

# FORUM **Libération**

# REBONDIR

Comment reconstruire sa vie après une maladie, un accident, une épreuve ? «Libération» organise une soirée de débats.

## TRAVERSÉE

Vivre - vivre bien, ou vivre au mieux - c'est prévoir. Anticiper, par exemple, comment on pourra faire face, psychologiquement et financièrement, à un accident ou à une maladie grave. Il y a des sujets plus agréables, mais c'est aussi une manière d'apaiser les angoisses, que de se prémunir, autant que possible, contre les malheurs de l'existence. Depuis longtemps la puissance publique, comme les institutions privées ou mutualistes, ont organisé cette prévoyance, en assurant aux citoyens touchés des indemnités compensatoires destinées à leur permettre de traverser les mauvaises passes. Mais ces indemnités ne couvrent pas tous les Français. C'est une des failles de cet Etat-providence qui forme un vaste filet de sécurité, mi-public mi-privé, et rend la vie moins inquiétante. Comment améliorer cette assurance contre le malheur ? Comment la financer ? Comment, par ailleurs, venir en aide, sur le plan humain, psychologique, aux victimes des aléas de l'existence ? Comment rebondir ? Ce sont les questions, et quelques autres, qui seront traitées dans le forum que *Libération* organise ce jeudi 28 mars avec le groupe VYV autour des questions cruciales liées à la prévoyance et à la résilience.

LAURENT JOFFRIN

GROUPE  
**vyv**

Par DIDIER ARNAUD

Comment se remettre en selle? Reprendre le travail après une longue maladie, un accident, un AVC? Selon une étude menée par l'Inserm pour l'Institut national du cancer en 2018, 20% des personnes ayant un emploi au moment du diagnostic de leur maladie ne travaillent toujours pas cinq ans après. Cette situation «concerne davantage les personnes les plus vulnérables sur le marché du travail: les moins de 40 ans et les plus de 50, les personnes les moins diplômées, celles ayant peu d'expérience et qui ont un contrat de travail précaire», commentent les auteurs de l'enquête.

Libero, 61 ans, responsable qualité dans un laboratoire, a eu un cancer du colon... Deux ans d'arrêt, une opération et une chimio plus tard, la Sécurité sociale lui propose de le «mettre en invalidité», lui voulait retravailler. Mais à son rythme. «Quand on revient d'un cancer, le seul truc qu'on se demande, c'est si on pourra voir le prochain Star Wars. Faire la même chose qu'avant demande des efforts, on est plus rincé. Il me fallait dormir plus, faire des grasses matinées et le travail nécessite plus d'énergie qu'avant. En fait, on apprend à choisir ses combats, établir une hiérarchie dans ses priorités.»

Libero était croyant, mais sa foi ne lui a pas suffi. Alors, quand un jour, il s'est retrouvé à l'église en train d'allumer un cierge, il a dit stop. Sa vision des choses, il l'énonce ainsi: «J'ai fait confiance au corps médical, et puis je me suis fait confiance. Le médecin soigne, le patient guérit. Disons que je me suis pris en main, même si, à la reprise, on ne sait pas très bien où on va, et qu'on ne retourne pas travailler avec le même état d'esprit.» Et de conclure: «Mon cancer m'a sauvé.»

### «Bienveillante»

Même constat pour Jean-Charles Ars, chauffeur routier de 49 ans, atteint d'un cancer de l'oesophage. «J'ai repris à mi-temps, malgré vingt-six ans dans la même boutique. Ce n'est pas le même boulot. Au début, je faisais le malin, j'étais KO de bonne heure, cela restait une bonne fatigue. Et puis j'ai opté pour un mi-temps thérapeutique que je vais finalement prolonger.»

Il se souvient de la période où chaque rendez-vous médical se transformait en épreuve: «D'abord, c'était "il y a un souci", puis "vous

avez un cancer", et enfin, "c'est généralisé". J'avais l'impression qu'on m'enfonçait à chaque fois la tête sous l'eau.» Alors il a pris cette épreuve comme un véritable travail, s'organisant et planifiant ses consultations. «Je le devais à ceux qui m'ont accompagné dans ma maladie, m'ont surprotégé, ont été aux petits soins avec moi.» Il conclut: «Mon boulot, quand j'étais malade, c'était de guérir.»

Le chauffeur routier a gardé des contacts avec son entourage profes-

sionnel, des gens souvent attentionnés. «Mon cocon, mes amis proches m'ont beaucoup entouré, protégé. Mes collègues de boulot étaient contents de me revoir, même si c'est un travail un peu solitaire: je prends le camion et puis je livre. Avant je faisais 3000 kilomètres par semaine. Là, je rayonne à 20 kilomètres autour de chez moi, je rentre tous les soirs à la maison.» Il sait gré à son épouse et ses enfants de l'avoir soutenu et surtout de ne jamais l'avoir «traité comme un malade».

Sa maladie, Jean-Charles en est persuadé, vient en grande partie de sa mauvaise alimentation. Manger à n'importe quelle heure, «de la merde le midi, bouffer comme quatre et gras le soir, comme une récompense de ma journée de travail». Désormais, il fait attention aux produits qu'il achète –souvent bio–, prépare ses repas lui-même ou avec sa femme, fait du vélo avec un ami.

Danielle Hoffarth, elle, a eu un AVC à 44 ans. Trois ans pour revenir à la

vie professionnelle. Elle en garde des «séquelles cognitives». Elle travaillait soixante heures par semaine comme responsable financière. Fini. «J'ai appris à être bienveillante avec moi-même et j'ai appris à dire non. Cela m'a donné une nouvelle force... On retourne aux valeurs fondamentales de l'échange et du partage.» Danielle distingue plusieurs phases, «comme dans un deuil», dit-elle. «Cela commence par le déni, ça se poursuit par la colère et se termine

par l'acceptation. Maintenant je suis travailleuse handicapée, c'est un nouvel espoir, un champ de possibles qui s'ouvre. On est passé près de la fin...»

Elle considère le jour de son AVC comme une date anniversaire, celle d'une «renaissance». Aujourd'hui gestionnaire financière à l'université de Strasbourg, Danielle a fait une croix sur une partie de sa vie sociale, «car à 22 heures, je suis out. Je me déplace avec difficulté, je me perds tout le temps». Fini aussi, les

sorties au cinéma, trop bruyantes. «La première fois que je me suis dit "je suis handicapée", j'ai fondu en larmes. Maintenant, j'en parle avec le sourire», conclut-elle.

### Tabou

Sébastien Goua, 32 ans, travaille à la Maison de la vie(1). Son association a mis en place des séjours pour des groupes de dix personnes qui ont «partagé les mêmes épisodes de vie». «Il y a des gens qui vont tout je-

ter, explique-t-il, effectuer des virages à 180 degrés, vivre une vraie crise existentielle. La maladie vient comme un miroir révéler des choses déjà présentes.» Sébastien compare la maladie à un voyage, «au pays cancer, un pays dangereux», et estime «revenir d'une expérience que personne ne peut comprendre». Quand il parle de lui, il dresse le portrait d'un individu qui «est le même, mais pas vraiment... Qu'est ce que je vais mettre en place comme stratégie individuelle: bien manger, dormir, prendre soin de moi, oser

dire "je suis encore naze" même si je me suis pomponné pour venir au travail». Pour Sébastien Goua, la longue maladie reste un tabou. «La fragilité, dans un monde de performance, c'est difficile. Il y a quelque chose de glaçant, qui ne se voit pas. On n'en parle pas aussi, car le pire qui puisse exister, c'est la pitié.» «En fait, conclut le jeune homme, on se trouve à la croisée des chemins: entre l'employé qui n'a pas envie de dire à son patron qu'il est malade, et l'entre-

«Je suis passée par le déni, la colère et enfin l'acceptation. Je suis travailleuse handicapée, c'est un nouvel espoir, un champ de possibles qui s'ouvre.»

Danielle Hoffarth  
victime d'un AVC il y a trois ans

prise qui sent qu'elle peut être responsable de l'état de son salarié.» Il estime qu'il faudrait arriver à un juste milieu où l'on puisse dire: «Tu me racontes si tu veux, même s'il n'y a pas de phrase miracle qui puisse tout résoudre.»

Les salariés qui ont traversé ces épreuves possèdent une expérience qui peut même être un atout pour une entreprise. Leur rapport au travail a changé, ces derniers prennent parfois le rôle de conseils, «car ils ont acquis des outils qui peuvent servir à tout le monde». Il cite ainsi des exemples où des salariés, anciens malades, se sont investis dans la qualité de vie de leur société: élaboration des menus à la cantine, traitement des postures qui provoquent lombalgies ou troubles musculo-squelettiques, ou dispositifs en interne pour parler de la maladie.

### Pression

Un salarié d'une mutuelle, fin connaisseur des questions du retour à l'emploi, abonde: «Nous travaillons à cette reprise avec le manager pour que l'employé ne culpabilise pas de ne pas être à la hauteur à son retour, qu'il ne soit pas traité comme le "malade de service", afin que la personne ne «retombe pas en arrière», ou ne se mette pas elle-même trop de pression.

Cette pression du retour, Chantal Perruchon, de la Ligue contre la violence routière, l'a perçue. Selon elle, après un accident, il faut déjà «réapprendre à vivre avec ses proches», dans son environnement, avec des «appartements qui ne sont pas adaptés aux fauteuils roulants». Cette responsable de mutuelle qui propose un «service d'accompagnement psychosocial» explique: «On essaie de redonner confiance à la personne, via une activité physique, pour la remettre dans une dynamique.» Et d'insister: «L'accueil est crucial pour éviter la rechute. Quand une personne revient d'un long arrêt, il est primordial de souligner ses acquis et de les remobiliser, de lui faire prendre conscience qu'elle dispose d'un trésor en elle.»

(1) <http://www.maisondelavie.fr>



MAIA FLORE, VU POUR ATOUT FRANCE. ISSUE DE LA SÉRIE «BY THE SEA»

# LA FRANCE UN PAYS DE L'IMPRÉVOYANCE

Par **BENJAMIN LECLERCO**

«**N**e pas prévoir, c'est déjà gémir», se plaisait à dire Léonard de Vinci. Si l'histoire ne dit pas où fut prononcée cette ode à la prévoyance, il est possible d'imaginer qu'elle put l'être lors d'un séjour de l'artiste en France. Inquiet, Léonard, comme nombre de Français aujourd'hui? C'est crédible: les données contemporaines l'attestent, prévoir n'est pas un art hexagonal. Une étude indépendante menée dans douze pays et cinq continents, plaçait même en 2016 les Français en tête de l'insouciance: ils étaient 29% à se projeter «rarement» dans l'avenir, loin, très loin de la moyenne (17%). Plus de la moitié avouait même benoîtement qu'en cas d'imprévu, ils ne pourraient pas faire face financièrement (contre 35% de l'ensemble des sondés).

De fait, les Français maîtrisent mal le sujet. «La prévoyance est un champ très mal connu et peu discuté en France», confirme Denis Raynaud, directeur de l'Institut de recherche et de documentation en économie de la santé (Irdes). Commençons, donc, par la définition. La prévoyance, c'est la promesse d'une compensation financière des pertes de revenus liées à l'interruption de l'activité professionnelle. «La loi du 31 décembre 1989 [loi Evin, ndr] instaure une définition unifiée: elle comprend "la prévention et la couverture du risque décès, des ris-

**Le haut niveau de couverture des soins de santé cache une réalité contrastée: les autres risques demeurent souvent sous-estimés.**

ques portant atteinte à l'intégrité physique de la personne ou liés à la maternité ou des risques d'incapacité de travail ou d'invalidité ou du risque chômage», cite Denis Raynaud.

**Luxe mal partagé.** En France, la prévoyance compte trois niveaux de prise en charge. Le premier, le seul obligatoire, relève de la Sécurité. Celle-ci prévoit une prestation compensatoire égale à 50% du salaire journalier de base et dans la limite de 1,8 fois le smic, le tout assorti d'une période de carence de trois jours. C'est peu pour vivre. D'où deux autres niveaux complémentaires (et facultatifs): l'assurance au sein des branches ou au sein des entreprises. C'est sur ces deux niveaux que se positionnent les trois grands acteurs de la santé. Les assureurs sont le premier, qui pèse près des deux tiers du marché. Les autres intervenants (à but non lucratif cette fois) sont les institutions de prévoyances (environ 30%) et les mutuelles (moins de 10%). A noter que le marché de la prévoyance, qui pesait près de 21 milliards d'euros de cotisations en 2017,

est dominé par les contrats collectifs (55%). Assez peu informés, les Français sont le plus souvent tributaires des contrats proposés (ou non) par leur employeur. Et c'est là que le bât blesse: la prévoyance est un luxe mal partagé. Ainsi, si le niveau de garantie progresse en France, le nombre des travailleurs couverts non. «La part des entreprises ayant mis en place au moins une garantie a peu varié depuis 2013, autour des 85%», souligne Pauline Jauneau-Cottet, chargée d'études et de recherche au Credoc, auteure d'un baromètre de la prévoyance. Dans le même temps, «la part des salariés couverts par quatre ou cinq garanties de prévoyance a augmenté de 14 points entre 2013 et 2017 (à 43%)». De quoi creuser des inégalités béantes. Selon les derniers chiffres disponibles (étude Irdes de 2009), 90% des cadres étaient couverts contre 75% des ouvriers. De même, les grandes entreprises couvrent bien mieux que les petites.

«La prévoyance est le parent pauvre de la couverture du risque en France», poursuit Denis Raynaud, qui juge urgent de la développer: «Le niveau de couverture est bas comparé à ce-

lui de la santé. Or la prévoyance concerne des risques majeurs, susceptibles de plonger les individus dans la pauvreté.» L'accord national interprofessionnel de 2013, qui instaurait la complémentaire santé obligatoire en entreprise, est symptomatique: «A l'époque déjà, beaucoup d'observateurs ont tiqué, notant qu'on améliorait la couverture de petits risques tout en oubliant complètement les plus gros. Encore une fois, la prévoyance avait été oubliée».

**Lacune.** Un risque spécifiquement analysé par la Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Drees), témoigne du retard français: l'invalidité. Avec, en 2015, des prestations d'invalidité comptant pour 2% de son PIB, la France est en dessous de la moyenne de l'Europe des Quinze (les plus développés de l'UE, 2,1%), loin derrière les pays scandinaves (Danemark 4,1%, Suède 3,3%, Finlande 3,2%), les Pays-Bas (2,7%) ou l'Allemagne (2,3%). Autre lacune française, l'accompagnement lors du retour à l'emploi. «En Allemagne ou aux Pays-Bas, les entreprises sont incitées à s'impliquer dans la reprise d'activité de leurs salariés, via le temps partiel ou le travail à distance. C'est moins le cas en France, où l'accompagnement, négligé par l'Etat comme par les entreprises, est défaillant», note Denis Raynaud. Or les études montrent que plus longtemps l'on reste éloigné de l'emploi, plus dure est la reprise. ◆

## De la peine à la paix, sur les chemins de la résilience

**Psychologie** Etudiée depuis une trentaine d'années seulement, la résilience permet depuis toujours à l'homme de surmonter les accidents de la vie.

**F**luctuat nec mergitur, dit la devise de Paris, qui s'est dramatiquement rappelée à ses habitants avec les attaques du 13 Novembre. Inscrite sur le blason de la ville, qui figure un navire sur la Seine en référence aux navigateurs de Lutèce, de puissants armateurs gaulois, elle signifie: «Il est

battu par les flots, mais ne sombre pas.» Beaucoup l'ont assimilée à la phrase du roseau de la fable de La Fontaine, qui fait savoir au chêne que contrairement à lui, il «plie» mais «ne rompt pas». Que malgré le souffle furieux du vent, il ne sera pas déraciné. Ces deux maximes traduisent bien ce qu'est la résilience: une forme de dépassement, de régénération, une aptitude au rebond face aux accidents de la vie, qu'il s'agisse de la survenue d'un deuil, d'une maladie ou d'un handicap.

**DEUX PHASES**

«La résilience est plus un processus qu'une capacité, c'est évolutif», sou-

ligne Marie Anaut, psychologue clinicienne et professeure à l'université Lyon-II, qui a codirigé l'ouvrage *La Résilience, de la recherche à la pratique* (1) avec Boris Cyrulnik (invité de notre forum). C'est ce dernier, neuropsychiatre et directeur d'enseignement à l'université du Sud-Toulon-Var, qui a popularisé en France, à partir des années 90, la notion de résilience. Ce terme de physique désigne d'abord la résistance d'un matériau aux chocs. Il a été appliqué au champ de la psychologie dans les pays anglo-saxons il y a une trentaine d'années. Les premières recherches ont porté sur des enfants



MAMA FLORE, YU

qui avaient grandi dans des contextes défavorables ou subi des abus, et avaient traversé ces épreuves sans dommage apparent. Le travail des psys s'est ensuite étendu aux adultes et aux situations traumatiques plus ponctuelles. «Par bonheur, la vie ne manque pas de malheurs», souligne, un rien provocateur, Boris Cyrulnik (*lire page suivante*). C'est ainsi qu'elle prend sens, en nous imposant des épreuves à surmonter, des victoires à espérer, des comptes à régler.» Quand survient un drame intime, «l'individu met en jeu des compétences pour que s'opère une reconstruction psychique et sociale et la

reprise d'un nouveau développement», détaille Marie Anaut. Si les chemins de la résilience sont aussi nombreux et singuliers que le sont les êtres humains, la psychologue pointe l'existence de deux grandes phases, dont l'amorce et la durée dépendent de chacun. Il s'agit d'abord de «se préserver de l'effraction psychique, de la désorganisation, afin de réguler l'angoisse, les émotions mortifères». Cette distanciation peut passer par une phase de déni. Le mécanisme qui prend le relais est celui d'une quête de sens, afin de «dépasser», de «subliminer le trauma», ajoute Marie Anaut. Ce «travail d'élaboration»

peut se traduire par un investissement dans des domaines tels l'art, le sport ou un engagement associatif, militant... Jusqu'à produire une «restauration» dont les neurologues trouvent aujourd'hui trace dans le cerveau: «Avec la neuro-imagerie, on s'est aperçu de l'importance de la manière dont les zones grises sont reliées entre elles par les voies de substance blanche, qui forment douze réseaux», explique Pierre Bustany, neurophysiologiste et neuropharmacologue, professeur de médecine au CHU de Caen (2). Un de ces réseaux d'activation a été identifié comme étant celui touché chez les

dépressifs, les autistes, les personnes qui ont connu un traumatisme. Un choc psychologique crée en quelque sorte un «trou noir» dans notre tête. «Des zones grises sont désactivées car certaines voies de substance blanche sont altérées», explique le neurologue. Or, le cerveau est comme un muscle, les voies se développent, se magnifient à force de servir. Il faut donc restaurer, parfois contourner ces zones endommagées pour que les voies se réactivent en harmonie et se reconstruisent.»

**ARCHÉOLOGIE**

Cette plasticité neuronale est d'autant plus opérante que la per-

sonne au seuil du rebond n'est pas isolée: «On n'est pas résilient tout seul», résume la psychologue Marie Anaut. Le processus prend appui sur des soutiens extérieurs, que ce soit des relations affectives ou des rapports professionnels.» Autre arme pour faire front: l'humour. Il participe à contrer l'angoisse, à se mettre à distance du traumatisme, et ce afin de «reprendre une position de sujet quand la personne se trouve d'abord dans une position déshumanisante de victime», poursuit Marie Anaut, auteure de *L'Humour, entre le rire et les larmes, traumatismes et résilience* (3). Savoir «en rire» contribue également au travail d'élaboration a posteriori du traumatisme. «Ça permet de décrire l'événement de manière stimulante, de créer un effet de surprise, de changer le souvenir qu'on en a et donc de le dédramatiser», complète Pierre Bustany.

Ces stratégies qui président à la gestion des émotions ont «toujours existé», rappelle Valérie Delattre, archéo-anthropologue à l'Inrap. La résilience, a priori, pourrait sembler étrangère à l'archéologie funéraire. Mais la chercheuse souligne l'importance du «volet culturel» de ses investigations, qui ne se résument pas à la chronodation: «Ne nous interdisons pas les notions de bienveillance, de compassion, d'inclusion, d'exclusion ou de chagrin pour restituer ce qu'étaient des groupes de vivants.» En fouillant des tombes, Valérie Delattre s'attache «non pas à plaquer des sentiments sur des squelettes, mais à les faire parler». Ses mécanismes de résilience sont notamment lisibles au travers d'un événement très prégnant dans toutes les sociétés jusqu'à la période contemporaine: le deuil périnatal. Les archéologues attestent en effet dès l'âge du bronze d'une attention toute particulière à la manière dont sont inhumés les fœtus et les bébés. Ainsi, bien que très élevée, leur mortalité n'était pas banalisée, quel que soit le type de spiritualité ou de religiosité des parents. De l'Antiquité au XIX<sup>e</sup> siècle, les petits corps ont par exemple été enterrés dans des amphores, dans la maison et sous son seuil, ou autour de «sanctuaires à répit», auxquels les familles sont restées attachées même après que les limbes ont été inventés par l'Eglise catholique au XII<sup>e</sup> siècle. Ces rituels et cette liturgie sur-mesure visaient à assurer un au-delà le plus bienveillant possible aux âmes novices. Afin de tenter de donner un sens à la pire des injustices qui soit pour des parents, condamnés à rester debout, sans rompre ni sombrer.

**MAÏTÉ DARNAULT**

(1) Odile Jacob, 2014.

(2) Coauteur de *Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner*, Clés-Albin Michel, 2012.

(3) Odile Jacob, 2014.



MALIA FLORE, VU POUR ATOUT FRANCE, ISSUE DE LA SÉRIE «BY THE SEA»

## PAR BONHEUR, LA VIE NE MANQUE PAS DE MALHEURS

**Boris Cyrulnik,** neuropsychiatre et professeur à l'université de Toulon.

Ce serait si facile de ne pas se poser de problème. On se laisserait vivre sans plaisir et sans haine, jusqu'à ce que mort s'ensuive. Une non-vie avant la mort! Par bonheur, la vie ne manque pas de malheurs. C'est ainsi

qu'elle prend sens, en nous imposant des épreuves à surmonter, des victoires à espérer, des comptes à régler. Alors, le malheur se transforme en littérature, ce qui est un grand bonheur.

Ce genre de raisonnement ne surprend que les adultes. Un enfant découvre très tôt que le bonheur naît de la victoire contre le malheur. Quand sa mère est là, il n'éprouve que du bonheur, de la sérénité, de la plénitude, de l'engourdissement mental. Il suffit

qu'elle s'absente pour qu'il ressente un manque, un vide douloureux comme une angoisse de vide. Alors, vite, il prend un papier, un crayon de plusieurs couleurs pour faire plus joli et invente un dessin. Son acte créateur est un effort de l'âme et de la main, et plus l'œuvre prend forme, plus l'enfant se réjouit de ce qu'il voit, de ce qu'il fait, de ce qu'il imagine. Il prépare l'événement affectif qui aura lieu quand il offrira sa création à celle qui, en

## REBONDIR: SELON QUELLE PHYSIQUE ?

**Mara Goyet,** enseignante et écrivaine.

«Rebondir», quand même... Ce terme «ballon sauteur» ne serait-il pas un peu primesautier pour les possibilités de déplacement offertes à une fille dont le père souffre de la maladie d'Alzheimer? En même temps, les autres expressions m'agacent : faire son deuil, panser ses blessures, se reconstruire, accepter, surmonter l'épreuve. Je me méfie des discours édulcorés, des leçons et pépites sucrées, des nuages qui ont une petite frange d'or. La maladie d'Alzheimer, ce qu'elle fait à mon père, ce qu'elle

fait à ma famille, c'est brutal, impitoyable et scandaleux. Ce n'est pas un chemin de vie ni une instructive promenade existentielle pour les proches qu'on réduit pudiquement aux «aidants» comme si la fonction pouvait anoblir l'affaire. Qu'on ne compte pas sur moi pour ne pas avoir le tragique en ligne de mire. Il est là. J'y tiens. «Rebondir», peut-être... Avec tout ce que ce mouvement a d'aléatoire, de violent et vivant, de drôle aussi. On tombe. Tout le temps. Sans trop savoir sur quoi, d'abord. Sans pouvoir reconnaître le terrain non plus : il est changeant. On ne se relève pas vraiment. On se heurte à la mala-

die, à ses effets sur celui qu'on aime, on accuse le coup et cette violence même nous propulse un peu partout : vers tous nos âges, vers tous nos rôles, vers tous nos liens, vers tous nos états. On passe par un nombre de phases considérables qu'on peinerait à nommer et qui refusent d'être logiques et bien alignées. Au bout d'un moment pourtant, on comprend le mouvement. C'est donc ça : je suis une chèvre de monsieur Seguin avec une corde en élasthanne. Un jokari : il fallait bien que ce jeu impossible servît un jour à quelque chose. J'ai quel âge déjà? «Rebondir» : selon quels repères, selon quelle physique? On apprend alors à se réapproprier le terrain. Comment? Des exemples parmi d'autres : ne plus voir mon père tel qu'il se verrait mais tel que je le vois, moi. Ne pas écrire sur lui ce qu'il écrirait, lui, mais écrire, moi. Ne pas l'imaginer persister dans un monde alternatif mais vivre avec lui dans ce monde qui est le nôtre : celui

de *The Voice*, des publications des Belles Lettres et des chiens écrasés. Peu à peu pourtant, on commence à comprendre comment maîtriser la trajectoire, à cesser d'être une sorte de satellite perpétuellement mis en orbite, soumis à l'attraction de son père malade, sans pour autant cesser d'entretenir le mouvement. Rebondir. Ce mouvement est-il si inédit? Et s'il permettait de rester dans la continuité? Quand j'étais petite, mon père refusait de réduire son allure quand il me donnait la main dans la rue. Je le suivais, rebondissant sur le chemin. Ce temps est désormais lointain. Il s'en est passé des choses. Aujourd'hui, c'est moi qui vais plus vite. C'est toujours moi qui rebondis. Je lui donne de nouveau la main. Mais j'ai aussi réappris à lâcher la sienne. Avec amour. Fidélité. Dans la douleur, surtout. Rebondir, dit-elle. ◀

Dernier ouvrage paru : *Ça va mieux, ton père ?* Stock, 150 pages, 19 euros.

## OUVRONS DE NOUVELLES SOLIDARITÉS

**Stéphane Junique,** président d'Harmonie mutuelle, vice-président du groupe VVY.

«Un rêve fou émerge de la Silicon Valley, éliminer la mort. En attendant l'hypothétique réalisation de cette promesse, notre condition d'être humain est fondamentalement liée à l'imprévu. «On naît, on vit, on meurt» serait un raccourci trop rapide. Nos vies ne sont jamais linéaires et bien plus chaotiques que cela. Nous savons que le malheur, la maladie, les accidents, la dépendance passagère ou durable seront au rendez-vous de nos vies. Parce que nous craignons ces moments, nous refusons trop souvent de les envisager et de les anticiper. Les anticiper ne veut pas dire les éviter, mais nous pouvons les adoucir, mieux gérer les conséquences sur notre quotidien, celui de nos proches, ceux qui dé-

pendent de nous, parfois aussi les salariés d'une entreprise, lorsqu'on est dirigeant. A la douleur d'un accident ou d'une longue maladie ne devrait pas s'ajouter la perte de revenus ou celle de son logement. Le vieillissement ne devrait pas être synonyme de relégation et de perte de toute vie sociale. Les accidents de la vie concernent 11 millions de Français qui se blessent en jardinant, en bricolant, en faisant du sport chaque année, à tout âge : sans garantie pour les protéger, certains se trouvent en difficultés financières et personnelles. A ces risques connus s'ajoutent les conséquences du changement climatique sur la santé, l'habitat et de nombreuses activités économiques. Notre société n'est pas suffisamment prévoyante. Face à ces vulnérabilités, nous devons construire de nouvelles solidarités. La protection sociale et la solidarité nationale devront évoluer dans leurs principes et leurs modalités. Mais cela ne sera pas suf-

fisant. La prévoyance n'est pas seulement une affaire publique. Lorsque surgit un événement, on se tourne d'abord vers ses proches pour trouver un soutien. Onze millions de Français sont aujourd'hui des aidants, parmi eux ils sont 82% à consacrer plus de vingt heures par semaine à soutenir leurs proches. Cette solidarité est la première entre toutes, c'est celle du cœur. Mais ce système trouve ses limites, les aidants s'épuisent, les coups du sort se transforment trop souvent en ruptures de vie, et peuvent à leur tour déstabiliser la vie des proches. Pour construire une société prévoyante, nous avons besoin de retrouver un esprit collectif d'entraide qui ne soit pas que national ou familial. Plus que d'autres, nous mutualistes, savons en effet qu'un événement de santé peut avoir des répercussions fortes et globales. Nous développons nos actions de prévention, nous savons accueillir les personnes et les écouter, nous agissons dans le domaine du handicap, du vieillissement, du logement, etc. Notre rapport au temps long. C'est dans la durée que nous inscrivons notre action. Nous, mutualistes, nous croyons fondamentalement au pouvoir du collectif et à l'esprit d'entraide. ▶

revenant, comblera le vide et le rassurera. Faut-il un manque pour éprouver la plénitude des retrouvailles? Faut-il une perte pour se sentir contraint à une créativité? Au début de l'aventure humaine, il y a la mort, celle qu'on donne et celle qu'on reçoit. Les premières œuvres d'art de monsieur et madame Néandertal ont été des armes décorées pour tuer le gibier et des tombes entourées de cailloux colorés et de pétales de

fleurs jetées sur le corps de celui qui venait de partir, on ne sait où. L'homme ne crée pas à partir de rien. Seul Dieu sait faire ça. Un être humain sorti du néant lors de sa naissance est voué à y retourner après sa mort, il ne peut créer qu'en agençant des morceaux de réel, des blocs de pierre, des teintures bariolées, des sons harmonisés pour faire une musique. Quand cet homme devient écrivain, ses souvenirs et ses rêves donnent sens à ce qu'il per-

çoit. Ce travail remplit le manque et métamorphose l'angoisse en œuvre d'art. Lorsqu'un enfant est isolé ou privé d'affection, alors qu'il est incapable de vivre sans Autre, son cerveau s'éteint puisqu'il n'a plus d'émotions, de relations, d'existence à mettre en mémoire. Si on le laisse seul, il ne connaîtra que l'agonie psychique. Mais si on l'entoure, si on le réchauffe, il ressentira le retour de la vie comme un événement merveilleux, une retrouvaille, une ré-

surrection. Il aura quelque chose à dire, il pourra raconter une aventure invraisemblable, il aura matière à roman. Si par malheur vous supprimez le malheur de la condition humaine, vous fermez les salles de cinéma, vous rendriez inutiles les romans, vous videriez les théâtres et les bibliothèques. Est-ce pour cette raison que l'on aime pleurer au cinéma et s'indigner en lisant un récit? On a beau savoir que ce n'est pas

pour de bon, que des instruments d'optique projettent une image sur un drap blanc où des comédiens font semblant de souffrir, de jouer à être malheureux, nous sommes bouleversés, nous pleurons et c'est délicieux. On dit que le film est merveilleux. Finalement, nous faisons comme le petit enfant qui dessine pour ne plus souffrir du départ de sa mère et ce truc, ce procédé, nous donne bien du bonheur. ▶

### PROGRAMME

**JEUDI 28 MARS DE 20 H À 22 H**

Pour aller plus loin, Libération organise à Paris une soirée de débats aux côtés de **Boris Cyrulnik**, neuropsychiatre et spécialiste de la résilience, **Raphaël Enthoven**, philosophe, et **Olivier Bonaventur**, qui dirige Kerpape, un centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles dans le Morbihan. Nous avons aussi invité trois personnalités qui ont choisi l'écriture pour raconter leur maladie ou celle d'un proche. **Elisabeth Quin** est journaliste sur Arte, elle lève le voile sur sa vue qui décline. **Mara Goyet** est écrivaine, elle raconte son père malade d'Alzheimer et leurs vies à tous les deux qui basculent. **Eglantine Emeyé** est présentatrice à la télévision, elle est aussi la mère de **Samy**, polyhandicapé. **Christelle Dubos**, secrétaire d'Etat auprès de la ministre des Solidarités et de la Santé, sera également présente.

Cette soirée animée par Laurent Joffrin et Alexandra Schwartzbrod.

Rendez-vous aux «Salons Network», 200, port de Javel-Haut, 75015 Paris.

Débats et contributions à retrouver sur [Libération.fr](http://Libération.fr).

Libération 2, rue du général Alain de Boissieu, 75015 CPPAP: 1120C80064 ISSN: 0335-1793 Principal actionnaire SFR Presse. Directeur de la publication Laurent Joffrin Impression Rotogaronne

**C'**est l'histoire d'une bête noire qui vous hante à jamais. Un chancre dans le corps et dans la tête, une douleur de la guerre dont on a du mal à se débarrasser. J'ai mis vingt ans à la mettre dehors, à l'expurger, hors des veines et de l'esprit, depuis les premiers reportages de guerre, en Erythrée, au Sahara-Occidental puis en Afghanistan et en Irak. Et la bête noire a longtemps survécu, elle a envahi mes rêves, elle est revenue par la fenêtre. Etre reporter de guerre, c'est certes accepter de devenir témoin des pires horreurs, des grands massacres, mais aussi de dîner avec le diable, muni d'une longue cuillère, une très longue cuillère, et tenter de comprendre d'où vient le Mal, pourquoi il est si habile à se renouveler, suivant le principe de Merleau-Ponty: «*La cruauté n'est pas une solution, elle est toujours à recommencer.*»

Sournoise et obstinée, la bête noire a longtemps pris de multiples visages puis s'est incarnée en une balle perdue, ou du moins que je croyais perdue. Je voyageais avec des résistants kurdes dans le nord de l'Irak et nous fuyions l'avancée des troupes du régime de Bagdad, au temps de Saddam Hussein. Les deux peshmergas qui m'accompagnaient, «les combattants de la mort», évoquaient même l'idée de se suicider pour échapper aux tortures, tandis que la capture s'annonçait imminente. Ce fut alors, au pied d'une colline a priori désertée, dans une maison en ruines où les murs étaient éventrés, que je sentis une balle siffler à mes oreilles, et même frôler celle de droite. Épuisé par un long voyage et attristé par les combats alentour qui frappaient surtout les civils, je n'avais pas entendu le coup partir mais dans ces prémices de plaine sans combats, il paraissait évident que le projectile m'était destiné, tiré par un sniper à silencieux.

Pourquoi se plaindre dès lors quand le monde s'écroule autour de vous, que les femmes et les enfants sont assassinés, qu'un peuple crie à l'agonie? Je réussis à franchir la frontière turque après quelques jours de jeu de cache-cache dans les bois, dans les marais où je devais séjourner du matin au soir pour échapper aux hélicoptères irakiens, et après avoir marché sur un champ de mine.

**Blessure invisible.** Lorsque je parvins à me réfugier dans un village turc, j'appelai aussitôt mon journal. Je devais envoyer un long article très vite mais je me tus sur la balle qui m'était destinée. Les Kurdes subissaient une nouvelle tragédie, leurs résistants étaient en débandade, et je ne pouvais par pudeur évoquer mon sort. Une nouvelle fois, la bête grossissait en moi. Les portes se fermaient de l'intérieur, j'avais échappé à nouveau à l'ultime fatalité, celle que je voyais dans le corps



MAIA FLORE, VU POUR ATOUT FRANCE. ISSUE DE LA SÉRIE «BY THE SEA»

## LA BÊTE NOIRE



DR

**Par Olivier Weber** Etre reporter de guerre, c'est certes accepter de devenir témoin des pires horreurs, des grands massacres, mais aussi de dîner avec le diable...

des autres, mais ne pouvais le formuler ni même tenter de décrire les ravages du spectacle de la mort et de la violence qui en résultait, tout intérieure. Il me semblait que l'écriture suffisait. Grossière erreur. Etre témoin, c'est aussi être victime, disent les psychanalystes.

J'en parlai à l'ami Michael Haneke, le cinéaste autrichien qui consacra dès lors un film à la question, *Code inconnu*, s'inspirant de ma vie. Tout en nuances et en délicatesse, cette fiction sur le parcours d'un reporter de retour de la guerre ne montre rien des tranchées ni des lignes de front mais dévoile les ravages de cette blessure invisible, comme si le corps et l'esprit devenaient dépositaires de l'histoire de la violence. Ne rien tenter de dire de l'indicible et garder les plaies en soi, hanté par les ravages du monde et la pudeur du moi face aux victimes. Et quelle est ta recette pour rester debout? me demandait souvent Michael. Je répondais d'une manière évasive puis finis par murmurer: l'écriture et un bon verre de Bordeaux... C'était loin d'être suffisant.

A force de couvrir les conflits dont on revient brisé, une vingtaine en vingt-cinq ans, de rencontrer des héros et des assassins, on s'aperçoit que la guerre est un éternel recommencement, dans un monde qui ne serait qu'«une immense entreprise à se foutre du monde» (Céline). Le silence n'est pas une rédemption, pas plus qu'une thérapie dans les affres de l'obsession. Mes deux enfants, Julia et Hugo, me rappelèrent que je devais en parler. Un jour, à l'âge de 10 ans, mon fils me dit très calmement que j'avais «une bête noire

dans le corps». Je fus surpris par tant de lucidité, et pour ainsi dire estomaqué par tant de franchise et de vérité. Oui, il avait raison, la bête noire me hantait et drapait mes nuits de visions de l'autre monde, celui de l'horreur que l'on a vue et des drames que l'on tait.

Me revenaient en mémoire les amis disparus, les compagnons de tranchées, les étudiants chinois morts en martyrs sur la place de Tiananmen, les Sri-Lankais pris entre deux feux dans les maquis de la guérilla indépendantiste, les Afghans assassinés, les Kurdes blessés sous mes yeux, les amis de Tchétchénie disparus. C'est étrangement le temps du retour qui est douloureux dans le sens où il pose la question d'une certaine habitude à l'effroi et à la vision de l'insoutenable. La société contemporaine se protège de la tyrannie du malheur. Et, à trop civiliser l'épouvante, l'étreint pour mieux se déculpabiliser, dans une autre figure de la banalisation du mal. Car comment peut-on «voir» la guerre? Comment l'appréhender, l'insérer dans une vision de la civili-

**Il me semblait que l'écriture suffisait. Grossière erreur. Etre témoin, c'est aussi être victime, disent les psychanalystes.**

sation? En d'autres termes, quel est le discours que l'homme peut tenir sur l'extrapolation la plus barbare de ses pulsions, la destruction de l'autre, la mise à mort de son semblable? Comprendre le prolongement collectif du premier meurtre de l'histoire, biblique en tout cas, l'assassinat d'Abel par son frère Caïn. Comme si l'être humain avait toujours entériné son Thanatos, par esprit de domination, posture de surhomme, sentiment de révolte ou plus étrangement encore par désir d'immortalité.

Légitime ou pas, pensée par la vengeance ou le pardon, réponse à la flagellation (et parfois l'autoflagellation) ou fruit d'une attitude sulpicienne, la guerre nous fascine autant qu'elle nous tourmente. Et a fini par façonner notre rapport au monde.

**Plaie vaincue.** Je relisais Vassili Grossman, Ryszard Kapuscinski, Curzio Malaparte, René Girard et son *Bouc émissaire*, Hölderlin, le poète fou qui a voulu «*quitter la guerre*». Je plongeais à nouveau dans les écrits d'autres reporters de guerre qui avaient choisi le roman pour mieux cerner la douleur et raconter la souffrance, Jack London, John Steinbeck, Joseph Kessel ou Ernest Hemingway, l'écorché vif qui avait «*des bombes dans la tête*». Rien n'y fit. La blessure intime refusait de cicatriser et au contraire s'amusait à grossir, prenait ses quartiers d'hiver et d'été, déconstruisait les moindres tentatives de catharsis. Les mauvais rêves se succédaient, emplis de limaille de canon, de boue des tranchées et peuplés de fantômes, ces errants tenaces qui nous ramènent aux origines et aux peurs ancestrales. La guerre allait-elle gagner? Le mal étrange allait-il perdurer?

Et puis une nuit, voici peu, je me réveillais en sursaut. La balle du Kurdistan me rattrapait et traversait ma tête. Ce n'était pas une mitraille perdue mais bien un projectile qui m'était destiné. La vérité après le blanc, après la négation de l'évidence, qui est une banalisation elle aussi du mal. Je n'ai pas crié et dans mon rêve je me souciais encore des autres alentour, des résistants et de leurs familles qui tenaient tête aux barbares. J'étais vivant, et non plus seulement survivant, et la guerre devenait étrangement *dicible*. La fureur qui me gangrenait prenait un nom et s'atténuait. La plaie était vaincue. Elle n'était plus cette blessure sans saignement qui s'accroît longtemps après que les canons se sont tus. Au-delà du silence, au-delà des tourments, elle devenait résilience et source de vie. ◀

Olivier Weber est écrivain, grand reporter, Prix Albert-Londres, Prix Joseph-Kessel. Dernier livre paru: *Frontières* (Paulsen). A paraître: *Dictionnaire amoureux de Joseph Kessel* (Plon, le 9 mai).