

CYRULNIK, BORIS (1999). UN MERVEILLEUX MALHEUR. PARIS : ODILE JACOB, 239 P.

Résumé et commenté par

Ghislaine Roy, t.s.

Boris Cyrulnik nous invite à changer notre regard sur le malheur, d'abord en le découvrant dans toute sa complexité, puis en essayant de comprendre la façon dont plusieurs s'en sortent malgré l'adversité qui est la leur.

L'auteur nous propose le thème de la résilience pour tenter de cerner les mille déterminants qui font que les *blessés de l'âme* (p. 15) peuvent métamorphoser leur malheur et réussir à être heureux : « *La résilience, c'est plus que résister, c'est aussi apprendre à vivre* » (p. 205). Des questions majeures sont explorées, comme la découverte de la partie saine de chacun, indépendamment du plus grand malheur; la quête de la main tendue; la soumission ou le combat quand survient l'épreuve; l'étonnante variation des réponses à une même agression; la diversité des mécanismes de défense.

Lucide devant une société pour qui les survivants sont toujours un peu suspects, Boris Cyrulnik nous prévient de la douleur des proches des traumatisés, pour qui il est souvent plus difficile de s'adapter à la blessure que pour les traumatisés eux-mêmes; il nous exhorte de ne pas « *extorquer* » les aveux des victimes parce que ces aveux, en modifiant l'image de la victime dans l'esprit de l'autre, peuvent les victimiser davantage; surtout, il met en garde contre le risque que la personne qui livre son secret le subisse encore plus, c'est-à-dire que son drame devienne sa seule caractéristique et l'explication principale de sa personnalité ou de son histoire.

Bref, chaque page de ce livre fourmille d'idées brillantes écrites par un grand amoureux des humains qui, avec finesse et professionnalisme, pointe chez les résilients les processus de réparation davantage que l'incontestabilité des dégâts.