

## Conférence au Gabon : le deuil / 5<sup>e</sup> journée Septembre 2017

Dernier après-midi.

La Parole de Vie de hier : « Si le grain de blé ne meurt, il reste seul, mais s'il meurt il porte beaucoup de fruits. »

La Parole de Vie pour aujourd'hui : « Jésus dit : Je suis la Résurrection et la Vie, celui qui croit en moi vivra quand même il serait mort ». Promesse magnifique, mais crois-tu cela ??

Remarque : Quand j'ai parlé de tous ces personnages, j'ai choisi un moment particulier, un peu caricatural de leur vie pour étayer ce que je disais. Il nous arrive à tous, à un moment ou à un autre, d'avoir un certain comportement, mais notre personnalité ne se réduit pas seulement à ce comportement-là. J'ai beaucoup de respect pour Elisée, pour Jaïrus, pour la Sunamite, etc... même si certains comportements décrits n'étaient pas toujours positifs, je ne critique pas ces personnes. Ce sont des comportements qu'ils ont eu à un certain moment et qui servent pour l'enseignement. Chacun peut changer de comportement et un comportement ne caractérise pas une personne.

La question que Jésus pose à Marthe est : *crois-tu cela* ? Question qu'il nous pose à nous aussi: *crois-tu cela* ?

Mais comment croire ?

Une des manières de croire c'est d'essayer d'ouvrir nos cœurs, de choisir notre attitude de cœur, de changer notre regard sur nous, sur les autres et sur les circonstances. C'est d'essayer de voir les choses comme Dieu les voit. L'apôtre Paul parle du renouvellement de notre intelligence. C'est la même chose.

Marthe et Marie attendaient de Jésus qu'il guérisse Lazare, mais Jésus avait en vue autre chose, d'encore plus glorieux, magnifique, il avait en vue de ressusciter Lazare !

Souvent on ne comprend pas, on ne sait pas, on ne perçoit pas ce que Dieu veut. C'est très important que dans une relation très intime avec Dieu, on puisse connaître Sa pensée de manière personnelle et directe. Que ce ne soit pas seulement ce qu'on en dit, ce qui est dit à l'église, mais que ce soit aussi dans la prière personnelle, dans la méditation, dans l'étude de la Bible, que l'on puisse comprendre le pourquoi de ce que cela signifie. C'est comme cela qu'on va pouvoir réellement croire ce que Dieu veut pour nous. Ouvrir son cœur, ouvrir ses yeux.

Ce matin je vous parlais de Géhazi et Elisée. Géhazi est ce serviteur qui a été paniqué parce que l'armée des Syriens venait pour attraper Elisée et toute sa maison. En effet, chaque fois que le roi de Syrie décidait quelque chose en secret avec son conseil de guerre, voilà que l'Éternel le révélait à Elisée ! Une fois, deux fois... c'était trop ! Alors le roi syrien a dit : « c'est quand même incroyable, je vais me débarrasser de ce prophète ! » Et voilà que l'armée entière du roi Syrien est en route pour attraper Elisée. Géhazi, en ouvrant la porte le matin, voit toute l'armée ennemie sur la montagne, et il pense qu'ils vont mourir. Alors Elisée prie et

demande à Dieu que Géhazi voie : l'Éternel ouvrit les yeux du serviteur qui vit la montagne pleine de chevaux et de chars de feu autour d'Elisée, et qui les protégeaient.

Souvent nous avons besoin de changer de regard : ce que l'on voit, c'est une certaine réalité, c'est ce qui est visible par tout le monde. Mais il faut que Dieu nous ouvre les yeux, qu'il nous permette de changer de regard, qu'il nous montre ce qu'il veut faire dans nos vies.

Nous allons voir encore d'autres personnes qui ont le même avis : changer de regard ! On pourrait se dire que tout ça, c'est de l'histoire ancienne. Mais même des médecins psychiatres, des médecins en santé mentale, des hommes actuels et contemporains ont pu expérimenter le fait de changer de regard, d'ouvrir leur cœur, de voir les choses autrement que le discours ambiant de la mentalité actuelle.

Je vous cite juste un personnage, qui s'appelle Victor Frankl, un homme qui a vécu pendant la 2<sup>e</sup> guerre mondiale au siècle dernier, autrichien, médecin psychanalyste, au temps de Sigmund Freud. Comme il était juif, il a été pris dans les camps de concentration durant la SHOA, il y a perdu toute sa famille. Il a été le seul à sortir vivant de cette épreuve. De cette expérience terrible, il a développé une thérapie. Cette thérapie s'appelle la logothérapie, centrée sur le Sens de la vie. Une thérapie existentielle. Il a pu développer cette thérapie à partir de son observation dans les camps de concentration sur les personnes qui réconfortaient les autres, pourquoi et comment. Il dit que les hommes qui réconfortaient les autres dans ces camps, attestent clairement par leur attitude qu'on peut tout enlever à un homme, sauf une chose : c'est de choisir son attitude dans n'importe quelle circonstance. Ça, personne ne peut l'enlever ! C'est vraiment l'attitude de cœur, la manière dont on décide de regarder les choses, c'est quelque chose qui nous appartient et que personne ne peut nous enlever.

Il y a quelqu'un d'autre que j'admire beaucoup, un Africain remarquable, avocat et qui a été aussi un boxeur, qui s'est battu contre l'injustice au péril de sa vie, qui a fait 27 ans de prison : Nelson Mandela ! Ce qui m'a marquée c'est que, quand vous regardez ses photos avant qu'il fasse 27 ans en prison, il a la tête d'un boxeur, il a les traits durs, c'est un lutteur. Heureusement, parce que la cause était dure. Après la prison, son visage est plein d'amour, il sourit et il a su mener tout un peuple à la réconciliation. C'est le seul dans le monde qui a su faire cela alors qu'il y avait des événements atroces qui s'étaient passés en Afrique du Sud.

Voici ce qu'il écrit :

*Dans la nuit qui m'entourne, dans les ténèbres qui m'enserrent, je loue Dieu qui me donne une âme à la fois noble et fière.*

*Prisonnier de ma situation, je ne veux pas me rebeller, je suis debout bien que blessé !*

*Je suis le capitaine de mon âme, je suis le maître de mon destin.*

Ce qui est important, c'est de rester avec la bonne attitude au fond du cœur, malgré tout ce qui peut se passer, malgré tout ce qui peut arriver. Je vous encourage à lire la vie de Nelson Mandela, il a beaucoup à nous apprendre !

On a des exemples de grands hommes, qui laissent vraiment des traces dans notre temps, et qui ont semé l'Espoir sur leur passage. Ce sont des personnes qui entraînent vers le plus beau, vers le plus fort de tous les sentiments, l'Amour ! Ils

nous donnent de grandes leçons de tolérance, de pardon et de foi en Dieu et en leur prochain.

Un autre exemple est un médecin psychiatre, suisse, qui a eu la particularité de naître dans une famille d'inventeurs et qui a fait le tour du monde en ballon aérospatial, et aussi avec un avion solaire. Cet homme, je l'ai rencontré, c'est Bertrand Picard.

Cet homme a écrit un livre où il raconte son expérience quand il était dans son ballon, dans lequel il a appris une leçon de vie. Savez-vous que, dans un ballon aérospatial, pour changer d'altitude, il faut lâcher des choses, il faut laisser tomber des choses, il faut se dépouiller de beaucoup de choses ? Ils ont des poids dans leur nacelle qu'ils jettent. Pourquoi changer d'altitude ? Parce que, quand ils étaient dans leur ballon, ils voulaient aller dans une certaine direction. Ils voulaient faire le tour du monde. Seulement un ballon, c'est porté par le vent, et on ne peut pas lutter contre le vent, il n'y a pas de moteur. On ne peut pas utiliser le vent comme dans un bateau voilier pour voguer contre le vent. Avec un ballon aérospatial, on est obligé d'utiliser le vent pour pousser le ballon. Le seul moyen pour aller dans la bonne direction, ce n'est pas de lutter contre le vent quand on est à une certaine altitude, mais c'est de larguer des kilos, des poids, pour changer d'altitude, surtout pour monter, pour trouver un autre vent qui mènera dans la direction que l'on veut.

Bertrand Picard raconte qu'il dit à ses patients : quand vous êtes dans une situation où vous vous cognez la tête contre le mur, une situation qui ne va pas comme vous voulez, vous vous obstinez, vous êtes malheureux, rien qui bouge comme vous voulez et cela vous rend triste, etc... Il faut alors changer d'altitude ! C'est-à-dire qu'il faut se dépouiller de certaines choses qui ne sont pas utiles, pour retrouver la direction cherchée. On trouvera un autre vent, une autre direction. On peut dire que c'est une loi de la nature.

Beaucoup de personnes avec des expériences de vie assez particulières, beaucoup de scientifiques même, montrent que le plus important c'est l'attitude que l'on a par rapport aux circonstances. « Changer d'altitude », c'est un jeu de mots avec « changer d'attitude ». Mais c'est aussi significatif de l'image que représente ce ballon qui doit lester des poids pour s'élever et pouvoir retrouver la bonne direction.

Dans le concept du Rétablissement : continuer à vivre après un deuil, vivre malgré et avec une maladie mentale, il y a plusieurs étapes. Je vais parler de l'étape de la croissance.

La croissance nécessite une image de soi positive, un état d'esprit de résilience et l'autogestion de la maladie.

Je voudrais parler de l'image de soi positive et la résilience. La résilience c'est un terme scientifique qui dit que certains métaux ont une capacité à résister aux chocs. Ceci a été transposé dans le domaine psychologique.

Notamment il y a un Français, aussi médecin, Boris Cyrulnick, qui a écrit plusieurs livres, dont l'un est intitulé « Un merveilleux malheur ». Quel paradoxe ! C'est en fait l'idée que certaines personnes arrivent, par leur attitude vis-à-vis de la vie, à se développer malgré des traumatismes graves subis. Boris Cyrulnick est un enfant juif, qui a vécu la guerre et qui y a perdu ses parents. Il a été choqué du fait qu'on considère toujours ces enfants orphelins et traumatisés comme des victimes. Il dit

que l'important c'est de ne pas garder pour toujours une image de victime. Il y a certaines personnes qui ont cette capacité, par une attitude de cœur, de ne pas se considérer toujours comme une victime, mais de rebondir, d'être résilient, et de pouvoir faire quelque chose de bien de leur vie, et ne pas reproduire le mal qu'ils ont subi !

Cette attitude d'arriver à construire sa vie malgré des traumatismes graves a été étudiée. On s'est demandé pourquoi certains arrivaient à développer une vie construite, et d'autres non. On a émis l'hypothèse qu'il y a des tuteurs de résilience, c'est-à-dire que les enfants traumatisés, ont souvent eu la chance d'avoir quelqu'un qui a été pour eux comme un tuteur qui leur a permis de développer une image positive, une confiance et une estime en eux. C'est cela qui leur a permis de construire leur vie.

Pour nous, quoiqu'il soit arrivé dans nos vies, n'oublions pas que nous avons Jésus. Et l'amour qu'il nous porte, la lecture de Sa parole, sont des tuteurs de résilience. Ça nous permet de construire notre vie même si nos proches sont défaillants. Dieu nous dit, et il y a beaucoup de versets dans ce sens : « je t'aime d'un amour éternel, je ne te délaisserai point, je suis avec toi tous les jours, tu es précieux-se à mes yeux. »

Jésus veut être ce « tuteur de résilience » dans nos vies, c'est-à-dire qu'on peut se voir autrement que d'une manière négative, ou d'une simple victime qui ne peut plus rien faire. Lui nous voit autrement. Dieu nous voit avec un regard d'amour, avec un projet magnifique. Est-ce qu'on arrivera à entrer dans ce projet ? Il faut croire à son amour, il faut avoir sa vision, il faut changer notre regard. Nous devons avoir une attitude bienveillante avec nous-même, et nous voir comme Dieu nous voit. C'est très important de garder une image de soi positive. Une des caractéristiques du Rétablissement, c'est cette découverte d'un nouveau soi, c'est découvrir qu'on a de nouvelles possibilités qu'on n'avait pas imaginées avant, dans la vie qu'on menait.

Rappelez-vous l'huître : avant que n'arrive ce gros caillou, elle ne savait pas qu'elle était capable de sécréter un suc qui ferait d'elle une perle et qu'elle deviendrait précieuse !

Donc dans les traumatismes, dans les difficultés, ou dans la maladie mentale, on peut découvrir un nouveau soi, découvrir de nouvelles possibilités.

Par ex., un de mes patients qui travaillait dans une banque, avait une vie très régulière, bien rangée, puis la maladie mentale est arrivée. Il a dû s'arrêter de travailler, il est resté sans pouvoir rien faire pendant plusieurs années. Mais il avait une envie, qu'il n'avait jamais pu réaliser, c'est qu'il aimait travailler le bois. Quand les symptômes de sa maladie ont été stabilisés, qu'il a pu se sentir mieux, il a commencé à travailler le bois. Et aujourd'hui c'est un sculpteur ! Il ne peut plus travailler dans une banque comme avant, c'est trop stressant ! Mais il est sculpteur ! Et c'est quelque chose qu'il n'aurait jamais développé s'il était resté employé de banque. Donc il y a des nouvelles possibilités qui peuvent arriver, une nouvelle vie. Concrètement pour nous dans notre vie actuelle ici-bas, changer de regard, d'attitude, signifie garder une attitude ouverte.

Pour résumer : ne pas rester dans le rôle d'une victime passive mais se responsabiliser.

Car être une victime, c'est peut-être paradoxal, mais cela peut représenter parfois une situation qui octroie des bénéfices. Par exemple, le bénéfice que les

autres nous plaignent, comme un enfant plaintif, le bénéfice que les autres prennent soin de nous, nous prenne en charge. Cela évite le besoin de se battre et de prendre des responsabilités. Donc parfois on peut se complaire dans le rôle de victime !

Ce qui est important c'est de changer d'attitude et de se responsabiliser, c'est de chercher comment agir pour changer ce que je peux changer ou améliorer dans la situation actuelle. On ne peut pas toujours changer les circonstances. On ne peut jamais changer les autres. Ce n'est pas la peine d'essayer, on n'y arrive jamais ! Par contre ce qu'on peut changer, et là où on peut agir, c'est sur soi-même. On se remet en question, on peut renoncer aux choses qui sont mauvaises pour la vie, pour la santé. On peut avoir une bonne hygiène de vie. On peut suivre son traitement médical s'il y a besoin. On peut essayer de mieux se connaître, de connaître ses forces et ses faiblesses et de trouver un nouvel équilibre de vie, après la perte ou la maladie.

Tout cela pourquoi, pourquoi je changerai mon statut de victime ? Parce que Dieu nous appelle à autre chose ! Dieu nous appelle à une vie épanouie, responsable, et aussi à aider les autres. Si vous êtes là aujourd'hui, c'est que vous travaillez dans un hôpital, c'est que nous travaillons tous pour aider les autres. C'est un privilège, parce que le monde dans lequel on vit est un monde où il y a beaucoup de problèmes et de désolation, et il y a besoin de personnes qui aident les autres. Je veux insister avec l'image de l'huître : ce qui est important, comme l'huître, après le traumatisme, ou après le deuil, ou malgré tout cela, c'est d'arriver à produire ce suc, avec l'aide de Dieu, c'est de pouvoir changer, c'est de pouvoir trouver une attitude qui fait qu'on devient précieux. Non seulement c'est une survie pour soi-même, mais aussi on devient précieux pour les autres.

En conclusion, mon souhait et ma prière pour vous, comme pour moi, c'est que, toutes les épreuves que nous traversons nous permettent de devenir encore plus précieux pour les autres dans notre travail, et Soli Deo Gratia !