

***Donner la vie après un traumatisme,
c'est renaître et vivre autrement***

Entretien entre Jacques Fierens, juriste et philosophe, et Annick Umutoni, cofondatrice de Humura-lyubake AISBL

Jacques Fierens : Annick, tu es à l'origine de la création de Humura-lyubake, l'association qui se préoccupe de santé mentale et, surtout, de l'amélioration des conditions de vie par l'augmentation des capacités et de la qualité des soins de bien-être et de santé mentale. Humura-lyubake se déploie particulièrement sur le continent africain, en commençant par le Rwanda, ton pays natal.

Tu insistes toujours sur la force de vie, même si c'est une vie qui se cherche, chez ceux dont la souffrance s'exprime par ce que l'on qualifie de troubles mentaux. Le « trouble » comme prétendue maladie peut-il être une force de vie ?

Annick Umutoni : La prise en charge des soins psychologiques et psychiatriques constitue un défi majeur en Afrique, tout comme partout ailleurs dans le monde.

L'équilibre et l'épanouissement des femmes, des hommes, des enfants requièrent que l'on se préoccupe du bien-être mental au même titre que de celui du corps, du cœur, de l'âme.

La prise en charge des troubles d'ordre mental exige de tenir compte de l'environnement culturel, de l'histoire personnelle et collective ainsi que des diverses sensibilités sociétales. Prendre en considération la personne dans sa globalité, y compris sa souffrance, contribue à renforcer sa force de vie .

J.F. : Cette année, cela fait 29 ans que ton pays d'origine, le Rwanda, a été livré au mal absolu et à l'horreur indicible des événements qui s'y sont déroulés d'avril à juillet 1994. La mort partout, le désespoir infini, le sentiment que l'être humain est surtout capable du pire et si peu du meilleur. Pourtant, tu répètes que la vie continue. Même les plus meurtris disent que c'est peut-être vrai que derrière les nuages les plus sombres, il y a le soleil. Que le mot amour, tant de fois trahi et galvaudé, a encore du sens.

Les victimes ont eu des enfants. Les bourreaux aussi. Dans la plupart des cas, ils l'ont voulu. Les psys parlent de résilience, mais le mot est un peu fade. L'enfant n'est-il pas plus fondamentalement l'incarnation même de la vie qui continue ?

A.U. : Oui, les enfants peuvent être la consolation des survivants, mais la résilience dans la parentalité, face aux traumatismes, aux épreuves, aux dysfonctionnements, est beaucoup plus complexe. La résilience familiale met l'accent sur les processus favorables au développement de la famille et de ses membres. La parentalité se concentre sur les qualités éducatives du parent pour assurer le bien-être de l'enfant et de la famille.

J.F. : On dit aussi que le traumatisme de forte intensité risque de passer aux générations suivantes, en d'autres mots que des enfants qui n'étaient pas nés en 1994 souffrent de ce qui s'est passé. Ma propre mère a été prise dans un bombardement qui a touché l'école où elle se trouvait, en 1944, quand elle avait 14 ans. Peut-être cette souffrance est-elle quelque part au fond de moi alors que je n'existais pas à cette époque ? As-tu pu constater cette terrible transmission ?

A.U. : Effectivement, nous transmettons tous de manière secrète nos blessures à nos enfants, c'est pour cela qu'il faut les soigner de manière consciente. Si nous ne le faisons pas, nos silences meurtris s'insinuent dans les modes de communication et de raisonnement que nous inculquons à nos enfants. Parfois, c'est la génération suivante qui s'en aperçoit et qui fait un travail sur elle-même pour briser la chaîne de transmission.

Il est aussi important que les parents prennent conscience que soigner et guérir leurs propres traumatismes est un bien pour les générations futures.

J.F. : Qui est responsable, au sens de « devoir répondre », de cette transmission du traumatisme ? La mère ? Le père ? Les deux ? Mais alors on charge les victimes d'un poids supplémentaire de culpabilité. Ou bien les responsables sont-ils nécessairement les auteurs du génocide, qui auraient mieux encore qu'ils le croient atteint leur projet criminel ? Ou l'histoire ? Ou la condition humaine ? Ou Dieu ou *Imana* ? Ou le diable ? Ou toute l'humanité ?

A.U. : Les effets du trauma sont très complexes. Je pense qu'on ne peut pas pointer du doigt un seul responsable. Les parents ne peuvent pas être tenus « responsables » au sens de devoir rendre des comptes, de la transmission. La plupart ne se rendent d'ailleurs pas compte de celle-ci.

Chaque enfant est unique et a des liens uniques avec ses parents, que personne ne pourrait expliquer. Ces liens font que, même sans parler, la transmission d'émotions, de peines, de traumas, de douleurs mais aussi de joies se fait naturellement.

Par contre dans le cadre du génocide perpétré contre les Tutsis, qui en réalité remonte bien au-delà de 1994 et a créé de multiples souffrances bien avant cette date, les premiers responsables de la transmission du mal-être, du malheur sont les auteurs des crimes eux-mêmes. Ils les ont délibérément commis et ils doivent en répondre devant la justice et devant l'histoire. Chercher à rendre justice, à nommer les victimes et les coupables, est indispensable dans le processus de guérison, qui est un travail collectif.

De son côté, le nécessaire travail individuel cherche à comprendre comment la victime a développé le traumatisme avec sa personnalité, son histoire propre et son environnement particulier. C'est par le biais de cette compréhension que la personne va pouvoir se reconstruire « *kwi iyubaka* » et co-reconstruire avec ses pairs, en puisant dans son histoire personnelle, dans ses forces et dans ses victoires.

Le travail psychothérapeutique doit comprendre ce qui s'est passé chez chaque personne, dans le déroulé de sa propre vie, et qui a contribué au développement du traumatisme.

J.F. : Il y a aussi ces enfants, adultes à présent, qui vivent d'une vie que personne n'a souhaitée, surtout pas la mère violée par les salauds. Est-il possible pour ces femmes d'aimer ces enfants ? Est-il possible pour ces enfants d'avoir été aimés ?

A.U. : La réponse à cette terrible question dépend de l'optique dans laquelle se trouve la personne qui donne la vie. Je pense qu'il n'est jamais trop tard pour ces femmes d'accomplir un travail de guérison et d'accueillir celles et ceux qu'elles ont conçus dans la souffrance. C'est certainement un parcours long et très difficile, qui nécessite le meilleur accompagnement. Ne pas les juger et encore moins les condamner, comme hélas cela arrive encore trop souvent, est primordial pour elles et leurs enfants. Imputer aux victimes d'un génocide et de crimes contre l'humanité une quelconque responsabilité est totalement destructeur.

Les enfants issus des viols ne doivent pas non plus avoir le sentiment d'être eux-mêmes responsables du crime qui a été à l'origine de leur conception, ne doivent en aucun cas être stigmatisés. Comme tous les enfants, ils méritent amour, considération, respect.

Si les mères décident de les rejeter définitivement ou si, en sens contraire, ce sont les enfants qui rejettent leur mère, il convient de ne pas insister sur la relation mère-enfant jusqu'à empirer les choses. Il faut chercher d'autres solutions appropriées à chaque situation.

J.F. : Y a-t-il quelque chose d'anormal à donner la vie à un enfant après avoir vécu un traumatisme, ou à l'inverse y a-t-il là un signe d'espoir et d'espérance, de victoire sur le malheur ?

A.U. Les victimes du pire subissent déjà la pire des sentences, l'obligation d'avoir subi le trauma et de devoir en porter le poids.

Dans la mesure du possible, avoir des enfants doit être une décision personnelle qui appartient à chaque individu. Personne ne peut décider, ni individuellement, ni collectivement, pour les autres. Toutes les femmes ne sont pas dans la même position face au désir ou à la possibilité de donner la vie. Les hommes non plus d'ailleurs. Il y a également d'autres façon de la donner, comme l'adoption, le marrainage ou le parrainage ...

Pour ma part, je veux croire que donner naissance après un trauma, c'est renaître et avoir une raison supplémentaire de vivre autrement. La chaîne de la vie continue et continuera toujours.

Les enfants peuvent être une consolation pour les survivants, mais ils ont le droit de vivre pour eux-mêmes, de leur vie propre. Un enfant est toujours une promesse.

Dans mon cas personnel ,je rends grâce à dieu et je suis dans la gratitude d'avoir eu la chance de donner la vie ... *AMASHAMI yarashibutse*

8 avril 2023.