



Biographie familiale privée  
Biographie hospitalière  
(Carebiographie®)  
Biographie restaurative®  
Membre du réseau *Passeur de mots et d'histoires*®  
Association d'intérêt général  
06 12 72 18 36

[www.livredemavie.fr](http://www.livredemavie.fr)  
[carmonachristine@gmail.com](mailto:carmonachristine@gmail.com)

## Deuil périnatal

QUAND NAÎTRE ET MOURIR SE SONT VIOLEMMENT TÉLESCOPÉS  
LA BIOGRAPHIE RESTAURATIVE :  
UN SOIN PAR L'ÉCRITURE POUR PARENTS ENDEUILLES



« On attendait la vie mais c'est la mort qui est venue ».

Selon Boris Cyrulnik, « *Crier son désespoir n'aide pas à le dépasser, à mieux vivre avec* » il faut aussi **en devenir acteur**.

La démarche d'écriture correspond au temps de l'action.

Écrire est un acte créatif permettant d'inscrire l'événement traumatique dans un tout cohérent, pour lui donner un sens, malgré tout.

Au travers du processus de création, par l'acte d'écriture, la douleur n'est plus subie, **on en prend acte et l'auteur devient acteur**.

Le livre devient un espace pluriel pour **déployer sa douleur, redonner vie à l'être disparu et reprendre vie**.

C'est une façon de reprendre les rênes de sa vie, participant d'une nécessaire et vitale reconstruction.



« *Moins aura vécu celui qui vient de mourir, plus sa vie sera restée en puissance, plus dur sera le deuil.* »

Aristote

L'accompagnement en écriture offre à la personne la possibilité d'enclencher et/ou d'accompagner activement le processus naturel de résilience.

Ce dernier reposant à la fois sur la force vitale de la personne et sur ce que Boris Cyrulnik appelle un « **tuteur de résilience** ».

Au moment opportun<sup>1</sup>, avec son ou sa biographe, la personne tire sur un fil conducteur venant éclairer une construction littéraire mettant en lumière ce qui semblait obscur<sup>2</sup>.

**Une fois l'objet créé, le livre « enfanté », une forme d'apaisement survient.**



1 Selon le contexte et les besoins, il importe de déterminer ensemble si oui ou non le moment est venu d'enclencher l'accompagnement en écriture.

2 « *Le récit de la blessure n'a d'effet de résilience que lorsqu'il est sublimé et partagé. C'est pourquoi l'art joue un rôle majeur dans la résilience.* » Citation extraite de l'introduction du livre de Boris Cyrulnik et Gérard Jorland – page 15. « Résilience, connaissances de base » - Odile Jacob.

### RACONTER POUR QUOI FAIRE ?

Oser nommer la fragilité, prendre le temps d'accueillir sa solitude intérieure, déposer la charge émotionnelle et affective dans ce projet d'enfant inachevé va à l'encontre de ce qui est prôné dans la société et qui transparaît parfois, dans une phrase aussi choquante que maladroite : « *Tu es jeune, tu en auras d'autres...* »

Lorsque l'enfant ne vit que quelques minutes, quelques heures, semaines ou mois... les souvenirs sont voués à s'effacer. C'est alors que le sentiment d'irréalité vient s'ajouter à l'inévitable souffrance de l'absence. Des paroles, comme pour attester de la réalité de ce vécu, malgré la mort fœtale, la fausse couche, l'interruption de grossesse, les complications en soins palliatifs et le décès...

Le soutien et l'approche offerts par l'accompagnement en écriture, vont permettre d'inscrire le petit être perdu dans le fil d'une histoire. **Avec le livre pour témoin**, cette fulgurante existence ne reste pas inachevée, invisible aux yeux des autres. Les parents conservent les liens de leurs destinées mêlées à celle de leur enfant. La fratrie et le reste de la famille s'y inscrivent également. Il peut s'agir aussi, de faire reconnaître le statut de père ou de mère. Naturellement, peu à peu, ce qui a été vécu ou ce qui, au contraire, n'a pu l'être qu'en imagination au travers de ce magnifique projet d'enfant, finit par émerger. Le récit circonscrit à la courte existence de ce petit être permet de conjurer le sentiment de culpabilité et d'échec...

Que s'est-il passé pendant le temps de la grossesse ? De quelle couleur avait-on repeint la chambre ? Quel prénom lui avait-on donné ? Combien de jours passés avec lui... ?

Pour les parents, élaborer un récit autour de la courte vie de leur bébé permettra de le reconnaître dans sa singularité. Le livre permet de reconnaître et donner voix à l'enfant perdu. Pourquoi d'ailleurs, ne pas oser un récit à la première personne du singulier ?

**Avec le livre, l'écueil de la banalisation, obstacle majeur au deuil, est évité.**

### LE LIVRE DÉDIÉ



*".../... Ils ont pleuré, ils ont été consolés, ils ont travaillé à aimer de nouveau la vie et les humains. Ils ont recollé les morceaux brisés de leur vie, et peu à peu leurs cicatrices psychiques se sont recouvertes de l'or de la bienveillance et de la sagesse, d'une sagesse consolée. Aujourd'hui, chacun de leur sourire vaut de l'or, ils sont devenus Kintsugi."* Christophe André - Rose Magazine N°23

La biographie restaurative relève de la Carebiographie.<sup>®</sup> Ce soin par l'écriture a pour vocation de contribuer à la renaissance des personnes blessées, notamment par la prise en compte, et pourquoi pas, la mise en valeur de la fêlure et des « accros » ayant marqué leur vie. Dans sa conception, la couverture du livre (un bel objet d'art soigneusement mis en page et relié à la main) s'inspire de l'art japonais du Kintsugi. Il s'agit d'une technique ancestrale découverte au XV<sup>ème</sup> siècle. Celle-ci consiste à réparer un objet brisé en soulignant ses fissures avec de l'or au lieu de les masquer. En redonnant une seconde vie à des objets cassés ou fêlés, l'art du Kintsugi (littéralement, « jointure en or ») apparaît telle une métaphore de l'art de la résilience. Le livre joue un rôle de rituel de passage du deuil à la renaissance.

### LA BIOGRAPHE

Spécifiquement formée à la biographie hospitalière, elle est rompue à l'exercice délicat d'accompagner la vie parfois jusqu'à la fin et adopte des valeurs généralement attribuées aux professionnels du soin. C'est un tiers neutre et bienveillant accueillant et restituant fidèlement la parole de l'autre. En étant l'artisan du processus d'écriture elle aura facilité le mouvement vers une juste distance (autant que faire se peut) entre celui ou celle qui se raconte et ce qui faisait figure de souffrance. **Cet écart permet tout à coup une forme de détachement car elle n'est plus en soi, mais hors de soi.**