

Respecter le mystère de l'autre

Il est donc important de garder une attitude de profonde humilité face au mystère de la personne aidée et un regard distancié par rapport au référentiel dont nous nous servons. En tout accompagnateur débutant sommeille un sauveur, habité par la tentation de fournir une solution ou une réponse satisfaisante dans toutes les situations. Avec l'expérience, nous découvrons un certain nombre de réalités telles que : c'est le patient qui a la meilleure perception de son propre état ; la souffrance de l'autre nous sera toujours inaccessible ; le silence accompagné d'un geste est parfois plus important que toute parole de consolation, etc. Nous découvrons aussi l'importance de la justesse dans ce type de relation : arriver à être suffisamment concerné pour ressentir de l'empathie, et assez distancié pour ne pas se laisser envahir par une souffrance qui ne nous appartient pas. C'est aussi oser nous rendre vulnérable. Nous avons vu que la vulnérabilité n'était pas la fragilité et qu'elle nous demandait d'être assez « fort », d'avoir été suffisamment loin dans l'appivoisement de nos propres fragilités pour nous exposer à la fragilité de l'autre sans nous laisser déstabiliser ou détruire par elle. Sans doute est-ce aussi une grâce à demander.

C'est ici que nous sommes confrontés à la dimension culturelle de la distance dans l'accompagnement. Se déplacer vers les représentations de l'autre risque de nous mener très loin et de nous inquiéter si la personne offre des explications perçues comme incohérentes, magiques ou occultes. Notons que ce déplacement vers son monde de références n'implique pas que nous y adhérons, mais que nous décidions d'entrer dans sa cohérence pour mieux comprendre quelle est la vraie souffrance qui l'habite. Cela nous effraie parfois. En effet, il y a aussi de l'étrangeté en nous. Des questions non résolues. Des moments de profonde impuissance — et c'est bien ainsi. Pour un chrétien, c'est le rappel que ce n'est pas lui qui a la solution, qu'il ne s'est pas envoyé lui-même et que c'est dans la mesure où il est docile à l'Esprit qu'il peut vivre des moments de fécondité qui le dépassent. Jaillissent alors de son cœur l'action de grâce et la louange.

À ce propos, je voudrais dire un mot de la liberté intérieure dans l'accompagnement de la fragilité. Dans une relation d'aide, elle devrait nous aider à une désappropriation, tant par rapport à la relation elle-même que par rapport au résultat de l'interaction. Il est utile de pratiquer régulièrement une relecture — seul ou à plusieurs — de la justesse de notre comportement (tout en tenant compte du fait que nous ne sommes pas maîtres de notre inconscient). Vécue le plus consciemment et le plus régulièrement possible, cette pratique — qui est aussi une attitude spirituelle — nous permet de mieux prendre la mesure de ce qui dépend effectivement de nous mais aussi de ce qui nous échappe dans une relation d'aide. Cette prise de conscience nous renvoie à l'humilité et à la responsabilité. Elle suppose aussi une démaîtrise et une référence à cette réalité ultime : je ne suis pas à ma propre source ni ma propre fin. Je suis sans cesse invité à laisser Dieu être Dieu.

Voici quelques critères d'une croissance (ou d'une maturation) de la vie intérieure ou spirituelle, qui peuvent nous aider à évaluer notre attitude profonde. Un premier critère est

une croissance de notre liberté intérieure, tant par rapport aux requêtes narcissiques de notre ego toujours insatisfait de pouvoir, d'avoir et de savoir, que par rapport aux pressions de mise en conformité provenant de notre environnement à tous les niveaux. Un deuxième critère pourrait être une gratuité plus grande dans nos relations, où l'autre est de moins en moins utilisé au service de notre bonheur et de notre épanouissement, mais reconnu pour lui-même et respecté comme tel. Le consentement à la réalité constitue encore un autre critère. Il peut recouvrir deux acceptions : soit nous assumons notre responsabilité en nous attaquant seul ou avec d'autres à ce qui doit et peut être changé ; soit nous acceptons la réalité de notre situation existentielle avec tout ce qu'elle peut avoir de douloureux, d'humiliant, ce qui revient parfois à « accepter l'inacceptable » (maladie chronique, vieillissement, deuil, échec...). D'un point de vue chrétien, ces trois critères ont pour référence l'être et l'agir du Christ lui-même, qui s'est dépouillé pour devenir semblable à l'homme tout en respectant totalement sa liberté. C'est lui le modèle de la relation d'aide et de la gratuité dans la compassion : relisons les rencontres avec Zachée, Matthieu, la Samaritaine, Marie-Madeleine, etc.

Par ailleurs, découvrir du mystère en nous et en l'autre renvoie à un insondable, à cette part qui nous échappe et qui n'est pas seulement une part d'ombre. Cette découverte nous révèle que jamais nous ne ferons le tour de l'autre — surtout s'il est d'une autre culture ou d'une autre religion —, ni de notre propre existence. Nous échappons sans cesse à nous-même et l'autre nous surprend. Il existe une réelle tentation de toute-puissance dans le fait de vouloir percer le mystère de l'autre (le sien aussi d'ailleurs, ou encore celui de Dieu), pour le contrôler, le diriger, parfois le « guérir »... Le risque de vouloir répondre à ses questions à sa place peut se manifester ici aussi, particulièrement quand ses représentations sont différentes des nôtres.

Le sentiment de toute-puissance peut s'emparer de la liberté de l'autre, qu'il se situe chez l'aidant « sauveur », chez la personne aidée, tiraillée par ses attentes parfois illimitées, ou qu'il prenne sa source dans leur conception d'un Dieu aux pouvoirs démesurés. A ce propos, il nous faut garder à l'esprit que si nous avons acquis une compétence et un savoir provenant de notre formation et de notre pratique, le patient aussi possède un savoir sur sa fragilité ou sa pathologie. Un savoir auquel nous n'avons que partiellement accès, qui provient de sa familiarité avec un quotidien perturbé et de sa façon de le gérer avec plus ou moins de justesse. Une soignante devenue patiente écrivait qu'elle avait plus appris sur la relation soignant/soigné en cinq ans de soins reçus qu'en vingt ans de pratique.

Pour que nous n'épuisions pas nos ressources spirituelles, psychologiques ou morales, ou pour que nous ne nous en coupions pas, il importe que notre pratique fasse grandir en nous, et entre nous et la personne accompagnée, un espace de vie et d'avenir. En effet, nous sommes appelés à utiliser notre compétence avec le maximum de responsabilité, mais il est nécessaire qu'un « avenir » puisse se déployer. Un sentiment d'impuissance peut nous envahir parfois, soit à cause d'un manque de disponibilité personnelle, soit parce que le vis-à-vis paraît inaccessible ou même incohérent, ou que nous avons l'impression que la situation nous dépasse.

À ce moment-là, il est certain que notre référentiel et le respect du cadre sont d'un grand secours pour maintenir un minimum de relation et d'objectivité. Cependant, il peut être fructueux d'accepter qu'il est inutile de s'acharner à puiser dans notre « boîte à outils ». Au

lieu de parasiter l'écoute par la volonté de trouver une réponse à tout prix, mieux vaut accueillir ce sentiment d'impuissance dans un espace de liberté et de silence intérieur. Alors, de nos profondeurs, peut émerger une image, une attitude, une parole, une lumière qui nous donnent l'impression que quelque chose est « venu », comme un don... Et nous nous surprenons nous-même en prononçant une parole juste qui a émergé en nous, de nous peut-être, de Dieu souvent, et qui se donne à dire. Subtil dialogue entre nos inconscients ? Inspiration de l'Esprit-Saint ? Encore faut-il apprendre à pratiquer une écoute intérieure...

En effet, dans quelle mesure est-il possible de déployer cet espace de liberté et de silence, si nous n'avons pas appris nous-même à rester en silence, au contact de nos propres profondeurs, sans avoir commencé à apprivoiser ce mélange d'obscurité et de lumière que nous sommes tous ? Comment accéder à cette part de lumière en nous et éviter de nous laisser envahir par la part d'obscurité ou d'ombre qui remonte avec d'autant plus de force que nous nous sentons en situation de faiblesse ou d'impuissance devant une altérité qui nous échappe ? C'est pourtant la condition pour rejoindre notre source intérieure, et elle se libère d'autant plus librement que la maturation de notre cheminement spirituel correspond aux critères mentionnés plus haut. C'est dans le cœur profond que l'Esprit murmure : « Viens vers le Père. »

Qu'offre l'Église pour rejoindre les gens dans leur traversée de la fragilité et sur le chemin de leur croissance intérieure ? Non seulement elle propose un accompagnement dont il a déjà été question, mais elle offre également un soutien sacramentel et communautaire appelé à s'inscrire dans l'ensemble de la démarche de soin.

Extrait de « traverser nos fragilités » de Bernard Ugeux