

Michèle RAULIN 22.09.2023

Il y a peut-être quarante ans ou pas loin, j'ai entendu un grand maître de la Tradition Védique affirmer que Freud avait été un des plus grands criminels de l'Histoire. A l'époque, engagée dans un cursus universitaire par lequel je projetais de devenir psychiatre et psychanalyste, je m'étais dit que le bonhomme devait regarder notre savoir depuis les altitudes brumeuses de l'Himalaya. J'ai changé d'avis.

Un des grands apports de la psychologie a sans aucun doute été de libérer la parole des victimes en leur accordant l'écoute et la compassion indispensables, et en leur reconnaissant par conséquence un statut social et même juridique. Immense progrès qu'il faut saluer et continuer de soutenir. On ne peut être victime sans éprouver de la honte et se sentir coupable. Il y a seulement quelques jours, j'ai été victime d'une arnaque à la carte bleue sur un faux site de la SNCF que je n'ai pas identifié comme tel. Aucun dommage, mais malgré ma formation, mon expérience et disons-le mon ancienneté, je me suis fait avoir et j'ai, un court moment, éprouvé de la honte et de la culpabilité. On n'y échappe pas. Il est absolument essentiel de renverser le poids de la faute et de restaurer la dignité des victimes.

Pour autant, la psychologie a introduit dans la conscience collective deux virus dévastateurs : les parents sont devenus des coupables par définition, et tout le monde passe sa vie à se sentir victime de son histoire. Je veux reprendre ces deux aspects qui ravagent nos sociétés depuis soixante ans et demandent aujourd'hui à être urgemment corrigés.

La plupart des parents vivent désormais dans la peur de leurs enfants : peur de les traumatiser, et peur d'être jugés maltraitants. Moyennant quoi, les enfants ne trouvant plus chez leurs parents le cadre sécurisant formateur dont ils ont besoin pour devenir des adultes responsables et autonomes, deviennent des enfants-tyrans. Un enfant entre deux et cinq ans doit apprendre la frustration. Ce n'est pas de la maltraitance, c'est le b.a.ba de l'éducation : il y a des limites à apprendre pour devenir une grande personne capable de se respecter soi-même, de respecter les autres et de vivre en société. L'éducation à la frustration n'a aucune raison d'être violente ni physiquement ni verbalement, il suffit de faire passer un message simple : à la maison ce n'est pas l'enfant qui commande, c'est le parent. On peut discuter, mais la décision finale et la responsabilité qui va avec appartiennent au parent et à lui seul. Oui, il est sain de dire "non" à un enfant, de lui apprendre à attendre, voire à renoncer à la réalisation de certains désirs. Oui, c'est difficile à faire parce qu'on craint que l'enfant ne nous aime plus (rassurez-vous, dans quelques années il vous dira merci), parce qu'il nous tape sur les nerfs et qu'il paraît plus facile de céder (rassurez-vous, vous aurez votre retour sur investissement), et parce qu'on se fait fusiller du regard (rassurez-vous, le seul regard qui compte c'est le vôtre). Une des choses les plus aidantes que j'aie trouvées, c'est de faire la différence entre la fonction de parent nourricier et la fonction de parent normatif. Quand on assume le rôle ingrat de la fonction normative, il est bon de dire à l'enfant que dans le cœur on préfère lui faire des câlins mais que justement parce qu'on l'aime, on est là dans cette situation précise, dans la nécessité de faire son boulot de parent et que le boulot de parent n'est pas toujours agréable ni pour les enfants ni pour les parents. C'est aussi une façon de montrer à l'enfant qu'en tant qu'adulte, on est soi-même capable d'assumer la frustration. Donc, en restant dans le cadre du respect de l'enfant, il convient de déculpabiliser l'exercice de l'autorité parentale et d'en restaurer toute la valeur. Non, vous ne faites pas de votre enfant une victime en lui donnant un cadre

juste mais ferme et en sanctionnant de manière appropriée d'éventuelles transgressions. Vous lui apprenez ce dont il aura besoin plus tard pour respecter le code de la route et les lois du vivre ensemble, c'est-à-dire pour ne pas être ni délinquant ni criminel ni autodestructeur. De plus, comme nous allons voir, ce que devient l'enfant est aussi le résultat de ses choix propres.

Le second virus post-freudien est plus subtil, et le mal encore plus insidieux. Tout le monde ayant saisi qu'il est confortable d'être reconnu comme victime, il s'est mis en place une sorte de compétition sociale à qui serait le plus à plaindre. Être victime, c'est le jackpot. Pour être intéressant dans la conversation, il faut montrer qu'on subit : son enfance, son conjoint, son patron, le gouvernement, Dieu ou la destinée peu importe, il faut avoir un persécuteur quelque part. Il faut être "pauvre de moi". La plupart des gens passent ainsi désormais leur temps, dans nos sociétés, à réclamer un sauveteur qu'ils s'empressent de déboulonner si par hasard il se présente, juste pour pouvoir garder leur statut de victime. Autant dire qu'aucune institution, aucune autorité, a fortiori aucun gouvernement n'a la moindre chance d'être communément respecté. Mais surtout, nous entrons individuellement dans un processus spirituellement délétère où nous considérons que nous ne sommes aucunement responsables de nos vies. C'est là, à mon avis, que se situe le plus grand crime non pas peut-être de Freud



personnellement mais de ce qu'on a fait de la psychologie. Car c'est un poison qui détruit les vies en semant l'impuissance, la dépression, la dépendance, les addictions, et toutes leurs conséquences jusqu'au suicide, manifeste ou larvé sous forme de maladies diverses. Oui, nous avons tous subi, et nous subissons tous un jour ou l'autre, des situations injustes. Oui il est sain de chercher la reconnaissance du tort. Mais n'oublions jamais que "l'important n'est pas ce que la vie nous fait, mais ce que nous faisons de ce que la vie nous fait". Nous ne sommes pas le produit de ce qu'on nous a fait, mais le résultat de ce que nous avons choisi d'en faire. Soyons conscients qu'à un moment ou un autre, nous choisissons la dépression ou la joie, l'amertume ou l'amour, la mort ou la vie. Et que cela est entièrement notre responsabilité. Ici, maintenant, dans chacune de nos pensées. Alors en changeant nos histoires, nous pourrions changer l'Histoire.

J'ai pensé que pour démarrer l'année, c'était plus important que la nouvelle lune de septembre.