

# Le cœur blessé

## La déception des parents

Beaucoup de couples espèrent la naissance d'un enfant, ils souhaitent donner vie à un nouvel être humain qui viendrait ainsi sceller leur union. C'est pour la femme le bonheur immense d'être enceinte. Un rêve qui se réalise, celui d'avoir un beau bébé. Tant de préparatifs entourent la naissance : le choix du prénom, la préparation de la chambre du bébé avec son berceau, ses vêtements,

etc. Le corps de la femme commence à changer et soudain, elle sent bouger son bébé en elle. Mais un jour, le couple apprend que le bébé pourrait être handicapé. C'est un véritable choc ! Il ne parviennent pas à le croire : non, ça n'est pas possible ! Il doit y avoir une erreur ! Et puis le verdict du médecin tombe, parfois de manière brutale : « Votre bébé présente un handicap sévère, nous ne pouvons rien faire. Avortez et envisagez une nouvelle grossesse dès que possible. » En une seconde, leur cœur se brise, leurs espoirs sont anéantis. Le chagrin les submerge et les questions affluent : pourquoi cela nous arrive-t-il ? Qu'avons-nous pu faire pour mériter ça ? Et puis vient la question terrible, car il faut trouver un coupable : à qui la

faute ? Dans l'Évangile (Jean 9, 2), les apôtres posent une question au sujet de l'homme qui est né aveugle : « Rabbi, qui a péché ? Est-ce lui, ou ses parents ? » Ils se demandent qui est coupable. L'enfant qui a un handicap est-il un châtiment de Dieu ? Si oui, comment expier la faute ?

Je suis de plus en plus ému par la souffrance et les difficultés des parents. Nous autres, à l'Arche, nous avons des journées de repos, des congés, des temps de ressourcement et de recherche spirituelle. Nous avons choisi de vivre avec des personnes vulnérables. Les parents n'ont pas de journée de repos, ils ont peu de soutien et peu de détente. Ils n'ont pas choisi d'avoir un enfant « comme ça ». Pour eux, il s'agit d'une tragédie, d'une humiliation personnelle et d'une

souffrance continuelle. À l'Arche, nous sommes souvent admirés pour notre dévouement ; à l'inverse, les parents suscitent souvent la pitié. Tout un courant de pensée les condamne, surtout s'il s'agit d'un enfant psychotique. Beaucoup de parents héroïques vivent de longues journées, et souvent aussi de longues nuits, avec des enfants très perturbés. Il n'y a parfois ni école ni centre ou atelier spécialisés près de chez eux. Parfois ils n'ont pas de psychologue ni de médecin compétent pour les soutenir, les encourager et les conseiller. Souvent mis à l'écart ou pris en pitié par leurs voisins, leurs amis ou même par leur famille et à l'église, ils se sentent complètement seuls. Certains pensent être punis par Dieu, ils se réfugient dans l'isolement et

l'angoisse. Si la vie à l'Arche m'a aidé à comprendre la valeur et les souffrances des personnes avec un handicap, Foi et Lumière<sup>2</sup>, que Marie-Hélène Mathieu et moi-même avons fondée en 1971, m'a aidé à découvrir la beauté et les souffrances des parents. Heureusement, depuis quelques années, la situation évolue et davantage de parents trouvent le soutien nécessaire.

## La souffrance de l'enfant

Toutes ces souffrances rejaillissent sur l'enfant. C'est terrible pour des enfants de sentir qu'ils sont une déception pour leurs parents, une cause d'angoisse et de larmes. La blessure du cœur des parents

atteint tout autant le cœur de leurs enfants. Les tout petits enfants sentent très bien s'ils sont ou non une source de joie et d'une attention heureuse, si tout le monde veut les toucher, les embrasser et les prendre dans ses bras. Ils sentent la fierté de leurs parents, leur joie à mesure qu'ils grandissent et font de nouvelles acquisitions. Il y a entre le petit enfant et ses parents un dialogue vivant qui stimule, appelle, encourage et soutient. Même les plus petits bébés sentent bien s'ils sont précieux aux yeux de leurs parents, aimés par eux de façon unique. Les enfants qui ont un handicap grave peuvent ressentir qu'ils sont cause de douleur.

On me pose parfois la question : « Un enfant ou un adulte qui a un handicap

mental lourd en est-il conscient ? Souffre-t-il de son état ? » La plupart du temps, j'ignore s'il en est conscient. En revanche, je sais qu'un tout petit enfant perçoit s'il est aimé et désiré. De la même manière, les personnes qui ont un handicap, même très lourd, sentent immédiatement si elles sont aimées et estimées ou non, d'après le ton de la voix et la manière dont elles sont accueillies et regardées.

Les nouveaux-nés sont extrêmement fragiles et vulnérables. Ils ne peuvent rien faire tout seuls, ils doivent être nourris, lavés, portés. Leur unique recours est de crier. Si le bébé se sent aimé, estimé, il aura un sentiment de sécurité. Il pourra vivre, se sentir bien et avoir confiance dans les relations qu'il aura

avec les autres. À l'inverse, s'il ne ressent ni amour ni estime, il aura le sentiment d'être en danger. Tout deviendra menaçant pour lui. Il entrera alors dans un monde de peurs et d'insécurité ; d'instinct, il va se durcir pour mieux se protéger et survivre. Isolé dans son monde intérieur, il va profondément souffrir et vivre dans l'angoisse.

L'enfant peut aussi vivre l'angoisse et connaître une forme de douleur intérieure si sa mère se montre trop possessive et s'investit trop dans sa relation avec lui. D'une certaine façon, elle lui montre ainsi que le seul endroit au monde où il ne risque rien et où il pourra trouver de l'amour, c'est en restant près d'elle. Elle lui insuffle la peur de la séparation, elle met en place une vie étouf-

fante. Tous les enfants sont appelés tôt ou tard à quitter leurs parents. C'est pourquoi ils doivent apprendre très tôt comment gérer la séparation et la frustration. C'est aussi nécessaire à leur évolution que le fait d'être aimé et estimé. L'amour vrai n'est pas possessif, il est libérateur. Une mère ne peut pas être totalement dévouée à son enfant, elle a aussi un mari, d'autres enfants et sa propre vie. Tout enfant doit apprendre les frustrations et les envies de séparation pour mieux découvrir les joies des retrouvailles avec ses parents et faire confiance aux liens qui les unissent.

Peu de gens semblent comprendre la profondeur de l'angoisse d'un petit enfant qui n'est pas aimé ou qui est mal aimé. Heureusement, la recherche scien-

tifique, en se concentrant sur le nouveau-né, découvre toujours davantage ce que les mères savaient d'instinct depuis toujours : la relation entre la mère et l'enfant est profondément sacrée et précieuse, elle est source de vie pour chacun d'eux. La relation avec le père est aussi vitale, mais de façon différente.

Aujourd'hui, les sciences humaines sont en mesure d'affirmer non seulement qu'un nouveau-né voit et entend (même de façon limitée), mais qu'il peut aussi reconnaître l'odeur de sa mère. Nous savons qu'un dialogue intense, une harmonie, une relation existent déjà entre le nouveau-né et sa mère dès le temps de l'attente de l'enfant. Si cette relation fait défaut, si l'enfant ne sent pas l'amour de sa mère – un amour qui non seulement

lui révèle sa beauté et son unicité, mais aussi ses possibilités de croissance, et d'autonomie –, il se sent perdu et entre dans l'angoisse. Il expérimente comme un vide à l'intérieur de lui-même ou bien il se sent comme étouffé.

## L'angoisse

L'angoisse est une réalité terrible, l'une des plus grandes souffrances humaines. C'est pour cela qu'elle est utilisée dans la torture. Lorsque les victimes de torture souffrent d'angoisse, leur esprit devient confus, elles se sentent complètement perdues. Leur volonté propre est détruite et finalement, elles ne peuvent plus garder de secrets.

L'angoisse naît dans la région du plexus solaire, siège de toutes les émotions, puis se répand ensuite à travers tout le corps. L'équilibre interne est rompu ; la personne devient agitée ; elle est dans la confusion, incapable de raisonner ou d'avoir un jugement sain. Les cycles habituels de la digestion et du sommeil sont perturbés. La personne développe une tendance à trop manger et à trop dormir ou à l'inverse ne mange plus et ne dort plus.

Cet état d'angoisse est si douloureux qu'il devient rapidement insupportable. Pour survivre et échapper à la douleur, les enfants se protègent en se créant des mécanismes de défense et en s'évadant dans un monde de rêves. Ils se coupent de leur propre cœur, parce que le cœur

recherche constamment le contact de l'amour. Ne trouvant pas l'amour dont ils ont besoin, les enfants éprouvent un sentiment de manque intolérable. Lorsque le cœur d'une personne s'est solidement barricadé, cela crée une forme de psychose. Si la barrière est plus légère, cela peut se traduire par de l'instabilité, parfois par de la dépression, de l'agitation, de l'apathie ou de l'agressivité.

Lorsqu'il s'agit d'adolescents ou d'adultes, les défenses peuvent prendre différentes formes. Certains vont se réfugier dans l'hyperactivité, dans le désir de réussir, de gagner, de dominer les autres à l'école, dans le sport, au travail, etc. D'autres vont chercher une compensation dans l'alcool, la drogue, les relations sexuelles et la recherche éperdue de dis-

tractions et de plaisirs. D'autres encore peuvent sombrer dans une profonde dépression, la maladie mentale ou la délinquance.

Lorsque je vois Évelyne se frapper la tête contre le plancher, lorsque j'entends Robert au milieu de la nuit implorer qu'on lui coupe les organes génitaux, lorsque je vois Luc courir partout et nulle part, lorsque je vois le visage fermé et tendu de Georges, je sais qu'en chacun d'eux il y a une angoisse profonde et une agitation intérieure insupportable.

Les jeunes enfants qui ont un handicap mental et qui savent qu'ils sont de trop vont durcir leur cœur et leur corps pour se protéger et fuir la réalité. Ils vivent alors une sorte de mort intérieure, la vie ne circule plus. L'agitation peut

empêcher leur développement. Certains fonctionnements de leur psychisme peuvent être bloqués. Leur cerveau, le langage et même le développement physique peuvent en être affectés. C'est ainsi que commence le morcellement de leur être.

Je me souviens de Marc, assis à côté de moi dans la chapelle. Il ne cessait de chuchoter : « J'ai le diable en moi, j'ai le diable en moi. » Son histoire est une histoire de rejet. Né en hôpital psychiatrique, abandonné par sa mère, il a été adopté, mais cela s'est mal passé. Il a connu plusieurs familles d'accueil. Il a été finalement accueilli dans une petite institution puis envoyé en hôpital psychiatrique parce qu'il montrait des signes de violence. À l'âge de vingt-sept ans, il

est arrivé à l'Arche. Il n'avait jamais vécu dans sa vie de relation durable et unique avec un adulte. Parce qu'il avait sans arrêt changé d'endroit étant enfant, il n'avait jamais entendu quelqu'un lui dire : « Tu es mon fils bien-aimé, tu es ma joie. Il y a entre nous un lien indestructible. Quoi que tu fasses, tu seras toujours mon enfant. » Marc n'avait pas de racines.

Comment peut-on se croire digne d'être aimé si on ne l'a jamais été ? Et si l'on n'est pas digne d'être aimé, alors cela doit être parce qu'on ne le mérite pas. La logique de l'amour est implacable. Parce que personne n'avait eu confiance en lui, parce que personne n'avait jamais construit de lien avec lui, Marc était incapable d'avoir confiance en lui. Il avait une image négative de lui-

même. Il s'agit peut-être d'un cas extrême, mais beaucoup de personnes atteintes d'un handicap souffrent de l'image qu'elles ont d'elles-mêmes. La façon dont nous regardons les autres a un impact profond sur l'image qu'ils ont d'eux-mêmes. Il y a toujours un message qui se transmet par le regard : cela peut être de l'approbation, de l'affection, de l'indifférence, du mépris, du dégoût, etc. Si nous évitons systématiquement le regard de certaines personnes, elles ont immédiatement le sentiment d'être rejetées. Au fil du temps, elles auront l'impression d'être des moins que rien, même à leurs propres yeux. Elles finiront par éviter de se regarder en face. C'est souvent ce qui se produit chez ceux qui sont exclus de

notre société en raison de leur handicap ou pour d'autres raisons.

Carol a été accueillie dans l'une de nos communautés. Depuis sa petite enfance, elle était considérée comme une simple d'esprit, alors qu'elle ne l'était pas. Elle vivait prisonnière de cette image et ne pouvait pas s'en libérer.

Je me souviens de Michel qui, lorsqu'il a gagné la médaille d'or aux Jeux olympiques pour handicapés, a éclaté en sanglots en disant : « Est-ce que tu crois qu'aujourd'hui, ma mère pourra croire que je suis capable de faire quelque chose de bien ? »

C'est aussi le cas de Gertrude, à qui l'on demandait si elle aimerait se marier un jour et qui avait répondu : « Je ne me marierai jamais parce que ma mère m'a

dit que si je me mariais, je risquais d'avoir un enfant comme moi. » Je suis toujours frappé par la façon dont chacun reflète le regard des autres. Gloria, qui vit dans notre communauté dans un bidonville d'Amérique latine, agit aujourd'hui de façon très différente par rapport à l'époque où elle vivait avec sa famille qui la méprisait. Chez elle, sa famille et ses voisins la considéraient comme « l'idiote du village ». À l'Arche, elle est considérée avec espérance, respect et compréhension. Elle s'adapte de plus en plus ; sa personnalité est plus structurée malgré ses crises. Les jeunes filles comme elle guettent le regard de l'autre pour voir s'il s'agit d'un regard de peur, de jugement, de mépris, de supériorité ou s'il exprime compréhension,

bonté et joie en leur présence. Le regard des autres agit comme un miroir pour nous révéler qui nous sommes. « Qui suis-je pour toi ? » Gloria est telle qu'on la voit. Elle est capable d'interpréter la nuance la plus infime : « Tu m'aimes parce que je t'ai donné quelque chose ? Tu m'aimes parce que je fais des progrès ? Tu m'aimes parce qu'à travers moi, tu trouves un sens à ta vie ? » Ou encore : « Tu m'aimes pour moi, parce que ma vie a un sens ? »

Ce ne sont que quelques exemples. Je pourrais en citer des centaines d'autres qui révèlent la souffrance profonde de personnes ayant un handicap mental et qui expliquent comment l'image négative et cassée qu'elles ont d'elles-mêmes provient du regard que les autres portent

sur elles. Le docteur Françoise Dolto, psychiatre infantile, expliquait un jour, à l'occasion d'une conférence donnée à des éducateurs spécialisés comment un enfant psychotique peut s'identifier lui-même aux excréments humains. Ayant toujours ressenti le rejet, se percevant lui-même comme mauvais, il s'identifie à ce qui est rejeté et qui sent mauvais.

L'amour que les personnes qui ont un handicap mental portent à leurs parents est étonnant, même lorsqu'elles ont été maltraitées et abandonnées. Elles espèrent toujours une rencontre heureuse et affectueuse avec leurs parents, même lorsque leur attente et leur espoir sont souvent déçus. Je n'ai jamais entendu l'une d'elles critiquer ou juger ses parents. Ce qui est tragique, c'est qu'en

adoptant ce mécanisme, elles se condamnent elles-mêmes, comme si elles méritaient le rejet de leurs parents. Elles éprouvent et développent un profond sentiment de culpabilité parce qu'elles pensent que ce sont elles qui sont mauvaises. Pour un enfant, être rejeté par ses parents, alors qu'il a besoin d'eux pour la nourriture et les soins, est profondément déstabilisant. L'univers de l'enfant est comme détruit. Pour pouvoir contrôler un peu son chagrin et ses émotions, l'enfant peut alors se dire : « Je mérite leur rejet. » « Si j'accepte ma faute, alors je peux espérer que si je lutte, les choses iront mieux. » Cet espoir est évidemment voué à l'échec, il ne fait que renforcer la douleur et l'isolement provoqués par le rejet.

Laissez-moi vous raconter l'histoire de Betty. Elle a vécu avec une mère impossible. Elle a connu des moments tellement difficiles qu'aujourd'hui, elle est incapable de recevoir l'aide d'une femme sans la persécuter, sans vouloir se venger. Mais s'agit-il de véritable vengeance ? Ne s'agit-il pas plutôt d'un cri : « Tu vois, tu ne pourras jamais m'aimer, je suis trop méchante ! » ? Elle revit en fait le conflit avec sa propre mère.

L'une des difficultés que rencontre l'enfant – mais on peut trouver la même chose dans toute relation –, c'est d'idéaliser les parents (ou l'autre) et d'en faire des idoles. Ils deviennent ainsi des dieux qui doivent combler tous les désirs. Lorsque les parents ne répondent pas à ses désirs, l'enfant peut se dire que tout

est de sa faute ou croire qu'ils le rejettent parce qu'il n'a pas répondu à leurs attentes.

Je me souviens d'une réunion à l'Arche à propos d'un homme qui avait été complètement rejeté par sa famille et qui était très perturbé. Le docteur Franko, qui était psychiatre dans notre communauté à cette époque-là, disait de lui : « Il se sent coupable d'exister. » Beaucoup d'hommes et de femmes que nous accueillons à l'Arche ont été considérés comme difficiles et insupportables par leurs familles (et souvent, ils l'étaient). Ils ont été traités de façon négative. Ils étaient « idiots », « handicapés ». Cela n'est pas étonnant qu'ils se sentent coupables, responsables des larmes et des angoisses de leurs parents. Ce ne l'est pas

non plus qu'ils se soient coupés de toutes leurs émotions : ils souffraient trop. Ils n'étaient plus en mesure de supporter cette douleur.

Cette blessure profonde de leur cœur explique leur comportement étrange, qu'il soit agressif ou dépressif. N'ayant pas été reconnus comme de véritables êtres humains, capables de grandir, il leur est difficile de créer une vraie relation avec l'autre. À force d'être considérés comme des objets par les autres, ils les considèrent en retour comme des objets aussi. Ils ne peuvent imaginer qu'ils sont capables de donner la vie et le bonheur à l'autre. Pour vivre, ils doivent passer de l'image négative qu'ils ont d'eux-mêmes à une image positive, d'un sentiment d'inutilité à un

sentiment de valeur. Qui peut les aider à faire ce passage ?

Cette cassure intérieure n'est pas réservée aux personnes qui ont un handicap mental. Elle peut exister chez les enfants blessés, non voulus par leurs parents – des enfants qui se sentent de trop. Eux aussi doivent se protéger d'une souffrance insupportable. Je me souviens de ce détenu, condamné pour enlèvement d'enfant. Il m'avait raconté que sa mère lui avait dit lorsqu'il avait huit ans : « Si les contraceptifs avaient marché, tu ne serais pas là aujourd'hui. »

Ces symptômes de dépression se retrouvent souvent aussi chez les personnes qui sont méprisées en raison de leur origine, leur pauvreté ou leurs incapacités.

En fait il devient évident pour moi que ces mêmes blessures se retrouvent dans le cœur de tous les enfants, à un degré moindre toutefois. Chaque enfant, à un moment donné, s'est senti abandonné par ses parents, mal aimé, non reconnu et parfois rejeté. Les parents connaissent aussi leurs périodes de dépression : ils sont pris par leurs propres problèmes et besoins et ils ne donnent pas à leur enfant toute l'attention requise. Le cœur d'un enfant est si vulnérable et sensible ! Ces blessures demeurent souvent dans l'inconscient, elles provoquent des difficultés dans les relations et même dans la vie sexuelle.

La plupart des enfants ont la force intérieure et la capacité de réagir face au sentiment de rejet. Ils ont la force et la

capacité de se séparer de leurs parents. Pourtant, les personnes qui souffrent d'un handicap, même si elles ont une certaine force ou certaines capacités extérieures peuvent se sentir complètement perdues face au rejet. Elles tendent à se refermer dans une sorte de « non-vie » ou de profond désespoir. Leurs mécanismes de défense sont cependant moins développés que chez les autres enfants dont les barrières sont plus solides, renforcées par leur propre volonté. C'est la raison pour laquelle beaucoup de ceux qui ont un handicap laissent tomber leurs barrières plus rapidement lorsqu'ils ont la possibilité de vivre une relation authentique.

Il semble aussi évident à qui est en contact avec différentes sortes de fa-

milles, unies ou divisées, que quelle que soit la personnalité des parents, qu'ils soient très protecteurs, distants ou au contraire très présents et aimants, la blessure du cœur chez un enfant ne provient pas uniquement de l'attitude des parents. Même les parents les plus merveilleux ne peuvent répondre à toutes les attentes et à tous les besoins de l'enfant. Ils peuvent aimer leur enfant, mais ils ne peuvent être sûrs que l'enfant leur rend cet amour. Chez les enfants, il est bien évident qu'il y a une grande innocence et de la beauté, mais, indépendamment de toutes les qualités des parents, il existe aussi en lui toutes sortes de peurs, de fragilités et d'égoïsmes aussi. Dans le cœur de chaque enfant, on trouve un vide qui ne peut être comblé que par un amour

infini. C'est la beauté et le drame de tout être humain. Les paroles de saint Augustin, « Mon cœur était inquiet jusqu'à ce qu'il ait trouvé Dieu pour se reposer en Lui », peuvent s'appliquer à chaque être humain. Le cœur blessé de chaque enfant, avec ses peurs et son égoïsme, provient d'une prise de conscience – plus ou moins consciente – de ce vide que nous ressentons en nous et que nous cherchons désespérément à combler, sans pouvoir y parvenir totalement. Ce vide est source d'angoisse, mais, si l'enfant a un minimum de confiance en lui, cette angoisse peut devenir une force constructive pour mieux s'ouvrir aux autres et à la vérité.

La doctrine chrétienne sur la blessure du cœur ou le péché originel me paraît

une réalité facilement vérifiable. Ce serait une erreur de croire que s'il n'y avait pas de parents oppressifs, si la société n'était pas oppressive, nous n'aurions que de beaux enfants, aimants et heureux, unifiés intérieurement. Non, dans le cœur de chacun de nous, il y a des divisions, des peurs et de la fragilité. Il y a des systèmes de défense qui protègent notre vulnérabilité, il y a la fuite loin de la douleur, et il y a les ténèbres. Pourtant, les enfants qui vivent une relation d'amour trouvent généralement espérance et confiance pour avancer dans la recherche d'un véritable accomplissement.