



## La Biographie Restaurative®

Passer de mots et d'histoires  
(Association d'intérêt général)

Porteur de projet :  
Biographe hospitalière  
carmonachristine@gmail.com  
06 12 72 18 36

Christine  
Carmona



[www.livredemavie.fr](http://www.livredemavie.fr)

©Pial



## Accompagnement en écriture de parents endeuillés Inspiré de la biographie hospitalière<sup>1</sup> ou Carebiographie®

### La biographie restaurative ou l'écriture résiliente® Un livre pour renaître

Comment aborder ce mouvement interne censé porter à continuer sa vie sans celui ou celle qui est décédé quand il ou elle aurait dû vivre ? Le soutien offert par l'accompagnement en écriture, en réintroduisant un autre rapport au temps (via des entretiens biographiques) va permettre d'inscrire l'être perdu dans le fil d'une histoire. Mis en place au moment opportun<sup>2</sup>, le dispositif d'accompagnement en écriture constitue ce que Boris Cyrulnik appelle un « **tuteur de résilience** » venant se conjuguer à la force vitale de la personne œuvrant à la transmutation de l'épreuve. Les mots ne peuvent redonner vie à l'être perdu mais le temps consacré à exprimer des souvenirs permettra d'adoucir l'indicible, l'inimaginable qui renvoie au sentiment d'impuissance. Pour les parents, élaborer un récit autour de la vie de leur être cher permettra de le reconnaître dans sa singularité, de faire reconnaître le statut de père, de mère, de frère ou de sœur, aussi. Des paroles, comme pour attester de la réalité d'un vécu, malgré la mort... Le livre est un espace pluriel dans lequel on peut déployer sa douleur mais surtout reconnaître et donner voix à l'être perdu. Il prend toute sa place au sein de la famille. 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 en tant qu'acte créatif permet d'inscrire la perte, dans un tout cohérent, de lui donner un sens malgré tout. Cette œuvre alchimique d'écriture n'ayant pas vocation à réparation, elle ne gomme l'événement douloureux ni n'en permet l'oubli. Elle favorise simplement la possibilité d'un retour à la paix intérieure pour mieux accueillir le présent et réapprendre à se tourner vers l'avenir.

Comment aborder ce mouvement interne censé porter à continuer sa vie sans celui ou celle qui est décédé quand il ou elle aurait dû vivre ? Le soutien offert par l'accompagnement en écriture, en réintroduisant un

« *L'important est de trahir le trauma en le racontant, en le mettant en scène. Peu importe la forme, du moment que nous en faisons un objet d'observation extérieur à nous-mêmes. Crier son désespoir n'aide pas à le dépasser, à mieux vivre avec. Il faut chercher plutôt une création qui lui donne sens.../...* » **Boris Cyrulnik** (Interviewé par Valérie Josselin – Femina.fr)

*".../... 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



### Le livre dédié

La biographie restaurative relève de la Carebiographie®. 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 XVème 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.

### LE BIOGRAPHE

Le biographe *Passer de mots et d'histoires* formé spécifiquement à la biographie hospitalière, rompu à l'exercice délicat d'accompagner la vie parfois jusqu'à la fin, capable d'adopter des valeurs généralement attribuées aux professionnels du soin est un tiers neutre et bienveillant accueillant et restituant fidèlement la parole de l'autre. En étant l'artisan du processus d'écriture il aura facilité le mouvement vers une juste distance (autant que faire se peut) entre celui 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.

<sup>1</sup> Voir fiche synthétique « La Biographie hospitalière ou la Carebiographie ® »

<sup>2</sup> En concertation avec une équipe de professionnels, le biographe respecte le rythme des personnes accompagnées qui demeurent les maîtres du temps concernant le nombre et la périodicité des entretiens biographiques, en lien avec les phases de leur processus de deuil. Voir fiche « Prescription de la Biographie Restaurative ».