

NOTRE
DROIT
À LA
VENGEANCE

Mathilde
MORRIGAN

Que faire lorsque
la justice nous ignore ?

Dans notre société actuelle, les victimes des violences sexuelles, domestiques, sexistes et conjugales doivent se taire. Et, quand elles osent enfin parler, elles ne sont pas entendues. Face à la souffrance, il est exigé de consentir à cette fatalité *qu'il n'y a rien à faire*. L'immobilité et la soumission, le silence et le pardon.

Que faire d'autre ? Comment lutter contre cette colère sourde qui grandit ? Comment obtenir justice ? Se rendre justice ?

Pour analyser ce vice tabou et interdit, Mathilde Morrigan invoque les sorcières. Déconstruites des préjugés et des diktats, elles ont compris que le mal est relatif, que se défendre est un droit, et que se venger n'est pas toujours faire du mal.

Une réflexion puissante sur la vengeance dans une société patriarcale ayant pour volonté de faire taire les femmes et les minorités de genre.

UN MANIFESTE POUR S'AUTORISER À AGIR.

Mathilde Morrigan est la créatrice de @withoutpatriarchy, compte Instagram qui réunit de plus en plus de féministes pour participer à la révolution du patriarcat. Avec son contenu engagé et engageant, cette jeune Marseillaise propose d'en apprendre plus sur la cause féministe et ses enjeux. Son compte bienveillant et sa pédagogie accompagnent la déconstruction de ses abonné-e-s. Elle est l'auteurice d'un premier essai *Sans patriarcat*, paru chez Leduc société.

ISBN : 979-10-285-3043-3



17 euros
Prix TTC France



Rayon : Société

editionsleduc.com

LEDUC 
société

**NOTRE
DROIT
À LA
VENGEANCE**

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux!

Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable!

«Des livres pour mieux vivre», c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon!

Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Conseil éditorial : Agence L. Hardie

Préparation de copie et relecture : Audrey Peuportier

Création graphique : Antartik

Design de couverture : Antartik

Mise en page : Ma petite FaB – Laurent Grolleau

© 2024 Leduc société, une marque des éditions Leduc

76, boulevard Pasteur

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-3043-3

**NOTRE
DROIT
À LA** **Mathilde
MORRIGAN**
VENGEANCE

**Que faire lorsque
la justice nous ignore ?**

LEDUC ↗
société

SOMMAIRE

Introduction	7
Partie 1	
Se venger, ce vice tabou et interdit	21
Partie 2	
Les hommes, héros ou barbares ?	45
Partie 3	
Que faire face à tant d'impunité ?	77
Partie 4	
Les sorcières, mains de vengeance	99
Conclusion	123

INTROD

UCTION

Un jour malheureux, j'ai été agressée. Très vite, j'ai été confrontée à cet état de fait odieux : le crime perpétré contre mon corps ne sera jamais puni.

Je n'obtiendrai jamais réparation.

De cela, la justice des hommes s'est bien assurée. Les violeurs ne sont que rarement condamnés. La police rechigne à prendre les plaintes des victimes. Et quand elle daigne le faire, elle n'hésite pas à ajouter son lot de critiques et de réflexions culpabilisantes, s'assurant que la victime soit plus responsable que l'agresseur. Et puis... Je n'avais aucune preuve. À ce propos aussi, la justice des hommes a fait ce qu'il fallait pour renforcer l'impunité de son masculin défaillant. La fameuse « zone grise » du viol dans le Code pénal. Comment prouver un viol sans preuve ? Je n'avais pas de coupures, pas de bleus. Personne ne m'a entendue dire non, à part lui, bien sûr. Je n'avais pas d'écrit de sa part confessant son crime. Pourquoi en aurais-je, de toute façon ? Quand nous nous sommes vus à la confrontation, un an plus tard, en face à face, il a tout nié en bloc. « Tu avais plutôt l'air d'aimer ça, d'ailleurs... », a-t-il même osé ajouter, mâle inconscient et aveugle de ses méfaits.

Car mon corps est un objet, et lui a de toute façon le droit d'en faire ce qu'il veut. Je ne dois rien dire. Je dois fermer ma gueule.

Toutes les victimes de violences sexuelles, domestiques, sexistes et conjugales doivent fermer leur gueule. Et quand elles osent enfin parler, avec l'immense courage que cela demande... elles ne sont pas entendues.

En France, sur 100 femmes victimes d'un viol et qui ont porté plainte, seulement 1,3 ont eu gain de cause et ont vu l'auteur être

condamné¹. En 2021, une enquête appelée #PrendsMaPlainte², réalisée par le collectif #NousToutes, a révélé que plus de 1 femme sur 2 a essuyé un refus quand elle a voulu porter plainte pour agression. Près de 65 % des femmes mortes sous les coups de leur conjoint ou ex s'étaient manifestées auprès des forces de l'ordre. Environ 80 % des plaintes pour violences conjugales et pour violences sexuelles sont classées sans suite.

Et c'est là, dans le creux de cette douleur, que j'ai compris. *Le crime que j'ai subi ne sera jamais réparé*. Pire, la société me demandait de guérir, guérir d'une plaie encore ouverte. Comment peut-on exiger que je guérisses, que j'avance, que « j'aïlle de l'avant », quand mon droit le plus fondamental, en tant que citoyenne de la République, fille de la démocratie et de la justice, m'est inaccessible ?

Pire encore, j'ai dû apprendre et essayer de guérir seule. Pourtant, il existe des fondations, des associations, des centres remplis de bénévoles dévoué-e-s qui font tout au quotidien pour aider les victimes de violences sexistes et sexuelles. À en croire Arretonslesviolences.gouv.fr, il y en aurait même près de 400 dans toute la France. Mais mon ressenti, tout comme celui de bien d'autres victimes, était tout autre.

J'avais la sensation qu'aucune structure n'était faite pour accueillir une victime comme moi, j'ai dû me démerder. C'est tout con, mais j'aurais voulu taper dans ma barre de recherche « que faire après avoir été victime d'un viol » et trouver un site

1. Fabien LÉBOUCQ, « Pour 100 viols et tentatives, une seule condamnation : Dupond-Moretti a-t-il raison de douter de ce chiffre ? », *Libération*, 22 juillet 2020.

2. « #PrendsMaPlainte », enquête réalisée par le collectif #NousToutes, mars 2021.

qui recense les démarches à suivre, de A à Z. Quelque chose qui m'aurait donné l'impression d'être encadrée, suivie et épaulée. Perdue, je voulais juste être prise par la main et qu'on me dise : « Voilà Mathilde, il faut aller dans ce centre de ta ville, au pôle dédié aux victimes de VSS³. Tu peux être sûre d'être reçue, il n'y a pas d'attente de plusieurs mois, de surcharge du personnel. Chaque équipe est spécialement formée pour traiter ce genre de traumatisme. C'est gratuit, bien sûr, qu'il s'agisse de l'accès aux soins psychologiques ou physiques, des prises de sang si besoin, etc. Toute la prise en charge est claire, tu n'as plus qu'à te laisser guider ! » Sauf que la vie, c'est pas un kiwi. Les choses ne se passent pas ainsi. Pas pour moi, du moins.

Et encore, j'ai eu « la chance » (excusez du peu) d'être très au courant, très éduquée sur les VSS, leurs mécanismes en tant que victime, la marche à suivre pour mieux s'en sortir après. Malgré tout, j'ai galéré comme une merde. J'ai payé plusieurs psychologues de ma poche, dans l'espoir d'en trouver une qui puisse m'aider à sortir de ma détresse – en vain.

Une d'entre elles m'a d'ailleurs virée de son cabinet après quinze minutes de séance parce que, je cite : « La guerre des sexes, j'en peux plus. » Juste après que je lui ai révélé l'âge du violeur, elle m'a demandé quelle était ma relation avec mon père. Freud, un fléau qui continue encore, pas vrai ? La cerise sur le gâteau, je dirais quand même que c'est celle qui m'a dit : « Mais, si vous n'êtes pas partie (pendant l'agression), c'est que ce n'était pas si horrible que ça alors, non ? » Comme si je n'avais que ça à foutre de l'éduquer ! Parce qu'oser sortir de telles conneries est d'une gravité sans nom. Je me suis retrouvée

3. Sigle de Violences sexistes et sexuelles.

pendant une demi-heure à lui expliquer le *victim blaming*⁴, à prendre sur moi tandis que je lui faisais un cours à la Without Patriarchy⁵ sur la psychologie de la victime.

Bref, des réactions choquantes qui n'ont fait qu'empirer l'état de détresse émotionnelle dans lequel je me trouvais déjà. J'avais besoin d'aide, et aucune équipe professionnelle n'a su me la prodiguer.

Puis, en plus des séquelles psychologiques, ces violences ont marqué mon corps de douleurs physiques, qui ont mis plus de deux ans à guérir. Mais, bien sûr, à cause des déserts médicaux, j'ai peiné à trouver une gynécologue qui veuille bien me prendre. Habiter dans la deuxième ville de France et galérer à obtenir un suivi gynécologique stable et de qualité, c'est normal ça ? Bon gré mal gré, je suis tombée sur une sexologue et kinésithérapeute spécialisée dans la rééducation périnéale. Elle a été très douce, mais c'était toujours pareil : « Revenez dans six mois, en attendant il faut éviter toute relation sexuelle pour que la plaie ait le temps de cicatriser. »

Je souffrais d'une vulvodynie et d'une vestibulite, deux troubles trop méconnus par la sphère médicale, qui affectent très douloureusement la vulve et l'entrée du vagin.

Et moi, encore une fois, je restais seule avec ma peine et mes douleurs. Partout où je regardais, je ne voyais aucune main suffisamment tendue pour me prendre entièrement en charge. Je me sentais abandonnée avec ce corps que je haïssais pour

4. Anglicisme. Le *victim blaming* consiste à mettre la responsabilité d'un crime ou d'un malheur sur le dos de la victime et à la blâmer pour celui-ci.

5. Nom de mon compte Instagram.

—
tout le mal qu'il me donnait. Il n'y avait que moi, ma tristesse et... cette colère sourde, qui grandissait un peu plus chaque jour.

Je me souviens même avoir pensé que je souffrais pendant que lui se touchait sûrement les couilles au soleil, bienheureux, à faire sa petite vie, indifférent au mal qu'il m'avait fait.

Alors, petit à petit, ma colère s'est transformée en haine. Envers lui, d'abord, puis envers ceux qui me sortaient ces phrases toutes faites, faussement bienveillantes et surtout indécentes : « Tu devrais laisser le temps faire son œuvre, ça finira par passer et tu iras mieux. » « Ne tombe pas dans la haine, ne t'abaisse pas à son niveau, tu vaux mieux que ça. » Pire, d'autres me parlaient du karma et m'assuraient que l'Univers finirait par le lui faire payer. Pour résumer, face à ma souffrance, tout ce que l'on me conseillait de faire, c'était... rien. Le mépris me donne chaud aux joues rien que d'écrire ces conneries. Je ne peux ni comprendre ni accepter cet irrespect pour mon être que représente le fait de lui refuser justice et réparation. D'exiger que je me soumette à cette fatalité *qu'il n'y a rien à faire*. Je dois juste faire avec, guérir, et repartir bosser lundi matin comme si de rien n'était. Et faire taire ma colère et ma rage, surtout, comme la bonne petite femme que je suis. Finalement, ce que le patriarcat m'a toujours appris à faire. L'immobilité et la soumission, le silence et le pardon. « C'est n'est pas grave, ce qu'il m'a fait. Je vais m'en remettre. Il faut juste que j'aïlle de l'avant. Tant pis s'il n'est pas puni. Je dois faire avec, c'est tout. Qu'est-ce que je peux faire d'autre, de toute façon ? »

Oui, qu'est-ce que je peux faire d'autre ? Aller le voir pour lui péter les dents ? Prendre son ordinateur et le détruire contre

le mur pour enfin supprimer toutes les photos et vidéos qu'il a prises de moi sans mon consentement ?

Oh, mais non. Je suis trop faible, vois-tu. Faible et fragile. Je vais me battre, moi, avec mes bras de crevette ? Affronter un homme plus grand et plus fort que moi ? Il n'en sortira rien de bon. Tout ce que je vais y gagner, c'est de me retrouver à l'hôpital, ou pire, morte. Et... Et si j'emmenais des copines avec moi ? Les hommes font bien ça dans les films, entre eux. Ils vont en bande défoncer le gars qui a fait du mal à un·e de leurs proches. Et nous, en tant que spectateur·ice·s, on applaudit : « C'est bien fait pour toi, t'avais qu'à pas lui faire ça. » Mais on ne fait pas ça, nous, les femmes. On ne se retrouve pas en groupes pour rendre justice. Alors, on reste en retrait et on prend soin de notre amie blessée. On l'écoute, on lui tient compagnie, on la rassure. Même si on a la haine, même si on fantasme sur l'idée de frapper son agresseur avec une batte pour avoir osé toucher notre amie... On ne fera rien. Déjà parce que le patriarcat nous a fait croire que l'on est faibles, mais aussi parce qu'il nous a appris à penser aux conséquences de nos actes. Comme le policier qui demande à la victime : « Vous êtes sûre de vouloir porter plainte contre lui ? Vous avez pensé à sa famille ? » Histoire éternelle. Penser aux autres, penser au bien-être de son agresseur avant de penser à nous. On doit agir en étant justes, en ne faisant jamais de mal. Un mal pourtant fort relatif, tout à fait acceptable lorsqu'il est dirigé contre nous. Voilà une autre leçon patriarcale apprise tôt : ma vie ne vaut rien.

Du fait de mon éducation, qui m'a appris à être la gentille petite fille « sage comme une image », je n'avais pas le droit de me plaindre ou de rendre les coups quand les garçons

m'embêtaient ou tiraient les bretelles de mon soutien-gorge : « Ce sont des garçons, tu sais, c'est comme ça. » Déjà en primaire, j'ai appris à me taire face à eux. Ils peuvent me faire du mal, je ne dirai rien. Parce que ni mon corps ni mon esprit ne méritent d'être défendus. C'est ça, que j'ai appris.

Plus je réfléchissais, plus je me rendais à l'évidence : je n'avais pas d'autre choix que de faire ce que j'avais toujours fait, me taire et faire ma vie comme si de rien n'était. Travailler, payer la psy, payer la sexologue, pleurer et avancer. En espérant qu'un matin je me réveille apaisée, la plaie cicatrisée.

Dès que cette pensée a fait son chemin dans mon esprit, je l'ai refusée en bloc, un sentiment de dégoût dans le ventre. C'était impossible. Il me semblait trop injuste. Je ne juge pas celles qui font ce choix. Cependant, pour moi, c'était impensable.

J'étais trop consciente de l'impunité dont il jouissait pour, encore une fois, laisser passer.

Alors, un soir, m'est venu ce mot interdit : « vengeance ».

Oui. La voilà ma vérité : j'avais soif de vengeance. Un peu timide face à ce mot si tabou, je laissais mon esprit imaginer tout ce que je pourrais lui faire. J'imaginai tous les scénarios possibles. Du plus soft au plus répréhensible, même si je savais, au fond de moi, que je ne passerais jamais à l'acte. Parce que se venger c'est mal, tu sais. Et moi, je ne dois surtout pas faire de mal. Même si on m'en a fait.

L'homme, quant à lui, quand il frappe l'agresseur d'un·e de ses proches, il ne fait pas de mal, oh non. Il défend. Il protège. Il rend justice. Car il en a – secrètement – le droit.

Il suffit de prendre l'exemple des films d'animation Disney ou de la pop culture en général. Dans *La Petite Sirène*⁶, le long-métrage sorti en 1989, la sorcière des mers Ursula, l'antagoniste de la jeune, belle et naïve Ariel, meurt empalée sur la proue aiguisée du bateau du prince Éric. La morale est claire : la jolie princesse est passive, fragile et doit attendre le prince pour être sauvée. La sorcière, cette femme puissante aux pouvoirs qui dépassent ceux des hommes, meurt de leurs mains. Et le prince, quant à lui, a le droit de faire du mal, c'est-à-dire de tuer un être vivant pour sauver celle qu'il aime.

Dans la série *John Wick*⁷, le héros tue un nombre incalculable d'hommes, car ces derniers sont responsables de près (ou de très très loin) de l'assassinat de son chien. En tant que spectateur·rice, on comprend tout à fait la rage de John, allant même jusqu'à le soutenir dans sa quête de vengeance.

Autre exemple, plus personnel cette fois-ci... Un jour (pour changer), une amie a été harcelée dans le métro par un homme alors qu'elle se rendait au restaurant où elle travaillait en tant que serveuse. Pendant le service, elle a vu cet homme s'installer à une table pour manger. Tout de suite, elle a parlé à son patron de sa mésaventure du matin. Sa réaction ne s'est pas fait attendre : « C'est qui ? Dis-moi qui c'est, je le vire du restau et je le défonce ! » Un classique. Bien sûr, il n'a rien fait de tel. Mais il est important de noter qu'il s'est malgré tout octroyé le droit de dire de telles choses.

Mon amie, quant à elle, bien que victime de cet homme, n'a pas osé faire quoi que ce soit : « J'ai pas envie de me

6. *La Petite Sirène*, Walt Disney Pictures, 1989.

7. *John Wick*, Thunder Road Pictures, 2014-2023.

faire remarquer, de passer pour l'hystérique ou d'abuser... », m'a-t-elle expliqué. La seule chose qu'elle s'est autorisée pendant ce service, c'est de ne pas sourire à ce harceleur tant qu'elle le servait.

C'est tout.

J'ai ainsi passé beaucoup de temps à réfléchir au rapport que les femmes ont à la vengeance. Je ressassais dans l'intimité de mon crâne toute ma colère face à ces injustices, épiluchant toutes les solutions qui s'offraient à moi. À chaque fois, malgré le mot « vengeance » qui clignotait derrière mes yeux comme un petit néon interdit, je finissais par accepter mon sort et avancer. La seule possibilité qui s'offrait à moi. Ou peut-être, avec cynisme, prier pour que quelqu'un le fasse payer pour ses méfaits.

Mais, perdue dans le tourbillon de mes pensées, intimidée par toutes ces raisons justifiant mon silence et ma soumission, j'avais oublié qui j'étais.

Je suis une sorcière. Attention, je ne dis pas ce mot à la légère. Non. Je suis une véritable pratiquante des arts occultes. Je parle aux défunts et je tire les cartes. Je lance des sorts et influence ce qui m'entoure au gré de ma volonté. J'ai accès à des mondes et des savoirs refusés aux profanes. Je suis une sorcière féministe. Et cela me donne un pouvoir qui dépasse, depuis des siècles, celui des hommes.

Cependant, avant d'aller plus loin, je te prie, toi qui me lis, de ne pas juger mes croyances. Ce livre n'a pas pour but de te faire croire à la sorcellerie. Cela ne m'importe pas et ne sera de toute façon jamais mon objectif. Garde ton esprit et ton cœur ouverts. Car, si je dévoile ici que je suis une sorcière, malgré

toute l'opprobre et les moqueries que cela peut engendrer, c'est parce que les femmes qui cheminent sur le sentier de la sorcellerie ont beaucoup à nous apprendre face à l'injustice patriarcale.

Effectivement, notre société actuelle a bel et bien été construite sur ces concepts religieux là ; cependant les sorcières, elles, ne répondent à aucune loi, excepté les leurs. Alors, dès le début de ma pratique, j'ai compris que je pouvais être en danger et me retrouver face à des entités ou des personnes qui ne me veulent pas que du bien. J'ai intégré cette fabuleuse évidence : si je suis en danger, je ne dois pas attendre qu'un chevalier vienne me sauver. Je prends mon courage ainsi que mon savoir à deux mains et je fais ce que les hommes ont toujours été autorisés à faire pour eux : se défendre et riposter.

Les sorcières m'ont fait comprendre ce que personne d'autre dans ma vie n'a osé me dire : « Pour qu'on ne t'emmerde pas, pour que l'on ait peur des représailles si on t'attaque, tu dois faire peur. Tu dois faire si peur que personne n'osera te faire quoi que ce soit. »

La claque. Pour la première fois de ma vie, je me suis autorisée à être réellement actrice de mon existence. Faire peur, incarner la diablesse qui terrifie, ne pas craindre de tacher son armure de guerrière après avoir été reléguée au rang de petite femme faible et inutile toute sa vie.

Avec la sorcellerie, que l'on y croie ou non, j'ai rapidement baigné dans un milieu dans lequel mon sexe, mon genre et mon physique ne sont pas importants. Mon corps et mon esprit méritent d'être protégés et défendus. Cela va plus loin que la simple idée d'*empowerment*. Et, encore mieux... J'ai appris précisément comment faire.

Ma réponse, je l'ai trouvée auprès des sorcières. Ces femmes sollicitées depuis des siècles par le peuple pour vaincre une épidémie, accoucher ou... maudire celui ou celle qui aura osé commettre un quelconque méfait.

Ma réponse n'est autre que la vengeance – ou plutôt *rendre justice* – qui, chez les sorcières, n'est pas un concept tabou. Nous n'avons pas l'hypocrisie d'ignorer que certains en ont le droit quand d'autres doivent se taire. Nous sommes libres des lois des humains, ayant bien compris qu'elles n'ont jamais été faites pour nous ou pour les personnes précaires, racisées, handicapées, les minorités de genre et j'en passe.

Alors, quelle justice pour ceux que la dame aux yeux bandés ignore ?

Comment pouvons-nous continuer à évoluer dans une société dans laquelle nous violer, nous harceler, nous frapper ou encore même nous tuer ne garantit pas que l'auteur soit arrêté et puni pour ses crimes ?

De quoi avons-nous besoin pour enfin nous autoriser à nous défendre, à réagir ?

Quand allons-nous enfin agir pour obtenir réparation ?

Les sorcières ont, en grande partie, la réponse à ces questions. Déconstruites des préjugés et des diktats que les morales judéo-chrétiennes patriarcales nous ont inculqués, elles ont compris que le mal est relatif. Mais aussi que se défendre est un droit. Et que se venger, ce n'est pas toujours faire du mal.

J'ai conscience que le sujet de la vengeance rebute. Il est effrayant, et face à ce mot, la morale s'indigne. « Se venger c'est mal. Il faut faire le bien, sinon je ne suis pas une bonne personne. » Alors oui. C'est vrai... en partie. Mais ce que je t'invite

à faire tout au long de cette lecture, c'est de t'autoriser à réfléchir, à interroger ce qui t'a été inculqué. Il est temps d'aller plus loin dans nos réflexions. Nous n'avons plus le luxe de l'hypocrisie et de la fausse morale. Certes, les langues des victimes se délient, on ose petit à petit pointer nos agresseurs du doigt. Mais combien restent encore dans l'ombre ? Nous savons que nous ne sommes jamais en sécurité. Combien de temps allons-nous encore attendre avant d'agir ?

Leur violence sur nos corps n'est pas une fatalité.

On a voulu nous faire croire le contraire. Mais ce n'est pas vrai.

La vengeance nous appelle. Nous n'osons pas toujours le dire, par peur de la critique et des réflexions. Mais au fond, nous avons toutes et tous rêvé de prendre les armes et de faire quelque chose aux personnes qui nous ont fait du mal.

Elles, elles s'autorisent à agir.

À quand notre tour ?

PART

SE VE

CE VICE

ET INT

IE 1 :

**NGER,
TABOU
ERDIT**

Il n'arrive jamais rien de bon lorsque notre âme crie vengeance, n'est-ce pas ? En tout cas, c'est ce que nous sommes éduqué-e-s à croire. C'est un vice qu'il faudrait fuir coûte que coûte. Car seule une personne moralement faible, sans intelligence ni respect pour autrui, aurait envie de se venger.

Diabolisée, la vengeance est présentée comme un tabou dont il ne faut pas prononcer le nom. D'expérience, lorsque je l'évoquais, je voyais changer le visage de mon auditoire. Iels avaient parfois un mouvement de recul, comme si ce mot venait frapper un bouclier soigneusement érigé depuis longtemps. Un bouclier sur lequel était gravé au fer rouge : « Se venger c'est mal. » Et on ne cherche que rarement à aller plus loin dans la réflexion. On reste sur ce qui est devenu une évidence : « Je ne suis pas une bonne personne si je me venge, car la vengeance n'appartient qu'aux gens mauvais. »

Je pouvais me représenter la vengeance dans mon esprit comme une personne au visage déformé, son âme possédée par un démon. Je pensais qu'il fallait avoir perdu son humanité pour s'adonner à une chose aussi terrible. C'est mon ignorance, entretenue par une justice aveugle, des philosophies sexistes et une société patriarcale, qui m'a empêchée de comprendre ce qu'est réellement la vengeance.

Il est important de comprendre ce qui peut motiver une personne à arriver à de telles extrémités. Parce que, même si nous sommes habitué-e-s à aborder ce sujet de manière plutôt moralisatrice, il faut être honnête : la volonté de se venger est quelque chose de très humain et de tout à fait normal. N'est-ce pas ce que nous apprend Jésus dans le chapitre 8 de l'Évangile

selon saint Jean ? « Que celui d'entre vous qui n'a jamais péché lui jette la première pierre. » Cette citation, devenue une expression usitée jusque dans notre langage quotidien, nous le rappelle bien : ne juge pas les actions et pensées d'autrui. N'as-tu donc jamais fait de même ?

Toi-même, lecteur·rice, n'as-tu réellement jamais connu ce désir de vengeance ?

Pense à la fois où quelqu'un t'a causé du tort. Cela peut être pour un petit méfait... Ou une faute particulièrement grave. Cela peut être pour un goûter volé, une mauvaise note d'un prof que tu n'appréciais pas, une queue de poisson au volant, un harcèlement de rue...

Tu sais, cette petite chaleur dans le ventre qui te donne le feu aux joues. La colère monte et l'injustice te serre la gorge. Souvent, la sensation passe et ta journée reprend son cours. Et puis, parfois... Elle reste. Elle reste et tu te surprends à rêvasser à tout ce que tu ferais à cette personne, si tu le pouvais. Tu t'imagines lui faire une remarque humiliante, mettre du pain moisi à la place de son vrai goûter... Peut-être que tu te demandes ce que ça ferait si tu suivais en hurlant l'homme qui t'a harcelé·e. Et puis peut-être que tu vas trouver où il travaille, appeler ses collègues et tout leur raconter, ou trouver ses réseaux sociaux et le harceler en retour.

Qu'est-ce qui peut donc bien causer autant de tourments à notre esprit ? Pourquoi est-ce qu'on a parfois envie de rendre les coups à l'autre (sans forcément passer à l'acte) tandis qu'on parvient parfois à passer à autre chose ?

Francesca Giardini, chercheuse à l'Institut des sciences et des technologies cognitives du CNR à Rome, a dédié tout un

ouvrage⁸ à la compréhension des mécanismes à l'œuvre derrière ce désir durement réprimé dans la société.

En effet, malgré toute notre bonne volonté, nous avons tou-te-s, un jour ou l'autre, été confronté-e-s à la tentation de la vengeance. Francesca Giardini a déclaré, lors d'une interview pour Louie Media⁹, qu'il faut trois ingrédients précis pour que celle-ci se matérialise.

Tout d'abord, il faut croire en un monde juste. L'idée peut prêter à sourire, mais qui ici croit que le monde est juste ? Malgré les insécurités, les oppressions, les discriminations, l'état de la planète et j'en passe... L'humain a tendance à espérer, au fond, que s'il se comporte correctement, le monde le lui rendra. Au travail, l'espoir que le monde soit juste est mis à rude épreuve pratiquement tous les jours. Tu arrives toujours à l'heure le matin, tu préviens dès que tu as un retard, tu travailles dur, jusqu'à parfois mettre ta santé mentale et physique en danger... Pourtant, quand tu demandes enfin une augmentation après avoir passé toute une semaine à préparer ce moment, ton boss te dit « non ». Le sentiment d'injustice est fort, légitime.

Ce biais cognitif particulier – l'idée que le monde serait juste – nous fait ainsi croire, à tort, que si l'on a une alimentation saine et variée tous les jours, que l'on pratique une activité physique régulière, que l'on prend soin de s'instruire et de faire le bien autour de soi... Alors peu (voire aucun) malheur ne devrait nous arriver. Maintenir un esprit sain dans un corps sain doit nous prémunir des maladies, de la malchance et des injustices.

8. Francesca GIARDINI, *La tentazione della vendetta*, Il Mulino, 2015.

9. Louie Media, podcast *Émotions*, « La vengeance : est-ce que ça sert vraiment à quelque chose de se venger ? », YouTube, 15 avril 2019.

Ah, il n'y a qu'à jeter un coup d'œil au gouvernement en place pour réaliser que notre cerveau se trompe complètement, pas vrai ? Si être juste et noble empêchait tous les fonds de couilles du village de nous emmerder, ça se saurait ! Pourtant, on ne peut blâmer notre esprit d'essayer de nous le faire croire, même aux plus cyniques d'entre nous. Car l'espoir fait vivre, et il est plus doux de vivre sa vie en espérant que le monde, peut-être, au moins à quelques égards, est juste envers nous.

Le deuxième ingrédient nécessaire à la vengeance, après le fait de croire en un monde juste, c'est la théorie de l'équité. Celle-ci est une vertu, celle d'attribuer à chacun-e ce qui lui est dû par un principe de justice naturelle.

Imaginons tout simplement que cette augmentation qui t'a été refusée soit acceptée pour ton collègue qui, pourtant, d'après toi, travaille beaucoup moins bien que toi. Il a plusieurs fois été absent au bureau cette année, et il se dit autour de la machine à café qu'il a en plus été insupportable durant toute la création du dernier projet. Malgré tout, ton boss a décidé de lui octroyer cette augmentation alors que tu estimais la mériter bien plus que lui.

À ce moment précis, une petite envie de vengeance peut commencer à germer dans ton esprit. Tout cela n'est pas juste. À la poubelle, cette belle notion d'équité.

Des jours durant, tu as fait tout ce qu'il faut pour être l'employé-e modèle, et tu espérais que cela soit remarqué. Ah, mais ton boss le préfère, tu as déjà constaté qu'il est souvent plus compréhensif avec lui, plus sympa quand il lui dit bonjour le matin.

Pourtant, ton collègue et toi êtes, dans cette entreprise, au même niveau. Selon ce principe, tu attends d'être traité-e