

La souffrance, pourquoi ?

Intervention de Pierre Janin au Forum du GRETT

le 25 mars 2012

Introduction

J'ai entendu ici beaucoup de témoignages d'épisodes de vie difficiles, allant de remises en question plus ou moins graves à des souffrances extrêmes, les unes et les autres ayant pourtant eu des suites fructueuses qui m'ont beaucoup impressionné : ouverture de l'esprit et du cœur, consentement apaisé à ce qui est ou a été, accueil du lien à plus grand que soi, élargissement du moi. Si je devais nommer tous ces témoins je ne ferais, tout compte fait, que reprendre la liste des intervenants de ce Forum. Dans mes mots à moi, chacune de ces personnes a réussi à créer – avec elle-même, avec les événements qui l'ont concernée, avec d'autres personnes, avec l'Univers – des liens vivants qui ont pris le dessus sur des liens difficiles, douloureux, toxiques ou destructeurs.

Mais dans l'ensemble la question « *la souffrance, pourquoi ?* » a été beaucoup moins abordée que celle qui à mon sens ne vient qu'après, quand on commence à en sortir : *la souffrance, quelles suites fertiles ?* Je tiens pour ma part à mettre au premier plan la première de ces questions, telle qu'elle se pose *dans l'immédiat quand on a mal*, avant même qu'on puisse savoir si les suites vont être fertiles ou mortifères. Je souffre, mais pourquoi ? La question est ouverte.

Je commencerai par une histoire qui précisément, laisse une question ouverte, déroutante même.

*Un étranger visite l'Irlande. Ayant perdu son chemin dans la campagne, il s'adresse à un paysan.
– Bonjour ! S'il vous plaît, pourriez-vous m'indiquer comment je peux faire pour aller d'ici à Dublin ?*

Le paysan examine d'abord l'étranger en silence, puis il répond pensivement :

– Dublin est une ville vraiment belle. Mais à votre place, si j'étais vous... pour aller à Dublin, ce n'est pas d'ici que je partirais !

Quel rapprochement entre cette histoire et la question *la souffrance, pourquoi ?* J'y reviendrai en terminant ; mais peut-être l'aurez-vous pressenti ou vu venir au fur et à mesure des réflexions qui vont suivre.

Et si...

Si la souffrance n'existait pas il n'y aurait plus besoin de médecins, de kinés, d'ostéopathes, d'infirmiers ni de pharmaciens, il n'y aurait pas d'hôpitaux ni de SAMU ni de Sécurité sociale, et bien sûr pas d'éducateurs spécialisés, de conseillers conjugaux, ni de psys. Il n'y aurait pas besoin non plus d'armées, de police, de partis politiques, d'institutions judiciaires nationales et internationales, d'ONU, ni d'Amnesty International ou de Greenpeace ; il n'existerait pas de lieux de mémoire des tragédies humaines, comme Auschwitz par exemple. Et surtout, il n'y aurait jamais eu besoin de traditions spirituelles qui, pour la plupart depuis des millénaires, s'efforcent chacune à sa façon de donner à la présence de l'homme sur Terre, et en tout premier lieu à la question de la souffrance, une explication ou une réponse larges, qui nous valident comme humains et vivants *au-delà* de la souffrance.

Inversement, s'il n'existait que la souffrance, personne ne goûterait le printemps, les beautés de la nature, la félicité amoureuse, l'affection, l'amitié, la tendresse, les sentiments de bien-être ou de plénitude, les formes multiples du bonheur ou de la joie de vivre, de sentir, d'aimer, d'être aimé, de partager, de contribuer à la réussite d'un travail, d'un projet, d'une œuvre... La loi commune serait simplement d'être mal ou d'avoir mal.

La réalité

Dans la pratique, nous avons tous ici une expérience personnelle ET de la souffrance ET du bien-être ou du bonheur ; concernant la souffrance, nous savons à la fois qu'elle n'est pas obligatoire et qu'en pratique elle est inévitable. Et c'est ainsi que la plupart d'entre nous aspirons à contribuer au bonheur, au mieux-vivre, au mieux-être, à l'être-en-paix de nos semblables, en adoucissant, en éloignant, si possible en supprimant la souffrance.

La souffrance comme signe

Je commencerai par examiner la souffrance comme étant le *signe* de quelque chose. Par exemple, nous nous blessons avec un couteau ou un éclat de verre : si nous ne ressentions rien, nous ne prendrions pas soin de cette blessure qui pourrait alors, par exemple, s'infecter gravement. Ainsi la douleur physique nous focalise sur son origine ; elle nous avertit que quelque chose de notre intégrité corporelle est menacé. De même nos souffrances psychiques, morales, signalent que nous sommes intérieurement touchés, contaminés, meurtris. Physique ou morale, la souffrance nous dit : regarde, il t'arrive quelque chose, fais quelque chose.

S'il s'agit d'un bras cassé, d'une dent qui fait mal, d'une dissension avec un proche, d'une déception amoureuse, le déchiffrement est facile ou assez facile : la cause de la souffrance n'est pas lointaine ou cachée, et les recours possibles ne sont pas très loin. Quiconque reçoit un coup de couteau saura vite de quoi et par qui il devra être soigné, lors d'une déception amoureuse ou d'un conflit avec un proche on cherchera, autour de soi, du réconfort affectif ou amical. En somme, dans ces situations la souffrance remplit bien son rôle de petit, moyen ou grand signal d'alarme : pour que le train de la douleur ralentisse et s'arrête, la poignée rouge qu'il faut tirer est visible ou assez visible, et facile ou assez facile d'accès.

La souffrance comme scandale

Les choses sont différentes quand le signal d'alarme est petit ou invisible, ou pas rouge, ou inaccessible, ou quand on l'aperçoit trop tard, ou même quand il n'y en a aucun : on ne voit rien venir, on n'a rien fait de spécial et pourtant il arrive quelque chose de grave. C'est cela la souffrance scandaleuse : qu'elle concerne une seule personne, plusieurs ou un très grand nombre, elle n'a pas de sens, elle est injuste, terrible, elle prend par trahison, elle est déroutante, démesurée, dévastatrice... Que peut-on dire devant les 20 000 victimes du tsunami de l'an dernier au Japon ? Ou devant les 200 000 morts de celui de 2004 dans l'Océan indien ? Ou devant la liste des séismes, éruptions volcaniques sécheresses, inondations etc. qui, rien qu'entre 1970 et 2001, firent dans le monde près de 2 millions de morts ? Remontant le temps au hasard, voici encore les 15 à 20 000 morts du tremblement de terre d'Agadir en 1960, ou encore les 50 à 100 000 victimes, à Lisbonne, du séisme suivi d'un tsunami puis d'incendies dévastateurs qui, à eux trois, détruisirent 85% de la ville le jour de la Toussaint de 1755.

Laquelle d'entre toutes ces victimes a-t-elle « mérité » de mourir d'une mort pénible ou même atroce, ou, si elle en a réchappé, d'être marquée à vie par la catastrophe ? Aucune sans doute. C'est là que la souffrance est moralement et spirituellement scandaleuse. Beaucoup d'entre nous se refusent absolument à admettre l'absence de toute explication morale à la souffrance. Sur Lisbonne, Voltaire, Kant, Rousseau et bien d'autres s'interrogèrent longuement : le Dieu catholique avait-t-il eu un projet, un dessein ? Pour certains, oui, il y avait « certainement » eu là une sanction de la mauveté des hommes. Mais les habitants de la ville étaient-ils vraiment plus mauvais qu'ailleurs ? Aujourd'hui encore, la question reste sans réponse.

Le scandale est encore plus grand, à la fois moral et spirituel, quand les victimes sont celles des conflits entre humains. Dans les guerres, révoltes, révolutions, meurtres, attentats, les intentions sont identifiables : *toutes se ramènent à la malveillance* – au sens fort de vouloir absolument du mal à un pays, une race, une religion, une culture, une classe sociale, un pouvoir spirituel ou politique. Hiroshima, 150 000 morts, Nagasaki, 45 000 morts... chiffres pourtant limités en comparaison du nombre de victimes, militaires et civiles confondues, de la 1^{ère} guerre mondiale : 21 millions, ou celles de la seconde guerre : 64 millions. Les victimes de Staline, entre 1923 et 1953, ont été évaluées à 20 millions, celles de Mao Zédong à des dizaines de millions, celles de Pol Pot au Cambodge à 1 million et demi, celles du génocide-éclair des Tutsis rwandais, qui dura seulement 3 mois en 1994, à 800 000.

Nos usagers, nos clients peuvent être les proches des morts de ces tragédies collectives, ou des rescapés ; tous sont personnellement soumis à l'incompréhensible, à l'inguérissable, ou dans le meilleur des cas au long parcours de soins que demande le handicap physique ou la catastrophe morale. Et nous avons aussi des clients qui n'ont rien à voir avec les événements collectifs : les victimes des violences qui, semble-t-il depuis toujours, se produisent dans le secret des familles ou au sein d'autres milieux fermés : maltraitements, tortures, abus sexuels, inceste, esclavage, prostitution... Dans notre seul pays, la France, selon une enquête publiée par l'Express en novembre 2010, sur une période de 2 ans (2007-2009), 663 000 femmes et 280 000 hommes ont été victimes de violences physiques ou sexuelles au sein de leur ménage.

La souffrance comme mystère

Le sens de la souffrance n'est donné, on l'a vu, que quand le signe est clair, suffisamment déchiffrable et utilisable pour le maintien ou le progrès de la vie. S'il ne l'est pas, elle est scandaleuse. A mes yeux *la simple possibilité qu'elle soit scandaleuse est un mystère*. Peut-être un Mystère avec une majuscule tellement il est insondable. Un assassin ou un violeur récidiviste peuvent mourir de vieillesse tranquillement dans leur lit, tandis que la fillette de trois ans d'un couple vivant en bonne harmonie se meurt d'un inguérissable cancer du rein. J'ai été l'accompagnant des parents dans ce drame-là.

Il est certain que la souffrance peut détruire, c'est une première possibilité. Mais il est certain aussi, et c'est la possibilité inverse, que comme il a été et sera encore dit, ou annoncé, par pratiquement tous les intervenants dans ce Forum, la souffrance peut être une ouverture, et même un chemin initiatique, au terme duquel quelque chose de vivant arrive qui n'aurait pas pu naître autrement ou ailleurs. Je voudrais illustrer ces constats en évoquant deux histoires vraies.

La première est celle de Tito de Alençar, moine de 29 ans dans un couvent de frères dominicains à Sao Paulo à la fin des années 60. Ils sont cinq, opposés à la dictature militaire brésilienne de l'époque, liés de cœur avec des résistants actifs dont le leader est recherché par la police. Informée, celle-ci arrête les cinq moines et les fait parler sous la torture. Au début des interrogatoires, le chef de la police, un certain capitaine Albornoz, a annoncé à Tito : je te torturerai jusqu'à ce que tu abjures tes idéaux chrétiens. Il a tenu parole. Plus tard Tito, bénéficiant d'une protection extérieure, est exilé au Chili. Puis il vient en Europe. Echouant à se faire entendre à Rome, puis à Paris, il est enfin accueilli dans la maison dominicaine de la Tourette près de Lyon. Complètement démoli par la torture, dépressif, il a de forts traits persécutifs : il se croit en permanence surveillé et menacé par le capitaine Albornoz. On tente de l'aider avec un accompagnement psychothérapeutique, sans succès. Et à ses compagnons de la Tourette qui lui témoignent une grande et patiente sollicitude, il ne cesse de dire que leur foi chrétienne ne vaut rien, qu'elle n'a aucun sens. Il finit par se pendre avec la corde qui sert de ceinture à l'habit dominicain.

A cet endroit, un très léger parfum de justice immanente, bien tenu : on a pu savoir qu'au même moment, au Brésil, le capitaine Albornoz entrainé à l'hôpital psychiatrique.

La souffrance a donc détruit Tito de Alençar. Qu'est-ce qui dans son destin est compréhensible, explicable, justifiable ? Je ne sais pas. Peut-être rien.

Dans la seconde histoire, il s'agit de KENZA, d'origine polonaise, incestée par son père dès l'âge de 3 ou 4 ans, plus tard prostituée par lui vers l'âge de huit ans. Dans son parcours thérapeutique elle a longuement et patiemment mis au jour et en paroles des abîmes de souffrance d'être, des résurgences de douleurs physiques incompréhensibles par l'enfant qu'elle était, des souvenirs insupportables, le tout sur un fond de totale absence de protection maternelle. A plusieurs reprises elle a touché le fond d'un désespoir absolu. Mais une opiniâtre force de résilience la relève même quand elle tombe très bas, finit par éclairer ses terrifiantes nuits noires de l'âme. Aujourd'hui elle est en voie de devenir thérapeute : longtemps absolument certaine de ne rien valoir du tout, elle découvre pourtant peu à peu que son écoute, ses ressentis et de ses intuitions valent beaucoup pour ses intimes et amis, ainsi que pour les personnes qui l'approchent en vue de devenir bientôt ses premières clientes.

Que retenir de ces histoires de souffrances ? J'en arrive ici à poser quatre points.

Premier point. Souffrir n'est pas une sanction ni une obligation, c'est simplement constitutif du fait qu'être vivant rend possible, et à certains moments inévitable, d'avoir mal physiquement ou moralement. *Souffrir n'est pas faillir, ni avoir failli.*

Second point. Nous devons d'abord nous incliner devant l'imprévisibilité, l'amoralité, la démesure de la souffrance, c'est-à-dire devant son mystère, le mot pouvant s'appliquer aussi bien à un trésor insoupçonné qu'à un gouffre mortel. « Les voies de Dieu sont impénétrables », autrement dit *la souffrance par elle-même n'est pas porteuse de sens.* Ensuite nous avons à avancer.

Troisième point. *Ce n'est pas la souffrance qui nous guide dans cette voie, c'est notre foi dans la vie.* C'est nous qui espérons, cherchons, dessinons ce sens, qui l'explorons, le bâtissons, l'incarbons, comme nous en avons eu beaucoup de témoignages ici. Nous confronter à la souffrance – la nôtre ou celle d'autrui – c'est notre liberté, c'est notre amour du vivant, notre confiance que quelque chose reste possible dans les traversées les plus noires.

Quatrième point. On entend souvent proclamer qu'« il n'y a pas de hasard ». Ce quasi-mantra, transpersonnellement correct, est pourtant enfantin : c'est le « même pas mal » des enfants en cour de récréation. Il revient en effet à attendre, voire exiger de l'Univers (Dieu, le Grand Esprit...) qu'il ait en toutes circonstances, et sur chacun de nous, un projet fondamentalement favorable. Lisbonne 1755, une faveur de l'Univers ? Les soldats tués à la guerre, une attention de l'Univers ? Allez donc le dire à leurs femmes et à leurs enfants ! Tito de Alençar torturé par Albornoz, une intention « au fond » constructive ?

Si, il y a du hasard, c'est-à-dire du vraiment inexplicable. Chercher à donner du sens à la souffrance, vouloir du bien, agir pour le bien : la source, l'intention n'en est pas dans une volonté extérieure/supérieure à nous ; elle est *en chacun de nous*, êtres humains. Les conséquences du hasard banal ou absurde, injuste, cruel, amoral, c'est à nous d'en accepter le poids ou la mission, d'en oser le risque, sans savoir d'avance si et comment ça va « marcher ».

Alors, *la souffrance, pourquoi ?* Eh bien, pour rien, ou ce qui revient au même pour des raisons dont nous ne maîtrisons rien. C'est à nous de faire quelque chose de ce mystère scandaleux, dès que la souffrance abîme ou anéantit nos projets ou nos repères ou ceux de nos proches ou de nos clients. C'est à nous de remplir ce « rien » avec de l'écoute, de la reliance fertile, de la présence, de la confiance dans une réconciliation possible avec ce qui arrive. La souffrance n'est ni notre guide ni

notre adversaire : elle est là, c'est tout. Pourquoi la souffrance ? Alors pourquoi aussi l'amour ? la mort ? le plaisir ? Les saisons, les tilleuls, les montagnes, les scorpions, les girafes, les orages, les champignons vénéneux, les papillons ?

Parce que. Comme de l'amour, la raison d'être de la souffrance ignore notre passion déterministe/moraliste qui veut que tout ait une raison. Sur ce thème millénaire Khalil Gibran a proposé un éclairage, dans un passage que j'ai librement traduit et adapté à partir du texte original en anglais :

*Sachez où est votre souffrance, de crainte qu'elle ne vous prenne par surprise,
Mais n'en faites pas votre confidente, de peur d'en devenir l'esclave ou l'adorateur ;
Car de même qu'elle n'est que l'éclatement de la coque qui enferme votre entendement,
C'est elle qui sculpte votre âme pour la joie, mais ce n'est pas d'elle que naît la joie.*

En termes moins poétiques, et pour reprendre l'histoire irlandaise racontée au début, si quelqu'un nous demande : comment puis-je, à partir de ma souffrance, arriver au bonheur ? il sera juste de répondre : je suis de cœur avec vous dans votre quête du bonheur. Mais pour ma part, si j'étais à votre place, pour arriver à être heureux ce n'est *pas* de ma souffrance que je partirais.