



III. LES DOULEURS DE L'ENFANTEMENT

1. ES-TU DEJA NE ?

- Les **douleurs de l'enfantement** sont pour moi très belle image symbolique de la souffrance pour que naisse la vie. Et je pense qu'une grande partie des souffrances sur cette terre sont les douleurs d'un long enfantement, enfantement à nous sommes appelés à devenir, enfantement à la vie éternelle. Selon St Paul, toute la création, et nous avec, est dans les douleurs d'un long enfantement : **Rm 8, 28** : « *Nous le savons, jusqu'à ce jour, toute la création gémit dans les douleurs de l'enfantement. Et non pas elle-seule : nous-mêmes qui possédons les prémices de l'Esprit, nous gémissons aussi intérieurement dans l'attente de la rédemption de notre corps.* » Ceci s'applique à toute la création. Donc, toutes les souffrances que nous vivons, avec toute la création, sont celles d'un long enfantement.
- **Jésus disait juste avant sa Pâque**, qu'il présente comme un enfantement : **Jn 16, 21** : « *La femme, sur le point d'accoucher, s'attriste parce que son heure est venue ; mais lorsqu'elle a donné le jour à l'enfant, elle ne se souvient plus des douleurs, dans la joie qu'un homme soit venu au monde.* » Les douleurs de l'enfantement est une « *image biblique traditionnelle pour signifier le douloureux avènement du monde nouveau, Messianique.* » (BIBLE DE JÉRUSALEM, p. 1556, note i) Et notre nouvelle naissance se fera aussi à travers les douleurs de l'enfantement : dans le domaine spirituel, il n'y a pas d'accouchement sans douleurs. On ne peut enfanter une nouvelle manière d'être sans un certain arrachement par rapport à une ancienne manière.
- Le philosophe J.-F. MALHERBE décrit l'existence humaine comme un accouchement de soi-même: «*La vie humaine n'est-elle pas comme une grossesse? Quelque chose (quelqu'un?) vit en nous, grandit, nous bouscule, force notre étonnement [...]. Quelque chose qui, pour apparaître au grand jour, nous contracte, nous fait souffrir [...]. La souffrance de notre vie peut nous aveugler au point que nous refusons de voir ce qui tente de naître en nous*». ¹
- On peut dire que l'existence humaine, est une succession de **crises**, qui sont possibilité de **naissances à quelque chose de nouveau**. Les douleurs que nous éprouvons bien souvent dans notre vie sont des **douleurs d'un enfantement**

¹ "Souffrances humaines et absence de Dieu", in G. DURAND, J.-F. MALHERBE, *Vivre avec la souffrance*, p. 109.

possible. Elles sont les signes que quelque chose est en train de se passer ; signes que quelque chose, quelqu'un est en train de naître en nous.

2. LA CRISE : PASSAGE NÉCESSAIRE POUR LA VIE

A. PAS DE CROISSANCE SANS CRISE

- **Selon le psychologue E. ERIKSON, il n'y a pas de croissance humaine sans crise.** La crise fait partie intégrante et nécessaire de la croissance. Au plan psychologique, on peut dire que la croissance humaine est une succession de crises, de morts partielles, de deuils, qui sont en même temps possibilité de naissance à quelque chose de nouveau. Chaque crise est une invitation à rebâtir sa vie sur d'autres bases.
- Selon ERIKSON, **la croissance psychologique de l'être humain se fait à travers une succession de crises**, on pourrait dire de *Passages*, passages difficiles et douloureux. Toute crise est généralement déclenchée par un événement marquant de la vie (perte d'un proche, maladie grave, échec du mariage, perte de travail, diminutions liées à la vieillesse...). Cet événement marquant met la personne dans une situation nouvelle qui est pour elle défi. Ses anciens points de repère ne fonctionnent plus; certaines relations se trouvent parfois modifiées et des valeurs individuelles sont remises en question. La personne vit un sentiment de *perte* face à une dimension de sa vie passée, et doit par conséquent vivre un *travail de deuil* donnant sens à cette perte.
- La crise est un **processus d'adaptation ou d'ajustement** face à une situation radicalement nouvelle impliquant de faire appel à de nouvelles ressources (comme les processus d'adaptation existant dans la nature). On ne peut aborder une situation nouvelle avec des attitudes ou une manière d'être anciennes, dépassées. La crise ne pourra se résoudre positivement que si la personne accomplit correctement ce travail de deuil, si elle arrive à donner un sens positif à la perte vécue. Au sortir de la crise, la personne n'est plus tout à fait la même, une croissance décisive s'est opérée. Ainsi, **la crise transforme profondément l'être humain.** Le développement psychologique de l'être humain est donc indissociablement lié à la crise; autrement dit, **il n'y a pas de croissance sans crise.**
- Au milieu d'une crise, une personne est souvent confrontée au défi de lâcher une partie d'elle-même avant même de voir clairement ce qui pourra remplacer cette perte. C'est un peu comme **Abraham** à qui le Seigneur demande de quitter son Pays, sa famille, sans savoir où le Seigneur va l'amener ; c'est aussi le cas des **Israélites** quittant l'Égypte pour une terre promise inconnue. Ce quelque chose de soi-même à lâcher lors de la crise peut être **une certaine image de soi-même**, un certain regard sur l'existence, certaines valeurs qui ont fondé l'existence, un certain sens de la vie. Savoir renoncer à une partie de soi-même, accepter d'abandonner une certaine façon de vivre qui nous est familière est ainsi essentiel au développement. Le défi d'accepter ce renoncement, de lâcher prise est une invitation à grandir. *La perte en jeu est une perte pour la vie.*

B. LA CRISE DU MILIEU DE LA VIE

- Il y a deux crises importantes que l'on distingue parfois dans l'âge adulte, et dont les éléments peuvent tous nous concerner: **la crise du milieu de la vie**, et **la crise de la vieillesse**. Je ne vais pas ici séparer ces deux étapes, car des éléments de la crise du milieu de la vie peuvent se trouver en fin de vie, et inversement, des éléments de crise de fin de vie peuvent se retrouver déjà au milieu de vie, et même avant, lorsque des

deuils ou pertes importantes sont à vivre. Je vais me centrer sur le problème de la seconde moitié de vie, phase où les deuils à accomplir sont les plus importants. Pour le dire très simplement, **vers le milieu de sa vie, il faut faire le deuil de sa jeunesse !**

- Déjà vers le milieu de la vie, mais plus encore lorsque l'on s'achemine vers la fin de la vie, **on expérimente un certain nombre de pertes**, de diminutions, de dégradations, aussi bien au plan physique que psychique. Ce n'est pas par hasard que l'on a de plus en plus de peine à retrouver des places de travail au-delà des quarante ans. **On peut expérimenter** des pertes de mémoire, perte de cheveux, baisse de la vue et de l'audition, arthrose et rhumatisme ou autres disfonctionnements articulaires et organiques, diminution des performances physiques; pour les femmes ménopause et perte de la fécondité....; les rides et les cheveux gris se multiplient ; perte du travail lors de la retraite, avec la perte d'un certain nombre de relations ; **perte de l'estime de soi qui s'en suit.**
- Ou bien on va arriver à donner un sens à ces pertes, ou bien elles seront subies, mais alors la dégradation extérieure s'accompagnera d'une dégradation intérieure.

C. JOHANNES TAULER ²

- JOHANNES TAULER, un mystique du XIV^e siècle, a décrit la crise du milieu de la vie, et la présente comme **une chance donnée au développement spirituel**. Tauler constate que vers le milieu de la vie, les expériences d'échec, de dépouillement ou de pertes se démultiplient. Le bel enthousiasme de la jeunesse est quelque peu éteint. Un certain nombre d'illusions tombent, nombre de projets s'avèrent utopiques ou déplacés, les déceptions s'accumulent, bien des efforts de la vie se sont avérés inefficaces. Cette crise est **existentielle** (simultanément crise de foi) et remet en cause le sens global de la vie : pourquoi est-ce que je m'épuise tant ? **Où vais-je ?**
- Tauler considère cette crise comme **un carrefour très important dans notre existence** qui est susceptible de changer radicalement notre signification de la vie et son orientation :

- Dans la **première partie de la vie**, on cherche à réussir notre vie ; nous sommes très préoccupés de l'image que nous donnons de nous-mêmes, préoccupés par notre action et ses résultats. Dans notre relation à Dieu, on tend à utiliser Dieu en vue d'enrichir notre vie et de nous réaliser nous-mêmes ; on met Dieu en quelque sorte au service de nos projets. Il y a quelque chose de très intéressé dans notre relation à Dieu.

- La **deuxième partie** devrait nous voir plutôt dans l'abandon confiant à Dieu, dans la glorification de Dieu. Cette partie devrait être *passage de l'extériorité à l'intériorité*, passage à une connaissance intérieure de nous-mêmes, passage à une connaissance de notre humanité authentique. Elle devrait nous permettre d'accéder au fond de l'âme. Elle devrait nous conduire à un amour de Dieu plus désintéressé.

- **Cette crise bouscule toutes les données de l'existence pour les trier et les ordonner de manière nouvelle.** Si toute notre existence est un passage progressif d'un état d'*égocentrisme* à un état d'*altruisme*, *passage d'un amour intéressé à un amour gratuit, inconditionnel*, la crise du milieu de la vie représente une étape fondamentale : il y a un passage important d'une réalisation et glorification de soi-même à une réalisation et glorification de Dieu. L'enjeu du milieu de la vie est de

² Je me réfère pour ces 2 points qui suivent à A. GRÜN, *La crise du milieu de la vie*, Mediaspaul, 1998.

nous laisser vider et dépouiller par Dieu de toutes nos autosuffisances et auto réalisations pour revêtir le vêtement de la grâce.

- Tauler prend ***l'image du serpent*** qui perd sa vieille peau (p. 40-41): pour cela le serpent prend un passage étroit entre deux pierres en les serrant de si près que sa vieille peau s'en va. Il est de même pour nous : à moment donné, il nous faut avoir le courage de franchir le passage étroit, même si l'on perd sa vieille peau, même si l'on récolte des plaies et des écorchures. Si l'on ne franchit pas le passage, on ne peut ni mûrir, ni se renouveler. Il faut que l'homme extérieur soit décapé, afin que l'homme intérieur se renouvelle de jour en jour (cf. 2 Co 4, 16). // Image chrysalide et papillon.
- Selon Tauler, "*les difficultés et tourments qui accompagnent la crise du milieu de la vie sont simplement les **douleurs de l'enfantement** qui accompagnent la naissance de la vie divine en l'homme*" (p. 42). Cette crise, qui est **naissance à la vie divine**, est donc comparable à la naissance de l'être humain : cette naissance est aussi passage difficile par une porte étroite, abandon du placenta et de la douce chaleur maternelle pour affronter la dure réalité de la vie. "*Fais-moi confiance, aucune tourmente ne s'élève dans l'homme sans que Dieu n'ait, en fait, l'intention de procéder à une nouvelle naissance en lui*" (p. 43)

D. CARL GUSTAV JUNG

JUNG examine la crise du milieu de la vie sous l'angle de la psychologie ; en s'exprimant autrement, il dit en fait à peu près la même chose.

- JUNG **compare la vie humaine à la trajectoire du soleil** : durant la première partie de la journée, il monte jusqu'à son point culminant, à midi, en augmentant son rayonnement ; l'après-midi, il se met à baisser et son rayonnement diminue. Jung affirme que l'après-midi est tout aussi important que le matin, mais il suit d'autres lois.
- Durant la **première partie de la vie**, l'être humain est principalement orienté vers l'affirmation de soi, vers *la réalité extérieure* ; c'est une phase *d'expansion*. Durant la **deuxième partie de son existence**, la courbe psychique de la vie commence à s'orienter vers le bas. Pour s'adapter à cette courbe de sa vie, l'être humain devrait être plus orienté vers *la réalité intérieure*. Cette deuxième partie est une phase *d'introversion*, un cheminement vers l'intériorité, une réduction à l'essentiel. "*Ce que la jeunesse a trouvé et devait trouver à l'extérieur, l'homme de l'après-midi doit le trouver en lui*".
- Selon cette **image du soleil**, si la courbe de la première moitié de la vie est orientée principalement vers la croissance, vers la **vie**, la deuxième moitié de la vie est orientée vers la **mort** : Selon JUNG, "*le véritable problème auquel l'être humain se trouve confronté au milieu de sa vie est finalement celui de son attitude face à la mort. La courbe de la vie psychique qui s'incline vers le bas se dirige vers la mort*" (op. cit., p. 68). "*Au milieu de la vie, il faut que l'être humain se familiarise avec sa mort. Il faut qu'il accepte en toute conscience le déclin de sa courbe de vie biologique*" (op. cit., p. 69). "*A partir du milieu de la vie, ne reste vivant que celui qui veut bien mourir avec la vie*" (op. cit., p. 69). Comprendons-nous bien, accepter sa mort, ce n'est pas seulement accepter un événement se situant à la fin de la vie (et qu'à la limite on peut considérer loin de nous) : accepter la mort, c'est prendre conscience, accepter positivement et donner un sens à toutes les pertes, dégradations et morts partielles qui sont déjà le signe de la mort finale. **C'est l'acceptation de la finitude humaine, c'est un processus de deuil, de résilience.**

- Toujours selon JUNG, *"la vie humaine a un **but**. Tant que l'être humain est jeune, le but consiste à s'installer dans l'existence et à y réaliser quelque chose. Au milieu de la vie, ce but change. Il n'est plus sur la cime, mais dans la vallée, là où l'ascension avait commencé. Et il s'agit de se mettre en mouvement vers ce but. Celui qui ne le fait pas, celui qui se cramponne au passé voit sa courbe de vie psychique se déconnecter de la courbe biologique"* (op. cit., p. 70). *"La peur de la mort est, en fin de compte, refus de vivre (dans le réel). Car ne peut vivre, rester vivant, mûrir, seulement celui qui accepte la loi de la vie qui est mouvement vers la mort, son but"* (p. 70).
- Une réaction assez fréquente de protection contre ce mouvement de descente est de se cramponner à ce que l'on a été, c'est-à-dire à s'identifier, sans aucune prise de distance, à son poste, à son travail, à son titre, sa place dans la société. Jung estime que l'identification au poste ou au titre exerce une véritable séduction, si bien que beaucoup de représentants du sexe masculin se réduisent au rang qui leur est accordé par la société.

E. LES FLEURS ET LE FUMIER

- Y. CHABERT : *« Des fleurs merveilleuses poussent dans ce fumier et sans ce fumier-là, ces fleurs n'auraient pas poussé. Alors ? Dire cela, est-ce donner valeur à la souffrance ? Est-ce rendre grâce pour elle ? Non. Ce n'est pas du fumier que j'aime rendre grâce... mais des fleurs que, par je ne sais quel mystère, Dieu arrive à faire pousser dedans ».*

3. AUTEURS D'UNE ŒUVRE D'ART UNIQUE : NOUS-MEMES

- PETER KREEFT : *« Il n'appartient pas à tous de créer une œuvre d'art extérieure, comme une peinture ou un livre, mais tout le monde crée une œuvre d'art intérieure, sa vie, l'histoire vraie de sa vie (qui est une Histoire Sainte). Tout le monde crée aussi un personnage : soi-même. Dieu se contente de nous donner le matériel de la vie. A nous de donner une forme, au moyen de nos choix. La première œuvre de créativité d'une personne est de devenir soi-même. Nous peignons sans cesse notre autoportrait éternel. Chaque choix est un coup de pinceau. Nous sculptons notre propre ressemblance. Chaque action est un coup de ciseau »* (*Pourquoi Dieu nous fait-il souffrir*, Editions paulines, 1993, p. 138-139) Et les coups de ciseau, cela fait mal. Mais la beauté de l'œuvre est à ce prix. Noter que le sculpteur procède par enlèvements, pas par ajouts. Notre croissance s'opère aussi par pertes successives.

4. LES TUTEURS DE RESILIENCE

- R. POLETTI, B. DOBBS : *« La résilience est une capacité humaine fondamentale. Tous les individus ont le pouvoir de se transformer et de transformer leur réalité à condition de trouver en eux et autour d'eux les éléments qui leur permettent de créer cette capacité de résilience »* (*La résilience*, Jouvence, Genève 2001, p. 29)
- **Histoire de TIM GUENARD** : Il a été abandonné par sa mère à l'âge de trois ans, attaché à un poteau au bord de la route. Trouvé par les gendarmes, il est placé chez son père qui le bat sauvagement. Le petit corps de Tim est vraiment brisé, tellement qu'il lui a fallu 2 ans d'hôpital avant qu'il ne puisse marcher. Puis, s'ensuit un parcours de placement en famille et en institutions, de fugues, de criminalité, de violence. Bref, un enfant qui a eu un démarrage difficile dans la vie et qui n'arrive plus à s'en remettre. Pourtant, quelques années plus tard, Tim est apiculteur, il est

marié et est père de quatre enfants. Il accueille avec sa femme des jeunes en difficulté. (cf. CAHIERS DU BICE, *Résilience et spiritualité*, p. 11)

Entre deux, Tim a rencontré des **personnes qui ont eu une influence déterminante, qui ont été tuteurs de résilience** : Un prêtre surtout, mais aussi une femme juge, un psychologue, un paysan, un clochard, un homme handicapé, et enfin son épouse. Qu'est-ce qui a été pour lui moteur de résilience : le regard que l'on a posé sur lui. Comme le dit le moine orthodoxe ANTONY BLOOM, un regard qui appelle à la vie. Un regard qui fait confiance, un regard aimant.

5. LA RESILIENCE EST PORTEUSE D'ESPERANCE

- La résilience est porteuse d'espérance, car **il n'y a pas de déterminisme absolu, pas d'inéluctable**. Il y a toujours une issue possible, un chemin possible, une croissance possible.
- **L'Espérance chrétienne** s'inscrit dans la ligne de la résilience, en la dépassant. Cette espérance proclame la certitude absolue du triomphe de l'Amour de Dieu, triomphe déjà réalisé en Jésus-Christ. L'espérance chrétienne **se fonde sur la résurrection de Jésus-Christ** où cette victoire est déjà réalisée ; mais cette victoire doit encore s'inscrire dans l'histoire, se réaliser en chacun de nous. L'Espérance est la certitude de la victoire de Dieu sur le mal, de son pouvoir de transformer le monde, de nous transformer, et d'accorder à celui qui l'accepte la vie éternelle. C'est, en un mot, la **certitude que l'amour et que la vie auront le dernier mot**. Une certitude qui se fonde sur la résurrection du Christ et ses promesses. C'est cette espérance a été source de résilience pour de nombreux saints et témoins de la foi.
- CAHIERS DU BICE : « *Le Christ nous a montré qu'il n'est pas nécessaire de chercher à revenir à ce qu'était la vie avant le malheur. Le Christ nous a libérés de cette profonde aliénation en nous indiquant une autre voie : notre vie brisée, nos blessures peuvent se transformer en une vie nouvelle et inattendue. Cette régénération peut se produire ici et maintenant. Le Christ a montré – c'est ce que croient les chrétiens – que ce processus se poursuivra au-delà du temps et de l'espace, au-delà de la mort, au-delà de nos limites naturelles. Le Christ a révélé que finalement, quoi qu'il advienne, la vie est plus forte que la mort, que les blessures peuvent se régénérer en une nouvelle vie, que l'espoir fait réellement partie de la vie. Ceci ne justifie ni ne glorifie les souffrances, mais peut contribuer à alléger le désespoir de blessures qui semblent être une pure perte.* » (*La résilience ou le réalisme de l'espérance*, p. 36)

*Maret Michel, Communauté du
Cénacle au Pré-de-Sauges*