamnable. Pourquoi vous y intéressez ?

Nicole Prieur : Au cours de ma longue expérience de thérapeute, j'ai souvent observé un phénomène étonnant : chaque fois que la notion de trahison était évoquée par un patient (« *j'ai trahi* » ou « *j'ai été trahi* »), une forme de sidération survenait. Comme si tout était dit au travers de ce mot tellement connoté, comme s'il bloquait toute réflexion, toute possibilité d'aller au-delà. Du point de vue psychique, un tel impensé est forcément intéressant et complexe, il cache immanquablement beaucoup de souffrances mais aussi de ressources. J'ai eu envie de creuser.

N'y a-t-il pas aussi un vrai plaisir intellectuel à prendre à rebours des pensées bien établies ?

N. P. : Oui, c'est très important pour moi. Ma formation philosophique m'incite à toujours regarder au-delà des évidences et de la doxa. En veillant à ne jamais me laisser enfermer dans une pensée consensuelle – par exemple « *les traîtres sont tous des pourris* » –, en m'autorisant à faire un pas de côté, je m'ouvre à de nouveaux angles d'observation, donc à une réflexion féconde.

Selon vous, « on ne peut pas ne pas trahir ». Pourquoi serions-nous condamnés à être déloyaux ?

N. P. : Trahir est inhérent aux relations humaines. Pour affirmer cela, je me fonde sur l'analyse de l'anthropologue Marcel Mauss. Pour lui, toute relation humaine

s'organise autour de trois mouvements : donner, recevoir, rendre. Or, il me semble assez évident que dans les relations de proximité, familiales et amicales, il existe toujours un déséquilibre entre ces trois pôles. Ne pas trahir celui qui me donne son affection et être totalement loyal vis-à-vis de lui signifierait répondre à l'ensemble des attentes qu'il a à mon égard. Mais comment le pourrais-je ? Personne ne peut jamais rendre à la hauteur de ce qui lui est donné et qu'il reçoit, c'est un fait ! Ce hiatus est particulièrement criant au sein de la famille : un enfant trahit toujours ses parents car il n'est jamais tout à fait en adéquation avec les rêves qu'ils avaient échafaudés pour lui.

En quoi trahir peut-il être bénéfique ?

N. P. : Lorsque nous nous accrochons au devoir moral de ne trahir sous aucun prétexte les attentes de nos parents, de notre conjoint ou de nos amis, cela nous conduit souvent à trahir nos propres besoins, désirs, idéaux, valeurs. Bref, à nous trahir nous. Pour être fidèle à nous-même et nous respecter, pour trouver la place qui nous correspond, nous n'avons bien souvent d'autre choix que de trahir les loyautés insidieuses dans lesquelles on nous a enfermés. Ainsi, nombre d'attentes de parents vis-à-vis de leur enfant ne sont que le résultat de leurs névroses et blessures personnelles. Elles ne sont pas forcément bonnes pour lui : les trahir est alors une obligation qu'il ne doit pas fuir. Dans un couple, l'autre me considère souvent à travers le prisme de ses

Nicole Prieur

Psychanalyste et philosophe, spécialisée dans les relations familiales, elle est directrice du conseil scientifique du Centre d'études cliniques des communications familiales (Ceccof). *Les Trahisons nécessaires. S'autoriser à être soi* (Robert Laffont, 2021) est son dernier ouvrage paru.

propres représentations, chargées du poids de son histoire, de ses fragilités, de l'empreinte des rencontres précédentes : s'y soumettre reviendrait à renoncer à moi-même et à me fondre dans la personne qu'il veut que je sois. Mieux vaut alors trahir l'autre que se trahir soi. L'étymologie latine du mot trahison est *tradere*, qui signifie « passer d'un endroit à un autre », sans connotation morale particulière. J'y vois la confirmation du fait qu'opérer des changements dans sa vie et se mettre en mouvement dans le but d'aller vers soi implique forcément des trahisons.

Vous insistez dans votre livre sur le fait que cette thématique de la trahison est particulièrement actuelle. Pourquoi ?

N. P. : Le monde actuel complexifie les loyautés qui s'imposent à nous et multiplie donc les situations où nous sommes amenés à trahir. Comment se sentir à l'aise quand nous travaillons pour une entreprise polluante alors que nous sommes sensibles aux enjeux écologiques ? Comment être présents pour nos parents âgés alors que nos enfants ont besoin de nous pour garder nos petits-enfants ? Comment vivre notre situation de mère ou de père quand nous recevons nos enfants seulement un week-end sur deux alors que nos beaux-enfants habitent avec nous toute la semaine ? J'observe aussi qu'à notre époque il est de moins en moins tolérable de se trahir soi : nombre de mes patients, quel que soit leur âge, placent au-dessus de tout leur

aspiration à être loyaux vis-à-vis d'eux-mêmes. Tous les mouvements de libération de la parole actuels sont d'ailleurs à inscrire dans cette tendance : pour ne pas se trahir soi, les victimes osent désormais trahir les non-dits et silences complices autour de l'Église et des prédateurs sexuels, et les désigner eux comme traîtres.

S'autoriser à trahir ne nous incite-t-il pas à valoriser notre épanouissement personnel au détriment d'autrui ?

N. P. : Toute la question est en effet de ne pas trahir n'importe comment ! Il ne s'agit pas, au nom de cette volonté d'être loyal envers soi-même, de ne plus respecter les autres. L'enjeu majeur est de se comporter en traître éthique et responsable, non pas en renégat. Comment ? Il nous faut en tout premier lieu « trahir jusqu'au bout », c'est-à-dire accepter que ceux que nous avons trahis puissent nous désigner comme traître : c'est ce que nous sommes, assumons-le sans faux-fuyant. Ce courage nous permettra de nous regarder dans le miroir et d'y voir, malgré notre trahison, quelqu'un de suffisamment bon. Ensuite, et c'est essentiel, nous devons reconnaître pleinement la souffrance que nous avons causée à nos proches, même si nous n'avions pas vraiment le choix et que notre trahison était vitale pour nous. Il n'est pas question ici de se morfondre dans la culpabilité mais de regarder une réalité en face. Pour aller plus loin dans la démarche éthique, questionnons-nous également sur ce que nous devons à nos proches au-delà de leurs attentes asphyxiantes, de leurs insuffisances et manquements envers nous. Admettons aussi qu'ils ont eu leurs souffrances, leurs blocages, leurs propres loyautés, et qu'ils ont fait ce qu'ils ont pu. Cette démarche nous permettra d'accéder non pas au pardon, nous ne sommes pas dans le registre moral, mais à une gratitude libératrice.

“ Pour ne pas se trahir soi,
les victimes osent désormais trahir
les silences complices. ”

**Quel bénéfice pour celui qui a été trahi ?
Comment pourra-t-il s'en relever ?**

N. P. : Il est très douloureux d'être trahi. On se sent saccagé, brisé. Il est légitime de crier sa colère, et même son désir de vengeance : ces sentiments permettent de continuer à se sentir vivant. Bien sûr, il faut finir par les dépasser car ils deviennent très inconfortables. J'ai souvent constaté qu'une trahison n'a pas que des effets néfastes. Dans un premier temps, elle fait effectivement souffrir celui qui est trahi, crée une crise dans la famille ou dans le couple, rompt l'apparente harmonie qui existait jusque-là. Et puis, dans un second temps, il arrive souvent qu'elle libère un système familial ou conjugal qui était en fait complètement bloqué, lui impose de se réorganiser pour trouver un équilibre plus épanouissant pour chacun. La personne trahie ne doit donc jamais perdre de vue la possibilité de cette issue positive. Mais elle ne lui sera accessible que si elle sort de la position d'impuissance dans laquelle la trahison l'a installée.

Vous semblez plus intéressée par la figure du traître que par celle de la personne trahie...

N. P. : Cette dernière me touche énormément. Mais le travail thérapeutique à accomplir avec elle est un peu moins riche qu'avec un traître. Je vais l'aider à se saisir de ses ressources personnelles, à en découvrir de nouvelles, envisager avec elle des changements possibles dans sa vie. C'est une œuvre de reconstruction que je mène un peu à la manière d'un maçon. Avec le traître, le travail, plus subtil, relève davantage de l'implicite et de l'inconscient. Il requiert de la part du thérapeute la capacité de s'abstraire de tout jugement moral, et surtout d'avoir parcouru lui-même ce chemin de libération, expérimenté ces trahisons nécessaires et éthiques. Comme tout le monde, j'ai trahi et je me suis trahie

maintes et maintes fois. Il fut un temps où cela me plongeait dans des affres de culpabilité et de doute. Jusqu'à ce que je comprenne que ces trahisons n'étaient en rien des errements mais m'avaient permis d'échapper aux pièges qui risquaient de m'enfermer. Elles m'ont aidée à trouver un équilibre entre mon métier, mon couple, mon rôle de mère et de grand-mère... Sans elles, je ne serais pas parvenue à dépasser les lourdeurs de mon histoire familiale, je n'aurais pas réussi à faire dialoguer en moi mes origines métissées – je suis juive, d'origine kabyle, et je baigne dans un monde chrétien – et je me serais sans doute retrouvée captive d'un dogme ou d'un autre. J'ai mis du temps à devenir qui je suis aujourd'hui et je le dois en grande partie aux nombreuses trahisons que j'ai osées.

Est-ce à dire que vous allez continuer à trahir ?

N. P. : C'est certain. Il me reste encore tant à faire pour être moi... De même, je continuerai d'encourager mes patients à mettre en acte les déloyautés nécessaires et libératrices pour s'approcher plus près d'eux-mêmes. De plus en plus souvent, j'utilise avec eux l'hypnose, telle que je l'ai apprise et pratiquée auprès de François Roustang. Cet outil thérapeutique qui ouvre à la sensorialité et à la poésie invite la personne trahie aussi bien que le traître à un cheminement en douceur mais très profond. Avec la première, l'hypnose me permet de partir de l'énergie qui demeure en elle, même minime, et de la faire diffuser en la nourrissant, par exemple, de la beauté de la nature. C'est un moyen puissant pour réactiver ses ressources et l'apaiser. Avec le traître, l'hypnose me permet de plonger sans détour au cœur de ses tourments et de l'amener sans le brusquer à accepter sa trahison, à admettre qu'elle était inéluctable. Donc de faire qu'elle lui soit profitable. ■