

Valérie Duval-Poujol
Jacques Poujol
Cosette Fébrissy

La grande aventure d'être Soi

Parcours psychologique
et biblique



empreinte
temps présent.

Contenu

1. [Titre](#)
2. [Copyright](#)
3. [Sommaire](#)
4. [Introduction](#)
5. [I – Les composantes de l’identité](#)
6. [II – Dieu a voulu que j’existe](#)
7. [III – Différent et ressemblant](#)
8. [IV – La dimension psychologique de l’identité](#)
9. [V – La dimension sociétale de l’identité](#)
10. [VI – La dimension spirituelle de l’identité](#)
11. [Conclusion](#)
12. [Lexique](#)
13. [La charte de l’affirmation de soi](#)
14. [Questionnaire des trois âges](#)
15. [Questionnaire : “À la découverte de soi :
Comment êtes-vous devenu qui vous êtes ?”](#)
16. [Quelques questions pour réfléchir sur mon
identité sexuelle](#)
17. [Bibliographie](#)
18. [Des mêmes auteurs](#)
19. [Notes](#)

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

ne font rien de spécial et restent dans leur canapé, mais ils sont convaincus de leurs idéaux !

- Entre vingt-cinq et quarante-cinq ans, qui suis-je ? *Moi !*

Ce qui est mis en avant, c'est l'intégration de l'image de soi, le Sujet que je suis. La personne sait dire « moi, je... » On constate aussi un fort désir de reconnaissance.

Certaines personnes se fixent à telles ou telles de ces étapes et même à l'âge adulte, c'est leur activité ou leur possession qui leur dit encore qui ils sont ! Ils se présentent en déclinant leur métier, leur salaire ou leur dernière voiture.

- La crise du milieu de vie

Cette crise du milieu de vie (CMV), appelée à tort communément « crise de la quarantaine » est une étape majeure dans la construction identitaire. Elle se situe entre quarante-cinq et cinquante-cinq ans. Tout le monde passe par une crise de milieu de vie, plus ou moins intense. Jouant un rôle de bilan à mi-parcours de notre existence, elle s'accompagne de transformations personnelles, d'un nouveau départ ou d'un déclin pour certains, de bouleversements spectaculaires pour d'autres. Elle s'articule autour de la quête, consciente ou non, de l'affirmation d'une identité personnelle, plus authentique. Nous développerons cette étape importante de la CMV au chapitre 4.

- Soixante-dix ans, qui suis-je ? Je suis « jeune senior ».

L'Organisation mondiale de la santé divise la vieillesse en

trois étapes : entre soixante et soixante-quinze ans, on est jeune senior, c'est le début de la vieillesse, un premier palier. Entre soixante-quinze et quatre-vingt-dix ans, on est qualifié de senior, c'est une vieillesse tardive. Après quatre-vingt-dix ans, ce sont les grands seniors, aussi qualifiés de « quatrième âge ».

Certains passent par une prise de conscience qu'ils n'ont pas été qui ils voulaient être. Il s'agit d'une dernière crise (peu visible si celle de la quarantaine s'est bien passée). Elle est accompagnée de « renoncements », notamment concernant la santé.

- Après quatre-vingt-dix ans, je suis « grand senior », j'apprécie toutes les années qui passent, chaque journée est un bonus. Pour certains cette période se vit très positivement, pour d'autres, elle est ressentie douloureusement dans l'attente de la délivrance de la mort.

Ce bref panorama de la vie montre aussi qu'à chaque âge, il faut opérer un remaniement sur le plan physique et psychique. Or souvent les personnes ne sont pas allées au bout de ces remaniements. Ce sont autant de deuils non faits et à faire, qui compliquent la réponse à la question « qui suis-je ? ». Parfois un accompagnement, une thérapie ou une relation d'aide sont nécessaires pour poursuivre la construction¹⁴.

On pourrait résumer ce parcours de découverte de l'identité en deux questions :

- Une question d'ordre psychologique : *Qui suis-je ?* Je tente d'y répondre les quarante-cinq premières années de mon existence.

– Une question d’ordre spirituelle et/ou philosophique : *Que suis-je devenu ?* Cette question devient existentielle.

C’est un peu comme si pendant les premières décennies de ma vie, je bâtissais une muraille, bien construite, en pierres de taille et qu’ensuite, je me rende compte que je veux désormais construire la ville qui se situe à l’intérieur de la muraille.

Le barrage et les blessures de l’identité

La construction des murailles extérieures puis de la ville intérieure est parfois rendue plus difficile à cause des blessures dont nous avons été victimes. Une autre image nous permettra de comprendre les difficultés que nous affrontons lorsque nous voulons être nous-mêmes. C’est celle d’un barrage placé sur le cours d’une rivière ; il ne tarit pas la source, mais il crée une retenue susceptible d’assécher le lit de la rivière en aval. Dans cette image, le barrage représente toutes les difficultés et toutes les blessures que nos proches (parents, famille, éducateurs) ont infligées par leurs paroles et leurs gestes à notre vie d’enfant ou d’adolescent. Blessures qui comme un barrage ont eu pour conséquence d’arrêter le cours normal de notre croissance, affective, psychologique, relationnelle.

Ce barrage a grandi en hauteur et en largeur au fur et à mesure que notre personnalité se construisait. De ce fait, il nous a empêchés de nous développer de manière normale dans plusieurs domaines. Plus le barrage se met tôt en place sur notre parcours, plus il a d’impact dans notre existence. En fait, une personne a l’âge psychique de son barrage, de ses blessures. Ainsi, si elle a été abandonnée à cinq ans, elle reste bloquée émotionnellement à cet âge. Le biologique continue son chemin,

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

pour relever un défi ; il sait qui est l'ennemi, il se sait plus inventif que Goliath. Ce dernier est mal positionné, il se croit supérieur, mais en fait il n'a pas conscience de la situation face à David qu'il a sous-estimé. Cela lui coûtera la victoire.

On estime qu'un besoin doit être satisfait à soixante-dix ou quatre-vingts pour cent, pour qu'il ne devienne pas une frustration castratrice.

Des passages bibliques mal compris qui freinent l'individuation
Dans un contexte chrétien, nombre de versets bibliques mal interprétés gênent cette compréhension de notre construction identitaire.

1. Honorer ses parents et le droit d'inventaire

Un élément important dans la construction identitaire est d'avoir la possibilité d'exercer un droit d'inventaire envers son père, sa mère. Mais souvent, nous nous l'interdisons à cause d'une mauvaise compréhension du cinquième commandement du Décalogue : « Honore ton père et ta mère afin de jouir d'une longue vie dans le pays que l'Éternel ton Dieu te donne. » (Exode 20,12²⁰)

Observons tout d'abord qu'il est question du père et de la mère comme de deux individus, considérés chacun à part entière. La Bible ne parle pas d'une entité « parents », englobant les deux sans distinction. Il n'est pas question d'honorer ses parents, mais « son père » et « sa mère » (Lévitique 19,3 ; Genèse 2,24). Ce qui importe, c'est le rapport que la personne entretient, en tant qu'individu, avec chacun des deux. Parler de « mes parents » n'est pas la même chose que de dire « mon père », « ma mère ».

La principale difficulté de ce verset vient de la confusion, trop

souvent entretenue, entre « honorer son père et sa mère » et les vénérer. Or le terme hébreu employé pour honorer, *kabèd* a pour sens littéral « donner du poids ». Pour l'hébreu, l'honneur désigne donc la valeur réelle de quelque chose, estimé à son vrai poids. Le respect, précisent les philosophes juifs Ouaknin et Sibony, c'est « le poids accordé²¹ ». Dans cette phrase, cela signifie qu'honorer son père, sa mère, c'est reconnaître le juste poids de l'éducation reçue, c'est-à-dire faire une évaluation critique et reconnaître ce qui a été bon, moins bon, voire clairement mauvais.

Nous nous heurtons malheureusement à un tabou qui a perduré pendant des siècles : les parents interdisaient aux enfants ce droit d'inventaire sur ce qu'ils avaient reçu. Les descendants étaient enfermés dans le silence à ce sujet.

On pourrait l'appeler le complexe de Noé : Noé s'enivre (Genèse 9,21), son fils le voit nu et Noé prononce une malédiction pour cette indiscretion. De même les adultes ont interdit à leur progéniture de « les mettre à nu », de porter un regard sur ce qu'ils leur ont transmis et sur leur façon de le faire, développant le tabou du droit d'inventaire. Cet interdit s'accompagne d'une menace : Si quelqu'un « regarde » ses parents et qu'il les voit « nus », la malédiction tombera sur lui. Mieux vaut alors pour cette personne tirer un voile sur ce passé.

Pourtant, cet inventaire est une nécessité ! Notons que c'est le premier commandement auquel est attachée une promesse. Si la personne est capable de porter un regard critique, c'est-à-dire d'évaluer le positif et le négatif, ce qu'elle a reçu de son père et de sa mère, et d'en voir les conséquences, alors ses jours seront prolongés sur terre²².

2. « Si quelqu'un est uni au Christ, il est une nouvelle

création/nouvelle créature ; ce qui est ancien a disparu, une réalité nouvelle est là. » (2 Corinthiens 5,17)

Ce verset est parfois compris comme si, lors de notre conversion, notre passé s'effaçait, disparaissait. Cette « fausse croyance » rend suspect le fait de s'y référer pour guérir de certaines blessures. Or pour exprimer la notion de « nouveau », le grec dispose de deux termes :

- *Neos* pour ce qui est nouveau dans son existence même. Pensons en français au mot « néologisme », on invente un mot qui avant n'existait pas. Quelque chose n'existe pas du tout, puis cela apparaît ou cela est créé.
- *Kainos* lorsqu'il s'agit de décrire un nouvel aspect d'une chose existant déjà, une nouveauté qualitative. Par exemple je vais chez le coiffeur, j'en ressors avec une nouvelle coupe de cheveux : c'est la même tête, les mêmes cheveux, mais quelque chose a changé, ma coiffure est nouvelle.

Or il est très intéressant de voir que dans le Nouveau Testament, lorsque les vérités de la vie spirituelle sont décrites, c'est ce terme *kainos* qui revient le plus souvent et pas *neos*. Ainsi, « cette coupe est la nouvelle alliance en mon sang, qui est répandu pour vous » (Luc 22,20) ou « je vous ai donné un commandement nouveau », il s'agit du terme *kainos* ! L'œuvre de Jésus est un prolongement, l'accomplissement de ce qui l'a précédé, il n'invente pas *ex nihilo* une nouvelle religion. De même le chrétien, en se convertissant, devient une « nouvelle créature », reçoit un « nouveau nom » ou doit « revêtir l'être nouveau », c'est *kainos* qui est employé dans tous ces passages (2 Corinthiens 5,17 ; Apocalypse 2,17 et Éphésiens 4,24). Il ne

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

s'agissait de poussière d'étoiles. »

Le prophète Esaïe, dans un célèbre chapitre rempli de promesses, repris par Jésus au début de son ministère, annonçait :

« L'Esprit du Seigneur est sur moi, car il m'a choisi pour son service : il m'a donné pour mission d'apporter aux pauvres une bonne nouvelle et de prendre soin des désespérés ; ma mission est de proclamer aux captifs qu'ils seront libres désormais et de dire aux prisonniers que leurs cachots vont s'ouvrir ; ma mission est d'annoncer l'année où le Seigneur manifesterà sa faveur à son peuple... J'ai mission de remplacer les marques de leur tristesse par autant de marques de joie : la *cendre* sur leur tête sera remplacée par un splendide *turban*. » (Ésaïe 61,1-3 et Luc 4,18)

Le splendide turban dont il est question ici, parfois aussi traduit « le diadème », est un bel habit qui accompagne de grandes réjouissances comme un mariage. Or en hébreu il y a un jeu de mots entre le mot « cendre » אפר et le mot « diadème » קטורת : ces mots ont exactement les mêmes trois lettres, mais placées dans un ordre différent ! Le cheminement de notre vie, articulant ressemblant et différent, peut transformer les cendres, symbole du deuil et de la tristesse, en diadème, symbole de vie.

Cette différence d'avec Dieu a une autre conséquence : une meilleure compréhension de qui est Dieu le Père. La raison pour laquelle nous appelons Dieu « père » et non « mère » n'est pas dû au fait qu'il soit mâle ou masculin, mais c'est parce que nous sommes *créés* par lui et non *engendrés*.

Il y a une rupture nécessaire de substance entre l'humain et Dieu, aucun lien de nature entre les deux. Si la maternité est naturelle, la paternité est culturelle. Ce qui qualifie la paternité, c'est l'adoption de l'enfant par le père. Si notre Dieu était mère, ce serait une théologie maternelle, fusionnelle, entre la créature

et le créateur. Si Dieu est père, c'est pour favoriser une théologie d'adoption. Le Père garde toujours une certaine transcendance²⁷.

2. La différence/ressemblance entre l'être humain et l'animal

Il est frappant que l'être humain ait 98 % d'ADN en commun avec le chimpanzé ! Nous avons en effet de nombreuses ressemblances avec le règne animal. Nous avons une même origine et une même manière de finir : la poussière. Comme le rappelle le sage de l'Ecclésiaste : « Le sort final de l'être humain est le même que celui de la bête. Un souffle de vie identique anime les humains et les bêtes, les uns comme les autres doivent mourir. » (Ecclésiaste 3,19) Nous avons reçu une même alimentation : le monde végétal (Genèse 1,29 et 1,30 ; ce n'est qu'après le déluge que l'humanité reçoit le droit de manger de la viande : Genèse 9,3). Dieu nous a donné le même ordre : « Soyez féconds, multipliez-vous. » (Genèse 1,22 et 28) Plusieurs lois visent à les protéger : le sabbat vaut aussi pour le bœuf (Exode 23,12) et une attitude de bienveillance est prescrite à leur égard : il fallait même leur venir en aide s'ils étaient blessés, même le jour du sabbat. Les animaux comme les êtres humains reçoivent la bénédiction de Dieu. En fait la toute première bénédiction dans la Bible est pour les animaux (Genèse 1,22).

Ces nombreuses ressemblances ne doivent pas occulter les différences²⁸. Seul l'humain est à l'image/ressemblance de Dieu, ayant reçu « une haleine/un souffle de vie » (Genèse 2,7) venant de Dieu lui-même, le distinguant des autres êtres vivants. À la création de l'homme et de la femme, la formule récurrente « chacun selon leur espèce » qui émaille le récit de la création

n'apparaît pas : il n'y a qu'une seule espèce humaine, ce qui veut dire, et nous l'avons déjà souligné, qu'il n'existe pas différentes races humaines. En revanche, il y a plusieurs espèces pour les animaux. En outre, l'animal ne parvient pas à être un vis-à-vis (*ezer kenegdo*) pour l'être humain. Quand Dieu part en quête d'un vis-à-vis pour l'homme, il lui présente d'abord les animaux. Mais non, l'animal n'est pas capable d'être ce vis-à-vis, ce semblable. C'est à l'homme et à la femme qu'a été donnée la vocation de garder, cultiver, protéger, terre et animaux. L'être humain est celui qui nomme les animaux, pas l'inverse.

Le fait qu'il y ait à la fois de la ressemblance et de la différence entre les animaux et l'humanité se voit dans l'emploi du verbe « modela/façonna » : ce même verbe se retrouve en Genèse 2,7 et 2,19 pour la création à la fois des humains et des animaux... mais l'orthographe en hébreu est différente d'une lettre :

- pour l'être humain il y a deux fois la lettre *yod* יוּי ;
- pour les animaux un seul *yod* יוּ.

Cette lettre *yod* (la plus petite en hébreu, comme le *iota* grec) est à l'image des 2 % qui nous séparent de l'animal : pas grand-chose, une toute petite lettre, mais une différence essentielle. Cette proximité avec l'animal permet de rappeler à l'être humain à la fois son potentiel et ses limites.

3. La ressemblance/différence entre la femme et l'homme

D'après le texte biblique de la Genèse, deux ressemblances principales existent entre la femme et l'homme :

- Homme et femme sont tous deux créés à l'image de Dieu, à

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Le rôle de l'Évangile

Les chrétiens partagent, entre eux, un grand nombre de ressemblances : être aimé de Dieu, sauvé, appelé à son service, être frères et sœurs en Christ... mais cela ne gomme pas leurs différences, leurs spécificités, par exemple culturelles. Le message de l'Évangile n'est pas là pour gommer l'importance de ces facteurs, mais pour les articuler. En fait, nous sommes différents par nos racines et ressemblants par l'Évangile.

Ainsi quand Paul se présente (Actes 21,39 à 22,3), il évoque à la fois en quoi il est différent des autres croyants (Juif, romain, né à Tarse, élève de Gamaliel), mais aussi en quoi il ressemble à tous les autres, par sa conversion, son salut, son espérance. Paul ose affirmer ses racines, sa conversion ne les a pas fait disparaître. Nous retrouvons cette articulation dans son image du corps humain pour parler de l'Église : nous sommes membres d'un même corps, mais tous différents. De ce fait, le chrétien ne nie pas ses racines, mais les met en cohérence. C'est d'ailleurs un des sens du mot hébreu pour vérité. Dans la Bible, la vérité n'est pas un concept abstrait, elle est liée à la fidélité, la solidité de Dieu (les autres sens de ce mot vérité), bref, sa cohérence. Dans la Bible, marcher dans la vérité renvoie à une cohérence des multiples facettes de mon identité.

Rappelons-nous que dans l'Apocalypse participent à la résurrection des personnes de « toute nation, toute langue, tout peuple » (Apocalypse 5,9 et 14,16). L'Évangile rassemble, solidifie ; ainsi, il met ensemble les différentes parties de moi-même, sans avoir besoin de m'amputer. D'ailleurs un « individu », comme le souligne l'étymologie, c'est quelqu'un d'indivise, qui n'est pas divisé. Cela rappelle le commentaire de Denys l'Aréopagite, Père de l'Église, sur la prière de Jésus « Je prie afin qu'ils soient un » (Jean 17,21) : selon lui, cette prière

peut aussi signifier « qu'ils soient unifiés en eux-mêmes ».

On confond trop souvent unité et uniformité. Souvenons-nous que même quand Dieu se présente comme « un » dans la Bible (comme en Deutéronome 6 « Écoute Israël, le Seigneur ton Dieu est un ») l'adjectif hébreu employé *erad* connote un pluriel, il implique une unité formée de différentes parties. L'unité n'est pas l'uniformité, mais la diversité réconciliée.

Un personnage de la Bible a longtemps connu cette division, cette tension en lui-même avant d'être réunifié, de vivre comme un véritable individu, indivise, c'est Moïse. Son questionnement dans sa recherche de lui-même sur son identité est le suivant : à qui vais-je ressembler, de qui vais-je être différent ?

Moïse : Hébreu ou Égyptien ?

Les choses partent mal pour Moïse, car il est né garçon esclave hébreu en Égypte dans un contexte de mise à mort des enfants mâles hébreux ! Lorsque Jokébed, sa mère, se voit enceinte pour la troisième fois, imaginez ses sentiments ! Connaissant l'ordre de Pharaon, ses parents ont sans doute déjà dû espérer une fille. Mais non, c'est un garçon. Les effets de l'angoisse de la mère pendant la grossesse sur l'enfant à naître sont aujourd'hui bien connus.

À sa naissance, Moïse reste caché plusieurs mois dans la clandestinité (Exode 2,2). Il ne reçoit pas encore de nom, il a peut-être même dû penser que son prénom était le mot « chut » ou « tais-toi », ces paroles répétées tant de fois ! En fait il reste sans nom jusqu'au moment où sa famille l'abandonne. C'est au moment de cet abandon qu'il reçoit son nom.

Abandonné, il est recueilli par la princesse. Cela signifie un déchirement émotionnel, une nouvelle langue, un tout nouvel environnement. Certes, sa mère lui sert quelque temps de nourrice, mais cela ne fait que nourrir l'antagonisme en lui : est-il égyptien ou hébreu ? La tradition juive rapporte que si pendant le jour, Moïse apprend les noms des dieux égyptiens, ressemblant à des animaux, le soir dans son berceau, il se rappelle les chants de sa mère sur un Dieu unique, le seul Dieu, qui est

partout, mais que nous ne voyons pas³⁵.

Ce tiraillement, ce déchirement intérieur est visible dans son bégaiement (Exode 4,10) et dans son nom même, Moïse :

- En hébreu, son nom veut dire « sauvé des eaux », ce qui lui rappelle la douleur de la séparation familiale et son origine hébraïque.
- En égyptien, à la cour du pharaon, là où il vit, Moïse signifie « fils de », le suffixe mses (ou mès) comme dans Ra-mses signifiant « fils de Ra ». Ce nom le renvoie à son statut de fils de la princesse. Mais il laisse une place vide dans son nom même : de quel dieu est-il le fils ? Un vide demeure donc en lui. Quand Moïse entend son nom, celui-ci porte l'ambiguïté même de son identité. Est-il Moïse l'Égyptien ou Moïse l'Hébreu³⁶ ?

Une des conséquences de ce tiraillement se voit au premier acte qui nous soit rapporté de lui à quarante ans, symboliquement ici l'âge de l'émergence du Sujet adulte : sa prise de position devant un conflit qui met en jeu un Égyptien et un Hébreu. Cela se termine par le meurtre de l'Égyptien. Moïse projette sur ce qu'il voit le conflit qu'il ressent à l'intérieur de lui-même : ses sentiments d'abandon, de haine, de colère, de frustration, son immense souffrance, si longtemps refoulés remontent en un instant à la surface.

Certainement, en tuant l'Égyptien, il pense tuer la part égyptienne en lui. Mais le lendemain, il prend parti dans un conflit entre deux Hébreux, qui lui font comprendre qu'il n'est pas un des leurs ! Il s'enfuit alors, et dans son exil, on l'appelle « l'Égyptien » (Exode 2,19) ; il épouse Séfora, une étrangère ni hébraïque ni égyptienne. Il faut attendre le buisson ardent, quarante ans plus tard, pour qu'il progresse dans sa quête identitaire (Exode 3,11). Alors que Dieu se révèle à lui, la première question de Moïse devant Dieu, c'est « qui suis-je ? » Plusieurs choses se jouent lors de cette rencontre :

– Dieu se présente à Moïse comme « le Dieu de ses pères », l'inscrivant clairement dans une histoire ; ainsi Dieu lui donne une ressemblance.

– Mais Dieu se sert aussi de sa part égyptienne (son identité de prince,

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

sexuelles. On a découvert que le trauma laisse des traces dans l'ADN, dans les gènes et a un fort impact sur le cerveau. Certaines thérapies comme l'EMDR (en français Intégration neuro-émotionnelle par les mouvements oculaires) sont capables d'aider le cerveau à se désensibiliser, à se reprogrammer : on parle de « retraitement du trauma⁴⁸ ». Cette thérapie « débloque » les mémoires et les émotions négatives stockées dans le système nerveux, puis elle aide le cerveau à retraiter l'expérience pour qu'elle soit « digérée ».

Rappelons que dans la Bible, si le mot « cerveau » n'apparaît pas, c'est en fait le mot « cœur » qui prend sa place. En effet, alors qu'en français, le cœur est le siège des émotions (« avoir le cœur gros », « si le cœur vous en dit »), en revanche dans le langage biblique, le cœur a un sens beaucoup plus large. Dans la Bible, ce mot désigne toute la personnalité consciente de l'être humain, le centre décisif de son être intérieur, sa vie spirituelle et intellectuelle, le lieu de ses croyances et toutes ses facultés intellectuelles. Certes, il désigne parfois les sentiments, mais plus généralement, il signifie l'intelligence, la raison, la volonté, la mémoire, en bref le cerveau⁴⁹. Ainsi lorsque Marie « repasse en son cœur » les événements liés à son fils Jésus, ce n'est pas le sentimentalisme d'une mère éplorée, mais l'activation de sa mémoire, de sa raison et de son intelligence (Luc 2,51). Lorsque Dieu dit qu'il « connaît nos cœurs » (Luc 16,15), il veut dire qu'il connaît nos souffrances, nos pensées, nos souvenirs, tout ce qui est relié à notre cerveau.

2. Le tempérament

Ce terme désigne l'ensemble des caractéristiques physiologiques d'un individu qui agissent sur son caractère, c'est-à-dire sur sa

manière de réagir à l'environnement ou d'être en relation. Il ne s'agit pas du tout de l'ancienne classification dite des quatre tempéraments, comme « colérique » ou « sanguin », que l'on entendait parfois et qui n'a aucun fondement scientifique.

En fait, plusieurs caractéristiques sont présentes dès la naissance et ne changent pas. Chaque personne doit comprendre que son identité doit beaucoup à ces traits innés et à la réaction de ses parents et de son entourage face à eux. L'essentiel ici est de ne pas se culpabiliser au sujet de ces traits qui sont autant de différences et de potentialités. L'éducation devrait permettre à l'enfant de bien vivre avec son tempérament, ses spécificités, pour lui permettre un bon épanouissement. Nier ces différences, ces traits de caractère ou les percevoir comme négatifs laisse toujours des traces douloureuses à l'âge adulte.

Selon les travaux d'un psychiatre et généticien américain Claude Robert Cloninger⁵⁰, voici ce qui semble constituer les traits innés dans le tempérament :

– Le niveau d'activité. Il s'agit du degré d'activité motrice qu'un enfant possède et qui détermine s'il est passif ou actif. Il y a des gens rapides, d'autres lents. Les mêmes parents peuvent avoir deux enfants, l'un très calme, l'autre débordant d'énergie, courant partout. Déjà dans leur ventre, les mamans sentent que certains bébés remuent davantage.

– Le rapport au temps, la régularité ou l'irrégularité : il s'agit de la possibilité de prévoir les rythmes, comme les heures d'alimentation, le cycle de sommeil : comment a été perçu le fait que telle personne se couche tôt ou se lève tard ? Les parents répètent-ils à leur enfant qui a besoin de plus de sommeil et qui se lève plus tard, que « le monde appartient à ceux qui se lèvent tôt » ? Il serait plus profitable d'accompagner la personne à s'adapter à la culture en fonction de son propre rapport au temps

que de dénigrer ou culpabiliser cette personne. Même dans l'Église, il semble plus spirituel de prier le matin... Que faire si la personne est plutôt « du soir » ? Lorsque nous lisons les psaumes, nous voyons des louanges dès l'aurore ou en plein cœur de la nuit ! Bien des images négatives de soi seraient ainsi évitées par la compréhension de cette différence.

– La faculté de réaction à un nouveau stimulus, tels un nouvel aliment ou un nouveau jouet. De combien de temps l'enfant a-t-il besoin pour s'intéresser à une chose nouvelle, à un nouvel espace ? Comment cette curiosité, ou ce manque de curiosité, d'initiative chez l'enfant ont-ils été perçus par son environnement ?

– La faculté d'adaptation est la rapidité et la facilité à modifier une conduite présente face au changement d'une structure de l'environnement. Par exemple, quel comportement l'enfant adopte-t-il lorsque ses parents le confient aux voisins ? Il explore partout, se sent comme chez lui, ou il reste dans un coin sans trop bouger ? Comment s'adapte-t-on à un milieu dans lequel les choses ont été changées ? Par exemple, le changement dans le placement des chaises à l'Église pour les fidèles : certains ne le remarqueront même pas, d'autres seront très gênés pendant plusieurs semaines !

– L'émotivité est la quantité d'énergie utilisée pour exprimer ses humeurs, ses émotions. Chaque enfant, et c'est inné, est plus ou moins expressif, plus ou moins impulsif face à l'expression de ses sentiments.

– Le seuil de sensibilité est la réaction face à un événement extérieur comme la joie, la douleur ou encore les choses belles.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

la création ou leur gloire personnelle. Ainsi chaque être humain a une place, une destinée dans l'humanité, comme nous l'a montré l'image de la tapisserie. Chacun devra rendre compte pour lui-même. C'est en effet *la responsabilité* et *la liberté* de chacun de gérer et de faire fructifier ses dons.

Il y a sur la terre tous les talents nécessaires. C'est ce que l'on voit dans l'image du corps employée par Paul : « Dieu a lui-même *disposé* les différentes parties du corps... » (1 Corinthiens 12 et notamment le v.24). Le verbe employé pour « disposer » est rare dans le Nouveau Testament et signifie « combiner, composer, mélanger, mêler, unir » ; au sens figuré « unifier un groupe en un seul corps composé, disposer, rassembler, combiner ». Comme le précise Robert Somerville, « ce verbe s'emploie notamment pour les couleurs dont se sert un peintre : il les mélange, les combine pour créer une harmonie⁵⁷ ». Dieu a donné les talents nécessaires et la diversité pour que l'humanité vive en harmonie. Mais parfois, on ne les fait pas fructifier ou on empêche quelqu'un d'utiliser son don. Pensons aux siècles d'obscurantisme pendant lesquels il a été refusé aux femmes le droit d'exercer librement leurs talents reçus de Dieu, ce qui priva l'humanité de la moitié de ses capacités !

Ajoutons que certaines personnes ne semblent pas très mobilisées pour mettre en œuvre leurs talents, pourtant nécessaires à eux-mêmes comme aux autres. Elles se résignent par fatalisme, et ainsi, risquent de passer à côté de leur vocation humaine. Essayons d'expliquer cela par des termes empruntés à l'analyse transactionnelle. Il se peut que certains aient beaucoup été enseignés, éduqués sur la soumission, et cela a nourri en eux « l'Enfant soumis » et les a conduits à accepter la situation telle qu'elle est, à se résigner ; ou encore on leur a appris que c'est « au ciel » que tout ira mieux, qu'il faut prendre son mal en

patience, porter sa croix, ou que « Dieu fera justice un jour ». Certains vont même spiritualiser cet *enfant soumis* et en faire une vertu spirituelle.

Une variante de cette démission est de sombrer dans le « Normatif », en pensant que si on obéit aux règles, si on fait ce qu'il faut, Dieu ne pourra que répondre à nos prières et envoyer des capacités, celles que nous demandons. C'est oublier que Dieu donne gratuitement, généreusement. De fait, aucun humain n'est admis dans la tour de contrôle divine et ne serait capable de nous dire ce que Dieu à tout moment pense ou va faire. Souvent, cette attitude est un prétexte pour ne pas se mobiliser en vue d'être sel de la terre et cela cultive le *statu quo*... De fait, on enterre alors ses talents.

Pourtant, comme le souligne Jacques Ellul dans son œuvre majeure *Éthique de la liberté*, en tant que chrétiens, nous avons été libérés, mais cette liberté qui nous a dégagés de ce qui nous opprimait ne peut se séparer d'une liberté engagée, impliquée.

Cela rappelle la première question que Dieu adresse à l'être humain dans l'Histoire : « Où es-tu ? », demande Dieu à Adam qui se cache après lui avoir désobéi (Genèse 3,9). La tradition juive relit cette question à chaque Nouvel An⁵⁸ et la comprend comme une interrogation existentielle posée à chacun : où es-tu, c'est à dire où en es-tu dans ta vie, dans tes projets, dans ton accomplissement ? T'es-tu réalisé, de quoi as-tu besoin pour te réaliser ? Quelle orientation vas-tu donner à ton existence, comment vas-tu utiliser tes talents, tes qualités ?

Comment connaître mes dons ?

Mieux connaître mes dons revient à mieux me connaître et donc être mieux moi-même. Voici une liste de critères pour identifier mon ou mes talents :

– Tout d’abord *le plaisir*, comme principe de motivation à pratiquer ce don. Est-ce que j’aime exercer ce talent ? C’est le début de l’épanouissement du sujet que je suis.

– Le désir *d’acquérir des connaissances supplémentaires* pour mieux l’exercer, c’est-à-dire le désir de perfectionnement, de regarder ceux qui ont le même talent que nous pour apprendre d’eux.

– *La soumission*, la vérification auprès des autres personnes possédant ce talent. Ce sont les pairs qui confirment et reconnaissent notre capacité particulière. Un musicien reconnaît un musicien, un enseignant, un autre enseignant. Si nous développons nos talents, une apparente efficacité dans un don ne suffit pas. La reconnaissance des pairs s’impose. Sinon, nous courons le risque de l’autosuggestion.

– *Les résultats* dans la réalité : les fruits vont se voir, même s’il faut quelquefois du temps pour cela.

– *La disponibilité* pratique aux autres. Il ne suffit pas de bonnes paroles, il faut le traduire en actes ! Si quelqu’un dit avoir le don d’hospitalité, mais ne reçoit jamais ou bien le don de libéralité, mais ne donne jamais rien, on peut avoir des doutes ! Il y a du plaisir à faire participer les autres à nos dons.

– *La prière* personnelle pour la mise en pratique de ce talent : pour le nourrir d’amour, le faire fructifier, trouver les lieux pour l’exercer, pour se former...

Pour le dire autrement, quand j’exprime mes talents, je me

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

que d'autres et nous avons besoin de tous les dons, ceux donnés aux chrétiens comme aux non chrétiens.

Daniel a vécu cette adaptation, tout en gardant la foi, sans se compromettre. Il nous laisse quelques pistes pour parvenir à gérer cette tension. S'adapter suppose quatre convictions fortes pour nous comme pour Daniel :

1. Savoir que Dieu règne sur le monde, sur l'Histoire et qu'il intervient par les dons faits à tous les êtres humains. Chacun peut participer à cette Histoire, par ses capacités.

2. Savoir que j'ai ma place dans ce monde, ici et maintenant. Je peux écrire mon histoire dans l'Histoire. Je suis conscient que la place que je suis appelé à occuper correspond à mes capacités. Le roi David déclarait : « Je ne recherche pas des choses trop grandes pour moi » (Psaume 131,1).

3. Être libre de tout modèle à recopier dans ma façon d'être, de faire, en servant avec mes dons. Je ne suis pas obligé d'agir comme les générations précédentes. Je veux recevoir leur héritage sans être victime de leur hérité. Cela rappelle la devise de l'évangéliste Billy Graham : « sur le roc et dans le temps. »

4. Avoir des principes et des convictions sur quelques points essentiels comme la valeur de l'humain et sa place dans la création. Cette assise me permet d'être pleinement créatif tout en préservant une assez grande sécurité personnelle et l'amour du prochain.

Vivre en Sujet me conduit à être en conflit, en tension avec deux réalités :



Il ne faut pas cesser d'être présent dans le monde à cause de mes valeurs ou à l'inverse, d'être tellement présent dans mon engagement au monde que j'en oublie mes valeurs.

Revenons à Daniel. Quand vous lisez les commentaires sur Daniel, on met souvent en avant sa non-compromission. Elle est réelle : il ne mange pas des plats sacrifiés aux idoles, il refuse les mets impurs, il continue à prier, il ne se prosterne pas devant le roi babylonien... Mais on ne parle que très peu de l'autre aspect fondamental de sa vie : son adaptation à Babylone.

Avec ses trois amis, il devient aussi instruit qu'on pouvait l'être. Il est admis à la cour, au service du roi et plus tard, il devient Premier ministre de Babylone ! Il avait un talent d'administrateur, il l'a mis au service de la réussite de Babylone. Il affirme intelligemment sa foi. Lui et ses amis s'adaptent sans se compromettre. Il est un formidable exemple pour les générations à venir après lui.

De même que les exilés de Jérusalem, en attendant le retour d'Exil, ont été invités à travailler à la paix, la prospérité de Babylone, de même nous sommes invités à œuvrer pour « la paix, le bonheur de la ville », du pays où nous avons été placés.

Dieu nous a établis sur cette terre pour une période donnée : nous y déployons tous nos efforts, notre créativité, notre énergie non seulement pour son Église, mais surtout dans la société, dans le temps où nous sommes. Et ceci, non pas parce que ce pays où nous nous trouvons serait plus merveilleux qu'un autre, mais nous œuvrons là où nous avons été placés, où nous pouvons rayonner et agir.

Martin Luther s'est battu pour qu'on arrête de penser que seuls les pasteurs servaient Dieu, avaient un ministère. La Réforme a souligné que les chrétiens servent Dieu dans le monde par toutes sortes de professions et que chaque profession, exercée en accord avec le message de l'Évangile, témoigne du Règne de Dieu qui s'approche.

Considérons un exemple qui remonte à la Révolution française. Comment les protestants ont-ils obtenu la liberté d'expression religieuse après tant d'années de persécutions ? C'est un pasteur de Nîmes, Jean-Paul Rabaut Saint-Étienne qui fit signer d'abord l'Édit de Tolérance par le roi puis, après son célèbre discours « Ce n'est pas même la tolérance que je réclame, c'est la liberté », il parvint à faire inscrire la liberté de conscience, la liberté religieuse dans la Déclaration des droits de l'Homme en 1789.

Mais comme bien souvent, il y a une petite histoire derrière la grande...

Comment ce nîmois sans relations est-il introduit à Paris, auprès du roi et devient-il ensuite député ? L'explication se trouve auprès du général Lafayette qui combat aux Amériques et qui est blessé. Il est alors soigné par un chirurgien protestant, qui vient de France, un huguenot. Et ce médecin, tout en soignant La Fayette, a le courage de lui dire : « Vous venez combattre pour la liberté des Américains face aux Anglais, mais savez-vous que dans votre propre pays, des multitudes de protestants n'ont pas la liberté ? » La Fayette l'écoute, se laisse convaincre. De retour en France, il accepte de rencontrer des protestants : ce fut la famille Rabaut Saint-Étienne de Nîmes. Sans ce médecin, qui a fait son métier de chirurgien, pas de Rabaut Saint-Étienne à Paris, et peut-être pas de liberté de conscience pour encore longtemps inscrite dans la déclaration des Droits de l'Homme pour les protestants et pour tous !

5. L'identité sexuelle

Nous sommes à la frontière de l'inné et de l'acquis. C'est la partie de notre identité la plus forte, la plus passionnelle et pulsionnelle. Bien que la notion homme/femme soit un fait biologique, l'acceptation ou le rejet de soi-même en tant qu'être féminin ou masculin sont souvent déterminés psychologiquement par les émotions et les épreuves vécues pendant l'enfance.

Pour le dire schématiquement, homme/femme, au départ c'est biologique, car nous naissons masculin ou féminin, le sexe de l'enfant étant déterminé dès la fécondation grâce à la vingt-troisième paire de chromosomes, constituée de deux chromosomes X chez la femme et d'un chromosome X et un Y chez l'homme.

Mais l'identité sexuelle, elle, est acquise, elle se construit. Ce sont essentiellement les parents, les éducateurs qui vont la déterminer. Comment mes parents ou éducateurs ont-ils accueilli le fait que je sois un garçon ou une fille ? Comment ont-ils reçu mon identité sexuelle, ma différence par rapport à ce qu'ils

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Dieu précède chacun de nous.

Mais Abraham n'est pas le seul à voir son nom changer ! On parle moins souvent du changement de nom de Sarah. Elle avait été appelée Saraï par son père Térah, ce qui signifie « ma princesse ». Comme le remarque Marie Balmory, on ne lui a pas donné un nom, on l'a attachée avec⁷¹. Elle n'existait donc pas vraiment pour elle-même, son prénom montre qu'elle vivait pour appartenir à son père puis à son mari. Elle resta d'ailleurs liée à son père même après son mariage, puisque son beau-père est aussi son père ! En effet, Abram et Saraï ont le même père, mais pas la même mère (Genèse 20,12). En plus, ce père est décédé âgé (Abraham avait déjà soixante-quinze ans), une longue période œdipienne pour Saraï !

Dieu change son nom à elle aussi (Genèse 17,15) et l'appelle Sarah, qui signifie « princesse », sans le possessif « ma ». Ce qui signifie que désormais, elle existe pour elle-même. Elle est sa propre princesse, dont l'identité est désormais en Dieu, donnée par Dieu, en lien avec Dieu : en effet le « h » qui a été rajouté dans le nom de Sarah symbolise là aussi Dieu, le nom de Dieu (YHWH) comme pour Abraham.

Et pour nous ? Peut-être que nous ne changeons pas réellement de nom, mais sur le plan symbolique, Dieu ouvre un nouvel épanouissement identitaire pour chacun de nous, que nous ne connaîtrions pas sans lui.

Les jeux

La plupart des adultes oublie souvent l'importance du jeu dans la construction identitaire. Les jeux sont un élément capital de l'acquis. Ils sont l'expression la plus forte du « Je » de l'enfant. C'est une autre façon par laquelle il se donne un sentiment d'identité propre. Le jeu engage ses capacités physiques et intellectuelles, il permet de nombreux apprentissages et développements :

- Par le jeu, l'enfant s'essaie à la vie et en apprend les règles. Il apprend, par exemple, que tout n'est pas possible, qu'il ne peut pas tout contrôler, d'où les jeux répétitifs qui le sécurisent.

- En jouant, il construit son monde inconscient. Et inversement, ce qui se passe dans son esprit détermine ses jeux qui sont son langage secret, le lieu où il règle ses problèmes sous forme symbolique : son angoisse, sa jalousie, son agressivité.
- Le jeu est aussi le lieu où il apprend le rire, le plaisir de bien fonctionner, de marcher, de dominer les choses et où il parvient au compromis entre plaisir et réalité, étape essentielle à son épanouissement.
- Lorsqu'il joue, il fait l'apprentissage des relations sociales, en se faisant amis et ennemis. D'ailleurs, plus il a de camarades de jeux, moins il a besoin de jouets.

En jouant, il développe les qualités essentielles que sont la persévérance et la volonté. Le jeu est une activité au contenu symbolique que l'enfant utilise pour résoudre (au niveau de l'inconscient) des problèmes qui lui échappent dans la réalité. Il acquiert ainsi le sentiment de contrôle de lui-même. Il n'est pas conscient de son besoin de jouer, il joue pour le plaisir, parce qu'il s'amuse. Il ne se rend pas compte que son plaisir vient de ce qu'en jouant, il peut maîtriser les situations ou les événements, alors que le reste du temps, il est « manipulé » par ses parents et par les adultes.

Si un enfant ne joue pas, il faut peut-être s'en inquiéter, c'est sans doute le signe d'une grande souffrance.

Même un enfant « normal » rencontre des problèmes existentiels. En les exprimant par le jeu, il sera capable d'affronter ses problèmes réels. Il le fait en choisissant certains

jeux, de manière inconsciente bien sûr. Donc même si nous ne les comprenons pas (les jeux semblent parfois absurdes), ils ont un sens pour lui⁷².

Les répercussions à l'âge adulte de cette dimension sont fondamentales. Le jeu est le jardin secret de l'enfant, un lieu de poésie, d'imagination, de symboles. C'est le pont entre le monde de l'inconscient et le monde du réel. Avoir joué lui permettra de mieux s'adapter aux réalités de la vie. Pour l'enfant qui n'a pas pu jouer, ces deux mondes restent séparés. Par exemple, une fois adulte, il aura tendance à fuir les réalités difficiles dans des univers d'évasion comme la drogue, le travail, l'alcool, internet, les sectes, la spiritualité déséquilibrée. En outre, le lieu où l'enfant s'amuse est significatif pour son avenir. S'il entend sans cesse « va dehors, ne reste pas dans la maison », lorsqu'il sera adolescent, il rejoindra « dehors » des copains et fuira la maison. Devenu adulte, il ne s'amusera vraiment que s'il « sort ».

Précisons qu'à l'âge adulte, le jeu reste aussi un lieu où se manifeste notre identité. Le jeu prend alors différentes formes : l'humour, les activités sportives, les jeux de société, le théâtre, etc.

Les rôles psychologiques

Dans sa famille ou à l'école, l'enfant répète les rôles qu'il jouera à l'âge adulte. Certains enfants adoptent un rôle de bouc émissaire, de clown, de contestataire, de raté, de surdoué, de malade, ils trouvent ainsi leur place dans la famille et permettent souvent à celle-ci de rester en équilibre. Mais ce rôle risque d'étouffer leur vraie personnalité, leurs émotions, leurs besoins. Très jeune, l'enfant peut aussi déjà se montrer Victime,

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

V

La dimension sociétale de l'identité

Présentation

Notre identité personnelle est influencée par le milieu sociétal et culturel dans lequel nous évoluons. Les groupes, les sociétés possèdent bien une identité collective et elle vient façonner notre propre identité. Comme l'a théorisé le mathématicien Gödel : « la périphérie influence le centre. »

C'est pourquoi une meilleure connaissance des caractéristiques de notre culture et surtout de son évolution permet de comprendre certaines pathologies, ou certains dysfonctionnements personnels. On parle même depuis Jung d'« inconscient collectif ». Georges Devereux, l'inventeur de l'ethnopsychanalyse, définit à la suite de Jung (tout en s'en démarquant toutefois) un inconscient « ethnique », à savoir cette part d'inconscient total que chacun possède en commun avec la plupart des membres de sa culture⁷⁷.

On trouve dans la Bible un encouragement à la pratique de cette approche sociologique (même si le mot ne s'y trouve évidemment pas !) en particulier en 1 Chroniques 12,33 : parmi les hommes qui viennent reconnaître David comme roi et qui se rendent disponibles pour lui, il y a des guerriers et... des « sociologues » ! Le texte hébreu dit : « de la tribu d'Issakar, des hommes sachant tous discerner quand et comment les israélites devaient agir. » Ces personnes sachant « discerner les temps » ne sont pas les prophètes, mentionnés ailleurs, mais des personnes

possédant une fine perception de leur époque, une compréhension de la culture, de ses spécificités, le sens de l'opportunité et la capacité d'analyser les situations pour éclairer l'action et répondre aux besoins de leurs contemporains.

Nous sommes des enfants de notre temps. Aussi, la question n'est pas de savoir si nous le sommes, mais plutôt comment nous le sommes. Dans quel temps vivons-nous ? Quelles sont les caractéristiques de notre société⁷⁸ ? Pour le découvrir, les chrétiens doivent se tenir informés de la marche du monde, par des analyses des tendances et des mutations sociétales. Dans ce sens, le théologien Karl Barth encourageait chaque chrétien à avoir la Bible dans une main, le journal dans une autre... la Bible pour savoir que Dieu aime l'humanité et le journal pour savoir quel genre d'humanité Dieu aime.

Aujourd'hui le temps dans lequel nous vivons est celui du Sujet et de son individuation. Les sociologues comme Alain Touraine appellent cela « la sociologie du Sujet », le fait que l'être humain est placé au cœur de toute réalité. Certains en ont peur, confondant individuation et individualisme. Or cette émergence du Sujet fait écho à ce qui se trouve dans la Bible. Alors que dans l'Ancien Testament, la place de l'individu est intimement liée à son rôle dans la famille, avec la venue de Jésus, l'individu, tout en maintenant ses appartenances, est valorisé comme entité personnelle unique. C'est ce que montrent par exemple l'appel personnel de Jésus à chaque disciple, comme aussi la résurrection personnelle⁷⁹. Cette émergence du Sujet, phénomène éminemment positif, fut malheureusement supplanté par sa caricature (ou maladie infantile) : l'individualisme, l'égoïsme exacerbé.

Pour ne pas tomber dans ce travers individualiste, les femmes et les hommes doivent apprendre que lorsque les droits

remplacent les devoirs, les responsabilités propres à chacun doivent accompagner ces nouveaux droits⁸⁰. La quête de droits ne suffit pas en elle-même alors que beaucoup de nos contemporains pensent trouver leur identité dans les domaines suivants :

– J’ai droit à plus de prospérité (physique, matérielle, psychologique, spirituelle).

– J’ai droit à plus de savoirs (intellectuel, savoir-faire, savoirs spirituels).

– J’ai droit à plus de liberté (individuelle, relationnelle, éthique).

Ces trois dimensions touchent au faire et ne nourrissent pas l’être. L’individu moderne ne peut donc pas vraiment trouver la réponse à sa quête identitaire dans la quête de ces trois droits. Elles n’ont que l’apparence d’une réponse. Ce n’est pas suffisant. La prise de conscience d’être Sujet s’accompagne d’une prise de conscience de son époque, de sa place, de ses dons.

Ajoutons un autre élément important de cette identité sociétale : l’importance de s’inscrire dans un récit. En ces temps de globalisation et de mondialisation, nous avons besoin de prendre conscience de manière nouvelle de nos racines et plus précisément de nous inscrire dans un récit à la fois personnel, global et pluriel. Un récit « historique » nous disant que l’humanité, que chaque personne dans l’humanité a un passé commun et personnel. Un récit qui ne fait pas l’impasse sur les grandes parenthèses violentes de l’histoire pour ne considérer que les époques de tolérance et de progrès. Un récit qui nous

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Un exemple : le couple antillais ⁸⁸

On trouve un exemple de l'influence de la culture sur l'individu et sur sa manière de vivre dans l'impact de la société matrifocale antillaise sur les couples antillais (Guadeloupe, Martinique et diaspora).

La société antillaise s'organise autour de la figure maternelle, mise sur un piédestal, quasi déifiée, exerçant une forte emprise sur ses enfants, même devenus adultes, contrôlant leur vie psychique. Cela se résume dans l'expression « mère potomitan », c'est-à-dire autour de laquelle tout s'organise et s'appuie.

Cela entraîne des conséquences négatives très fortes sur la vie des couples, car la figure de la mère, surtout pour les fils qui deviennent maris, reste très présente, par exemple au cœur des choix que le couple fait ; cela complique le processus d'attachement et la création du lien entre les conjoints. C'est une plainte très courante des épouses d'Antillais : l'omniprésence de la mère du mari, et le fait que son confort à elle, ses besoins sont prioritaires sur ceux de sa compagne. Cela peut même conduire à cette situation extrême, mais courante : l'homme continue d'habiter chez sa mère, il ne quitte pas le domicile tout en développant une relation avec une femme voire plusieurs femmes dont il aura des enfants... !

Du côté de l'épouse antillaise, cet attachement à la mère complique aussi le lien conjugal, car elle subit la pression culturelle qui l'enjoint de s'occuper de sa propre mère. Elle est alors poussée à se dévouer sans limites et à se sacrifier : « Que deviendra-t-elle sans moi ? » Cela s'apparente à un phénomène de parentification, lorsque les enfants deviennent les parents de leurs parents.

L'autre obstacle à cet attachement amoureux est le fait qu'aux

Antilles, tout s'organise autour de la famille ; le couple n'est qu'un moyen d'accéder à la famille qui le dépasse en valeur. Il faut noter toutefois un certain paradoxe : d'un côté, la pression est forte pour que les gens se marient et le jour du mariage reste une immense fête, et, en même temps, on accorde peu de valeur en soi au couple, on se moque même des amoureux, ce qui ne facilite pas la création du lien.

Lorsque les gens se marient et veulent s'attacher l'un à l'autre, la famille leur reproche de les « abandonner ». Cela crée un conflit de loyauté, une injonction paradoxale qui débouche sur un nombre élevé d'infidélités conjugales. Cela conduit aussi au phénomène suivant : préférer créer une famille plutôt qu'un couple, d'où un nombre important de mères célibataires. Le seul amour légitime, réel est celui de la mère, les autres amours sont tolérés, mais pas considérés comme légitimes. L'enfant ayant été aimé, il a contracté une « dette » envers sa mère et doit prendre soin d'elle à l'âge adulte. Elle s'est sacrifiée pour lui et il doit le lui rendre, favoriser son bien être... au péril de son couple.

Un discours accompagne ces attitudes : « Méfie-toi de l'étranger, de celui qui n'est pas comme toi, pas de cette culture : en fait il n'a pas d'intention bienveillante, il n'est pas capable de t'apporter le bonheur, c'est seulement une pièce rapportée (à qui on ne donne donc pas de place), il te trahira et seule ta famille compte et sur ta famille seule, tu peux compter. »

Dans ce contexte, l'impératif biblique et psychologiquement très sain de « quitter son père et sa mère » n'est pas mis en œuvre. Lorsque ce couple s'installe ailleurs (souvent en métropole), cette expatriation repose la question identitaire aux deux conjoints : le couple met en place une nouvelle solidarité pour faire face à la réalité de l'expatriation, ils créent entre eux un lien fort avec du dialogue au sein du couple, de l'écoute, des

attentions... Mais lorsque le couple revient aux Antilles, tout ce qui a été construit se délite : l'époux retrouve ses postures culturelles, même après des années de vie d'expatrié ! Sous la pression de l'entourage, de la fratrie, des amis qui incitent le conjoint à changer sa façon d'être en couple, il s'éloigne de sa partenaire, il sort sans elle, cesse de la consulter. En revenant aux Antilles, beaucoup se rendent alors compte que la proximité construite n'était pas un changement profond, mais une simple adaptation. D'où de nombreuses séparations conjugales. Il est fréquent que chacun retourne dans sa propre famille, chez sa mère, même à un âge avancé. On aura aussi tendance à ne pas refaire sa vie, à ne pas tenter à nouveau la vie de couple. « C'est vrai, la famille est la seule entité fiable pour moi... », se dit alors le conjoint. Certains vont donc refuser le retour aux Antilles ou vont choisir un époux qui ne soit pas antillais. Ceux qui résistent finissent par perdre leurs liens d'amitié, mais ils ont sauvé leur couple.

Comment expliquer ces caractéristiques culturelles ? Une des pistes serait de considérer cette matrifocalité comme une conséquence de l'esclavage et des dispositions du « Code noir » (articles 8, 12, 14 et 44) : ce texte juridique précisant la condition des esclaves noirs (promulgué en 1685 et appliqué jusqu'à l'abolition de l'esclavage en 1848) a organisé l'ensemble de la structure familiale antillaise autour de la mère : les esclaves sont considérés comme « des êtres meubles », le propriétaire en dispose, le mariage entre esclaves n'est possible qu'avec l'accord du maître et le lien conjugal demeure précaire, car l'un des deux peut à tout moment être vendu ; les enfants nés appartiennent au maître de la femme esclave et non à celui du mari. Aucun esclave n'a le droit de porter un nom propre, il ne porte qu'un prénom. Les hommes ne peuvent avoir de compagnes attitrées, on parle d'un « processus de déliaison » :

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

construite de Dieu, du monde, de l'histoire et de l'humanité, vont accéder à cette dernière étape, celle d'une personne qui dépasse son propre cadre personnel pour adhérer et vivre des valeurs dites « universalisantes », communes à toute l'humanité.

Ces personnes portent une vision, un rêve ; ils sont souvent conscients qu'il s'agit d'une utopie, mais ils sont prêts à mourir pour cette cause. La plupart du temps ils sont peu ou pas compris, mais leur pensée, leurs idées, leur message trouvent un écho favorable dans le cœur des autres.

Pour citer quelques personnalités du monde chrétien appartenant sans doute à cette catégorie, outre bien entendu Jésus-Christ et l'apôtre Paul, nous pourrions nommer aussi François d'Assise, Martin Luther King, l'abbé Pierre, Florence Nightingale, Catherine Booth, Blanche Peyron...

La croissance spirituelle ressemble à celle d'un enfant. Personne ne peut accélérer l'accroissement de son fils ou de sa fille : même en essayant de lui étirer les bras chaque matin, il ne gagnera pas un seul centimètre. La croissance est un phénomène naturel, que nous n'avons pas à produire, elle s'alimente d'elle-même. Notre rôle consiste à diminuer les obstacles, à libérer les automatismes de croissance. En effet, si l'on ne peut accélérer la vie, il est possible en revanche de la minimiser fortement, voire de la stopper ou même de la tuer. Il en est de même pour le processus de maturation spirituelle. Si le chrétien accepte de vivre les défis inhérents à chaque étape, de traverser les crises de croissance, il avancera vers une foi adulte, une identité qui intégrera toutes les dimensions de sa personnalité.

« Qu'est-ce que l'Homme ? », selon les Écritures

Pour mieux comprendre mon identité spirituelle, je dois comprendre le sens des termes que la Bible emploie pour parler

de l'être humain. Dans les Écritures, on parle de l'être humain avec une terminologie variée :

- Le « moi »

C'est l'humain dans sa totalité, esprit, cœur, corps, âme, tout ce qui fait que je suis qui je suis. Certains pensent que le « moi » doit être brisé, éteint, détruit. Or notre moi vient de Dieu. C'est le principe agissant en nous qui doit changer. Nous n'avons pas à renoncer à nos désirs, nos besoins, nos sentiments, mais à les orienter d'une manière nouvelle. Même John Wesley, qui insistait tant sur la sanctification, rappelait que « l'amour de soi n'est pas un péché, c'est un indiscutable devoir ». En terminologie biblique, ce moi est souvent rendu par « l'âme » qui correspond à notre moi, avec une nuance d'intériorité.

- La « chair » (en hébreu *basar*/ en grec *sarx*)

Ce terme est employé à la fois pour désigner le corps tout entier, comme une enveloppe, notre aspect extérieur, notre condition de créature, ou l'humanité (« toute chair ») ou comme synonyme de la personnalité voire de la parenté, mais aussi, ce qu'on en retient plus volontiers : le principe de péché en nous, une orientation, vivre « selon la chair ». Ce terme a donc des sens variés et selon les passages, il faudra discerner de quoi il s'agit, sans considérer forcément ce mot de « chair » de manière négative.

Rappelons-nous que l'opposition chair/esprit n'est pas l'opposition corps/âme. Dans la Bible, la chair n'est pas intrinsèquement mauvaise, d'ailleurs la chair a été créée par

Dieu et assumée par le Fils incarné « qui s'est fait chair » (Jean 1,14).

- Le vieil homme

C'est l'être humain que nous étions avant de nous convertir, nommé dans certaines traductions bibliques « le vieil homme » ; il cesse d'exister à ma conversion, il a été mis à mort avec le Christ sur la croix (Romains 6,6). Il ne faut pas non plus le confondre avec ma personnalité.

Pour résumer l'enseignement biblique sur l'identité, cinq points importants sont à considérer pour nous définir, nous connaître ; ils résument des éléments déjà en partie abordés ailleurs :

1. L'être humain est un existant historique : il n'a pas choisi sa venue sur terre, il doit assumer le choix que d'autres ont fait pour lui. Il est là par la volonté d'autrui. Mais c'est à lui de décider ce qu'il va faire de cette vie que Dieu lui donne ; que fera-t-il de cette existence donnée, de cet amour : comment va-t-il écrire son histoire dans l'Histoire ? Cela rejoint l'interpellation du Deutéronome : « Choisis la vie ! » (Deutéronome 30,19) Cette décision correspond à un moment dramatique qui engage son éternité, mais aussi son identité. C'est par ses choix personnels qu'il deviendra lui-même. Ce choix implique de sortir de la matrice, d'être, d'exister et non plus de subir sa vie. Je choisis de n'être ni victime, ni spectateur, mais acteur.

2. L'être humain est « fils de l'Homme », c'est-à-dire un être social, en relation. Il n'est pas qu'un individu, mais son

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Questionnaire des trois âges

Le premier âge : de la naissance à vingt ans : L'enfance

1. Quel est votre premier souvenir d'enfance ?
2. Où et quand êtes-vous né ? Citez une anecdote que vos parents ou votre famille vous ont racontée à ce sujet.
3. Pour quelle raison vos parents ont-ils choisi votre prénom ?
4. Vous souvenez-vous de quelques surnoms qu'on vous a donnés pendant votre enfance ? Que ressentiez-vous lorsqu'on vous nommait ainsi ?
5. Citez quelques histoires de famille, plaisanteries ou anecdotes datant de ces premières années.
6. Faites un voyage imaginaire dans le lieu où vous avez passé votre enfance. Quels souvenirs vous reviennent en mémoire ?
7. Quand vous étiez enfant, aviez-vous un lieu secret ? Décrivez-le.
8. Souvenez-vous de votre premier jour d'école ; que s'est-il passé ?
9. Quel est votre plus beau souvenir d'enfance ?
10. Quel est votre souvenir d'enfance le plus triste ?
11. Alliez-vous à l'église ? Quels souvenirs en avez-vous gardés ?
12. Quand vous étiez petit, quelle image mentale aviez-vous de Dieu ?
13. Citez quelques traditions religieuses de vos parents.
14. Comment étaient votre père, votre mère quand vous étiez petit ?
15. Aviez-vous des frères et sœurs ? Si oui, quels étaient vos

rapports avec eux ?

16. De quel(s) membre(s) de votre famille étiez-vous le plus proche ? En qui vous confiiez-vous ?

17. Dans votre famille, qui était le clown ? La brebis galeuse ? Le gardien ? Le héros ? Le mal-aimé ?

18. À quel membre de votre famille ressembliez-vous le plus ? De quelle manière ?

L'adolescence

19. Écrivez le mot « adolescence » sur une feuille de papier vierge et notez tous les sentiments qui vous viennent à l'esprit concernant ces années de votre vie.

20. Quel a été votre plus cuisant souvenir de l'époque ?

21. À quel moment avez-vous été le plus heureux ?

22. Qui a compté le plus pour vous ? Qui avez-vous admiré ? De qui vous êtes-vous senti proche ? À qui avez-vous désiré ressembler ?

23. Qu'éprouviez-vous à l'égard de vos parents pendant ces années ?

24. À l'époque, pour qui aviez-vous ressenti votre premier « coup de foudre » ? Décrivez cette personne.

25. Citez quelques souvenirs marquants du collège ou du lycée.

26. À l'époque, qui rêviez-vous de devenir plus tard ?

27. Si vous êtes allé à l'université, quels souvenirs en avez-vous gardés ?

28. Alliez-vous à l'église quand vous étiez adolescent ? Quelles expériences y avez-vous faites ?

29. Avez-vous fait des expériences spirituelles particulières au

cours de ces années ?

Le deuxième âge : de vingt-cinq à cinquante ans

30. Notez les événements les plus importants de votre vie de jeune adulte. Ne tenez pas compte de l'ordre chronologique. Écrivez-les comme ils vous viennent à l'esprit.

31. En survolant cette liste, qu'est-ce qui vous paraît avoir dominé ces années ?

32. Vous êtes-vous marié ? Si oui, décrivez le style de mariage que vous avez connu. Vous êtes-vous marié plus d'une fois ? Expliquez ce qui s'est passé.

33. Au milieu d'une feuille de papier vierge, écrivez le mot « crise ». Marquez autour tous les mots qui vous passent par la tête, entourez-les et reliez-les au premier. Prenez une autre feuille de papier et écrivez la première chose qui vous vient à l'esprit.

34. Dressez la liste des différents emplois que vous avez exercés au cours de ces années et décrivez les transitions.

35. Quels sont les principaux changements que vous avez connus pendant cette période ?

36. Si vous avez eu des enfants, parlez-en. Racontez les souvenirs de leur naissance et de leur enfance.

37. Feuillotez un vieil album photo de ces années et dites quels sentiments les photos vous inspirent.

38. Quels livres et quelles émissions télévisées vous ont marqué à cette époque ?

39. Lorsque vous avez avancé en âge, quels sentiments avez-vous éprouvés ?

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

sexuée correspond presque toujours à l'identité assignée, choisie à la naissance. Cf. le cas où un garçon, avec des organes sexuels atrophiés, est élevé comme une fille : après l'âge de deux ans, il est difficile de revenir sur ce qui a été transmis par l'éducation. Cité par Le Maner-Idrissi Gaïd, *L'identité sexuée*, Dunod, 1997, pp. 12, 51.

66. *Ibid*, p. 10.

67. Nous renvoyons ici à nos autres ouvrages sur le sujet, en particulier pour les possibilités de thérapie aujourd'hui accessibles et efficaces avec l'EMDR. Poujol Jacques, *Les abus sexuels : comprendre et accompagner les victimes*, Empreinte temps présent, 2011.

68. Dans les textes bibliques, Dieu n'est ni mâle ni femelle, mais on trouve des images tant masculines que féminines pour le décrire. Par exemple Dieu est « enceinte », « mère nourricière portant sur son sein maternel », « qui console », « comme une sage-femme ». Pour les références, voir Duval-Poujol Valérie, *La Bible est-elle sexiste ? Parcours biblique*, Empreinte temps présent, 2021, p. 133.

69. Pour aller plus loin : Houzel Didier, *Les enjeux de la parentalité*, ERES, 1999.

70. En Occident, nous avons à la fois un nom et un prénom ; dans la Bible, on a seulement un prénom, alors que le nom de famille n'existe pas tel quel, il s'exprime par les mots « fils de » ou « fille de » : Rébecca, « fille de Betouel » (Genèse 25,20), ou « les filles de Selofad » qui revendiquent leur part d'héritage (Nombres 27), etc.

71. Balmary Marie, *Le sacrifice interdit. Freud et la Bible*, Grasset, 1986.

72. Pour creuser cette question, nous vous invitons à répondre

au questionnaire dans l'Annexe « À la découverte de soi », en particulier sur les jeux de votre enfance.

73. Voir Pujol Jacques, *L'accompagnement psychologique et spirituel*, Empreinte temps présent, 2007, p. 384.

74. Cette notion de CMV est relativement récente, elle apparaît dans les années 1960-1970 dans la littérature psychologique anglo-saxonne.

75. Jung Carl, avant-propos de *L'Âme et la vie*.

76. Cité par Millet-Bartoli Françoise, *La crise du milieu de vie. Une deuxième chance*, Odile Jacob, 2002, p. 28.

77. Devereux Georges, *Essais d'ethnopsychiatrie générale*, Gallimard, 1977.

78. En ce qui concerne la société française, ses caractéristiques et ses évolutions, un ouvrage est très éclairant : *Francoscopie* par le sociologue Mermet Gérard. Publié depuis 1985, actualisé tous les deux ans, la dernière édition se veut plus prospective : *Francoscopie 2030*, Larousse, 2018.

79. Les fondements bibliques de l'émergence du Sujet sont repris dans l'ouvrage de Pujol Jacques et de Duval-Pujol Valérie, *Les 10 clés de la relation d'aide*, Empreinte Temps Présent, 2002, pp. 28ss. Voir aussi Dubois François, *L'Église des individus. Un parcours théologique à travers l'individualisme contemporain*, Labor et Fides, 2003.

80. Mermet Gérard, *Le contrat vital, pour un monde moral et durable*, Empreinte temps présent, 2022.

81. Ricoeur Paul, *Du texte à l'action*, Seuil, 1986, p. 48.

82. La psychologie du développement est une branche récente d'une science elle-même récente. Pour une présentation des grandes orientations théoriques dans ce domaine, cf. Tourette

Catherine, Guidetti Michèle, *Introduction à la psychologie du développement : du bébé à l'adolescent*, Cursus, A. Colin, Paris, 1994/2008, le chapitre 1.

83. Dans *Childhood and Society*, paru en français sous le titre *Enfance et société* en 1956, surtout le chapitre 7.

84. Erikson Erik, *Adolescence et crise. La quête de l'identité*, Flammarion, 1972, p. 98.

85. Nous reprenons ici un résumé présenté par Godefroid Jo dans *Les chemins de la psychologie*, Mardaga Pierre, Liège/Bruxelles, 1987.

86. Il est capital d'apprendre à distinguer la vraie et la fausse culpabilité (celle résultant de l'éducation, de fausses croyances). Voir Poujol Jacques, *L'accompagnement psychologique et spirituel. Guide de relation d'aide*, Empreinte 2007, pp. 133s.

87. Peck Robert, « *Psychological Development in the Second Half* » in Bernice L. Neugarten (Editor), *Middle Age and Aging, a Reader in Social Psychology*, University of Chicago Press, 1968, pp. 88-92.

88. Nous nous appuyons sur les travaux de Fébrissy Cosette, *Conséquences de la traite et de la colonisation dans la famille antillaise. Actualités psychopathologiques*, Mémoire Master 2 Professionnel, Université Paris 13, 2012. Voir aussi Régent Frédéric, *La France et ses esclaves. De la colonisation aux abolitions, 1620-1848*, Grasset, 2007 ; Gautier Arlette, *Les sœurs solitude : la condition féminine aux Antilles du dix-septième au dix-neuvième siècle*, éditions Caribéennes, 1985/2010.

89. Pour une présentation de ces six étapes et les pathologies associées lorsqu'il y a fixation à l'une d'entre elles, voir Poujol Jacques, Fébrissy Cosette, *Les étapes du développement*

psychologique et spirituel, Empreinte temps présent, 2014.

90. Pour un développement, voir Poujol Jacques et Duval-Poujol Valérie, *10 clés pour la vie chrétienne*, Empreinte temps présent, 2011, pp. 5ss.

91. Mayoka Paul, « Notre époque, celle de l'émergence du Sujet : point de vue sociologique », in *L'émergence du Sujet. Construire son identité entre individualisme et communautarisme*, Empreinte temps présent, 2007, p. 32.

92. Voir Artus Olivier, « Une pédagogie divine de la Loi dans l'Écriture ? » in *Pédagogie divine. L'action de Dieu dans la diversité des familles*, Fino Catherine (sous dir.), Cerf, 2015, p. 25.

93. Pour aller plus loin, voir Duval-Poujol Valérie, *Lire la Bible aujourd'hui, 10 clés pour mieux comprendre*, Empreinte temps présent, 2023.

94. Voir la « Charte de l'affirmation de soi » en annexe.

95. *Les Châtiments*, IV, 9.

96. « Verbe » étant une autre traduction pour « parole » en Jean 1, se référant au Christ : « Au commencement était la Parole... »

97. Inspiré de Montbourquette Jean, *De l'estime de soi à l'estime du Soi : de la psychologie à la spiritualité*, Novalis, 2013.

98. Rédigée par Bally Bernard, thérapeute, enseignant, conseiller conjugal et familial.