

# THE OU CAFE PHILO

## COMPTE RENDU n° 35

Mardi 31 juillet 2018

Nombre de personnes présentes : 7

### THEMES PROPOSES :

- L'oubli et la résilience
- L'expérience est-elle trompeuse ?
- Eprouver de l'injustice est-ce nécessaire pour savoir ce qui est juste ?

Thème retenu :

- **L'oubli et la résilience**

Points principaux évoqués :

- Résilience : 1/ résistance d'un matériau aux chocs 2/ Capacité à surmonter les chocs traumatiques cf. Boris Cyrulnik
- S'il est possible qu'un métal revienne à sa forme initiale, il est impossible pour l'homme de revenir complètement à l'état antérieur au choc traumatique (par ex. : la Shoah)
- Les différentes méthodes psychologiques (EMDR, hypnose...) peuvent nous aider à retrouver des traumatismes inconscients et faire comprendre la raison d'un certain mal être
- La résilience est en général le fait de pays dits civilisés.
- Après un choc traumatique, il peut être aidant de composer avec l'évènement et de chercher au plus profond de soi la possibilité d'avoir recours au pardon, à la compréhension
- Les souffrances traumatiques ne sont pas les mêmes selon les époques : auparavant le violeur devait épouser la femme violée par lui, alors que maintenant le viol est puni par la loi ; punitions corporelles vis-à-vis des enfants punies par la loi à l'heure actuelle
- La résilience c'est de tenter de se retrouver tel qu'on était avant l'agression, c'est de dépasser l'empreinte du choc pour retrouver l'innocence
- La résilience c'est surmonter une altération (tel un arbre qui est coupé et repousse) et éviter ainsi une dépression
- La résilience physique peut être dans la reconstruction d'une partie du corps, notamment en ce qui concerne les tissus endommagés
- La résilience est plus facilement acquise chez les individus qui ont reçu une éducation sécurisante qui leur donne de la force pour résister aux traumatismes
- Par ailleurs, il est possible également que la fréquence de coups reçus nous donne une capacité de résistance et que des phénomènes de protection soient alors mis en place
- La résilience dépend également de la volonté de chacun
- La résilience peut intervenir entre les nations
- L'oubli est positif : cela permet d'avancer. Par ex. commettre une bêtise, se faire taper sur les doigts et ne plus refaire la même erreur
- Certaines formes d'agression peuvent nous aider à nous structurer (cosmonautes lors de voyages dans l'espace)
- On peut penser que la souffrance est une expérience, avec certaines limites
- L'oubli n'a pas vraiment de raison d'être si cela concerne des faits intelligents.

Référence : « On n'oublie rien de rien, on s'habitue, c'est tout » (Brel)