

magazine

Le Verbe

An illustration on a teal background. A large, dark silhouette of a human head in profile is the central focus. Inside the silhouette, the text 'Qui a L'ESPRIT SAIN?' is written in a white, hand-drawn font. To the right, a smaller figure of a person in a white lab coat is shown from the side, looking down at the top of the large head silhouette. The background has a subtle pattern of diagonal lines.

Qui a
L'ESPRIT
SAIN?

SANTÉ MENTALE, FRAGILITÉ ET RÉDEMPTION

magazine

Le Verbe

Le Verbe propose un lieu d'expression, de diffusion et d'échange d'idées, dans un esprit de communion avec l'Église catholique. Les textes n'engagent que les auteurs.

CONSEIL DE RÉDACTION

Sophie Bouchard, Sarah-Christine Bourihane, Noémie Brassard, Alexandre Dutil, James Langlois, Antoine Malenfant, François Miville-Deschênes, Laurent Penot - prêtre.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Benoît Boily - prêtre, Sophie Bouchard, Jean Grégoire, Alexander King, Pascal Proulx.

DIRECTRICE GÉNÉRALE • Sophie Bouchard

RÉDACTEUR EN CHEF • Antoine Malenfant

RÉDACTEUR EN CHEF ADJOINT • James Langlois

RÉVISEUR • Robert Charbonneau

GRAPHISTE • Léa Robitaille

MARKETING ET PUBLICITÉ • publicite@le-verbe.com

SECRÉTAIRE : Nathalie Schmatz • info@le-verbe.com

Le Verbe est produit par l'organisme de charité L'Informateur catholique (enregistrement: 13687 8220 RR 0001)

Le Verbe est membre de L'Association des médias catholiques et œcuméniques (AMéCO).



Le Verbe est publié quatre fois par année, est imprimé chez Solisco et est distribué par Diffumag. Port payé à Montréal, imprimé au Canada.

Dépôts légaux:



Bibliothèque et Archives Canada;
Bibliothèque et Archives nationales du Québec.

ISSN 2371-4670 (imprimé)
ISSN 2371-4689 (en ligne)

Canada

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada.

LE VERBE

L'Informateur catholique
1073, boul. René-Lévesque Ouest
Québec (Québec) G1S 4R5
Tél. : 418 908-3438
info@le-verbe.com
www.le-verbe.com



ILLUSTRATION
COUVERTURE
SÉBASTIEN THIBAUT

Ce magazine utilise
la nouvelle orthographe.

QUI A L'ESPRIT SAIN ?

Antoine Malenfant

antoine.malenfant@le-verbe.com

Où la norme se situe-t-elle lorsqu'il est question de santé mentale? Les psychiatres vous diront qu'à partir du moment où vous n'êtes plus en mesure d'être fonctionnel dans la société (se lever chaque matin, manger, travailler, rencontrer des gens sans angoisser, etc.), il serait bien de consulter un professionnel de la santé.

Ils ont probablement raison. Sauf que...

Sauf qu'en mettant toute l'attention sur ce qui ne fonctionne pas chez la personne, on risque d'oublier la seconde portion de l'équation: la société.

Dans un texte que vous pourrez lire dans la revue *Le Verbe* (offerte gratuitement par abonnement ou en ligne sur www.le-verbe.com), la journaliste **Sarah-Christine Bourihane** a interrogé quelques chercheurs pour faire le point sur les aspects sociaux qui se cachent trop souvent dans l'angle mort de nos réflexions sur la santé mentale.

Toutefois, en ce qui concerne le magazine entre vos mains, l'équipe de rédaction a adopté une approche personnelle, car, avouons-le, si je vous parle de santé mentale, vous penserez d'abord à des personnes plutôt qu'à des concepts.

Ainsi, trois femmes courageuses s'ouvrent à nous pour dévoiler ce qui se passe dans leur tête.

La première d'entre elles nous laisse découvrir littéralement ce qu'elle a

dans le crâne. Le neurochirurgien **Michael Egnor** (p. 10), alors qu'il fouillait dans le cerveau de cette patiente anonyme, a trouvé bien plus qu'une tumeur à extraire.

Le docteur Egnor met ainsi la table à ce dossier. Il prend soin, avec la précision du chirurgien et une sagesse héritée de l'Antiquité, de bien nommer les choses. De quoi s'agit-il lorsque nous parlons de l'esprit, de l'intelligence, de l'âme? Et quand le cerveau est malade, qu'est-ce qui ne va pas au juste? L'équilibre chimique? Les connexions? L'âme?

En tout cas, il nous semble parfaitement sain de poser ces questions.

Et des questions, **Léa Robitaille**, s'en est posé une tonne durant sa dépression nerveuse (p. 14). Elle raconte tout cela avec beaucoup d'humilité – et une touche d'humour – dans un texte plein de musique et de lumière.

Enfin, vous ne manquerez pas le témoignage bouleversant de Stefany, recueilli par **Brigitte Bédard** (p. 4).

On y rencontre une jeune femme, son mari et leur enfant. Un couple lucide et dans la paix malgré une épreuve qui paraît insurmontable. Voilà qui devrait donner une dose d'espérance à qui-conque reçoit un diagnostic comme on reçoit une couronne d'épines sur le front ou une croix sur l'épaule.

Un joug qui peut devenir plus léger lorsque le Christ le porte à nos côtés. ■



JOE ZAMBON

Quand Joe Zambon est passé par Québec dernièrement dans le cadre de la tournée *Love Is*, l'équipe du *Verbe* ne pouvait tout simplement pas manquer l'évènement. Notre journaliste l'a donc rencontré en marge de son spectacle donné à Sainte-Foy devant un groupe de fans conquis par son talent et son charisme.

Sans gêne, le jeune Ontarien témoigne de l'intimidation vécue lorsqu'il était plus jeune, des obstacles qu'il a dû surmonter et de sa foi en Jésus Christ.

Musicien accompli, Joe Zambon maîtrise l'art du folk et mérite amplement qu'on lui prête l'oreille, le temps d'une chanson, d'un album ou d'un spectacle. (A. M.)

Pour lire le compte-rendu complet de la rencontre de Brigitte Bédard avec Joe Zambon: www.le-verbe.com.



EN ONDES

Après une première année de pur bonheur (et de rodage, il faut bien l'avouer), l'équipe de l'émission de radio *On n'est pas du monde* reprend le collier cet automne pour une nouvelle saison.

Tous les lundis, sur les ondes de Radio VM (9 h) et Radio Galilée (17 h), la même bande de joyeux lurons qui, chaque saison, vous concocte *Le Verbe* se glisse derrière le micro et vous présente un magazine radiophonique juste assez déjanté.

Culture, politique, famille, sexualité, écologie, économie, musique, littérature... Des chroniqueurs bien informés, des journalistes curieux et des témoins en feu se rencontrent autour de la table de l'animateur Antoine Malenfant. (A. M.)

Aussi en écoute libre, chaque semaine, sur notre site www.le-verbe.com.



AED EN IRAK

« Petit à petit, les chrétiens qui ont fui l'État islamique à l'été 2014 ont commencé à revenir », explique Marie-Claude Lalonde, directrice du bureau canadien de l'Aide à l'Église en Détresse (AED).

« AED soutient ce processus. Nous avons commencé la construction d'une centaine de maisons dans des localités chrétiennes de cette région. Mais ce n'est qu'un début; bien sûr, non seulement notre campagne vise à amasser des sous, mais nous tenons également à informer le grand public à propos de l'importance de reconstruire la présence chrétienne en Irak. [...] Nous avons dénoncé le génocide dont [les membres du soi-disant État islamique] se sont rendus coupables, rappelle-t-elle. Maintenant, et malgré les combats qui continuent dans certains secteurs, nous désirons faire en sorte que les chrétiens d'Irak, dont la présence est bimillénaire, reviennent chez eux. »

Fondée en 1947 par le père Werenfried et active dans 140 pays, Aide à l'Église en Détresse (AED) est une œuvre pontificale de charité catholique internationale qui a pour mandat « le service de la charité fraternelle envers les Églises locales les plus souffrantes et nécessiteuse », l'information, la prière et l'action.

(Source: Aide à l'Église en Détresse)



PORTRAIT

CROIX DE BOIS CROIX DE CHAIR

Comment vivre en pleine lucidité, et même, je dirais, en arriver à accepter, dans la paix, son « trouble schizoaffectif avec trouble de personnalité limite ».

Et puis, comment vivre avec celle qui a ce trouble, celle qu'on vient tout juste d'épouser, celle qui porte là, dans ses entrailles, le bébé tant rêvé, le fruit d'un amour vrai et tout frais ?

Texte: Brigitte Bédard
brigitte.bedard@le.verbe.com

Photos: Le Verbe



Quand on est jeune, à peine 24 ans, on rêve d'une belle vie devant soi, on étudie la philosophie, on va à la messe chaque dimanche que le Bon Dieu fait, on est amoureux fou, on se marie, on fait un beau voyage de noces, puis on apprend qu'on attend un enfant et on jubile de joie.

Le bonheur, quoi. Tout le monde – ou presque – en rêve de ce bonheur-là.

Stefany et Raphaël en rêvaient aussi, mais leur rêve, à eux, est vite devenu un cauchemar. Tout, dans ce mariage qui débutait, avait l'air de se diriger vers un échec.

Or, ces deux jeunes âmes m'ont dit qu'il faut croire, viser l'espérance et vivre de charité.

OUI, JE LE VEUX

« Je ne souhaiterais ce cauchemar à personne – et même pas à mon pire ennemi », avoue Raphaël, un peu ému, tout en retenant sa petite Élinor qui tombait tête première.

Un bébé qui vient de fêter son premier anniversaire, ça grouille. Si belle, si alerte, elle est fière de nous montrer qu'elle marche déjà... et qu'elle grimpe partout.

— Quand, exactement, tout a-t-il commencé ?

— Presque tout de suite après le mariage ! s'exclame Stefany. On s'est mariés le 22 août 2015 et tout a commencé en septembre, dès que j'ai su que j'étais enceinte.

Jusque-là, Stefany était plutôt silencieuse, attentive aux propos que tenait son jeune mari : « Je n'en reviens pas d'entendre tout ça de sa bouche, dit-elle. Raphaël n'est pas très bavard, alors quand je l'entends dire qu'il n'a jamais songé un seul instant à me quitter... »

— Ça t'étonne ?

— Oui. Ça n'a même pas effleuré sa pensée. Je me disais qu'il aurait pu refaire sa vie, voir Élinor une semaine sur deux... Je veux dire, il a droit au bonheur, le droit d'avoir une femme saine d'esprit qui sait s'organiser, qui l'attend et l'accueille dans la joie... Il aurait le droit de refaire sa vie, il est jeune... Je ne serai probablement jamais la femme qu'il aurait souhaitée.

Raphaël semble rougir.

« Jamais je ne pourrais partir. Ce n'est même pas une option... et puis, j'aime Stefany ! J'aime Élinor ! Mais c'est plus que ça. Je suis là pour une raison précise. C'est ce que je crois profondément. »

DANS LE BONHEUR

Juste après le mariage, Raphaël perd son emploi. Alors, Stefany redouble d'efforts au travail. « On venait d'apprendre que j'étais enceinte ; je devais travailler plus ! J'avais une job d'étudiante très stressante. Je travaillais parfois neuf heures par jour, en plus de mes cours à l'université.

« Raphaël s'était trouvé un travail de cocher dans le Vieux-Québec, mais pour moi, ce n'était pas suffisant. J'étais persuadée qu'on ne survivrait pas. Je paniquais et j'étais insomniaque depuis plusieurs semaines. »

Stefany ne le savait pas encore à ce moment-là, elle n'en était pas consciente, car les manifestations étaient trop subtiles ; elle n'aurait pas pu savoir ni même se douter qu'elle avait commencé à entendre des voix. À ce stade de la maladie, « les voix » semblent n'être que de simples pensées, mais insidieusement, elles lui sommaient de se faire du mal, de se mutiler.

Décembre. « Je me suis rendue seule chez la sagefemme ; je ne voulais pas que Raphaël sache. J'ai tout dit : "Je me coupe les cuisses avec des lames. J'ai fait ça, ado, pendant trois ans. Je ne veux pas retomber !" Elle m'a envoyé à l'hôpital immédiatement, en psychiatrie. »

— Toi, Raphaël, savais-tu qu'elle s'était déjà mutilée ?

— Non, elle ne m'en avait jamais parlé.

— J'étais certaine que c'était fini, explique Stefany. À l'époque, on m'avait dit que c'était une « passe d'ado ».

DANS LES ÉPREUVES

À l'hôpital, on décide de garder Stefany pendant deux semaines, soit tout le temps des fêtes de Noël.

Raphaël n'y croit pas : « Je me disais qu'elle était seulement fatiguée et qu'elle avait besoin de dormir... Je suis un rationnel ! Ça ne pouvait pas être si grave ! Quand ils m'ont dit qu'ils la gardaient, je suis devenu comme fou. Je m'apprêtais à contacter des avocats pour la faire sortir ! Je ne les croyais pas jusqu'à ce qu'ils réussissent à me faire entendre raison au bout de quelques jours. »

Stefany est sortie avec des antipsychotiques, car on craignait une psychose.

— Sais-tu ce qui a causé ça ?

— Les psychiatres ont dit que c'était le cannabis. J'avais déjà une fragilité à cause d'une adolescence perturbée ; j'ai

« Dieu ne prend pas ceux qui sont capables, mais il nous rend capables. Il ne nous envoie pas des épreuves au-dessus de nos forces. »

pris presque toutes les drogues, mais c'est le pot, sans aucun doute, qui a déclenché la psychose.

De retour à la maison, Stefany est effectivement tombée en psychose. Ses voix se faisaient entendre encore plus. Elle se sentait suivie constamment. Elle avait peur du noir et voyait des ombres passer. Toujours seule dans son appartement, elle était incapable de faire quoi que ce soit. Raphaël, lui, travaillait à temps plein en suivant cinq cours à l'université.

« C'était effrayant... J'ai vécu cette terreur jusqu'en mars, quand les psychiatres ont changé ma médication. Mes amis ont commencé à me "retrouver". Raphaël a même réalisé que j'avais commencé à faire des blagues! Ça faisait des mois que je n'avais plus aucune expression, comme un robot. »

Élinor est arrivée en pleine santé le 1^{er} juin 2016. Pour laisser Stefany se rétablir et éviter le postpartum, le médecin a prescrit que Raphaël fasse toutes les nuits pendant un mois. Il l'a fait. Avec son travail. Et ses cinq cours à l'université. « Le deuxième mois, Élinor faisait ses nuits; j'ai pris ça comme un miracle! »

Trois mois plus tard, Stefany est enceinte de nouveau, mais à vingt semaines, elle recommence à entendre des voix. Elle est terrorisée. Sa psychiatre comprend que la psychose est déclenchée par la grossesse, mais ce n'était pas assez: à l'échographie, on découvre que le bébé est plein d'hydrops¹.

Le petit Augustin est mort-né, à cinq mois de gestation.

1. L'hydrops fœtal de Bart est une maladie létale caractérisée par un œdème généralisé au stade fœtal. Des complications maternelles sont observées: prééclampsie, hémorragie et accouchement prématuré.

« Pour moi, dit Raphaël, cette douleur a été insupportable. Je n'ai jamais rien vécu d'aussi douloureux... Je tenais mon p'tit gars dans mes bras... si petit... Je n'ai jamais tant pleuré. »

JE TE REÇOIS

Depuis ce triste jour de février, Stefany n'entend plus de voix, mais elle sait que toute sa vie, désormais, se vivra autrement. Et celle de Raphaël aussi.

« Avant, je priais ardemment. J'aimais beaucoup l'oraison. Là, le silence me fait peur. Je préfère les prières toutes faites. Aller à la messe, ça va, mais quand j'étais en crise, j'étais incapable; j'entendais des voix tout le long. Raphaël, qui n'a jamais manqué une messe de sa vie, me trainait avec lui. Sans lui, je pense que j'aurais perdu la foi... C'est que j'étais si rigide! J'étais persuadée, par exemple, que si je ne faisais pas oraison 20 minutes chaque jour, j'étais en état de péché mortel! »

Alors, Raphaël arrivait au galop. Il explique: « J'ai dû lui faire voir que changer une couche à deux heures du matin à un bébé qui hurle alors que tu crèves de sommeil, et ce, sans perdre patience, c'était une prière très sincère! »

« Avec un enfant d'un an, je t'avouerai qu'on n'est pas dans les grandes oraisons mystiques, ajoute Stefany. Quand on était fiancés, on allait souvent à l'église, on priait le chapelet, on avait un groupe de prière. Maintenant, on bénit les repas longuement ensemble, par exemple. Comme ça, je me sens bien. On se réunit avec quelques familles aussi. Une lecture à la messe qui me touche. Je prie par petites bribes. Pas toute seule, j'ai trop peur... comme des restants de peur. »

— Penses-tu guérir un jour? Je veux dire, comme chrétien, on sait que Dieu pourrait très bien nous guérir.



— Il le pourrait, mais je n’attends pas ça de lui. Ce qui pourrait sembler étrange peut-être pour bien du monde, c’est que j’ai réalisé à travers tout ça que j’avais reçu une grâce : à seulement 24 ans, je sais quelle est ma croix. Tout le monde a une croix à porter. Souvent, c’est long avant de l’identifier, de renoncer à soi-même, puis de la prendre et de la porter avec Jésus... Je suis heureuse de la connaître. Elle pourrait être pire !

— Et pour Raphaël ?

— Lui, il pourrait m’en vouloir ou en vouloir à Dieu. Pourtant non. Il est vraiment bon. Quand je suis fatiguée, je deviens très émotive. Lui, il sait comment me prendre. Hier, il a travaillé aux calèches toute la journée, et moi, je revenais d’une messe assez sportive avec Élinor. Quand il est arrivé, je me suis effondrée en disant que ma vie était foutue, que je n’arriverais jamais à rien, que je ne passerais pas l’été, qu’Élinor criait pendant la messe et que j’étais vraiment gênée de tous ces regards sur moi... Eh bien, il m’a rassurée, il m’a ramenée les deux pieds sur terre. Le lendemain, on s’en est reparlé, et pour lui, ce n’était pas grave. C’est de ça que j’ai besoin.

— Imagine, réplique Raphaël en riant, ce soir-là, elle n’a même pas voulu manger le cheeseburger que je lui avais apporté ! C’est dire à quel point elle était troublée !

— Ha ! ha ! Il m’apporte des cheeseburgers parce qu’il sait que je n’aime pas les fleurs...

ET JE ME DONNE

— Quel est ton secret, Raphaël ?

— Je pense que j’ai compris de quelle manière je devais m’y prendre le jour où les médecins m’ont fait comprendre que sa maladie n’avait rien de rationnel.

« Au début, je tentais constamment de la faire raisonner, lui faire voir la réalité, avec des questions, des exemples. Elle voyait quelqu’un là, je me retournais, il n’y avait personne. On a beau répéter : “Il n’y a personne !”, eh bien, elle, elle le voyait ! C’est ça qu’il faut comprendre. Ça ne donne rien d’essayer de la convaincre que la personne n’est pas là. Tout ce que j’ai à faire, souvent, c’est être présent, la prendre dans mes bras, aller se coucher ensemble et dormir enlacés... et faire des blagues, dédramatiser, sinon, c’est trop dur. »

— Dirais-tu que c’est ta croix, à toi aussi ?

— Je dirais que c’est comme une mission. Comme si Dieu s’était dit : « Stef va être comme ça, alors on va la matcher

avec Raphaël parce que lui, il va être capable. » Je suis là. Je dois le faire. C’est comme le slogan de Nike : *Just do it !*

« Dieu ne prend pas ceux qui sont capables, mais il nous rend capables. Je pense que c’est ça qui se passe avec moi. Il ne nous envoie pas des choses au-dessus de nos forces.

« Si on n’avait pas la foi, si on n’avait pas Dieu, je ne serais plus là, ça c’est certain. Le ciment qui nous tient, c’est l’amour de Dieu. »

Puis, Stefany poursuit candidement : « C’est ma croix, mais des fois, je me dis que c’est peut-être mon chemin de sainteté. »

« Le plus facile, ce serait de tout laisser tomber, affirme Raphaël. Oui, c’est un chemin de croix, mais en même temps, c’est un chemin de joie. Quelqu’un qui n’a pas Jésus Christ dans sa vie peut regarder notre vie et n’y voir que du malheur. Pas nous. On grandit. On approfondit notre vie de foi, notre mariage.

« Maintenant, on se dit tout aussi, poursuit Stefany. Avant, la communication était difficile, dans le sens de peu profonde. À présent, quand je sors d’un rendez-vous et qu’il me demande comment ça va, je réponds de long en large. Avant, j’étais évasive, je répondais à peu près. Là, je dis tout ; il fallait que j’arrête d’être gênée.

« Notre amour est resté vivant grâce à cette honnêteté, je dirais. On n’avait plus les moyens de nous chicaner ou d’être superficiels. Je suis certaine que le fait de ne pas avoir mis Dieu de côté nous a sauvés, et si je ne l’ai pas mis de côté, c’est grâce à Raphaël... »

Élinor vient de s’endormir, et les deux jeunes âmes continueront longtemps de croire, d’espérer et d’aimer. Je l’es-père tant. ■

Brigitte Bédard est journaliste indépendante depuis 1996. Elle travaille notamment pour l’émission *La Victoire de l’Amour* et le diocèse de Montréal. Mère et épouse d’une famille renouvelée, elle vient de publier *Et tu vas danser ta vie* aux éditions Saint-Joseph, son témoignage de conversion franc et direct.



RÉFLEXION

Cartographe l'âme

QUAND LA MATIÈRE N'A PAS LE DERNIER MOT

Texte de Michael Egnor

redaction@le-verbe.com

Illustrations: © Marie-Pier LaRose

« **D**octeur, quel est ce bruit ? »

La voix m'a surpris. J'étais en train d'opérer une femme ayant une tumeur située près de la région du cerveau responsable du langage. Je devais retirer une bonne partie de son lobe frontal afin d'enlever la masse. Puisqu'il fallait qu'elle soit réveillée pour que je puisse circonscrire le secteur touché avec la sonde électrique, je l'ai opérée sous l'effet d'un sédatif doux et local; le cerveau lui-même est insensible à la douleur.

Il m'aura fallu un moment pour réaliser que c'était ma patiente qui me parlait d'en dessous des draps chirurgicaux, et non une infirmière. « C'est simplement le bruit des instruments », ai-je rétorqué, pas complètement sincère. Le son provenait surtout de son lobe frontal qui allait de mon aspirateur au récipient.

— C'est bruyant, me dit-elle avec un petit rire nerveux dû à l'anesthésie. Comment va l'opération ?

— Bien. Tout va bien. Comment vous sentez-vous ?

— Plutôt bien. Un peu endormie. Ça ne fait pas mal.

Nous bavardions pendant que je travaillais. Elle était somnolente, mais assez cohérente. Elle s'est bien rétablie. Sa tumeur était bénigne et son pronostic s'avérait plutôt bon.

LE CERVEAU DIRIGE-T-IL L'ESPRIT ?

Francis Crick, neuroscientifique et codécouvreur de la structure hélicoïdale de l'ADN, soutenait l'idée répandue que l'esprit est un produit des structures matérielles : « Les activités mentales d'une personne sont entièrement causées par le comportement des cellules nerveuses, des cellules gliales, des atomes, ions et molécules qui les constituent et les influencent. »

Si c'était vrai, comment serait-il possible, alors, de converser avec une personne pendant que vous retirez une grande partie du cerveau qui soutient sa pensée et son raisonnement ?

Je suis un neuroscientifique et un professeur de neurochirurgie. La question des relations entre le cerveau et l'esprit me hante. Les neurochirurgiens modifient des cerveaux sur une base régulière, et ce que nous constatons ne s'arrime pas avec la vision assez commune selon laquelle le cerveau dirigerait l'esprit tel un ordinateur exécutant un logiciel.

J'ai une multitude de patients à qui il manque une grande partie de leur cerveau et qui ont toujours un esprit sain. Une

de mes patientes est née avec seulement le tiers de son cerveau. Elle est une jeune fille normale, qui va à l'école secondaire et qui raffole de jouer au soccer. Un autre patient, à qui il manque une portion similaire de circuits neurologiques, est un musicien accompli ayant une maîtrise en langue anglaise.

Comment cela se peut-il ? Ce n'est qu'en lisant Thomas d'Aquin que j'ai commencé à comprendre.

UN PRÉCURSEUR DE LA NEUROSCIENCE MODERNE ?

Thomas d'Aquin a commencé par s'appuyer sur un penseur antique. Ainsi, suivant Aristote, il a postulé que l'âme humaine avait trois sortes de capacités.

D'abord les végétatives, qui servent les fonctions physiologiques comme le rythme cardiaque, la respiration et le métabolisme. Puis les sensibles, telles que la sensation, la perception, la mémoire, l'appétit sensible et la locomotion. Ces deux niveaux de capacités sont causés par la matière d'une manière purement physique.

Or, l'âme humaine a aussi une intelligence et une volonté, des capacités d'une tout autre espèce.

Avec notre intelligence, nous pouvons penser des concepts universels comme la miséricorde, la justice et les mathématiques abstraites. Avec notre volonté, nous pouvons agir selon des principes abstraits. Thomas d'Aquin déduisait donc que, parce que réfléchir avec des concepts abstraits exige que les idées soient détachées de leurs référents concrets, l'intelligence ne pouvait être une chose matérielle. L'intelligence et la volonté sont donc des capacités d'un troisième type : les capacités immatérielles.

Le religieux dominicain a enseigné que les capacités immatérielles de l'âme sont seulement facilitées par la matière – la corrélation entre les deux étant ténue –, mais non pas causées par elle. Son intuition laissait présager certaines découvertes de la neuroscience moderne.

Au début du 20^e siècle, le neurochirurgien Wilder Penfield, un pionnier dans la recherche sur les traumatismes cérébraux, a noté que, lorsqu'il stimulait le cerveau de patients éveillés, il n'était jamais en mesure de stimuler l'esprit lui-même (le sens du « je »), mais seulement des sensations, des perceptions, des mouvements et des souvenirs fragmentés. Notre identité fondamentale ne peut donc pas être sollicitée ou altérée par des stimulations physiques du cerveau.



L'INTELLIGENCE ET LA VOLONTÉ SONT DONC DES CAPACITÉS *immatérielles.*

En outre, Penfield a observé que des décharges électriques spontanées dans le cerveau produisaient des sensations, des mouvements et même des émotions involontaires, mais jamais de raisonnements abstraits ou de calculs. Il n'existe pas d'« attaque de calcul différentiel » ni de crise épileptique « morale » durant lesquelles les patients parviendraient, spontanément, à calculer une dérivée seconde ou à réfléchir sur la miséricorde.

Des observations similaires nous proviennent de Roger Sperry et de ses célèbres études sur des patients qui avaient subi une chirurgie pour déconnecter les hémisphères de leur cerveau. Ces opérations avaient été entreprises afin de prévenir des crises épileptiques.

Après l'opération, les patients éprouvaient des changements particuliers dans leurs perceptions et leurs comportements, mais maintenaient l'unité de leur identité personnelle, c'est-à-dire une intelligence et une volonté unifiées. Ces changements découverts par Perry dans sa recherche (pour laquelle il a reçu un prix Nobel) étaient à ce point subtils qu'ils passaient inaperçus dans la vie quotidienne.

Au cours de la dernière décennie, le chercheur britannique Adrian Owen, en utilisant l'imagerie à résonance magnétique, a découvert que certains patients, présentant pour tant des dommages si importants au cerveau qu'ils sont considérés comme étant dans un état végétatif permanent, étaient en fait capables de raisonnements sophistiqués. Les images du cerveau de ces patients « comateux » montraient que, en réponse aux questions d'un interrogateur, ils étaient en train de réfléchir et d'imaginer.

AU-DELÀ DE LA MATIÈRE

La femme sur la table d'opération, qui me parlait tandis que je retirais son lobe frontal, avait les capacités à la fois matérielles et immatérielles de l'esprit. Les fonctions supérieures de notre cerveau défient une cartographie précise de nos circuits neurologiques parce qu'elles ne sont pas générées par ceux-ci, contrairement aux fonctions inférieures du cerveau.

Le matérialisme, la vision selon laquelle la matière est tout ce qui existe, est une prémisse dominante de la pensée contemporaine sur ce qu'est un être humain. Pourtant, les preuves récoltées en laboratoires, en salles d'opération et lors d'expériences cliniques pointent vers une autre conclusion, nettement moins à la mode : l'être humain embrasse une réalité à la fois matérielle et immatérielle.

Nous pouvons faire une meilleure science – et une meilleure médecine – lorsque nous reconnaissons que les êtres humains ont des habiletés qui transcendent les explications réductionnistes du matérialisme. Dans ce siècle d'avancées sans précédent dans les recherches sur le cerveau, il est remarquable que l'une des intuitions les plus sérieuses émerge d'un paradigme ancien : la carte de l'âme dressée par Thomas d'Aquin. ■

Michael Egnor est professeur de chirurgie neurologique à Stony Brook University School of Medicine. Ce texte a d'abord été publié en ligne dans la revue américaine *First Things* sous le titre « A Map of The Soul » (2017) et a été traduit de l'anglais par James Langlois.

Pour consulter la version numérique de l'article original : www.firstthings.com/web-exclusives/2017/06/a-map-of-the-soul.

STYLE LIBRE



**La folle lo-fi
la foi hi-fi**

Texte et illustration: Léa Robitaille
lea.robitaille@le-verbe.com

Janvier 2016

Parce que je refuse de devenir folle, ça va me rendre folle.

On ne comprend pas la folie. On ne veut pas la comprendre. J'ai lu que Mozart parlait de pet et de cul dans ses lettres. Puis que, plus tard dans le siècle, l'élite refusait de l'admettre. Que Mozart devait bien certainement souffrir de syndrome de Tourette, ou un truc clinique comme ça.

Comme s'il était interdit, pour un génie, de parler d'anus et de dire des folies.

Limites floues pour les fous et les génies.

Mes nerfs, on dirait qu'ils ont servi à faire des raquettes. Tendus, séchés, étiolés. Mes nerfs. Des raquettes. Marcher dans le froid de l'hiver.

Hier, je me suis sauvée à l'heure du souper. J'étais figée devant l'évier à regarder Mélodie pleurer. Je suis sortie, j'ai

marché sans savoir où j'allais, direction Sanctuaire Notre-Dame de Lourdes, ou plutôt ce qu'il en reste.

À bout de souffle, au bout de la colline, il ne restait rien du sanctuaire. Juste des formes.

Des trous à remplir.

Un monde avec une spiritualité évidée.

Des carcasses. Taxidermie de l'immatérialité.

De Jésus, on fait des chapeaux, des manteaux.

Quelqu'un lui a cassé les mains d'une statue où il se fait bercer par un ange. Les deux mains. Vandalisé. Quelqu'un a salopé un « 666 » puis le mot « révolte » sur le socle.

Contre quoi? Contre qui? [...]



Quelques jours après avoir écrit ça, je suis tombée comme un oiseau dans la vitre d'un CLSC.

Épuisement maternel. Dépression nerveuse. Crise d'anxiété.

En navette ambulancière, j'ai atterri dans un terminus hospitalier. J'avais sur moi mon tricot rose en poil de lapin, mon téléphone, *L'Odyssée* d'Homère format de poche, mes bottes de janvier et mes projecteurs en larmes. *Check engine* du cœur. Parce que je ne pouvais plus bouger, vraiment. Mon corps s'est arrêté là, en pleine banale prise de sang. Épuisement maternel.

Stationnée quelque part sur l'autoroute spatiale de la débile mouvance de la vie.

Le monsieur m'a transportée en fauteuil roulant comme une petite marchandise emballée jusqu'en urgence psychiatrique. C'était moi, le bébé emmitoufflé, le bébé qui pleure en poussette. On allait prendre soin de moi.

À mon arrivée, j'ai vu tous ces autres bébés alités en rangée. Comme si, au fond, les fous avaient juste besoin de se reposer.

L'infirmier m'a ordonné de soit porter mon soutien-gorge en permanence, soit l'enfermer dans le casier avec mes

broches à tricoter. Devenir violemment une femme. Sous pression, j'ai choisi la femme avec soutien. La nuit, je le cachais sous mon oreiller afin que personne ne s'étouffe avec. Tricoter, porter un soutien-gorge... ces féminines activités menaçaient ainsi l'aile P.

On m'a questionnée sous l'illumination du gaz néon. Assise, je n'ai pas pu me rapprocher ni me reculer parce que les chaises étaient vissées au plancher.

Intéressant. J'étais soudainement un autre genre de personne. Une autre race, une autre espèce. Celle qui ne se contrôle plus, qui est malade, qui n'est pas normale. Celle qui risque de ramasser la chaise qui soutient son accablé de corps et de la garrocher sur le mur...

Mais non, j'ai pris ça en riant... « Ah ! tiens donc, la chaise !... Ha ! ha ! »

Rire en pleurant. Tellement toujours en train d'éviter les conflits que j'allais faire une farce et coller sur cette émotionnelle instabilité un petit sourire de merde. Polie, coquine, séduisante. Marque de commerce de la jeune femme semi-épanouie qui refuse d'avouer son profond malheur. Au fond de mon grand cœur bouillant devenu volcan, je transpirais la panique, je tremblais. Mes mains se crispaient depuis longtemps. Yeux de biche au ciel, questions existentielles, respirations partielles, frustrations continues. Lancer une

ou deux chaises sur le mur, c'est peut-être une bonne idée, au fond...

Mais non, je suis polie. Je suis gentille, moi, je ne suis pas comme *les autres fous*.

Pourtant, derrière mon casque un peu mou de femelle Y, celle qui veut faire sa vie comme dans un épisode de *Passe-Partout*, j'étais rendue comme eux, les fous. Pourtant, malgré mon visage tout souriant agrémenté de belles couleurs, derrière mes notes dansantes de synthétiseur lo-fi, j'étais entrée dans la *gang* des aliénés. De l'autre côté du rideau beige.

Ma jeune chair couleur taches de rousseur, poreuse de rêves et d'idéaux. Le *cockpit* de la sensibilité nommé Léa, avec les quatre clignotants allumés, a abouti dans l'aile psychiatrique...

Mon *Yellow Submarine* en pâte à modeler et mes nuits en Lite-Brite. Mon bal de finissants pas accompagnée (même si Cendrillon m'avait montré comment) et mes Barbies enterrées dans une boîte, à regret, par orgueil, vraiment. Mon vaisseau de petite fille, dis-je, avec son lecteur de cassettes d'histoires de Disney, est rentré dans le mur de la trentaine. « DING ! »

Le train de ma vie aux couleurs de primaire lançait depuis longtemps l'alerte de la vidange d'huile. *Show* de boucane historique. Aveuglée, je l'ignorais. J'avais mon casque mou enfoncé trop bas sur ma tête dure. Avec mon bébé de 15 mois, j'étais épuisée, mais je ne voulais pas freiner.

Mon enfance s'est écrasée sur la planète où je m'étais incarnée en 1985. Jusque-là, j'étais en orbite. Toujours au-dessus, jamais vraiment dedans.

Ce jour-là, 27 janvier 2016, j'ai atterri pour vrai. Transformée avec rapidité de satellite à carcasse. De fille à femme, de normale à folle. Pas dans un champ de vache, mais devant des psychiatres, des experts du dosage. À la recherche d'un diagnostic, posés et reposés, ils m'ont questionnée.

Je leur ai dit qui j'étais, je me suis présentée.

— Salut, c'est moi, j'suis normale, j'suis juste très très fatiguée d'être maman, j'pense? Puis j'entends des choses. Puis je vois des lumières, des ondes, dans le noir. Puis j'suis, disons, un peu en amour avec le Saint-Esprit...

— Pensez-vous que vous avez une mission ?

— ...

— Qu'est-ce qu'il vous dit, Dieu, quand vous l'entendez ?

Parler de Dieu avec un professionnel de la santé mentale, ça se peut ? J'ai quand même un peu essayé. Parce que c'est tout ce que j'avais comme argument : Dieu.

Puis, séduite par la sédation, j'ai dormi. Vidée.

Le sourire plein de pitié du docteur, son ton qui voulait mépriser quand j'ai demandé à partir après trois jours de bouffe grise et de pilules roses ou blanches ou jaunes.

« Oui, mais si Dieu vous demande de vous jeter dans le fleuve, allez-vous le faire ? Peut-être que Dieu veut que vous restiez ici ce soir ? »

La chaise avait beau être vissée dans le préart, mais ma foi, elle, vivait dans mes nerfs, était en train de changer tout mon corps. J'étais épuisée, mais j'étais saine d'esprit. Le Saint-Esprit au cœur, je n'allais plus jamais *pogner* les nerfs de la même manière.

Au lieu d'envoyer promener le docteur, j'ai fermé les yeux. Puis à qui j'ai pensé, vous pensez ? À Dieu.

« J'accepte ta Force, ta Volonté. Aide-moi, aide-le. »

J'ai souri de toutes mes forces une réponse dont j'aimerais me souvenir, juste pour vous la dire. Mais j'en conclus que c'est sa Volonté qui a répondu. C'est ma prière express à mon Père qui a répliqué quelque chose de bien sensé. Assez sensé, je suppose, pour ce médecin incrédule. Un médecin âgé, en fin de quart de travail. Un vendredi soir. Un médecin qui avait probablement sa semaine, sa carrière au derrière.

Je revois en mémoire sa tête accrochée un peu plus bas que la normale sur ses épaules. Toute sa vie penchée, suspendue grisement au-dessus des fiches de patients. Équilibrer les doses, balancer les prescriptions. Du fin réglage de la santé mentale. Toujours au-dessus, jamais vraiment dedans.

Dieu m'a demandé de l'aimer, de le comprendre, même s'il n'allait pas me comprendre. De lui sourire sur fond de synthétiseur lo-fi, de prendre mon tricot rose et de le remercier d'avoir pris soin de moi comme un enfant.

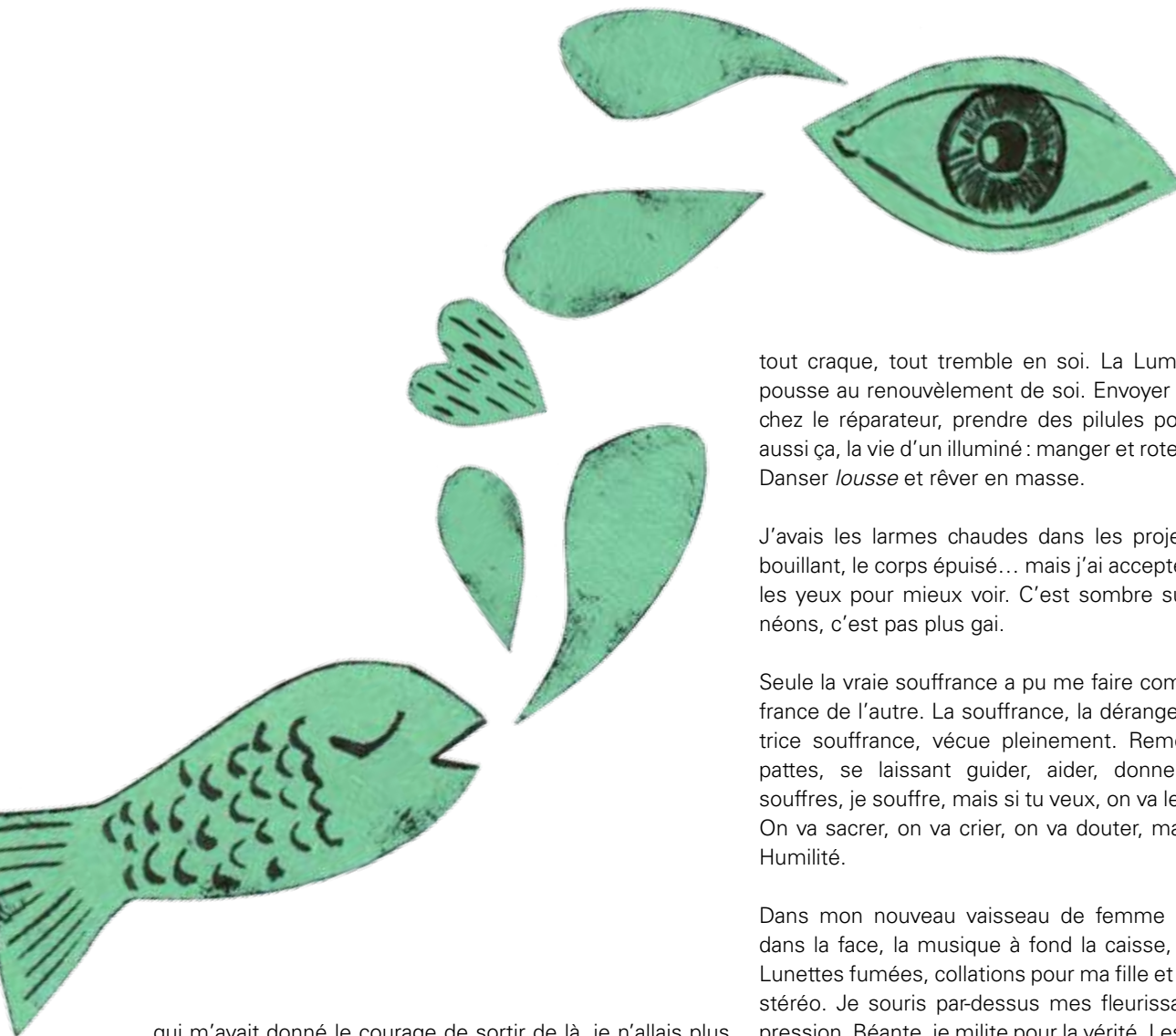
Au fond de la rivière

Y a pas de lumière

Les poissons voient clair dans l'eau.

Cette chose appelée ma vulnérabilité renouvelée m'a rendue sympathisante, à l'écoute. Empathique.

Cette chaise vissée, là dans le bureau, n'a pas bougé depuis, c'est sûr. Mais moi, je suis partie. Et parce que c'était Dieu



qui m'avait donné le courage de sortir de là, je n'allais plus jamais être ordinaire.

Instable et fatiguée.

« Bientôt, tu vas revenir à la normale, c'est juste une question de temps. »

Revenir à la normale ?

Notez ceci : on ne revient pas chez soi d'une dépression nerveuse avec le même carrosse. Revenir « comme avant » n'est pas une option. Autrement, on attend sagement le prochain accident dans un vaisseau qui empeste le passé, à essayer de recoller sa vieille face rouillée par-dessus la nouvelle.

Plus tôt cette année-là, j'avais imploré Dieu de m'aider. Sa réponse n'a pas été un hochement de tête plein de servitude à mon égard, mais un appel gros de Justice, blanc de Lumière, étonnant de Force. Non, son appel n'est pas toujours doux comme un chant céleste. C'est une exhortation d'une telle perfection sonore que nécessairement

tout craque, tout tremble en soi. La Lumière fait ça. Elle pousse au renouvellement de soi. Envoyer le tourne-disque chez le réparateur, prendre des pilules pour dormir. C'est aussi ça, la vie d'un illuminé : manger et roter, boire et fumer. Danser *lousse* et rêver en masse.

J'avais les larmes chaudes dans les projecteurs, le cœur bouillant, le corps épuisé... mais j'ai accepté qu'on me brûle les yeux pour mieux voir. C'est sombre sur Terre, et mille néons, c'est pas plus gai.

Seule la vraie souffrance a pu me faire comprendre la souffrance de l'autre. La souffrance, la dérangement mais salvatrice souffrance, vécue pleinement. Remerciant à quatre pattes, se laissant guider, aider, donner et brailler. Tu souffres, je souffre, mais si tu veux, on va le faire ensemble. On va sacrer, on va crier, on va douter, mais on va s'aider. Humilité.

Dans mon nouveau vaisseau de femme libérée, le soleil dans la face, la musique à fond la caisse, ça sent le neuf. Lunettes fumées, collations pour ma fille et meilleure chaîne stéréo. Je souris par-dessus mes fleurissantes rides d'expression. Béante, je milite pour la vérité. Les dents en forme de touches de clavier. La certitude d'être accompagnée, surtout aimée. Accepter la folie, apprivoiser l'anxiété. La petite flûte de Mozart dans le nez.

De bons légumes pour tout le monde !

Parce que, derrière le son lo-fi, derrière les paroles un peu niaiseuses, la mélodie est bonne en maudit. ■



Vous en voulez plus ?

Notre équipe produit aussi la revue *Le Verbe* (84 pages). Vous pouvez consulter la version numérique intégrale sur notre site Web (www.le-verbe.com) ou vous abonner (418 908-3438) et recevoir la version papier du prochain numéro gratuitement à la maison.

LA BOUFFE EN VRAC

PETITE ÉCONOMIE

Économie : du grec *oiko* (foyer, maison) et *nomia* (gestion, administration). Vu comme cela, on réalise que l'on n'est pas très loin de l'écologie. D'après l'encyclique *Laudato si'* du pape François, l'écologie intégrale consiste d'ailleurs à cultiver toutes les dimensions de notre vie (économique, spirituelle, relationnelle, naturelle, etc.). Les textes de « Petite économie » proposent donc quelques trucs en ce sens.

Nous sommes quelques-uns à partager ce doux souvenir d'enfance : la visite chez le marchand de bonbons. Plonger une pelle dans un immense bocal coloré et odorant donne le sourire à n'importe quel enfant !

Par contre, nous sommes sans doute peu nombreux à avoir rempli nous-mêmes des sacs de farine, de riz et de légumineuses, des produits pourtant bien plus nécessaires que les bonbons. Le vrac fait son retour, et il offre bien des avantages.

QU'EST-CE QUE LE VRAC ?

Acheter en vrac, c'est choisir soi-même la quantité d'un aliment qu'on achète. On peut acheter en vrac des produits secs (céréales, fèves, farines, etc.), et également des produits frais (légumes, viandes, champignons, etc.). Quand vous remplissez un sac de pommes à l'épicerie, vous faites un achat en vrac.

DE NOMBREUX AVANTAGES... EN VRAC

Premièrement, les aliments en vrac sont généralement moins chers que les aliments préemballés. Par exemple, la différence de prix atteint 50 % pour les abricots séchés, 30 % pour la farine blanche et 40 % pour le riz basmati lorsqu'ils sont achetés bios et en vrac.

Par ailleurs, le bio en vrac a généralement un prix similaire aux produits non biologiques emballés. Mais le prix n'est pas le seul attrait : lorsqu'on achète en vrac, on peut choisir la quantité à emporter. L'achat en vrac permet donc aux moins nantis de mieux gérer leur budget en achetant par petites quantités à la fois, tout en offrant la possibilité de choisir des aliments plus sains à peu de frais.

De leur côté, ceux qui n'aiment pas faire l'épicerie peuvent stocker d'importantes quantités de produits secs en une

fois, sans se perdre au Costco et en évitant une quantité importante d'emballages. Justement, c'est ce dernier point qui « emballe » de nombreux consommateurs : adieu cartons, plastiques et métal ! En apportant ses propres contenants réutilisables, on évite de nombreux déchets.

Moins cher, flexible, sans emballages ; finalement, le seul désavantage du vrac, c'est qu'il faut prendre le temps de laver puis d'apporter des contenants à l'épicerie. Rien d'insurmontable, entendons-nous.

QUELQUES BONNES ADRESSES

Si vous ne connaissez pas encore NousRire, allez vite taper ce nom dans Google ! Il s'agit d'un groupe d'achat d'aliments biologiques et écoresponsables en vrac. Le principe est simple : vous commandez des produits variés par Internet (pâtes, huiles, farines, fruits secs, etc.), puis vous allez remplir vos contenants de délicieux produits le mois suivant dans un lieu précis de votre ville.

Offrant des prix très compétitifs, NousRire livre dans une douzaine de villes et peut ouvrir de nouvelles cellules d'achats si l'intérêt local est manifeste.

Aussi, BulkBarn, fondé en 1982, propose plus de 4 000 produits dans ses 250 magasins. Et vous pouvez désormais apporter vos contenants réutilisables ! Farines, bonbons, aliments pour animaux, épices... BulkBarn a sans conteste la plus grande offre en vrac au pays.

Découvrez les magasins en vrac les plus proches de chez vous sur notre site Web : www.le-verbe.com.

Ariane Beauféray
ariane.beaufery@le-verbe.com



LISEZ ENTRE LES LIGNES

Le Verbe

Jeune paysan tibétain, membre de l'une des quelques communautés catholiques des montagnes du Yunnan. Photo : Raphaël de Champlain

Abonnez-vous gratuitement à la revue *Le Verbe*: 418 908-3438 ou www.le-verbe.com.
Un trimestriel de 84 pages, livré directement chez vous.

ON N'EST PAS DU MONDE, MAIS ON EST DANS LE MONDE

LeVerbe

ABONNEZ-VOUS À LA REVUE LeVerbe

VISITEZ LE SITE WEB

le-verbe.com

ÉCOUTEZ-NOUS À LA RADIO



TOUS LES LUNDIS

9 h Radio VM
17 h Radio Galilée



Québec
90,9

Beauce
102,5

Saguenay-Lac-Saint-Jean
106,7



Montréal
91,3

Victoriaville
89,3

Trois-Rivières
89,9

Sherbrooke
100,3

Rimouski
104,1