

# LA HONTE ET LE TRAUMA

LILIANE DALIGAND\*

## RÉSUMÉ

Tout trauma peut entraîner une modification de l'image du moi traduisant une atteinte dans l'ordre symbolique et se cristallisant sous un affect : la honte. Le trauma est toujours l'invasion brutale de l'être par le tout sensationnel, l'occupation absolue par des sensations sans mots, des émotions polyvalentes qui vident l'être de tout langage. Le sensationnel dans sa brutalité traumatisante et totalisante s'oppose au ressenti et l'annule. Le ressenti est de l'ordre de "l'intime". Les sensations imposées par l'événement traumatique annulent toute révélation de l'intime. Ce qu'a perdu le traumatisé, c'est la capacité de se traduire symboliquement, par la parole, à l'oreille d'un autre.

## MOTS-CLÉS

psychotrauma, honte, culpabilité, loi.

## SUMMARY: SHAME AND TRAUMA

Any trauma can lead to a modification of self perception depicting an impact on the symbolic order and crystallizing under a feeling: shame. The trauma is always the brutal invasion of oneself by the all sensational, the absolute preoccupation by sensations without words, polyvalent feelings that empty oneself from any communication. The sensational in its traumatizing and overwhelming brutality opposes and annihilates the perception. The perception is in the field of intimacy. The sensations imposed by the traumatic event prohibit any revelations coming from intimacy. What is lost by the traumatized is the ability to communicate symbolically, orally with others.

## KEY WORDS

psychotrauma, shame, guilt, intimacy, law.

"J'ai honte, j'ai été blessée. Je suis blessée, je ne peux même pas vous en parler" : c'est ce que me disait récemment une femme dont la maison a explosé à la suite d'une fuite de gaz. Brûlée, polyfracturée, elle a été projetée sur le trottoir, sous le regard des passants, se sentant mourir, puis hospitalisée, opérée, rééduquée. Elle ne se reconnaît pas, mais accepte de me rencontrer très régulièrement, ne parlant guère pendant plusieurs années, pour enfin évoquer la honte.

## LA HONTE, FILLE DU TRAUMA

Il n'y a pas de honte sans trauma de quelque nature qu'il soit. Tout trauma peut entraîner une modification de l'image du moi traduisant une atteinte dans l'ordre symbolique et se cristallisant sous un affect : la honte. La honte n'est pas la culpabilité, ne se confond pas avec elle (comme on l'a cru longtemps) et n'en dépend pas obligatoirement, n'en est pas la fatale conséquence. Une victime n'est pas fondée à chercher le mal commis par elle, même si, surprise d'être dans la honte, elle cherche la faute qui, croit-elle, lui correspond.

\*Professeur de médecine légale, Université Claude Bernard Lyon 1, 8, avenue Rockefeller, F-69373 Lyon Cedex 08.  
Psychiatre des hôpitaux, Centre hospitalier Lyon-Sud.  
Expert près la cour d'appel de Lyon  
Liliane.Daligand@sante.univ-lyon1.fr

La honte : c'est ne pas être à égalité avec les autres. C'est être marqué par un défaut, au sens de manque, être par là en infériorité. C'est la perception de ne pas ou ne plus satisfaire à une qualité essentielle de l'être humain, sans savoir de quoi il retourne. Mais il faut savoir cependant que le manque se révèle toujours au niveau relationnel : "Je ne peux pas parler à l'autre, je n'en suis pas digne, il ne peut pas me prendre en considération" ; "J'ai le rouge de la honte au front et tout le monde peut le voir". Une femme reçue en expertise, ayant failli mourir sous les coups de couteau de son beau-frère, me parlait de l'odeur du sang qui ne la quittait plus depuis trois ans et de la honte qu'elle faisait reposer sur son corps couturé.

L'étymologie du terme "honte" renvoie à "honnir", vouer quelqu'un à la honte publique, à la désapprobation générale. Il sous-entend l'humiliation, le déshonneur, l'indignité. Ce que connaissent si bien les victimes de viol. Et pourtant, ce ne sont pas que les victimes d'agression sexuelle qui sont mortes de honte. Levi, dans *Les rescapés et les naufragés*.

*Quarante ans après Auschwitz* <sup>(1)</sup>, consacre un chapitre à la honte des victimes des camps nazis. Il écrit : "À la sortie des ténèbres, on souffrait en retrouvant la conscience d'avoir été

diminués. Non par notre volonté, ni par lâcheté, ni par notre faute, nous avons vécu pendant des mois et des années à un niveau animal : nos journées avaient été occupées de l'aube à la nuit par la faim, par la fatigue, par le froid, par la peur, et la possibilité de raisonner, d'éprouver des sentiments, était réduite en nous à néant". Et un peu plus loin : "La dénutrition, le déshabillage humiliant et les autres épreuves physiques qu'il est si facile et économique de provoquer [...], sont rapidement destructeurs et, avant de détruire, ils paralysent ; et cela d'autant plus qu'ils sont précédés par des années de ségrégation, d'humiliations, de mauvais traitements, d'émigrations forcées, de liens familiaux déchirés, de contacts avec le reste du monde rompus".

## L'ACTION TRAUMATIQUE

Qu'est ce que le trauma et quelle est son action ? Le trauma est toujours l'invasion brutale de l'être par le tout sensationnel, l'occupation absolue par des sensations sans mots, des émotions polyvalentes qui vident l'être de tout langage. Ceci se traduit plus tard dans l'impossibilité qu'a la victime de dire ces instants d'agression dont tout vécu est absent ou de se qualifier alors de "terrorisée, sidérée, paralysée, médusée, comme absente, hors de moi-même...".

Ce totalitarisme du sensoriel ou de l'émotionnel, ou du seul besoin de se satisfaire pour survivre, annule tout autre fonctionnement de l'appareil psychique humain. La sensation totalitaire prend tout le champ de la conscience, au point que l'être (le parlêtre de Lacan) s'évanouit, se perd ou, ce qui est équivalent, perd la parole. Il s'agit bien là de la perte de "la parole", de ce qui au sein même du langage signifie l'être parlant, car parfois, à côté du silence de stupéfaction, d'inhibition, il peut persister des bribes de la langue : un discours logorrhéique plus ou moins vide de sens d'où l'auteur est toujours absent.

La victime constate qu'elle n'y est pas, qu'elle n'existe pas (de *ex-sistere*) puisqu'elle ne parle pas. Elle est privée de référence à la loi (qui est la loi du langage et de la parole) lors de l'agression et par là sa vie n'en est pas une puisqu'elle n'est plus l'effet d'une demande et d'une réponse (de *je à tu*), de cet échange d'où surgit le don sans cesse renouvelé qui constitue le courant de la vie. La victime le constate en l'exprimant sous forme de : "Je ne vis plus, je survis mais ce n'est plus une vie".

## L'INTIME

Le sensationnel dans sa brutalité traumatisante et totalisante s'oppose au ressenti et l'annule. Le ressenti est de l'ordre de "l'intime". Les sensations imposées par l'événement traumatique annulent toute révélation de l'intime.

Qu'est ce que l'intime ? C'est le point extrême de l'intimus, dans la définition du dictionnaire : "ce qui est le plus en-dedans, le plus profond" où sourd ce qui fait les éléments de la parole, c'est-à-dire des signifiants porteurs de celui-là même qui ressent. C'est là où naît ce qui va devenir parole. C'est la source composite du langage qui porte le désir de l'être. C'est le lieu où se manifestent au présent les éléments de l'histoire porteurs du sujet résonant sous le choc des mots de celui ou de celle qui lui parle. Autrement dit, l'intime, c'est la manifestation d'un acte de vie. C'est le lieu de formation du parlêtre. L'intime est en fragilité car, pour se révéler, il est dans l'exigence d'une ouverture sur soi, c'est-à-dire sur l'évocation des événements adéquats de son histoire à l'instant présent, sur l'acceptation des mots qui en naissent à la fois sous son propre dynamisme et sous la réception des mots d'un autre.

Pour être dans l'intimité, il faut être au moins deux en lien de parole, sinon c'est le repli sur ce que l'on croit être le secret, de son cœur par exemple. Car la notion d'intime se lie avec celle d'accord avec l'autre, celui dont on est proche, celui avec qui l'on parle, qui vous entend et vous répond : l'intime. Grâce à cette mise en intimité, la parole circule entre les personnes, et les êtres se révèlent comme vivants.

Le trauma, c'est l'annulation du point de la naissance, de la révélation, de ce qui parle d'un Autre à un autre pour un autre, autrement dit de ce qui fait l'être, le fait vivre. Ainsi, les attitudes, les actions violentes, même portées par le seul langage d'un agresseur, peuvent bloquer la naissance de la parole et par là même la manifestation de vie. Toute mise en scène mensongère stérilise la source intime des éléments langagiers porteurs de celui qui parle. L'ennemi de la parole est le mensonge, quelle qu'en soit l'origine ou la justification. Le mensonge reçu tue toute parole de vérité.

## LA HONTE COMME SYMPTÔME

Revenu de l'explosion sensationnelle, du laminage émotionnel, le langage n'est perdu que pour un temps ou pas perdu du tout. Mais, s'il est possible, ce n'est plus qu'un discours de traduction des sentiments, des émotions post-traumatiques, de colère ou de honte par exemple, des images de soi, mais pas du ressenti. Ce langage là est une représentation du moi fourni en abondance par les sens, mais pas du sujet de la parole qui s'origine à l'intime.

Ce qu'a perdu le traumatisé, c'est la capacité de se traduire symboliquement, par la parole, à l'oreille d'un autre. Il lui manque cette faculté proprement humaine sans qu'il sache ce que c'est. Il n'est pas à égalité avec tout autre

réputé non pas discourir mais parler. La honte se constitue ainsi d'une infériorité par déficience au point traducteur de l'humanité en chacun.

La honte peut se dire. Dire sa honte est au plus près de l'atteinte traumatique, mais ne change rien au méfait du trauma. De façon symptomatique, la honte ne peut que se répéter dans des discours successifs, s'affirmant par là en symptôme qui comme toujours vient en place de ce qui ne parle pas. L'écriture peut être est le lieu de cette répétition sans fin dans un journal (pseudo)-intime comme dans des ouvrages publiés compulsivement. Ernaux a écrit plusieurs livres autobiographiques avant celui intitulé *La honte* en 1997<sup>(2)</sup>. Il débute ainsi : "*Mon père a voulu tuer ma mère un dimanche de juin, au début de l'après midi*". Nous sommes en 1952, suit le récit de l'effroi — "*une terreur sans mots*" —, de la culpabilité et surtout de la honte qu'elle place sur la scène sociale en épargnant l'ouverture à l'intime. Elle met en mot la honte dont elle dit qu'elle n'est que répétition et accumulation.

## HONTE ET CULPABILITÉ

La honte est à différencier de la culpabilité qui peut être collée à la honte par l'interlocuteur qui ne conçoit pas de honte sans faute et en déduit la jonction obligatoire : la culpabilité entraîne la honte. Elle peut l'être aussi par celui-là même qui éprouve la honte, se demandant quelle faute il a bien pu commettre. D'où les défenses toutes situées dans le savoir et les exercices intellectuels pour trouver la cause indistincte de cette honte inexplicée.

Mais toute culpabilité vraie ne peut être dissociée de la honte. La culpabilité liée à une faute réelle s'accompagne de honte. Car désobéir à la loi est une atteinte à ce qui parle. La loi des hommes est la loi du langage et de la parole. Même volontaire et sous sa seule responsabilité, la négation de la loi est ne pas répondre, ne pas obéir à ses commandements qui se disent à l'intime de l'être.

Ce refus de l'intimation de la loi réduit à rien le sanctuaire de l'intime. Bafouer la loi, c'est s'infliger à soi-même un trauma qui a des effets comparables à l'atteinte par un trauma externe. Ainsi désobéissant, n'étant plus sujet de la loi, le délinquant ne parle plus. Il se retrouve dans les mêmes conditions que celui qui a été victime de son action traumatique et est placé dans cette même position honteuse d'infériorité. C'est ce que j'ai appris au cours de nombreuses expertises psychiatriques de délinquants, de hors-la-loi. Le procès judiciaire a pour mission de rétablir dans sa complétude la victime, mais aussi l'agresseur : redevenir sujet de la loi et d'une parole surgissant d'un intime rétabli.

## SORTIR DE LA HONTE

La honte est conjuguée au vide, à l'impossibilité d'exister car elle est typiquement non symbolisable puisque représentant l'absence de parole. Se départir de la honte, c'est pouvoir quitter le monde du fantasme surgi du trauma où les sentiments, les sensations recomposent un moi aléatoire au fil des remémorations obsessionnelles, des épuisements dus au sommeil bouleversé de cauchemars, des rencontres d'intervenants bien intentionnés qui, voulant protéger la personne agressée dans son statut de victime, lui retailent un uniforme de handicapée à la mesure de ce qu'ils savent.

Le décollement du fantasme ne peut s'opérer qu'au prix d'un lien de parole avec un autre en position d'altérité radicale, d'un Autre : le lieu d'où ça parle. Ce travail ne peut se faire qu'avec cet Autre témoin de l'origine de la parole, ne trouvant pas sens à la honte et au fantasme qui la porte, et signifiant : "Je ne vous répondrai pas sur votre honte, votre honte ne me dit rien, ne me parle pas. Vous n'y êtes pas".

L'interlocuteur ne peut être qu'une personne située au-delà de l'objet pulsionnel, un être auquel la victime pourra adresser son désir d'avoir une réponse à une demande où jouent sa vie et sa mort, ce qu'elle ne sait pas mais qui lui fait manque, le sens même de son existence. Alors l'intime renaît au cœur de la victime honteuse quand cet Autre est là. Il se révèle sous l'aile conjuguée de leurs deux désirs.

Comme l'écrit Levi dans *Si c'est un homme*<sup>(3)</sup> : "*À supposer qu'il y ait un sens à vouloir expliquer pourquoi ce fut justement moi, parmi des milliers d'autres êtres équivalents, qui pus résister à l'épreuve, je crois que c'est justement à Lorenzo que je dois d'être encore vivant aujourd'hui, non pas tant pour son aide matérielle que pour m'avoir constamment rappelé, par sa présence, par sa façon si simple et facile d'être bon, qu'il existait encore, en dehors du nôtre, un monde juste, des choses et des êtres encore purs et intègres que ni la corruption ni la barbarie n'avaient contaminés, qui étaient demeurés étrangers à la haine et à la peur ; quelque chose d'indéfissable, comme une lointaine possibilité de bonté, pour laquelle il valait la peine de se conserver vivant*"; "*Lorenzo était un homme : son humanité était pure et intacte. C'est à Lorenzo que je dois de n'avoir pas oublié que moi aussi j'étais un homme*". ■

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- 1 - LEVI P. Les rescapés et les naufragés. Quarante ans après Auschwitz. Paris : Gallimard, 1989.
- 2 - ERNAUX A. La honte. Paris : Gallimard, 1997.
- 3 - LEVI P. Si c'est un homme. Paris : Julliard, 1987.