Moi, rÃ©siliente !

Description

Ninja a expÃ©rimentÃ© ce que le neuropsychiatre Boris Cyrulnik a lui-mÃªme vÃ©cu puis thÃ©orisÃ© : elle a trouvÃ© le ressort suffisant pour rebondir et dÃ©passer ses traumatismes. Hommage au grand homme.

Par Ninja.

Jâ??ai une admiration sans borne pour le neuropsychiatre Boris Cyrulnik, 89 ans, aujourdâ??hui ! Je lâ??ai lu et aussi rencontrÃ© dans la librairie rouennaise lâ??*ArmitiÃ¨re.*
Son autobiographie *Sauve-toi, la vie tâ??appelle,* mâ??a particuliÃ¨rement touchÃ©e. Il y raconte son enfance. NÃ© en 1937, il avait trois ans quand Bordeaux sâ??est retrouvÃ©e occupÃ©e par les Allemands. Pour lui Ã©viter la dÃ©portation, ses parents, dâ??origine juive, le confient Ã une pension. Le petit Boris ne les reverra jamais : ils ont Ã©tÃ© arrÃªtÃ©s et mourront en dÃ©portation. Il est ensuite cachÃ© par une institutrice, Marguerite Farges. Lors de la rafle de 1944, (il nâ??a pas encore sept ans), il est arrÃªtÃ© mais il parvient Ã se cacher puis Ã sâ??Ã©vader. Il sera ensuite pris en charge par diffÃ©rentes personnes dâ??un rÃ©seau de Justes. A la fin de la guerre, il Ã©tait quasi autiste. Il Ã©tait nul Ã lâ??Ã©cole. Mais sa tante Dora, retrouvÃ©e aprÃ¨s la guerre, a su le rÃ©chauffer et, avec cette chaleur familiale, il sâ??est enfin senti bien. Il sâ??est mis Ã apprendre. Et pour donner un sens Ã sa vie et il est devenu psychiatre, bien quâ??il eÃ»t rÃªve dâ??Ãªtre archÃ©ologue. Il a bien fait car il a thÃ©orisÃ© puis vulgarisÃ© le concept de la rÃ©silience, câ??est-Ã -dire la capacitÃ© Ã surmonter un choc traumatique.
Ce livre mâ??a beaucoup parlÃ© parce que jâ??ai connu moi aussi un parcours difficile. Jâ??ai Ã©tÃ© confrontÃ©e Ã la dÃ©pression, Ã la maladie mentale de plusieurs membres de ma famille, certains se sont mÃªme suicidÃ©sâ?¦Moi-mÃªme, jâ??ai luttÃ© contre des tempÃªtes mentales. Ce qui a permis de me relever ? Des livres, notamment ceux de Boris Cyrulnik. GrÃ¢ce Ã lui, je nâ??ai pas cessÃ© dâ??explorer mon Ãªtre et dâ??y chercher la joie dâ??exister.
A mon sens, quand on sâ??est trouvÃ©, que lâ??on est en accord avec soi, câ??est plus facile de se tourner et dâ??Ã©couter les autres. Alors, malgrÃ© le contexte actuel, restons confiants et cultivons les grains de la solidaritÃ©, de lâ??amitiÃ©â?¦ et la rÃ©colte sera bonne, malgrÃ© les intempÃ©ries !

Categorie

1. Humeurs

date crÃ©Ã©e
29/05/2026