

Jacques Schecroun

ROMAN BIEN-ÊTRE

# Pardonne, aime et revis



Le pardon est un cadeau que l'on se fait

LE D U C . S  
P R A T I Q U E

« Et puis au fond, qu'est-ce que ça signifie, le pardon ? Est-ce demander pardon ? Ou bien accorder son pardon ? Est-ce exprimer qu'on ne l'a "pas fait exprès" ? Est-ce passer l'éponge ?

C'est curieux, se dit Augustin, comme le mot "pardon" peut ainsi renvoyer à un dérangement mineur ou à un crime contre l'humanité. En fait, c'est comme le verbe "aimer", qui peut aussi bien s'appliquer à un penchant pour le chocolat qu'à l'amour d'une mère pour son enfant. »

Augustin est psychothérapeute. Il travaille sur un nouveau projet ayant pour thème le pardon, mais, malgré ses efforts, il ne parvient pas à avancer dans l'écriture. Que se passe-t-il ? Quel frein le retient ? Est-il lui-même capable de pardonner ?

Manon, l'une de ses patientes, a bien du mal, quant à elle, à ne plus en vouloir à son père, à sa sœur et à son mari.

Alors qu'ils cheminent, l'un et l'autre, sur la voie du pardon et qu'ils se libèrent peu à peu de tout ressentiment, le destin va les mener à découvrir qu'ils sont peut-être plus liés qu'ils ne le croient...

## INCLUS

Un guide pratique pour expérimenter  
le pardon et se libérer du passé !



**Jacques Schecroun** est l'auteur de plusieurs ouvrages parmi lesquels *La lumineuse histoire du prince qui manquait de tout* (Albin Michel). Il participe aujourd'hui à la direction de la Sigmund Freud University (SFU-Paris) et est aussi le président-fondateur du Grand Festival « Une Autre Façon d'Aimer ».

ISBN : 979-10-285-0975-0



9 791028 509750

17 euros  
Prix TTC France

LE D U C . S  
P R A T I Q U E

Photo : © Rebecca Nelson/  
Arcangel Images

Rayon : Développement personnel

**Pardonne,  
aime  
et revis**

## DU MÊME AUTEUR :

*La Lumineuse Histoire du prince qui manquait de tout*, Albin Michel, 2008, paru également aux éditions Aguilar sous le titre *Un empujoncito*.

*Et si la vie voulait le meilleur pour nous ?*, avec Nicole Aknin, Presses de la Renaissance, 2010.

*Une autre façon d'aimer*, éditions de l'Homme, 2015.

*Le Prince qui manquait de tout*, Albin Michel Jeunesse 2018.

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :  
<http://leduc.force.com/lecteur>

**Découvrez aussi notre catalogue** complet en ligne sur  
notre site: [www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les  
réseaux sociaux.



Conseil éditorial : Pascale Senk  
Avec la collaboration de Judith Vernant  
Correction : Marie-Laure Deveau  
Maquette : Patrick Leleux PAO  
Design de couverture : Antartik

© 2019 Leduc.s éditions  
10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon  
75015 Paris – France  
ISBN : 979-10-285-0975-0

Jacques **Schecroun**

ROMAN BIEN-ÊTRE

# Pardonne, aime et revis

L E D U C . S  
P R A T I Q U E

*Elle voudra que tu pardonnes et tu pardonneras, c'est écrit...*

Francis Cabrel

# Première époque



# Chapitre 1

**C'**est avec l'envie d'embrasser quiconque croise son chemin qu'en ce premier jour de septembre, Augustin Grimau quitte l'immeuble discret abritant les locaux de son éditeur. Il vient d'y signer une centaine d'exemplaires de son premier livre pour la presse, et en tient précieusement deux entre ses mains.

Cet ouvrage, il a vraiment de quoi en être fier. C'est un rêve qu'il caresse depuis longtemps qui se réalise enfin. Combien de feuillets a-t-il noircis au fil des ans sans qu'aucun de ses projets aboutisse ? Combien de manuscrits soigneusement reliés a-t-il envoyés pour recevoir, après deux ou trois mois d'attente fébrile, une lettre type dont il a fini par connaître toutes les variantes ? « Malgré tout l'intérêt que présente votre ouvrage, nous sommes au regret de... » « En dépit d'un indéniable... votre projet ne correspond pas à notre ligne éditoriale... »

Il se remémore ce matin de l'hiver précédent où, alors qu'il n'espérait plus grand-chose de ce côté-là, son téléphone avait sonné. Au bout du fil, son correspondant s'était présenté d'une voix grave : « Allo, bonjour, Alexandre Barbarin, des éditions... » Le prenant pour un démarcheur cherchant à lui vendre une nouvelle mutuelle ou un quelconque abonnement, il l'avait coupé sans ménagement. « Je n'ai besoin de rien, au revoir... »

— Non, non, attendez, avait protesté son interlocuteur alors qu'il allait raccrocher, c'est à propos de votre manuscrit...

Stupéfait, Augustin s'était confondu en excuses et, trois semaines plus tard, le contrat était signé. Dès lors, il s'était enfermé dans son bureau pour retravailler son texte inlassablement, au point, parfois, de voir poindre une nouvelle aube sans avoir eu le temps de réaliser que la nuit était tombée. Tel un diamantaire, il avait poli chaque paragraphe, vérifié chaque mot et peaufiné chaque phrase, réécrivant parfois des chapitres entiers. Vingt fois sur le métier il avait remis son ouvrage, jusqu'à ce que le résultat lui parût suffisamment bon pour satisfaire les attentes de sa maison d'édition.

Ce résultat, voilà qu'il peut enfin le toucher, le contempler, le sentir, même. Il a toujours aimé l'odeur des livres neufs. Quand il était enfant, le mélange olfactif émanant du papier, des produits chimiques utilisés dans le processus de sa fabrication, de l'encre noire à peine sèche et de la colle avait quelque chose d'enivrant. Aussi ne se prive-t-il pas de humer la fragrance toute spéciale de *son livre*, dont la couverture porte *son nom* en gros caractères.

*Son nom.* Augustin sourit, puis fronce les sourcils. Il prend une grande inspiration et souffle lentement, comme pour chasser un nuage de contrariété venu soudain obscurcir son visage.

*Son nom.* Le sien, et donc celui de ses parents, qui vivent à deux pas d'ici. D'ailleurs, il ne peut déceimment pas ne pas passer les embrasser, d'autant que sa dernière visite remonte à trois semaines, peut-être plus, et qu'il a deux heures devant lui avant sa prochaine consultation.

Craignant de ne pas trouver où se garer dans leur rue étroite du fin fond du 13<sup>e</sup> arrondissement, il préfère laisser sa voiture au parking et faire le chemin à pied.

De gros nuages gris s'amoncèlent au-dessus de sa tête lorsqu'il arrive devant l'immeuble où il a grandi, et il réalise que sa joie s'en est allée. Lui qui, vingt minutes plus tôt, mourait d'envie de partager son bonheur avec la terre entière, songe maintenant avec tristesse que son père n'est hélas sans doute pas la personne la plus indiquée pour y faire écho.

À cinquante ans passés, il ressent encore dans son cœur et dans ses tripes l'humiliation mêlée d'amertume que celui-ci lui avait infligée, plus d'un quart de siècle plus tôt, à l'annonce de l'obtention de son doctorat. Pas un mot de félicitations, pas un « bravo mon garçon » ni un « je suis heureux pour toi ». Pas le moindre signe de reconnaissance. Rien.

Aussi loin que son fils s'en souviennne, Henri Grimau a toujours été ainsi. Quand Augustin, petit garçon, lui racontait fièrement ce qu'il avait appris à l'école, il s'entendait presque toujours répondre : « Mais tout le monde le sait ça ! »

À l'en croire, son père savait toujours tout sur tout. Quel que soit le sujet, il avait, comme il disait, « fait le tour de la question ». Sans avoir jamais ouvert un livre, il « savait » tout

ce que disaient Platon, Montaigne, Descartes, Rousseau ou Marx. Fils de républicains espagnols émigrés en Afrique du Nord pendant la guerre civile, il n'avait voyagé que d'Algérie vers la métropole — et encore, contraint et forcé par l'indépendance —, mais cela ne l'empêchait guère de jouer les experts en géopolitique. D'ailleurs, sans doute parce qu'il avait intuitivement compris que c'était un domaine où chacun pouvait donner son opinion sans risque majeur de passer pour un ignorant, la politique était son terrain de prédilection, celui où il pouvait enfin détenir la vérité, tous ceux qui pensaient autrement n'étant que des *tontos*, des imbéciles.

En réalité, ce dont Augustin s'était rendu compte à l'adolescence, c'est qu'Henri Grimau ne savait rien sur rien. Il avait deviné que son père souffrait d'avoir dû quitter l'école à douze ans et s'était construit ce personnage de Monsieur Je-sais-tout pour compenser ses lacunes. Sans doute aussi avait-il souffert d'un manque d'intérêt à l'égard de l'enfant qu'il avait été, qui expliquait son incapacité à manifester, à son tour, envers tout autre — sa progéniture comprise — le moindre signe de reconnaissance. À présent que son fils aîné pouvait enfin se dire « auteur » — une consécration pour lui —, il n'allait sûrement pas lui proposer de sabrer le champagne.

L'âge venant, Augustin avait réussi, sinon à oublier, du moins à donner moins d'importance aux blessures et aux humiliations de son enfance. Néanmoins, en des occasions telles que celle d'aujourd'hui, il mesure combien il a du mal à pardonner.

Et d'ailleurs, faut-il pardonner ?

Il soupire et reformule pour lui-même sa question : *ai-je envie de pardonner* ? Comme il ne manque jamais de le rappeler à ses patients, « il faut » participe d'une injonction, or toute injonction ordonnée par l'instance parentale intériorisée a de grandes chances de se voir opposer une rébellion par la part de l'enfant en soi, ce qui la condamne presque irrémédiablement à l'échec. Dès lors, se dit-il, si le pardon obéit à une obligation et non à un élan authentique, à une envie, il a peu de chances d'être efficace.

Parvenu à destination, il s'arrête un instant avant de composer le code de l'entrée de l'immeuble modeste où vivent ses parents depuis plus de quarante ans. Il était temps, car l'orage qui menaçait éclate soudain. Toute la journée, il a fait une chaleur moite due à l'un de ces pics de pollution qui se multiplient à Paris de manière alarmante. En trouvant refuge in extremis dans le hall, Augustin se demande si les générations futures, pour autant qu'elles survivent au réchauffement climatique, pardonneront à la nôtre de leur avoir légué en héritage une planète en un si piètre état.

*Encore le pardon !* songe-t-il en grim pant par l'escalier les quatre étages qui mènent à l'appartement de son enfance.

Paula, sa mère, l'accueille chaleureusement, avec ses éternels mots tendres — *mon chéri, cariño, mi amor*, tandis que son père exprime par des mimiques et des haussements d'épaules sa réserve et même son mépris envers ces effusions qu'il juge ridicules.

— Mets ça là ! ordonne-t-il en désignant un portemanteau surchargé.

Faute d'y trouver un crochet libre, Augustin suspend tant bien que mal son imperméable par-dessus d'autres vêtements. Ayant finalement décidé de ne pas montrer son livre à ses

parents, il a glissé les exemplaires avec lesquels il est sorti de chez son éditeur dans un sac en papier kraft qu'il pose, tant bien que mal, sur une console encombrée de bibelots.

— Ça va tomber ! prophétise Henri qui, en essayant de le faire tenir en équilibre, ne réussit guère qu'à le faire tomber, comme pour se donner raison.

— Fais attention ! dit Paula.

— Attention, attention ! J'avais dit de le poser là, ce foutu sac, proteste son époux en montrant le portemanteau, je sais ce que je dis. *¡Maldita sea ! Merde alors !*

Comme il n'est pas du genre à se baisser pour ramasser quoi que ce soit, c'est sa femme qui se penche et récupère les ouvrages sur le linoléum du salon avant que son fils n'ait le temps de faire un geste.

— Ah des livres, dit-elle, toujours des livres, ça ne m'étonne pas de toi !

— Merci, maman, répond-il, en tendant la main pour les reprendre.

— Mais... mais... *Agustín Grimau !* s'exclame-t-elle. *Agustín Grimau ! ; Dios mío !*, c'est formidable ! C'est toi qui l'as écrit ? Mon fils, tu as écrit un livre !

Augustin toussote.

— Eh bien... oui, dit-il et, ne pouvant faire autrement, il ajoute : celui-là est pour vous.

Henri prend l'ouvrage des mains de Paula et lit le titre à haute voix :

— *Grandir de ses épreuves.*

Il fait mine de réfléchir profondément avant de rendre sa sentence.

— Des fois oui, mais pas toujours, énonce-t-il sans appel. Il y a des épreuves qui vous détruisent. On n'en grandit pas.

— Sauf si on leur donne un sens.

— Mais non, ne dis pas de bêtises! Tiens, moi, quand je me suis luxé le genou la veille du marathon, je peux te dire que ça n'avait aucun sens.

— Si tu veux, abdique son fils... Ça va mieux ton dos, maman?

— Ça va, chéri, je...

— Et dis-moi, l'interrompt Henri, combien tu le vends, ton livre?

— Ce n'est pas moi qui le vends, papa.

— Enfin, je veux dire, combien ça te rapporte, à toi? Parce que c'est quand même ça le principal, pas vrai?

Augustin ne peut s'empêcher de lever les yeux au ciel et profite de ce que sa mère lui propose un café pour abrégé la conversation.

— Merci, maman... Sans sucre, s'il te plaît.

— Depuis quand tu ne sucres pas? Ça n'est pas bon comme ça, on a toujours mis du sucre dans le café! Allez, on va le regarder, ton livre, et on te dira si c'est intéressant.

Dépité, Augustin ne se donne même pas le temps de finir sa tasse pour prendre congé, prétextant qu'il ne faisait que passer et qu'il ne veut pas se mettre en retard pour ses rendez-vous.

Une fois dans sa voiture, il appelle sa femme pour lui résumer le pénible quart d'heure qu'il vient de passer.

— Non, mais tu te rends compte, Nathalie? Henri Grimau, qui ne connaît rien à rien, Henri Grimau va juger si mon livre est bon ou pas... Ce n'est pas incroyable?

— Le plus incroyable, mon chéri, c'est que ça t'étonne encore... Tu sais bien que tu ne le changeras pas.

— Et pas un mot gentil! Rien, *nada*, pas même un merci. Franchement, c'est impardonnable...

— Surtout si tu choisis de ne pas lui pardonner. Aurais-tu oublié que le pardon est un choix, mon cher cordonnier si mal chaussé?

À cet instant, distrait par sa colère, Augustin doit freiner brutalement pour ne pas emboutir la voiture de devant qui s'est arrêtée au feu rouge. Un dossier est projeté au sol et les quelques feuillets qu'il contient s'éparpillent sur le tapis. C'est le synopsis d'un autre livre, sur le thème du pardon, qu'il vient de présenter à son éditeur. Lorsqu'il le ramasse, le titre lui explose à la figure.

*Seul le pardon vous sauvera.*

*Vous.* Il a écrit « vous ». « Vous » et pas « nous ».

Mais qui est-il, lui qui n'est pas capable de pardonner à son père, pour s'exclure de son propre propos, comme s'il n'était pas concerné? Comment diable a-t-il pu ne pas s'inclure dès le titre même de son ouvrage?

— Allo, allo, tu es là? Je ne t'entends plus? demande Nathalie à l'autre bout du fil. Qu'est-ce que tu fabriques?

— Je te raconterai, mais je crois qu'en effet, il est difficile d'être plus mal chaussé que moi...

## Chapitre 2

— **B**on anniversaire maman !  
Manon serre fort Maxence dans ses bras, dont il se dégage bien vite en prenant des airs de grand.

— C'est pour toi ! dit-il en lui tendant un pot bariolé rempli de terre. C'est moi qui l'ai fait. C'est du ba-si-lic, articule-t-il en guettant l'approbation de sa nouvelle maîtresse, qui se tient devant la porte de l'école.

Sa petite sœur, Pauline, arrive en trombe derrière lui et se jette sur sa mère, froissant au passage une feuille couverte de gommettes et de gribouillis arc-en-ciel qu'elle lui met sous le nez.

— Et ça aussi, c'est pour moi ?

— Oui, et là... c'est toi !

Manon éclate de rire, oubliant un instant la boule qu'elle a au ventre depuis le matin.

— Mais c'est magnifique ma chérie. Et très ressemblant ! Allez, on y va... Ah, stop, une seconde mes amours, c'est mon téléphone.

Le temps qu'elle fouille d'une main dans son sac tout en empêchant de l'autre ses enfants de traverser, le portable cesse de sonner.

— Et zut !... Raté !

— Quoi maman ?

— Rien, mon chou. C'était bien l'école ?

Les enfants lui racontent leur matinée, tandis qu'elle repense à la sienne, passée à attendre ce coup de fil d'Antoine qui n'arrivait pas. O.K., son mari est sûrement très occupé à ce festival à Marrakech où il est parti quelques jours plus tôt (à vrai dire, Manon n'arrive pas franchement à le plaindre), mais il pourrait tout de même trouver une minute pour l'appeler, non ? Oui, il pourrait. Mais non, il ne le fait pas ! Pas plus ce 16 septembre que celui de l'année précédente d'ailleurs. Depuis combien d'années ne se souvient-il plus de son anniversaire ?

Elle consulte son portable : « Numéro inconnu ». Un petit rire amer lui échappe. N'est-ce pas ce qu'ils sont en train de devenir l'un pour l'autre ? Des inconnus ?

*Le quitter.* Depuis quelques heures, ces deux mots trottent dans sa tête. *Le quitter.* Deux mots tout simples qui tournoient inlassablement dans son cerveau, allant et venant, hésitant et s'imposant, hurlant et gémissant.

Heureusement, les enfants ne s'aperçoivent de rien et, insouciants, continuent à bavarder et à chahuter pendant tout le trajet vers chez leur grand-mère où Manon a prévu de les déposer pour aller déjeuner avec sa meilleure amie, Apolline.

Sans comprendre ce qui lui arrive, elle se retrouve en pleurs dans la salle de bains de l'appartement de sa mère, où elle n'était censée passer qu'en coup de vent. En séchant ses larmes, elle a du mal à se reconnaître dans le miroir. Elle,

qu'on dit toujours jeune et jolie, se trouve soudain vieille et moche. Ses beaux cheveux d'or qui ont toujours fait des envieuses chez les filles et des admirateurs chez les garçons lui paraissent aujourd'hui ternes et sinistres. Ses jolies pommettes semblent avoir laissé place à des saillies osseuses disgracieuses. Ses yeux d'un beau marron pailleté de vert ont soudainement l'air tristes et ténébreux.

— Ça va chérie ? demande sa mère derrière la porte.

— Euh, oui, oui, répond-elle sur un ton qu'elle s'efforce de rendre le plus neutre possible, tout en s'activant à redonner à son visage une allure présentable.

— Tu es sûre ?

— Oui, oui, j'arrive, dit-elle en quittant son refuge avec un sourire forcé.

Elle se dirige vers la cuisine, où sa mère vient d'installer les enfants pour le déjeuner.

— À tout à l'heure, mes amours. Quelle chance vous avez d'aller au Jardin d'Acclimatation avec mamie !

Son départ suscite quelques protestations, mais elle s'en sort en leur promettant qu'à 16 h 30, elle les rejoindra pour souffler les bougies en famille au salon de thé situé dans l'enceinte du parc.

— Salut, maman, à tout à l'heure.

— Toi, tu as pleuré... Il ne t'a pas appelée, c'est ça ? interroge Ghislaine en raccompagnant sa fille à la porte.

Sans bien savoir pourquoi, Manon prend la défense d'Antoine en lui trouvant des excuses qui sont autant de circonstances atténuantes.

— Tu sais, un ingénieur du son, c'est sollicité sans cesse pendant ce genre d'événements... Et puis il n'est que midi et demi, conclut-elle, il a jusqu'à minuit.

Ni elle ni sa mère ne sont dupes.

*Le quitter.* Dans le métro, ces mots continuent de tambouriner dans sa tête, sans qu'elle puisse orienter sa pensée autrement.

Elle arrive devant la brasserie où elle a rendez-vous avec son amie qui, se dit-elle, n'a pas dû rater beaucoup de ses anniversaires. Manon et Apolline se connaissent depuis la maternelle et, même si elles se sont tapé dessus quand elles étaient gamines, même si, plus tard, elles se sont disputé des garçons, même si elles ont parfois été jalouses l'une de l'autre et que leurs points de vue se sont quelquefois opposés, leur amitié a toujours eu raison de leurs différends.

Manon embrasse chaleureusement son amie d'enfance qui lui tend le paquet enrubanné qu'elle a dans la main. Sitôt qu'elles sont assises, Apolline comprend que quelque chose ne tourne pas rond.

— Le quitter ? Tu ne vas pas un peu vite en besogne ? lui demande-t-elle après que Manon lui a résumé la situation. C'est juste un anniversaire, après tout... Tu réalises que le quitter, c'est une façon de dire : « *Je ne te pardonne pas !* » Tu te rends compte du nombre de couples qui explosent à cause de ce genre d'équation : « *Je ne te pardonne pas égale casse-toi, on se sépare.* » Tu ne trouves pas ça un peu facile ?

— Oui... mais quand même. Ça n'est pas mon anniversaire tous les jours !

— Ça arrive à tout le monde d'oublier ! Et puis tu le connais, depuis le temps. Tu l'engueuleras un bon coup, vous parlerez, il s'excusera patement et vous vous reconcilierez.

— C'est bien le problème. J'en ai ras le bol de passer l'éponge à chaque fois. Pardonner, ça, je sais faire. Et lui... trois fleurs, un câlin et on oublie tout. Il est champion ! Je me

fais piéger à tous les coups parce que chaque fois, il recommence. Tu vois, j'ai l'impression que plus je pardonne, plus il en profite.

— Est-ce que c'est vraiment du pardon, ça ? N'est-ce pas plutôt de la compromission, du style, « bon j'arrête de faire des histoires et pour le bien de mon couple, pour les enfants, et pour qui sait quoi d'autre, je m'écrase ».

— Peut-être.

— Tu vois, ma chérie, il me semble qu'on reconnaît qu'il y a pardon au fait qu'on ne revient plus sur ce qui s'est passé, parce que si tu dis que tu lui pardonnes et que, la fois d'après, tu lui balances à la figure que c'est toujours comme ça, que la dernière fois ceci et que l'année dernière cela, alors ça n'est pas du pardon, mais juste une pâle imitation. Ou pire, un mensonge que l'on se fait à soi-même.

— Possible... En tout cas, on dirait que ça te réussit, de faire psycho. D'ailleurs je t'admire : quel courage d'avoir repris des études à ton âge !

— À mon âge, à mon âge... Je te rappelle qu'on a le même !

— Oui, bien sûr, mais tout de même, reprendre le chemin de la fac et se retrouver avec des gamins de vingt ans, il faut le faire. Je crois que j'en serais incapable.

— Tu sais, quand on en a vraiment l'envie, tout est possible.

— Tu en es où, maintenant ? Je t'avoue que j'ai perdu le compte...

— J'entre en deuxième année de master et...

À cet instant, la sonnerie du téléphone de Manon retentit, interrompant Apolline. La jeune femme se précipite et fouille dans son sac, impatiente de vérifier si c'est bien Antoine qui

l'appelle. Mais elle est déçue en constatant que c'est la photo de sa mère qui s'affiche sur l'écran.

— Oui, maman... dit-elle. Mais si, il est dans un sac blanc en tissu que j'ai posé sur le meuble, dans le salon... O.K., je t'embrasse, à plus.

Elle souffle bruyamment, comme pour exprimer sa contrariété.

— Ma mère, dit-elle, elle ne trouvait pas le doudou de Pauline.

— Oui, j'avais compris que ce n'était pas Antoine. Tu voudrais qu'il change, c'est ça ?

— Non, enfin... il pourrait juste faire attention et...

— Tu sais, moi, ça va beaucoup mieux avec Thomas depuis que j'ai arrêté de vouloir qu'il soit comme je l'aurais voulu, moi. Il est différent, c'est tout !

— Ça, pour être différents, on l'est... Mais ça n'empêche pas de faire des efforts quand même, non ? Sinon, à quoi ça sert d'être en couple ?

— Justement, ça sert à accepter nos différences. À mon avis, plus on les accepte et moins on a à se pardonner l'un à l'autre !

Manon fait mine de résister pour la forme, mais elle sait bien qu'Apolline a raison. D'ailleurs, son thérapeute lui a dit à peu près la même chose avant l'été : elle ne peut pas changer les autres, avait-il insisté, la seule chose qu'elle peut changer, c'est le regard qu'elle porte sur eux, sur elle, sur la vie et sur le monde. Mais bon, l'entendre est une chose, l'intégrer dans son quotidien en est une autre. En tout cas, vu les circonstances et en particulier ce qu'elle ressent chaque fois que le téléphone sonne et que ce n'est pas Antoine, ça n'est pas gagné !

## Chapitre 3

**A**ugustin connaît Daniel Escriban depuis de nombreuses années. Celui-ci est né à Cordoba, en Argentine, ce pays où les graines de la psychanalyse ont curieusement si bien poussé. Pas très grand, les cheveux bruns, le visage rond, il maîtrise parfaitement le français même si, à bien tendre l'oreille, il est possible de déceler, ici et là, une pointe d'accent hispanique.

Depuis toujours, Augustin apprécie infiniment les moments précieux qu'il passe avec son thérapeute.

La psychothérapie est entrée dans sa vie comme par effraction, un jour d'avril où Nathalie, qui venait de fêter ses trente ans, lui avait annoncé qu'elle envisageait d'aller « voir quelqu'un ».

— Quelqu'un ? Qu'est-ce que ça veut dire « quelqu'un » ?

— Eh bien, quelqu'un, quoi, un psy !

Un psy ? Mais de quoi son épouse pouvait-elle avoir à se plaindre ? N'avait-elle pas tout pour être heureuse ? Un

mari prévenant et attentionné qui l'aimait infiniment, deux enfants merveilleux, garçon et fille, qui plus est... Ne jouissait-elle pas d'un confort indéniable, d'une seconde voiture et de vacances en famille à chaque congé scolaire ?

Un psy ! Où était-elle allée chercher une idée aussi saugrenue ? Ce seul mot avait atteint Augustin en plein cœur, comme une flèche empoisonnée, comme le plus cruel des reproches. Il signifiait, ni plus ni moins, qu'il avait tout raté et que tout ce qu'il s'était acharné à construire s'effondrait brutalement. Que tous les efforts qu'il avait accomplis pour rendre sa femme heureuse étaient un rocher de Sisyphe qui se précipitait sur lui alors qu'il avait sué sang et eau pour le faire rouler jusqu'au sommet.

— Un psy ! avait lancé Augustin, abasourdi. Mais tu es folle !

— Eh oui, avait-elle répondu du tac au tac, je suis folle... tu vois, c'est logique... je suis folle et donc je vais...

— Arrête, tu sais très bien que ce n'est pas ce que je voulais dire. Au contraire, Nathalie, tu es tout sauf folle, alors pourquoi...

— Parce que Marianne m'a dit que ça pourrait me faire du bien de parler à quelqu'un.

— Marianne ! Mais de quoi elle se mêle, ta sœur ?

Quel intérêt, en effet, d'aller se prendre la tête à se demander le pourquoi du comment quand tout allait pour le mieux dans le plus harmonieux des couples ?

Il est vrai que, jusque-là, Augustin avait été plutôt du genre optimiste à toute épreuve et que, fermement résolu, en toutes circonstances, à voir le verre à moitié plein, il s'était montré enclin à diminuer l'ampleur des problèmes, voire à les nier tout à fait. En ce sens, mais pas seulement, il fonctionnait à

l'inverse de son père qui était, quant à lui, un fervent adepte du verre à moitié vide.

Or pendant qu'il s'évertuait à voir la vie — leur vie — en rose, Nathalie, elle, déprimait. Cela avait commencé à peu près à la naissance des jumeaux. Elle, qui avait toujours voulu devenir mère, avait désormais le sentiment de s'enliser dans un quotidien tournant exclusivement autour des couches, des biberons et des purées, avec pour horizon le plus lointain la balade au parc, au bout de leur rue, pour tourner en rond autour du même bac à sable saison après saison. Ce qu'Augustin, dans son vertueux aveuglement, percevait comme une chance de pouvoir profiter à plein temps des enfants — il lui disait souvent que tant d'autres étaient obligées de travailler et de laisser les gosses à la crèche ou à une nounou — elle le ressentait comme une réduction insupportable de sa personne à l'unique rôle de maman.

Paradoxalement, plus il s'acharnait à vouloir faire son bonheur, plus son moral à elle semblait se dégrader. Il était imprégné de stupides histoires de prince charmant qu'on lui avait racontées dans son enfance, mais son cheval blanc avait de plus en plus la piteuse allure d'une rossinante, voire de l'âne de Sancho Pança, et le château qu'il aspirait à bâtir pour la félicité de sa dulcinée ressemblait bien plus à un moulin à vent qu'à un beau palais castillan.

D'ailleurs, au baromètre du sexe, la température de leur chambre à coucher était souvent en dessous des normales puisqu'elle était devenue le lieu de la rencontre cauchemardesque de son désir pour elle et de l'absence de désir pour lui de la part de Nathalie. Leurs stratégies respectives d'approche et d'évitement donnaient souvent lieu, le soir, à un chassé-croisé qui se terminait régulièrement par des

explications volcaniques au petit matin. Il lui reprochait son éloignement, elle lui renvoyait son incapacité à ouvrir son cœur. Il clamait qu'il était un homme, elle répliquait qu'elle n'était pas un objet. Il rappelait qu'ils étaient mari et femme et non pas frère et sœur, elle répondait que, pour elle, le sexe n'était pas essentiel. Fréquemment, le ton montait, les portes claquaient et de vilains mots volaient qui compromettaient, chacun un peu plus, la perspective d'un rapprochement.

Après cela, il fallait se pardonner l'un l'autre pour les paroles qui avaient dépassé la pensée, pour les regards blessants, et cela prenait du temps. Beaucoup de temps, parfois.

C'était toujours Augustin qui faisait le premier pas. Malgré sa tendance à nier les problèmes, il savait assez bien reconnaître ses erreurs et ses maladresses (contrairement à son père, qui non seulement était aveugle à la peine qu'il pouvait infliger à autrui, mais semblait s'en fiche si royalement qu'il ne s'excusait pas, n'exprimait aucun regret ni ne demandait jamais pardon). Il attendait le moment propice, de préférence en présence des enfants pour avoir l'assurance que Nathalie ne le repousserait pas, et commençait par poser la main sur la sienne qu'elle ne retirait pas sans pour autant vraiment l'ouvrir. Il réitérait un peu plus tard sa tentative et, tel un couteau qui parvient à avoir raison d'une huître bien fermée, finissait par obtenir qu'enfin, leurs paumes se rejoignent. C'était le signe qu'ils étaient sur la voie de la réconciliation qui ne s'accomplissait totalement qu'un peu plus tard, lorsqu'ils refaisaient l'amour ensemble.

Augustin, alors, oubliait tout, et de nouveau, pour lui, tout allait pour le mieux dans le meilleur des mondes. C'était même comme si rien ne s'était passé et comme si ce pardon

réciproque avait effacé les nombreuses soirées à ne s'adresser la parole qu'au titre du minimum syndical.

Tout compte fait, le régime du pardon était très différent pour l'un et pour l'autre. Pour lui, pardonner signifiait tout oublier, voire tout effacer et repartir sur de bonnes bases, en évitant de se confronter aux problèmes et en remettant les pendules à l'heure bénie de leur lune de miel. Ne rien changer, en somme. Pour elle, pardonner, c'était au contraire aller de l'avant en essayant de comprendre l'autre autant que l'on voudrait qu'il nous comprenne. C'était, autant que possible, conjuguer les différences pour mieux vivre avec.

C'est donc ainsi, envers et contre tout, et surtout contre l'avis d'Augustin, qu'elle entreprit sa psychothérapie.

Semaine après semaine, elle revenait enthousiaste de ses séances. Bouleversée, parfois les larmes aux yeux, elle ne tarissait pas d'éloges sur son thérapeute et partageait volontiers les découvertes qu'elle faisait sur elle-même, s'émerveillant des perspectives qui s'ouvraient devant ses pas.

Alors qu'elle avait commencé à changer, se relevant de la dépression, telle la Belle au bois dormant sortant de son long sommeil, il était devenu évident pour Augustin qu'il lui fallait s'extirper de ses vieux schémas répétitifs sous peine de voir le Prince charmant qu'il voulait être en prendre sacrément pour son grade.

Aussi, ce qui aurait été totalement inconcevable, pour lui, en ce jour de début de printemps où elle lui avait annoncé sa décision d'aller « voir quelqu'un » ne tarda pas à se produire : quelques mois plus tard, Augustin commença à son tour une psychothérapie.

Il ignorait alors qu'en accomplissant cette démarche, il répondait à l'invitation socratique du « connais-toi toi-même ».

Nous espérons que cet extrait  
vous a plu !



**Pardonne, aime et revis**  
Jacques Schecroun



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous  
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,  
**invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LE D U C . S  
P R A T I Q U E