

Joël Pralong

Les mots qui blessent
La Parole qui guérit



ÉDITIONS
CABÉDITA
2018

Introduction – La Parole qui sauve

IL SUFFIT D'UNE PAROLE POUR SAUVER QUELQU'UN...

« C'est un mot qui m'a sauvé, entre la gare de Bergen Belsen et le camp du même nom, distant je crois de huit ou treize kilomètres, je ne sais plus. Beaucoup de déportés rescapés des wagons s'écroulaient le long de la route et pour eux c'était la mort, car tous ceux qui ne suivaient pas étaient achevés d'une balle dans la tête. À mon tour je me suis écroulé. Mais un ami m'a pris par le bras, m'a aidé à me relever en me disant : « Marche ou tu seras tué ! » Mourir ne m'effrayait pas plus que de vivre. Mais je me suis relevé parce qu'une voix m'encourageait à marcher. Et j'ai marché... Le camp de Bergen Belsen a été libéré le 15 avril 1945... Ce jour-là, j'étais en train de mourir dans une baraque au milieu d'autres camarades. Un ami est arrivé en courant : « Nous sommes libérés ! » Mais je n'avais plus la force de partager sa joie : pour moi c'est fini, je vais mourir... Mais voilà ! La joie de me savoir libre s'est peu à peu infiltrée en moi, durant toute la nuit qui a suivi la nouvelle de notre libération, et elle a fait de moi un autre homme. Quelques heures après, je me réveillais presque neuf, plein de vie... Depuis, je n'ai jamais pu oublier qu'il suffit d'annoncer une bonne nouvelle, aussi petite fût-elle, pour faire naître la vie. »¹ Ces mots qui blessent, ces mots qui tuent, enferment, bloquent le développement affectif d'un enfant, d'un adolescent, d'un adulte... Qui détruisent l'estime de soi, la confiance en soi, en l'autre... Jusqu'au jour où une autre parole, un autre mot, provoque le sursaut de la libération. D'où

¹ Témoignage d'un déporté.

la conclusion d'un vieux film que je cite de mémoire: «Une seule parole de haine peut faire d'un homme une bête, tandis qu'une seule parole d'amour peut faire d'une bête un homme.» Le récit raconte qu'un beau et jeune prince fut transformé en bête ignoble par une fée jalouse. Mais avant de le quitter, elle lui glissa le secret de sa libération: «Le jour où quelqu'un t'aimera, tu redeviendras celui que tu as été.» Et ce jour arriva lorsqu'une pauvre et jeune fille, prise de pitié pour la «bête», lâcha les mots magiques «Je t'aime»! Et la métamorphose eut lieu.

PAROLE CONTRE PAROLE : LE COMBAT DE JACOB

Ces mots qui nous ont fait du tort, infligé des maux, creusé des blessures à vif, modelé des personnalités tordues, construit des blindages de protection, cassé des espérances, brisé des rêves... L'homme se construit en tant que verbe, il s'identifie à la parole qu'il entend. Nous devenons parole, elle nous marque à jamais. C'est pourquoi la parole peut se retourner contre soi comme un poignard, et blesser profondément. «On ne connaît jamais le cheminement d'une parole dans un cœur humain», dit saint Bernard.

Plus que des mots, Dieu veut se faire Parole, Verbe, et pénétrer la chair de chacun, en déceler les maux, les apaiser, les soigner, les guérir.

Mais naturellement l'homme se rebelle contre la Parole de l'Autre. Il veut se débrouiller seul, s'en sortir par lui-même, blindé de ses faiblesses qu'il pense être des forces, ses forces à lui; colosse aux pieds d'argile, qui, à peine heurté au talon, s'écroule en mille miettes. Alors Dieu engage un grand combat avec lui, il cherche à le frapper dans ses certitudes orgueilleuses, ses protections, à son point le plus sensible, là où il a mal. Le coup n'est pas mortel, il veut juste ouvrir une brèche au lieu du cœur, afin que sa Parole y pénètre et son Verbe se fasse chair. Le «combat de Jacob» en est la plus belle illustration (Gn 32, 23-32):

« Cette nuit même Jacob se leva, prit ses deux femmes, ses deux servantes, ses onze enfants et passa le torrent du Yabboq. Il les prit et leur fit passer le torrent. Et Jacob resta seul. Un homme lutta (s'empoussiéra) avec lui jusqu'au lever de l'aurore. Voyant qu'il ne le maîtrisait pas, il le frappa à l'emboîture de la hanche, et la hanche de Jacob se démit pendant qu'il luttait avec lui. Il dit : « Lâche-moi car l'aurore est levée. » Mais Jacob répondit : « Je ne te lâcherai pas tant que tu m'aies béni. » Il lui demanda : « Quel est ton nom ? » « Jacob », répondit-il. Il reprit : « On ne t'appellera plus Jacob mais Israël car tu as été fort contre Dieu et contre les hommes et tu l'as emporté. » Jacob fit cette demande : « Révèle-moi ton nom, je te prie. » Mais il répondit : « Et pourquoi me demandes-tu mon nom ? » Et là même il le bénit.

Jacob donna à cet endroit le nom de Penuel, car, dit-il, « j'ai vu Dieu face à face et j'ai eu la vie sauve ». Au lever du soleil, il avait passé Penuel et il boitait à la hanche. »

Jacob le « roublard », le « tordu », accroché au diktat d'une mère étouffante, qui lui conseillera de spolier son frère Esaü en lui volant son droit d'aînesse, par une ruse bien calculée². Puis, affolé, de peur des représailles, Jacob se réfugie chez son oncle Laban, loin de la terre de ses ancêtres. Là encore, par de nouvelles ruses, il s'enrichit sur le dos de son oncle, en mettant de côté pour lui les plus belles têtes du troupeau, en pensant à son retour dans la maison de son père. Petit à petit, il devient un homme important, puissant, riche, de quoi impressionner son frère Esaü. Il pensait ainsi être bien reçu par lui : de la poudre aux yeux, quoi ! Car l'empire que Jacob s'est construit n'est qu'une carapace pour camoufler ses propres peurs et ravalier ses conflits non résolus, d'abord avec son père, puis avec son frère qui lui en veut à mort. Il faut dire que dans cette famille, il y a tellement de non-dits, de préjugés, d'indélicatesses ravalées, de ces « secrets de famille » trop bien gardés. À force de sauver les apparences, chacun vit dans son coin, se méfiant des autres, prêt à réagir promptement en cas d'attaque. Mais Jacob veut revenir chez lui,

² Cf. Gn 27-33.

à la source de ses conflits. Dieu le lui a intimé. On ne peut vivre paisiblement lorsqu'on tire tant de casseroles derrière soi...

Ce soir-là, avant de franchir le torrent du Yabboq, Jacob réfléchit, il a peur. Son pouvoir tremble sur ses bases. On l'avertit que son frère Esaü ne le ménagera pas : une armée s'est levée en vue de l'abattre ! Pas question de le séduire par une quantité de cadeaux, il n'en veut rien si ce n'est... sa peau ! On ne peut vouloir la paix en brandissant sa supériorité devant l'autre. Jacob se trompe de combat, car l'ennemi n'est pas devant mais derrière lui, dans ce passé miné de mots tordus, de contre-vérités, de maux non résolus. C'est dans ce passage, le torrent du Yabboq, que « Quelqu'un » met la main sur Jacob et se confronte avec lui. Mais qui est donc ce personnage mystérieux qui semble si puissant ? Certainement son propre passé « personnifié », un fantôme qui remonte à la conscience. Chacun se bat avec lui-même. Il se débat contre cet être qu'il pensait avoir oublié, blindé qu'il est de peurs, de colères ravalées et de déceptions. Il se heurte contre ces paroles empoisonnées dont le venin coule encore dans son sang : « Tu es un minable, un nul, tu n'arriveras à rien. Regarde ton frère, un bosseur viril, un fonceur, lui au moins, il fait l'admiration de son père, pas comme toi, toujours fourré dans les jupes de ta mère, etc. » Alors la personnalité se rebiffe à l'intérieur. Ne s'avouant pas vaincue pour autant, elle se fabrique des armes subtiles, discrètes et sournoises : la manipulation affective, la séduction, la ruse et la fourberie, la vengeance. Mais ce « Quelqu'un d'Autre », plus mystérieux encore, s'immisce entre les deux « personnages ». Et Jacob le dévoile : c'est Dieu lui-même (32,31) ! Ce corps à corps avec Dieu est unique dans la Bible, il souligne à la fois le combat de l'homme avec lui-même, et de l'homme avec Dieu, qui lui fait face. Et voilà qu'au plus fort de la lutte, les corps lâchent prise, Dieu frappe Jacob à la hanche et celle-ci se démet. La hanche, c'est l'endroit solide où l'homme s'appuie de toutes ses forces pour ne pas chanceler. Il trouve là son assurance en lui-même. Tôt ou tard, la hanche cède lorsque le poids de la vie se fait écrasant et que survient l'adversité. La ruse ne suffit plus, la raison s'étourdit,

les armes de pointe s'émousent, l'homme panique. Il ne reste plus alors que le vide, le désespoir ou la fuite. C'est pourquoi Dieu vient déjouer les rouages d'une personnalité bâtie sur le mensonge, en attaquant le lieu même où il se croyait invulnérable. En réalité, c'est en plein cœur qu'il le frappe, à l'endroit de la blessure familiale qui avait sécrété le poison de l'orgueil. Un poison cristallisé, figé, durci par le temps. Le combattant divin veut soigner la blessure et en extraire un nouveau Jacob.

Le corps à corps fait place soudainement à une étreinte, à un cœur à cœur, qui s'ouvre sur un dialogue entre les deux parties. Quelque chose de nouveau est en train d'advenir. La Parole divine pénètre la blessure, elle se pose sur «Jacob le tordu», le «roublard», le «peureux», le «faible». Le mot divin fait naître en lui sa véritable personnalité: de «Jacob» le vulnérable naît «Israël» qui signifie «fort contre Dieu» et aussi «que Dieu se montre fort»³. Israël le «Fort de Dieu» et à la fois Jacob le «vulnérable» se donnent la main, afin que le premier n'oublie pas le second, toujours là, vulnérable, susceptible de faire chuter. Jacob boite de la hanche, rappel douloureux d'une blessure visitée par Dieu, mais jamais cicatrisée. Une blessure qui diffuse la lumière. Vulnérabilité et force qui placent Jacob à hauteur d'Esäü, ni en dessous ni en dessus. En frère de chair et de sang, simplement. Jacob peut se préparer à la rencontre avec lui maintenant, enfin libéré de ses prétentions et de son hégémonie. Il peut naître de sa propre blessure et embrasser sa vraie personnalité, grâce à la parole divine qui guérit. Il est pleinement lui-même, avec Dieu. Saint Paul dira plus tard la même chose: «Quand je suis faible, c'est alors que je suis fort, je peux tout en Celui qui me rend fort» (2 Co 12,10). Car, entre la force et la faiblesse, se faufile... la Parole!

LA PAROLE, UNE ÉPÉE À DOUBLE TRANCHANT

Cet ouvrage prend naissance dans le sillon du «combat de Jacob», parlant de notre propre combat aux prises avec la Parole

³ Note Bible de Jérusalem, dans Gn 32,29.

divine qui, comme une épée, pénètre en nous «jusqu'à diviser âme et esprit, articulations et moelles, passant au crible les mouvements et les pensées du cœur»⁴ qui nous agitent. Elle les cerne, les débusque, les isole, les soigne, les purifie, pour que puisse naître en chacun «l'Israël intérieur», l'être nouveau que nous sommes appelés à devenir, «forts dans la faiblesse». Forts de Dieu. Lorsque la Parole fait irruption dans nos vies, c'est d'abord un choc, un combat avec nous-mêmes et avec Dieu. Alors, l'édifice bâti sur les acquis fragiles du passé, et parfois sur des mots tordus, perclus de maux, se met à branler et à se fissurer. De ce choc sismique, «il n'en restera pas pierre sur pierre, tout sera détruit» (Lc 21,6). Il faut alors déconstruire une manière d'être et de penser mal ajustée, pour se rebâtir autrement, sur la solidité de la Parole, telle la maison plantée sur le roc (cf. Mt 7,24-27). Un jeune de 25 ans qui avait subi la maltraitance infantile me confiait: «Même si ces souvenirs me hantent encore aujourd'hui, en les revisitant paisiblement, je me rends compte que ces humiliations ont été le marteau qui a forgé mon caractère, affermi ma volonté d'aller de l'avant, de me battre pour réussir dans la vie. Et puis ces blessures m'ont poussé à chercher Dieu, à crier vers lui, à faire de lui mon allié.» D'où le devoir de faire mémoire du passé sous le regard aimant de Dieu, et de le laisser ainsi nous visiter dans ces parties obscures de nous-mêmes, jusqu'à «l'articulation de la hanche». L'ordre de Jésus de «faire mémoire de lui» au moment de la brisure du pain nous ramène aux blessures et aux humiliations de sa Passion, aux mots insultants et narquois des soldats, à ces mêmes mots qui nous ont fait mal. En Jésus crucifié, nous pouvons nous reconnaître. Nous ne sommes plus seuls. Unis à son Corps brisé, nous en recevons sa force libératrice par la puissance de sa résurrection. Chaque Eucharistie est mémoire de lui... et de nous! Nous sommes crucifiés et ressuscités avec lui. Dégagés de la prison de l'amertume et de la culpabilité. Moment impressionnant où la Parole faite «chair» saisit et récapitule en un seul mouvement toutes nos existences passées, présentes et

⁴ Héb 4,12.

futures. Car le « Corps » ressuscité « éclate » le temps et l'espace, il transcende l'histoire.

Pour vous j'ai glané des textes bibliques, tant dans l'Ancien que dans le Nouveau Testament, témoins de ces maux qui transcendent les époques, ces maux qui sont les nôtres bien entendu, contrebalancés par des mots divins, la Parole qui sauve et guérit. Le lecteur pourra s'y reconnaître, se laisser travailler par la Parole, dialoguer avec Dieu, et se lancer vers de nouveaux horizons. Déjà les premiers moines de l'Église développèrent une méthode « thérapeutique » en puisant dans la Bible des paroles positives pour neutraliser le poison des mots qui font mal. La Parole libère ses vertus curatives dans notre esprit, à condition bien sûr de la méditer et de laisser son énergie nous pénétrer. C'est le but de cet ouvrage. J'espère que vous y trouverez une force apaisante...

En ouverture, je vous invite à vous tourner vers la Vierge Marie, qui en est le témoin éloquent. Demandez-lui de vous aider à laisser descendre en vous cette même Parole qui a pris chair en elle. Elle vous révélera qui vous êtes vraiment. Il est dit de Marie qu'elle conservait dans son cœur ce que son esprit ne pouvait saisir tout de suite (cf. Lc 2,19-51). C'est à force de la méditer et de s'y enraciner que la Parole se fera petit à petit lumière. En « conservant la Parole », Marie comprend peu à peu sa propre vocation, de la crèche à la croix. En elle, la Parole éclaire tout le passé boiteux d'Israël, de ce peuple dont elle est issue, pour le transporter dans la gloire de la résurrection. Comme elle visite de la même manière notre passé douloureux, en le ressaisissant, pour nous conduire, confiants, sur nos chemins d'avenir. N'a-t-elle pas été proclamée « bienheureuse » par Jésus parce qu'elle a cru à la Parole ?

De l'esclavage à la liberté

«Le pire des esclavages, c'est de ne pas être conscient de l'être, et ainsi de le demeurer sans volonté de se libérer...»

«... On imposa donc à Israël des chefs de corvées pour lui rendre la vie dure par des travaux qu'ils exigeraient» (Ex 1,11)⁵.

L'ESCLAVAGE INTÉRIEUR

À cette époque (XIX^e et XIV^e siècle avant l'ère chrétienne), Pharaon roi d'Égypte opprima Israël, le «Fort de Dieu», faisant de lui un peuple d'esclaves. On l'appela «les Hébreux», c'est-à-dire les «nomades», les «émigrés» privés de leur Terre. Au fil des siècles, les Hébreux oublient «Israël», et donc leur statut d'hommes libres, pour coller aux mots qu'on leur assène: «Vous êtes des esclaves, de la vermine, vous êtes faits pour servir, et rien de plus!» Pourtant, «Israël» couve sous la cendre d'une conscience anesthésiée, mais pas totalement éteinte. L'Hébreu ne pense même plus à la possibilité d'une libération. Identifié à «esclave», sa seule raison d'être c'est de servir son maître. Qui remettrait en question une machinerie si bien huilée où tout fonctionne selon une hiérarchie diablement précise? Ces mots violents ont formé des maux cachés, intérieurs, plus douloureux encore que les coups de fouet: l'esclavage de la peur, de la haine contre l'opresseur, de la colère, de la concurrence et de

⁵ Pour ne pas alourdir l'ouvrage, j'ai évité de mettre le texte en entier. J'invite le lecteur à lire Ex 1-3.

la délation entre les frères, pour éviter les mauvais traitements. Chacun veut conserver sa vie le plus longtemps possible, et sur le dos des autres. En Égypte, « l'enfer, c'est vraiment les autres ». Dans notre monde actuel qui, depuis belle lurette, a remplacé l'Homme par l'Économie, ne sommes-nous pas en train de ramper devant nos nouveaux maîtres : la productivité, le profit, le pouvoir de l'argent, la course aux plaisirs, la concurrence à tout prix au détriment de l'humain ? Un monde qui engendre la peur, la haine, le chacun pour soi, la sélection raciale, entre les productifs et les inefficaces, les forts et les faibles, les riches et les pauvres, les pays du Nord et les pays du Sud, etc. Un monde sans Dieu et sans espérance. Des mots similaires claquent à nos oreilles : « Tu dois produire, être le meilleur, compétitif. Tu dois consommer, acheter, te faire plaisir, vivre pour toi, faire comme les autres, penser comme eux, t'ajuster au système ! » Sinon, tu es exclu de ce monde sans cœur, dont la conscience s'est fourvoyée dans de vains raisonnements. Un monde où le pauvre, le petit, le faible sont méprisés. Des esclaves liés par des chaînes dorées à l'idéologie d'une liberté toute-puissante, génératrice de compensations malsaines, et de nouveaux asservissements : la toxicomanie, l'addiction aux réseaux sociaux, la pornographie, l'alcool, le culte du corps, la fuite dans l'imaginaire, les violences, les délits sexuels, etc. Chacun a les siens. Rappelons-nous par exemple ce triste « esclavage inconscient », le nazisme ! L'idéologie nazie, qui réussit diaboliquement à enchaîner des millions de consciences aux paroles d'un leader fou, jusqu'à faire croire à la supériorité d'une race sur les autres, avec les conséquences dévastatrices que l'on connaît. À tout instant peuvent naître de nouvelles idéologies, politiques, philosophiques ou religieuses, bien ficelées et annonciatrices de changements radicaux, manipulatrices d'opinions, pour voir se lever une foule d'adeptes crédules. L'histoire se répète continuellement, avec ses mêmes erreurs. Comme si l'on pouvait renverser une société sans changer le cœur des individus qui la composent ! Car la véritable cause de tout esclavage, n'est-ce pas, en vérité, le péché de l'homme, son orgueil, son égoïsme ? Sa prépondérance à exploiter le plus faible pour s'enrichir à ses dépens, en le laissant exsangue ?

Table des matières

INTRODUCTION –	
LA PAROLE QUI SAUVE	7
Il suffit d'une parole pour sauver quelqu'un.....	7
Parole contre parole : le combat de Jacob	8
La Parole : une épée à double tranchant	11
DE L'ESCLAVAGE À LA LIBERTÉ	14
L'esclavage intérieur	14
Moïse, l'éveil de la conscience	16
Une autre Parole, celle qui éveille les consciences.....	16
Une Parole libératrice	18
Des mots divins sur nos maux humains.....	19
Des relations de soumission	21
L'esclavage des pensées	23
DE LA VIOLENCE DES MOTS À LA PAROLE	
DU PARDON	26
Samson : un talent au service de la mission	26
Le pardon des ennemis, une agressivité au service du bien ...	30
La Parole qui stimule le courage	34
DE L'AMOUR PASSIONNEL À LA JOIE D'AIMER.....	35
Un mot sur les passions	35
David, un homme paradoxal	36
David, le sentimental, un roi selon Dieu	37
Lorsque la passion fait chuter.....	39
De Simon l'impulsif à Pierre le roc	41
Désenchantement	43
Simon-Pierre, l'homme unifié	44
Des mots sur nos maux.....	45

ENTRE SURESTIME DE SOI ET SOUS-ESTIME, TROUVER SON IDENTITÉ PROFONDE.....	48
Vivre de son personnage préfabriqué.....	48
Le prophète Élie, du héros au saint (1 R 17-19).....	49
Les chrétiens d'aujourd'hui appelés à sortir de la caverne...	53
La Parole qui guérit, dans une « brise légère ».....	55
Paul de Tarse, dans le sillage d'Élie, à sa manière.....	56
ÉCHEC DE L'HOMME, RÉUSSITE DE DIEU.....	61
Les échecs, une école de vie.....	61
Jonas, le rabat-joie.....	62
Ne désespérez pas! (Lc 5,1-7).....	64
La Parole qui chasse les pensées négatives.....	65
JE PEUX CROIRE EN MOI PARCE QUE LA PAROLE DE DIEU ME DONNE CONFIANCE.....	67
Ce vêtement que je n'ai pas choisi!.....	67
Jérémie, celui qui ne voulait pas être prophète.....	68
Le potier et l'argile.....	73
Bartimée, une histoire d'exclusion et de mésestime (Mc 10,46-52).....	74
COMBATTRE SES DÉMONS INTÉRIEURS.....	77
La jalousie, ces mots intérieurs qui lacèrent.....	77
Les maux de la pornographie.....	79
<i>Les causes et les dégâts de la pornographie.....</i>	80
<i>Pour s'en sortir... ..</i>	81
La parole qui guérit.....	84
Le juge intérieur.....	85
Le démon du perfectionnisme.....	87
Le démon du désespoir (Mc 5,1-20).....	90
LA PAROLE QUI GUÉRIT LES BLESSURES DU COUPLE.....	94
Osée, une histoire d'amour brisé.....	94
Revenir sans cesse à la source de l'amour du couple.....	97
LA VIEILLESSE, ENTRE DÉTRESSE ET ALLÉGRESSE	100
Vieillir sereinement?.....	100
Le cantique d'allégresse de Syméon.....	101
Un temps où l'on perd pied... dans le Seigneur!.....	102

QUAND LE MOT « MORT » SOULÈVE LA PEUR.....	105
À en perdre les pédales?	105
Ne pas se tromper de vie.....	106
Un cri d'espérance dans la souffrance.....	107
Nous serons comme les anges du ciel.....	109
CONCLUSION –	
LE LENT TRAVAIL DE LA GRÂCE	111
BIBLIOGRAPHIE	113
Ouvrages du même auteur.....	113
TABLE DES MATIÈRES	115