

La Foi et la santé mentale en Islam

Yasser AD-DAB'BAGH

Yasser Ad-Dab'bagh, M.D., D.P.M. est né en Arabie Séoudite, où il a entamé ses études en médecine à l'université King Saud, à Riyadh. Il est actuellement attaché au Centre hospitalier universitaire de McGill, comme psychiatre résident, alors qu'il y termine sa dernière année de formation. Cette présentation est le résumé d'un atelier donné dans le cadre d'un colloque organisé par la fondation «Embarque» intitulé Spiritualité et santé mentale. Ce résumé a été traduit par Etienne Godard



N'est-ce pas que les cœurs se tranquillisent au Rappel de Dieu? Ceux qui croient et font œuvres bonnes, à eux le plus grand bien et aussi la plus belle retraite.

[*Qur'an* 13:28-29]

La présence de Dieu aide-t-elle?

La réponse à cette question peut venir d'une excoissance d'un certain système de valeurs: s'il est religieux, on peut parler de foi, autrement, on peut parler de science. Le défi posé par cette question à l'intelligence humaine est de savoir si l'espace séparant ces deux sources de croyance peut, d'une façon ou d'une autre, être relié par la raison et qu'ainsi, une nouvelle perspective puisse naître du regard posé à partir du centre du pont reliant ces deux rives que forment foi et science. La foi Islamique offre une approche médiane apte à relier ces deux rives. À cette fin, nous aborderons rapidement quelques caractéristiques importantes qui façonnent l'univers mental d'un musulman afin de démontrer comment il est essentiel, dans toute approche thérapeutique, de bien

tenir compte de l'enracinement spirituel de la personne.

Destinée, libre arbitre et responsabilité

Le *Qur'an* (Coran) ne voit aucune contradiction entre le caractère prédéterminé des plans divins, d'un côté, et le libre arbitre de l'autre. Cette relation est considérée comme une tension entre deux pôles opposés, une des différentes tensions présentes dans l'idéologie islamique. On s'attend à ce que les musulmans croient en l'efficacité de leurs actions quant au dénouement de l'existence. Mais, simultanément, le sentiment de confiance en Dieu, unique à la foi musulmane (*tawakkul*), un sentiment intime que Son désir sera exaucé, exprime bien cette approche médiane, cette position où l'anxiété et l'anticipation reliées au dénouement de l'action entreprise se trouvent tempérées.

Cette approche médiane représente la partie rationnelle du musulman qui se cache derrière la phrase

si souvent utilisée, «*Incha Allah*». Souvent mal interprétée, cette confiance en la volonté de Dieu n'est pas une excuse pour les agissements de l'individu ou son manque d'action, ni une justification à l'égard d'une certaine suffisance en Islam. «*Tawakkul* fait référence à la confiance en Dieu enfouie dans le cœur de l'homme. Toutefois, cela ne contredit pas les causes naturelles ou leur dénouement. En fait, *tawakkul* présuppose elle-même l'acceptation d'un lien de causalité entre l'acte et la confiance». Les deux notions sont solidement imbriquées l'une à l'autre: «En réalité, Dieu ne change rien, en un peuple, tant qu'ils n'ont rien changé en eux-mêmes» [*Qur'an* 13:11]. Ce verset du *Qur'an* exprime adroitement la nature inexcusable de la complaisance et l'importance de cette responsabilité des individus à travers leurs efforts pour briser le *statu quo*.

La responsabilité de l'individu envers Dieu n'est pas basée sur ses actions passées, mais plutôt sur chaque nouvelle action individuelle.

L'idée du péché originel n'existe pas dans l'Islam. Le *Qur'an* rejette la préexistence d'une déviation morale dans la nature humaine. Conséquemment, la nature humaine possède, également, originellement, les clefs de son destin: le bien et le mal. En d'autre mot, la condition humaine est en équilibre sur cette ligne médiane dès le commencement de la vie.

L'individu, les parents et la société

Les parents occupent en Islam une position centrale. Plusieurs versets dans le *Qur'an* nous appellent à la bienveillance envers nos parents. «Et voilà que ton Seigneur a décrété: N'adorez que Lui. — De la bonté envers les père et mère: si l'un d'eux ou tous deux doivent atteindre la vieillesse près de toi, alors ne leur dis point: «Fi!» et ne les repousse pas, mais dis-leur noble parole, et par miséricorde baisse sur eux l'aile de la tendresse» (*Qur'an* 17:23-24).

Cette position exaltée que tiennent les parents dans l'univers mental d'un musulman n'empêche pas le développement naturel du processus d'appropriation de l'image parentale. Il est évident que des liens aussi forts, tissés dès l'enfance, demeurent à l'âge adulte. En Islam, la séparation d'avec les parents est ni encouragée ni vue comme essentielle pour le développement de l'autonomie. Conséquemment, une renonciation complète de la figure maternelle véritable en faveur d'une mère intérieure, ne prend pas racine aisément dans l'esprit d'un musulman élevé dans une société musulmane.

Une telle situation, même si elle est considérée aujourd'hui comme insolite dans la société occidentale, crée dans l'esprit du musulman un certain équilibre entre les exigences d'appropriation de la mère intérieure

et la mère réelle. C'est peut-être là une autre facette de cette approche médiane dans la pensée islamique, qui n'est pas sans posséder beaucoup d'influence sur le fonctionnement intra-psychique des musulmans.

Individu et collectivité

Un autre exemple de cette voie médiane que l'on retrouve dans l'Islam peut-être donné à l'égard des relations entre individu et collectivité. Si l'on examine l'emphase mise par l'Islam sur les valeurs familiales et celle de bon voisinage, la position de l'individu dans ses relations aux parents, au conjoint, aux enfants, à la famille étendue et aux voisins, l'on remarquera qu'il est lié par un enchevêtrement d'obligations et de droits individuels. Cette structure entremêlée en est une de cohésion, au centre de laquelle réside le bien-être de l'humain. L'on peut décrire cela comme étant un état d'individuation incomplète, une position mitoyenne entre être pris dans les mailles d'un filet et un état d'isolation face aux autres.

À ce niveau, les groupes basés sur les liens familiaux s'entremêlent avec ceux qui sont basés sur le bon voisinage pour former des communautés plus large dont les relations interpersonnelles forment «la substance adhésive», retenant ensemble les différents morceaux du puzzle. «Le Messager d'Allah, que la paix soit sur lui, dit: Vous reconnaissez les fidèles à travers la miséricorde, l'amour et l'affection dont ils font preuve les uns envers les autres. C'est à l'exemple du corps; si un organe se plaint, le reste du corps est appelé à la vigilance et est gagné par la fièvre», écrit Al-Bukhari.

En conséquence, cette solidarité que l'Islam apporte à la communauté musulmane est le résultat d'une identité collective façonnée par autre

chose que le simple partage d'une religion. En fait, cette identité collective a priorité sur toutes les autres sources d'identité et, dans la plupart des cas, les supplante. Cette identité collective est atteinte par la dévaluation des autres sources majeures d'identité, comme la race, le genre, la nationalité, les affiliations tribales, etc. Tout comme il existe, dans l'Islam, une référence aux obligations et droits des individus, il est fait référence à une dimension plus large: la société islamique. L'intégrité de la communauté musulmane s'exprime par la responsabilité, tant des gouvernants que des gouvernés. Quand un conflit d'intérêt apparaît, la priorité est donnée à la communauté à l'encontre de tout individu particulier. En conséquence de quoi, un *continuum* entre conformité et réalisation personnelle existe, *continuum* qui est au cœur de l'agir des musulmans.

Santé et maladie

Dans le monde musulman, l'approche de la question de la santé se fait dans un cadre très large qui englobe la personne dans son entier, incluant les réalités spirituelle, psychologique, sociale et physiologique. Ainsi, l'on peut dire que l'Islam, face à la maladie, favorise une approche holistique. L'Islam présente la maladie comme faisant partie des plans Divins. À travers la maladie, Dieu teste ses fidèles. Le sens de la maladie est considérée au niveau psychique, l'évaluation de ce que le futur nous réserve change et le rôle social de la personne peut être modifié.

À tous ces éléments, la foi islamique est de première importance. Le *Hadith* (recueil des actes et paroles de Muhammad) qui suit explique pourquoi: «Le Prophète, que la paix soit avec lui, dit: Tout ce qui peut frapper le musulman, que ce soit la fatigue, la maladie, l'anxiété, la tristesse, la

souffrance, le deuil et même la blessure d'épine, est contrebalancé par l'absolution, par Allah, de certains de ses péchés.» L'on comprendra, avec facilité, comment l'infortune de la maladie est tempérée par le pardon des péchés. Il faut noter que l'interprétation punitive de la maladie n'existe pas en Islam. La maladie est vue comme une épreuve que l'on fait subir à sa foi, à travers laquelle la patience et la confiance en Dieu (*tawakkul*) sont appelées pour soutenir dans la détresse.

La patience, tout comme la *tawakkul*, est une vertu sujette à être récompensée par Dieu. Il faut se rappeler que la *tawakkul* n'élimine pas la responsabilité de l'individu. Elle renvoie d'avantage à cette approche médiane de l'Islam qui, comme on l'a vu plus haut, fait cohabiter les concepts de destinée et de libre arbitre. Pour le malade, cela implique la nécessité de se mettre à la recherche d'une cure, et non de se tourner vers la maladie comme une célébration, de lui permettre de fleurir sans opposition en laissant de côté toute responsabilité en s'abandonnant à Dieu. Cela implique aussi que le patient sera plus à même d'accepter avec paix, sans révolte ou mépris, les conséquences permanentes qui pourraient entraîner sa maladie. Ainsi, l'on retrouve encore une fois cette voie médiane que l'Islam propose. Elle essaie, ici, de mettre la personne malade au centre d'un *continuum* qui relie deux pôles: d'un côté, la réception passive de l'empathie et des soins de l'entourage, et de l'autre, une attitude d'affrontement, de négation et de rejet.

Approches psycho-analytique et dynamique

Dans le cas de la psychanalyse, adhérer aux doctrines antireligieuses peut s'avérer problématique pour le patient musulman moyen. Une telle

doctrine peut empêcher la formation d'alliance thérapeutique ou encore encourager, chez le patient musulman, le recours à des mécanismes de résistances qui, autrement, ne seraient pas utilisés dans sa vie quotidienne avec les autres musulmans. Si l'analyste pouvait adopter une position mitoyenne qui permet l'intégration des enseignements religieux à la compréhension psychanalytique, l'on peut imaginer qu'une relation plus productive pourrait en résulter.

Après tout, la rigidité extrême, et une telle prise de position, du côté de la psychanalyse, ont rendu celle-ci impopulaire dans le monde musulman comme forme de traitement psychologique. Pour rendre cette intégration possible, une compréhension des sources de la moralité, chez les musulmans, doit informer l'analyste, en parallèle avec les informations relatives à l'identification du patient avec ses parents et les autres figures d'autorités principales dans le développement du musulman sous analyse.

Par exemple, il doit faire preuve de respect envers les motivations sociales et interpersonnelles, l'appel de l'interdépendance, en opposition à l'indépendance, au même moment où il prend en considération l'analyse des motifs «intra-psychique». Ainsi ce besoin de conformité doit tempérer la tendance psychanalytique à maximiser, comme finalité, la réalisation personnelle. De même, la conscience du caractère unique, amené par l'Islam, aux émotions comme la honte et la culpabilité, est essentielle.

Plus encore, l'analyste doit posséder une compréhension des principes de *tawakkul*, cette confiance unique en Dieu qu'exprime la foi musulmane. Prenons par exemple le cas de la sexualité et mettons en parallèle deux patients sous analyse:

un musulman et un non-musulman. Ce dernier, en présentant un exemple d'inhibition extrême, serait probablement similaire au musulman qui fait preuve d'une inhibition semblable.

Par contre, la différence est marquée si l'on fait face à un musulman modéré; c'est que les valeurs occidentales actuelles à l'égard de la sexualité seront considérées comme permissive «à l'extrême» par le musulman religieux, même si à l'Ouest elle représente la norme sociale. L'on fait face à une question de relativité qui exige la prudence dans l'évaluation de l'adhésion religieuse du patient traité. Cette évaluation doit prendre en considération, d'une part, la «norme» qui prévaut à l'intérieur du milieu où évolue le patient, et d'autre part, les rapports entre les circonstances de vie particulière du patient et cette même «norme». Ainsi, en empruntant la voie médiane, l'analyste est en mesure de poser un regard plus raisonnable sur la situation.

Et puis, Dieu aide-t-il vraiment?

Le musulman qui adhère à une foi saine et pieuse va sans aucun doute croire que «Dieu aide». Pour cet individu, cette conclusion affirmative est sans équivoque. Ce musulman à la foi saine et bien enracinée va aussi reconnaître toutes les tensions qu'il ou qu'elle a à négocier, en essayant, consciemment, de rester près de la voie médiane. De cette façon, il ou elle pourra se prévenir d'angoisse plus forte encore. Et, si la maladie mentale doit frapper, il ou elle connaîtra les outils mis à sa disposition par Dieu, à moins que le contact avec la réalité ne soit coupé. Ces outils relèvent entre autres du spirituel, du mental (la voie médiane) et du domaine médical. <