

Prix Paul Tournier 2019

remis lors de la
12ème conférence de
Person-Centered Medicine au Centre
Oecuménique de Genève, le 26 mars 2019

„Promoting Wellbeing and Overcoming Burnout“



Lauréat:
Prof Alberto Perales, Pérou

Adresse de bienvenue par

Frédéric von Orelli, Président du Médecine de la Personne – International Group

Quelques idées de Paul Tournier au sujet de la souffrance mises en relation avec le syndrome de burnout

PT n'a pas parlé de burnout car le terme n'existait pas de son temps. Je vais quand même essayer de voir ce qu'il aurait dit pour commenter cette pathologie. En fait en feuilletant son dernier livre « face à la souffrance » qu'il a aussi écrit sous l'impression de la mort de sa femme, nous tombons sur des idées intéressantes dont je choisis trois éléments qui nous aident à comprendre mieux le burnout.

Il commence par parler des situations de manque et de souffrance en particulier de sa jeunesse comme orphelin. Il lui manquait l'amour maternel et la main ferme paternelle. Les années passées chez un oncle et sa femme l'a aidé à trouver son identité. Mais surtout les entretiens avec son professeur de grecque l'ont conduit à mieux accepter sa situation et à devenir créatif. Son manque de famille comparable à l'autoisolement du burnout a été compensé par des discussions personnelles sur son enfance, la vie, ses problèmes et projets, des sujets spirituels et lui ont donné l'impression d'être accepté et estimé comme être humain. PT insiste sur l'aide reçue par le couple de son oncle et beaucoup d'amis pour sortir de sa souffrance et surmonter l'isolement.

Un premier élément pour surmonter le burnout aurait certainement été pour lui la rencontre personnelle, remplie d'amour pour la personne entière : écouter, essayer de comprendre, donner l'occasion de s'exprimer, prendre au sérieux ses questions et rester disponible.

Le second élément est d'accepter. Accepter son âge, son mari, sa femme, sa maladie, sa souffrance et pour notre malade de burnout, je dirais ses limites. Pour écrire son livre, Tournier s'était retiré dans un hôtel à Palma où il travaillait assis seul à une table au milieu de touristes accompagnés. Et il se sent heureux parce qu'il est créatif en écrivant son livre. Mais il précise que pour être heureux, il fallait être en paix avec soi-même, accepter ses fautes, ses manques, son destin. Et il était heureux en pensant que des lecteurs malheureux

pourraient reprendre force et courage en lisant son livre. Personne ne lui avait dit d'accepter son orphelinat ni la perte de sa femme. Il n'aurait pas non plus dit à un malade qu'il devait accepter sa souffrance. Accepter ne vient jamais de l'extérieur en se soumettant au conseil d'un autre, mais par une évolution intérieure lente. Et plus tard il dit : « Qui m'a aidé à accepter mon état d'orphelin et maintenant de veuf ? C'est ceux qui m'ont assez aimé pour me révéler l'amour de Dieu. »

Et accepter n'est pas se résigner, baisser les bras et se reposer. Tournier en parle surtout pour la retraite. Après avoir tout donné pour sa carrière, sa famille, sa propriété : d'un jour à l'autre plus rien, plus de travail, de tâches, de compétences. Plus de respect pour ce qu'on fait. L'identité est touchée, le sens de la vie mis en question. En effet toute la vie nous met devant des situations de renoncement. Des épreuves se suivent : en passant de la jeunesse à l'âge adulte, en perdant ses parents, en subissant une maladie grave ou un accident ou dirions-nous aujourd'hui, un burnout. L'épreuve crée de nouvelles conditions, la vie ne sera plus comme celle d'avant. Cette nouvelle période doit être construite et pas seulement subie.

Et c'est le troisième élément après la rencontre personnelle et l'aide à faire accepter : Tournier dit : « On doit savoir ce qu'on veut faire et surtout ce qu'on veut devenir soi-même. Ça signifie revoir ses valeurs, trouver une nouvelle inspiration. Ainsi le « deuil » prend une toute autre dimension, une dimension spirituelle que seule la vie spirituelle peut lui offrir. » Il ne s'agit pas simplement de « se séparer de l'objet perdu » comme le disait Freud mais d'une acceptation spirituelle créative, dans laquelle le oui à la souffrance se joint au oui à Dieu.

La vie chrétienne vit de la communauté étroite avec Jésus. « Pour moi – dit Tournier – c'est en tout cas cette communauté avec Jésus qui m'oblige à une acceptation active car c'est dans les épreuves que je réalise sa présence et sa participation à ma vie. Je crois qu'on peut tout affronter quand on se sent aimé. »

Je m'arrête ici par cette dernière citation de Paul Tournier dans son livre « face à la souffrance », qui reflète aussi l'amour qu'il ressentait pour ses malades, essentiel pour accompagner dans la Médecine de la Personne, quelqu'un qui est bloqué dans une épreuve de sa vie.

Je remercie le professeur Perales pour son extraordinaire engagement en faveur de la Médecine de la Personne au Pérou et dans toute l'Amérique latine et le félicite très cordialement. Nous sommes très heureux dans le Jury de pouvoir décorer un collègue aussi digne que lui.

Merci pour votre attention