

## Frère JérémY Caumont « Je me sentais utile, pas forcément aimé »

Transcription dédiée aux personnes sourdes

**PODCAST – Frère JérémY Caumont a longtemps été un maillon indispensable à la vie de ses deux parents et de son grand frère, sourds. En écho au dossier du n°259 d'*Ombres & Lumière* « Nous autres, jeunes aidants », il éclaire ce que peuvent vivre de nombreux jeunes qui apportent un soutien durable et quotidien auprès d'un proche malade ou handicapé.**

### Introduction au podcast

Bonjour, je suis Guillemette, journaliste à *Ombres & Lumière*, média spécialisé dans le handicap. Tous les deux mois, je vous propose de rencontrer quelqu'un concerné par le handicap ou la maladie ou qui y est sensible. Le thème de l'épisode est toujours en lien avec le numéro d'*Ombres & Lumière* en cours. Ce témoin nous partagera son histoire parfois traversée par l'épreuve, et les chemins qu'a pris la vie pour les traverser.

**O&L Frère JérémY, bonjour, merci d'être venu au micro de « La Lumière d'une rencontre ».**

***Vous avez 39 ans et êtes membre de la Congrégation de l'Oratoire, également séminariste pour le diocèse de Fréjus-Toulon. Si je vous tends le micro aujourd'hui, c'est pour parler de votre longue expérience de jeune aidant, avec le recul que vous avez aujourd'hui. C'est un terme assez nouveau, « jeune aidant », qui désigne un proche qui vient soutenir un frère, une sœur ou un parent handicapé. Cette situation vous concerne, car vos deux parents étaient sourds, ainsi que votre grand frère. Avec votre petit frère, vous étiez les seuls de la famille à entendre.***

***Pouvez-vous nous raconter le quotidien dans cette famille ? On imagine que naviguer entre deux mondes, celui des sourds et des entendants, n'est pas simple. Quelle atmosphère y régnait-il ?***

**Jérémy Caumont :** Une atmosphère aimante, dans cette famille où mes deux parents donnaient vraiment. J'ai eu la chance d'avoir deux parents qui travaillaient à temps plein : ma mère était assistante d'un haut fonctionnaire de la Marine, mon papa était chef cuisinier, une stabilité de vie sécurisante pour nous. Mon frère était scolarisé dans un établissement spécialisé, un peu dans les quatre coins de la France. Sinon, c'était un rythme de vie d'une famille tout à fait normale, avec des repas pris en commun. La seule différence, c'était le silence. Tout se disait en langue des signes. J'avais quelques échanges avec mon frère, mais on est quand même plongés dans un monde de silence où le langage est la langue des signes. C'est ce qu'on a développé en premier. J'ai appris la langue des signes avant de parler, vers l'âge de deux ans, et je naviguais forcément dans un monde beaucoup plus sensible que l'ordinaire. Il y

a une attention au regard, une écoute plus importante, car il faut aller au bout de la phrase pour saisir ce que la personne dit, et une vision globale de ce qui se joue dans l'environnement. Il y a cette sensibilité chez les personnes sourdes, ce regard sur l'environnement, et vraiment une attention, un focus sur la personne qui est en face. Si on tourne la tête, on ne voit plus le geste, alors que si on parle, on peut toujours entendre.

**O&L** *Merci pour la présentation de votre famille. Pouvez-vous nous expliquer en quoi vous aidez vos parents, concrètement ?*

**Jérémy Caumont** Au quotidien, il y avait une sollicitation permanente pour aider mes parents. Ça a commencé à l'âge de six ans. D'abord, téléphoner à ma grand-mère pour dire qu'on venait, que mes parents venaient en famille, pour rendre visite à mes grands-parents et puis, très vite, ça a été de téléphoner pour prendre des rendez-vous médicaux. Quelques années plus tard, c'était surtout lire les courriers pour mes parents, pour confirmer qu'ils avaient bien compris ce que signifiait le courrier. C'était prendre des rendez-vous administratifs, se déplacer dans les banques ou à la Caisse des allocations familiales pour faire des réclamations, pour des suspensions de prestations, des erreurs administratives. Aller dans les banques, assister aux conseils de classe où les professeurs parlaient de moi-même à mes parents... Je traduais en langue des signes ce que les professeurs disaient de moi. Ils avaient de la chance, car j'étais plutôt bon élève, rien à cacher, si ce n'est les bavardages réguliers en classe, et sur ça, j'ai quand même été honnête.

**O&L** *Il s'agissait de faire l'interface entre le monde et la vie familiale...*

**Jérémy Caumont** Je pense que mes parents savaient se débrouiller, ils le savaient avant qu'ils ne me sollicitent. Je n'ai jamais demandé d'explications à mes parents, mais à partir du moment où ils ont pris conscience que je pouvais être un enfant qui rendrait des services, qui avait la capacité de les aider, ils ont saisi l'opportunité, voilà. Je pense que c'est tout à fait normal, de la même manière que des parents vont demander à leurs enfants de mettre le couvert quand ils ont l'âge de le faire. Dans ma famille, c'était écrire des courriers, téléphoner ou prendre des rendez-vous 'parce que tu as la capacité de le faire'. J'ai très vite saisi l'enjeu que ça avait pour mes parents, et ça a orienté toutes mes capacités intellectuelles au niveau scolaire, car j'ai eu de brillantes études. Je l'ai fait, car je savais que ça allait aider mes parents.

**O&L** *Vous avez endossé cette casquette, si l'on peut dire, pour être utile ?*

**Jérémy Caumont** Oui, je peux être utile, et le seul moyen que j'ai, c'est de m'investir totalement dans ma scolarité. Ça a porté ses fruits, car pour corriger un courrier, il faut être bon en orthographe, pour téléphoner, il faut pouvoir parler clairement, il faut saisir les informations que mes parents donnent pour les restituer à des professionnels, tous milieux confondus – ça peut être la santé, le secteur administratif ou associatif, et j'ai anticipé leur demande en me disant que si je faisais ça, je mettais

tous les moyens de mon côté pour donner toutes les chances à mes parents d'être un peu plus intégrés dans le monde.

**O&L** *Ce rôle vous a propulsé dans le monde des adultes plus tôt que vos camarades. À l'école, en accompagnant souvent vos parents pour les rendez-vous et réunions, comment réagissait le milieu scolaire, et étiez-vous mal à l'aise avec cette situation peu commune ?*

**Jérémy Caumont** Il y avait deux réactions tout à fait différentes ; au niveau de mes camarades. On me disait souvent que je n'étais pas l'enfant de mes parents. Ils ne comprenaient pas que des parents sourds puissent avoir des enfants qui entendent. On disait souvent que j'étais adopté. Je l'ai presque cru au début. Puis un jour, c'est sorti devant mes parents. Ils étaient assez peinés, m'ont dit, « non, non, tu es vraiment notre fils ».

Dans le corps enseignant, ça a été très bien intégré. Peut-être qu'on ne considérait pas assez ce que ça engageait pour un enfant de représenter ses parents. À l'époque, j'étais un enfant assez timide et traduire une réunion avec tous les autres parents qui sont présents, ça exigeait d'abord qu'on soit au premier rang, parce que mes parents voulaient voir les personnes. Ils avaient besoin de ce contact visuel donc ça m'a obligé d'être au premier rang et de traduire devant tout le monde ce qui se disait. Et je n'avais pas vraiment envie d'être exposé à cet âge. Ma vie familiale faisait que j'étais plutôt solitaire. Je baignais quasi exclusivement dans le domaine familial. Les amis, ce n'était pas évident, car j'étais sollicité quasiment à temps plein pour mes parents. J'étais avec mes parents et beaucoup avec des adultes aussi à cet âge-là de 10 à 18 ans, donc j'ai eu un cercle d'amis très restreint. C'étaient forcément les meilleurs de la classe et le reste, c'était ma famille et les amis de mes parents.

**O&L** *Vous parlez beaucoup de vos parents. Apportez-vous aussi une aide concrète à votre grand frère ?*

**Jérémy Caumont** Il y avait moins de démarches, car il était scolarisé. Là où j'aidais, c'est quand on déposait un dossier pour la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) pour une subvention ou une aide financière. Je remplissais les dossiers de mes parents et de mon grand frère. L'aide était secondaire pour mon grand frère.

**O&L** *Au sujet des aidants, vous parliez de mettre le couvert pour certains. Il y a quand même une différence entre mettre le couvert et aider ses parents dans toutes les tâches que vous évoquez. Vous êtes-vous dit à un moment « c'est quand même lourd ce que je porte » ? Y a-t-il eu un petit déclic ?*

**Jérémy Caumont** Le déclic ne se fait pas sans souffrance quand même. Je voudrais revenir sur cette partie assez douloureuse d'être sollicité de manière intempestive. Je fais mes devoirs et tout à coup, mon papa me demande de téléphoner au médecin pour prendre un rendez-vous, et puis peut-être une heure après : « Est-ce que tu peux me traduire cette lettre ? » Au début, on le fait avec obéissance, et puis

quand c'est quotidien et très régulier, à un moment donné une petite rébellion se fait, et moi, j'ai régulièrement dit non. La remarque que me faisaient mes parents, je l'ai compris ça plus tard, c'est : 'si tu ne veux pas le faire c'est que tu ne nous aimes pas, c'est parce que tu n'acceptes pas notre handicap'. J'ai compris plus tard, mais là, je saute des étapes, que c'était un chantage affectif, et donc forcément, moi, j'ai demandé à voir une psychologue à partir de 15 ans, contre l'avis de mes parents. Mais j'ai insisté, car j'avais besoin de faire le point sur qui j'étais. Je me sentais quelqu'un d'utile, mais je ne me sentais pas forcément quelqu'un d'aimé pour l'enfant que j'étais. En tout cas, une dissociation s'est faite à ce moment-là, le doute s'est installé. J'avais besoin de mettre au clair cette affaire-là avec une psychologue. On a travaillé sur mon identité dans la famille, ma place dans l'école, dans un environnement beaucoup plus large. Un enfant qui est projeté dans un monde d'adultes, ça pose la question du positionnement. Comment retrouver un cercle d'amis, et apprendre à différer les demandes ? Moi, je me braquais, je disais non. Ça créait une tension dans la famille, et tant que je disais non, je savais que je tenais quelque chose. C'était presque malsain, une forme de contrôle : « Je vous aiderai quand j'aurai décidé ».

Avec la psychologue, on a travaillé sur la notion de différer les « oui ».

Oui, mais pas tout de suite, dans un quart d'heure, dans une heure, ou demain, et effectivement pour l'avoir testé, ça a vraiment marché tout de suite. Il se trouve que ce sont des demandes ponctuelles sur des sujets qui ne nécessitent pas une aide physique. Clairement, ce n'est pas la même chose quand il faut aider sa maman à faire sa toilette, ce n'est pas du tout pareil. Toujours est-il que ça m'a aidé. Je pense que ce travail qui a duré cinq ans quand même, et m'a fait basculer en me disant : 'Jérémy, tu as quelque chose de très particulier dans ta famille, tes parents sont sourds. Ma maman disait toujours qu'elle avait été créée parfaite aux yeux de Dieu, moi, ça m'avait vraiment surpris ce qu'elle disait : parfaite aux yeux de Dieu et aux yeux de la société, considérée comme handicapée, mais pour elle, il ne lui manquait rien. C'était assez édifiant comme témoignage. Et, là, je me suis rendu compte que ce n'était pas un inconvénient, le handicap, en tout cas dans ma famille. C'était une force, c'était devenu une force pour moi vers 16 ou 17 ans. Dans la plupart des familles sourdes, la surdité, au-delà du handicap, est une identité, il y a un langage qui accompagne la vie, et donc forcément, il y a une manière sensible d'être au monde. J'ai vu qu'il y avait une force, une fierté, et me dire que ce petit plus que j'apportais, je pouvais le mettre au service d'autres personnes hors du cercle familial. C'est ce que j'ai développé dans mes premières activités professionnelles, le conseil aux personnes sourdes. Je travaillais en banque et j'avais organisé une réunion d'information sur les produits bancaires. Je savais qu'il y avait un manque cruel à ce niveau-là. À travers une association, on a pu réunir beaucoup de membres et j'ai pu faire une conférence pour les informer. C'était devenu un atout et une fierté que je pouvais mettre au profit de la société aussi.

***O&L Beaucoup de jeunes aidants se sont confiés dans les pages de notre dossier pour dire que c'était difficile de trouver sa vocation dans le monde et de quitter le domaine familial. Vous, ce passage, comment l'avez-vous vécu ?***

**Jérémy Caumont** J'ai eu la chance de plutôt bien le vivre, puisque j'étais accompagné par une psychologue. J'ai anticipé ce moment-là vers 17 ou 18 ans sur la prise d'autonomie en rendant aussi l'autonomie à mes parents. Ils sont fondamentalement autonomes, mais une dépendance s'était créée malgré nous et il fallait rendre cette autonomie. Avec mes parents, on a travaillé pendant un an. Je leur avais dit qu'à 18 ans j'allais peut-être travailler, prendre un appartement, comme une forme de succession à la suite.

Pour eux, c'était angoissant, mais je n'avais pas perçu que je m'étais rendu indispensable en fait. Ce n'était pas du tout volontaire de ma part, peut-être que ça a alimenté chez moi le désir d'être le sauveur, mais ça s'est fait à mon insu. Moi, avec la psychologue d'un côté, je faisais le retour avec mes parents. Je proposais alors des solutions comme créer un classeur pour mettre tous les contacts administratifs, santé... J'ai fait des modèles de courrier pour mes parents pour un changement d'adresse, un changement d'abonnement, et ma maman avait tout rassemblé dans un classeur.

**J'ajoute une anecdote** : mes parents ont voulu acheter un appartement, le projet de leur vie. Ils pensaient que c'était infaisable. Je les ai aidés dans une autre banque à constituer un dossier et puis, au moment où je devais partir, quitter le foyer, j'ai demandé à ma maman où elle en était de ses démarches, si elle connaissait le montant du prêt immobilier, la réponse : « Non ». « Tu connais le nom de ta conseillère ? » « Non ». « Tu sais sur combien d'années, tu peux t'endetter ? » « Non ». « Tu vois, tu dois être responsable, c'est ton projet de vie, ce n'est pas le mien, moi, je t'ai aidée, moi, je vais partir, et donc si tu ne sais pas ça, en fait, tu vas emprunter de manière un peu irresponsable. » Je sais que ça lui a fait de la peine que je lui dise ça. Sur le moment, j'étais un peu en colère, mais ce qui est dingue avec elle, c'est que c'est une femme qui a une force de vie, une force de caractère incroyable, avec une grande sensibilité. Je sais qu'elle a passé toute la nuit à constituer le classeur. Le lendemain matin, à la première heure, quand je suis sorti de ma chambre, elle est venue me voir en disant : « J'ai fait le classeur ». Et j'étais tellement fier de ma mère. J'ai vu mes parents grandir. On a grandi ensemble en fait. Ça, c'est le plus beau cadeau qu'on peut avoir en famille. C'est cet échange qui fait grandir les uns et les autres et c'est assez particulier dans une famille.

***O & L La phrase « J'ai vu grandir mes parents » montre le rôle assez particulier d'un enfant de parents handicapés, toute la beauté, mais aussi toute la lourdeur de ce rôle.***

**Jérémy Caumont** La beauté et la lourdeur de la même manière qu'il y avait beaucoup d'amour et beaucoup de tension en même temps. Mes parents avaient envie de réussir leur vie, en tout cas, ils nous ont donné une très belle éducation à mes frères et moi, qui peut être considérée comme stricte, mais qui était rassurante pour eux dans le cadre de leur handicap. On n'a jamais manqué de rien, on est régulièrement partis en vacances. Mon papa m'a appris à gérer les comptes à partir de 12 ans, avec un petit cahier. J'espère que les papas d'aujourd'hui le font encore. J'ai de très bons souvenirs éducatifs de mes parents et je voyais tout l'amour et tout le soin qu'ils mettaient à nous transmettre des valeurs. Par exemple, mon papa me parlait souvent de la valeur travail et de la stabilité. Pour lui, c'était vraiment important de ne pas changer de travail tous les deux ans et de trouver un employeur chez qui on se sent bien, en cohérence avec nos valeurs et nos compétences, et d'y rester pour toute la vie. J'ai grandi comme ça avec cette idée de stabilité et de valeur travail. Eux-mêmes étant handicapés, ça n'a pas été facile pour eux de s'intégrer au travail, ils ont fait avec. Je pense que le milieu professionnel n'a pas facilité l'intégration. Mais, c'était une époque, peut-être que ce n'est plus le cas maintenant. Je pense que les entreprises sont beaucoup plus sensibles à la cohésion. J'ai reçu cet exemple-là et j'essaye de l'appliquer aujourd'hui.

**O&L** *Avant de revenir au passage à la vie adulte, et votre départ de chez vos parents, votre petit frère était-il autant sollicité que vous ou pas ?*

**Jérémy Caumont** Dans mes souvenirs, je pense qu'il a rarement été sollicité. J'étais là en permanence, j'anticipais tout parce que, quand on aide des parents handicapés, on développe une capacité à anticiper tous les besoins. Et forcément, j'étais assez prévenant et assez attentif, très vigilant, un peu sur le qui-vive, donc mon petit frère était un peu épargné par ça. En revanche, j'avais travaillé aussi avec mon petit frère pour qu'il puisse prendre le relais, ce qu'il a fait. Mais quand on a un référent, comme dans les services administratifs, et qu'on sait qu'il s'occupe très bien de notre dossier, on va faire appel toujours au même. C'était un peu le réflexe de mes parents à l'époque. J'ai été moins sollicité en prenant mon appartement. Je faisais des allers-retours à la maison une fois par semaine. Au début, mes parents stockaient les courriers en attendant que j'arrive. Mon grand frère aussi faisait ça, et au lieu de passer un instant familial, je passais un temps un peu comme un assistant social. Je regardais tous les courriers. Je disais ça, c'est bon, tu peux classer, là, il faut payer, là, c'est une relance, ça, c'est de la publicité, je faisais ma petite heure d'administratif et après, on passait à l'aspect familial. Mais, j'avais dit à mes parents que ce serait bien s'ils pouvaient traiter les choses au fur et à mesure, pas attendre que j'arrive le week-end parce qu'un jour, je viendrai une fois par mois puis une fois tous les trois mois, que ce serait dommageable pour eux de stocker autant de courrier. Maintenant, à l'ère du numérique, c'est autre chose.

**O&L** *Pour bien comprendre, est-ce que c'était le langage qui leur manquait dans la façon de répondre, n'avaient-ils pas forcément les codes comme vous et moi ? Qu'est-ce qui fait que pour le courrier d'une banque ou une facture d'électricité, ils avaient vraiment besoin de votre aval ou de votre aide ?*

**Jérémy Caumont** Je pense que ce sont des éléments de langage qui sont propres au système administratif, avec des tournures de phrase parfois compliquées, avec un langage spécifique que le langage des signes ne traduit pas complètement. Dans la langue des signes, il y a des spécialités : dans le cadre de la médecine, il faut apprendre tout le langage lié à la santé pour pouvoir traduire, ce qui a été mon cas. Eux, ce n'était pas leur domaine. Je pense que, foncièrement, ils comprenaient le courrier de manière intuitive. Il fallait juste une confirmation. En général, ils comprenaient bien. Là où c'est plus difficile, c'est de répondre au courrier. Au début, je rédigeais les lettres, et grâce à l'aide de la psychologue, on est passé petit à petit à une proposition de courrier qu'ils rédigeaient et que je corrigeais. Mes parents écrivent très bien et s'expriment plutôt bien à l'écrit. Ça reste des phrases très simples, mais compréhensibles pour quelqu'un qui est dans l'administration. Une fois que j'avais corrigé le courrier, ils le réécrivaient. Avant de l'envoyer, ils faisaient une photocopie qu'ils classaient. Maman avait plusieurs classeurs en fonction des services de l'administration.

**O&L** *Au fur et à mesure de ces ajustements, avez-vous senti que vous repreniez une place de « juste enfant » ? Est-ce que les choses se sont un peu plus ajustées ?*

**Jérémy Caumont** Quand je relis ce bout de vie, je me dis régulièrement que j'ai été le parent de mes parents. Peut-être que ce n'est pas ajusté de le reformuler comme ça, mais vraiment, j'ai vu ma maman grandir de manière très claire, même dans son intégration dans la société ou par rapport à la mode féminine. Mon papa, je l'ai vu aussi s'épanouir. J'avais vraiment un regard de père sur mes parents. Difficile de rester l'enfant, difficile de se laisser aider. Moi, je me souviens, même si ma scolarité était brillante, j'aurais aimé que mes parents viennent de temps en temps checker mes devoirs. Je les faisais, naturellement, mais j'aurais aimé qu'ils soient présents et qu'ils me proposent leur aide. Je n'allais pas leur réciter un poème, ça, c'est clair, je ne pouvais pas leur chanter une chanson que j'avais apprise à l'école, ça c'est évident. J'aurais aimé qu'ils puissent corriger mes dictées, et à l'âge de 12 ans, ça fait un peu mal au cœur de le dire, j'ai réalisé que je dépassais intellectuellement mes parents. C'est assez douloureux de se le dire parce qu'on se dit que ses parents ne pourront pas vous aider au niveau de mes études. C'est moi qui ai aidé mon petit frère pour ses devoirs. Ce constat de ne pas être aidé dans les études, et pourtant j'en ai discuté très souvent avec mes parents, mon papa me disait souvent « mais toi, avec toi, tout se passe bien, tu n'as pas de problèmes de comportement, tu te débrouilles très bien à l'école, tu n'as pas besoin de nous, et nous, ça nous fait une difficulté en moins à gérer. On doit s'occuper de ton grand frère qui a des études

spécialisées dans la menuiserie, PVC. C'est très particulier, des écoles qui sont aux quatre coins de la France. Ton petit frère, il a un peu plus de difficultés, au niveau du comportement, il va falloir qu'on l'aide, donc nous, tant que ça va bien, on ne vient pas te voir. » J'aurais aimé qu'on me propose de l'aide ce qui peut expliquer que plus tard, j'ai eu du mal à être aidé parce qu'en fait, je faisais tout, tout seul, je n'avais pas besoin d'aide, ce qui en fait était faux.

**O&L** *C'est ce que nous rapportent d'autres jeunes dans leur témoignage : « On a appris à ne pas faire de vagues, à ne pas peser encore plus sur la situation qui est déjà assez lourde au quotidien. »*

*Peut-être ajouterais-je une question sur votre parcours de foi, ce que j'indiquais en introduction. Vous êtes séminariste. Quel a pu être l'appui de la foi chrétienne tout au long de ce parcours particulier et chamboulé ?*

**Jérémy Caumont** Mes parents ont été élevés par des religieux, papa chez les Frères de Saint-Vincent-de-Paul, et maman chez les sœurs de Bourg-la-Reine. On a une vie de foi, de pratiquants. J'ai été au catéchisme, aux scouts d'Europe, mais à l'âge de 15 ans, j'ai tout arrêté. On allait le dimanche à la messe avec mes parents. Je sais exactement quand ça s'est arrêté : c'est le jour où ma maman m'a dit "Jérémy, maintenant, vous êtes assez grands pour aller à la messe seuls, moi ça fait des années que j'y vais pour vous accompagner, pour vous former, pour vous montrer l'exemple, mais je n'entends pas la parole de Dieu. Comme je n'entends pas la parole de Dieu, ça me semble difficile de recevoir le Corps du Christ, et de la même manière que je ne peux pas me confesser, je ne connais pas de prêtre qui parle la langue des signes, je ne peux pas me rendre régulièrement à la communion. » C'était assez étrange car on aurait pu croire qu'elle s'accroche plus à la pratique, mais elle m'a dit : « Moi, je suis sourde, c'est difficile d'accéder à la parole de Dieu pendant la messe, compliqué de comprendre tout ce qui se joue, tout le monde se lève, s'assoit et se met à genoux, je ne sais pas à quoi ça correspond. On ne m'a jamais expliqué ».

**O&L** *Vous signiez pendant la messe ?*

**Jérémy Caumont** Non, jamais. D'ailleurs, on ne m'a jamais demandé de traduire une messe, c'est une bonne question. Maman disait, c'est compliqué pour moi, mais tout ce que je sais, c'est que Dieu m'aime. Je fais avec ce que je peux et je sais que Dieu m'aime comme je suis. Il comprendra aussi cette limite que j'ai dans la pratique. Et finalement, avec le quotidien qui est déjà prenant, on a tous arrêté, presque du jour au lendemain, d'aller à la messe. À partir de 15 ans, j'ai vécu sans Dieu. J'ai même rejeté Dieu. Je disais : « Moi, je ne crois pas en Dieu, je crois en l'homme, en ses capacités de résilience. » J'avais un esprit très combattant aussi, qui est lié au fait d'avoir aidé mes parents. Je suis un militant dans l'âme. Je mène des combats, peut-être un peu moins maintenant. J'ai mené ma vie jusqu'à 30 ans, sans Dieu, sans



pratiquer. J'étais très heureux dans ma vie, j'étais propriétaire de mon appartement, j'avais une copine, je travaillais à la direction du logement à la Caf de Paris depuis sept ans déjà et j'étais entraîneur de gymnastique dans un club, j'étais juge agréé. Je faisais du sport tous les jours, à 300 à l'heure, une vie trop remplie pour laisser une place à Dieu. Un jour, en octobre 2015, j'entends une voix qui me dit : « Il te faut du silence ». C'est drôle, car ça rejoint en continuité toute ma vie, tout le parcours de ma vie, de ma famille. Du silence, pourquoi du silence ? J'en ai parlé à un collègue qui m'a dit que le meilleur moyen d'avoir du silence, c'était de partir dans un monastère. Il m'a proposé tout de suite de regarder sur Internet. Comme c'était sur mon temps de vacances, je lui ai dit, pas trop loin de Paris, pas trop loin de la mer. On est tombé sur les Clarisses de La Rochelle. J'ai dit OK et j'ai pris une semaine de congés, quasiment sur un coup de tête. En arrivant devant le monastère, je vois une vieille dame qui était la mère abbesse, Sœur Marie de la Croix, qui s'approche de moi, qui me tend la main, me demande mon prénom et me dit une phrase que j'avais dans le cœur depuis tout petit, depuis l'âge de cinq ans, dont je n'avais jamais parlé à personne... Cette sœur me dit cette phrase en introduction d'un échange. Je lâche sa main et lui dis : « Mais ma sœur, vous vous trompez, je vois que c'est une église et j'ai quitté l'Église, ce n'est plus ma place. J'étais un peu déstabilisé par ce qu'elle venait de me dire. Elle me dit : « Jérémie, reste au moins ce soir, et demain, viens à la chapelle, et demande à Jésus de te désarmer. » Moi, je passe la nuit à retourner les choses dans tous les sens, pour en conclure que Dieu existait vraiment, car elle ne pouvait pas savoir cette phrase que j'avais dans mon cœur.

Cette phrase, c'est : « Je suis un bâtisseur et je ferai de grandes choses. » À 5 ans, ça ne veut rien dire. Après, j'ai mis cette phrase de côté. Elle l'a fait resurgir du plus profond de mon être. J'en ai conclu que Dieu existait, car il était passé à travers elle pour me dire « Je te connais ». Je suis venu le matin, un peu fatigué de cette nuit de bataille avec Dieu. J'arrive dans la chapelle, je vois les sœurs à genoux tournées vers un rond lumineux. C'est comme ça que je l'interprétais à l'époque, je ne savais pas du tout comment me tenir donc j'ai fait comme elles, je me suis mis à genoux, j'ai regardé ce rond lumineux, estimé à ce moment-là que c'était peut-être Jésus et avec beaucoup de sincérité, j'ai dit : « Jésus, désarme-moi. » À ce moment-là, il y a comme un rayon lumineux qui part de Jésus et me transperce le cœur, beaucoup de larmes qui coulent, qui ne sont pas des pleurs, mais peut être une prise de conscience.

J'ai vécu à ce moment-là trois choses très claires :

- Jésus est présent devant moi ;
- Il m'aime infiniment comme je n'ai jamais ressenti ;
- Il vient me sauver.

Et à ce moment-là, j'ai dit simplement : Jésus, je te donne ma vie.

C'est à ce moment-là que j'ai commencé à cheminer, à discerner pour le sacerdoce et entrer au séminaire.

**O&L Sacrée conversion ! Une phrase de l'Évangile selon Saint Jean dit : « Il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ceux qu'on aime. » Comment ne pas tomber dans une aide forcée, quand on est un jeune aidant, qu'on déploie pas mal de ses forces, de son temps, pour ses proches ? A entendre ça, n'y a-t-il pas un côté peut être trop lourd ? Comment ne pas s'épuiser en aimant ?**

**Jérémy Caumont** C'est peut-être la question d'une vie !

Avec un regard de relecture toujours, la foi peut apporter un regard particulier pour les aidants et pour ceux qui sont aidés aussi. Dieu aime les hommes et Il a été jusqu'à donner sa vie, Jésus a donné sa vie pour sauver l'humanité. Cette offrande qu'il fait de lui-même, ce don de l'Esprit Saint, ce don est totalement tourné vers les autres.

J'ai rendu un service auprès de mes parents, j'ai converti ce service à rendre en une offrande, mes parents m'ont donné la vie, en retour, je rends l'amour. Je rends amour pour amour.

J'ai reçu beaucoup d'amour, je rends tout cet amour à travers le service.

Ne pas s'épuiser, c'est gérer son emploi du temps, gérer sa relation avec ses parents, et pour ça, moi, mon conseil s'appuie sur mon expérience de vie. Je pense qu'il ne faut pas hésiter à passer par une tierce personne. Que ce soit l'infirmier à l'école, le CPE, une personne référente dans le milieu scolaire ou un/une psychologue pour aider, ou une personne de confiance dans la famille. Ça peut être bien pour tempérer les parents et rassurer le jeune en lui disant qu'on ne peut pas tout faire. Il ne sauvera pas ses parents, car il y a l'attitude de sauveur souvent chez les aidants. On ne peut pas sauver tous les parents.

Quand on croit en Dieu, quand on sait que Jésus a donné sa vie, quand il demande qu'on vienne à lui et qu'on dépose tous ses fardeaux à ses pieds et que Lui nous soulagera, c'est simplement : « Venez déposer toutes vos difficultés, je les porterai pour vous. »

Quand on redonne à Jésus cette place de Sauveur, unique Sauveur, tout d'un coup, le poids sur les épaules part vraiment. C'est vraiment ce que j'ai ressenti quand j'ai rencontré Jésus au Saint-Sacrement. Il m'a déchargé de tout ce que je portais, qui était au début un fardeau et finalement une espèce de poids. Il me fallait forcer, montrer que j'étais capable de tout, de beaucoup de choses, et bien, c'était non, tu n'as plus besoin de démontrer tout cela à ton entourage. Prends soin de moi, et moi, je prendrai soin de toi.

Et ça m'a beaucoup aidé, vraiment beaucoup aidé. Aujourd'hui, mes rapports avec mon père, avec mes proches, sont ancrés en Dieu. Il y a quelque chose de nouveau. Je reviens un peu en arrière. Il y a eu un passage décisif dans ma vie en 2010, quand ma mère est décédée d'une opération du cœur. Ce jour-là, c'était le jour le plus triste de ma vie jusqu'à présent, mais en même temps, l'année qui a suivi, j'ai réalisé avec beaucoup de gratitude, très paradoxalement, ce que le départ d'un parent peut apporter. J'ai essayé de convertir ce regard de deuil en un regard qui peut faire grandir. Et moi, je sais que le départ de ma maman a redonné une place à mon papa dans la famille, m'a redonné une place d'enfant auprès de mon père. Ce n'est pas pour dire qu'elle était un obstacle, mais c'est pour dire qu'il y a quelque chose de nouveau dans la relation

qui s'est créé. Avec la relecture, je sais que Dieu, d'une souffrance, d'une difficulté, d'un deuil qui blesse la famille, Il fait quelque chose de nouveau, Il porte du fruit. Et, c'est comme ça que je l'interprète, à travers ma propre histoire. J'aime à penser qu'effectivement, c'est comme ça. Parce que je crois en Dieu, je crois qu'effectivement, des situations font que derrière, il y a des fruits et ça, c'est seulement dans le cadre d'une relecture. On ne peut pas dire ça à quelqu'un qui vient de perdre sa maman. Quand j'ai perdu ma maman, si on m'avait dit que Dieu souffrait, j'aurais été incapable d'entendre ça. Il y a parfois des messages dans l'Église qui sont inaudibles dans des moments précis pour des personnes. Ça demande de la délicatesse, ça demande de l'accompagnement et ça demande du recul et ça, ça se fait quelques années plus tard.

Je pense que tous ceux qui ont des parents handicapés ou non, tous ceux qui ont des parcours de vie accidentés, peuvent témoigner de cette relecture de vie et finalement, il y a de belles choses qui se font, de très belles choses.

**O&L** *Si je résume tous les bons conseils que vous venez de lister,*

- Se faire aider, trouver une personne de confiance dans son entourage*
- Ne pas endosser – même si c'est plus facile à dire qu'à faire — ce rôle de sauveur*
- Prendre des temps pour relire sa vie, pas dans le feu de l'action bien sûr...*

**Jérémy Caumont** La difficulté dans cette fonction d'aidant, c'est qu'on est très vite enfermé ; on s'enferme avec celui qu'on aide et on réduit le monde à une espèce d'altérité. Mon conseil, c'est de cultiver ses loisirs, ses passions, ses amitiés, d'absolument garder un cercle le plus large possible, car ce sont des lieux qui ressourcent, qui nous font du bien, qui nous construisent, nous font grandir ; et ça, il faut le garder. Si j'aime la lecture, je garde la lecture, si j'aime sortir avec mes amis et que ça me procure énormément de bien, je dois sauvegarder cela. C'est presque de l'ordre de la survie. Si j'aime la musique, je cultive, si j'aime le sport, je fais. Les parents peuvent entendre ce désir de garder un cercle un peu plus large que le cercle familial. C'est un vrai conseil qui peut nous préserver de beaucoup de difficultés par la suite, et permettre de ne pas désespérer, pour tous ces jeunes qui sont en plein dedans, les mains dans le cambouis. Moi, dans mon parcours, j'ai reçu énormément de grâces de cette relation. J'ai été très rapidement autonome, je suis très sensible au monde, très sensible au handicap, avec un esprit de service carrément surdéveloppé qu'il faut aussi tempérer, modérer... Mais il y a une écoute, une attention, une présence, et tout ça, tout ça dit Dieu, en fait. Tout ça, c'est le témoignage de l'existence de Dieu dans nos vies. Il ne faut pas désespérer, car derrière ça fait grandir, ça fait vraiment grandir.

**O&L** *Un grand merci frère Jérémy pour ce témoignage, d'être revenu sur ces années pas toujours évidentes de jeune aidant de vos parents et de votre grand frère et merci aussi d'avoir montré quel trésor cela pouvait*

*cachez à la fin, un lot de souffrances, mais aussi un lot de talents que vous avez pu déployer à travers cette situation.*

*À lire aussi dans le dossier d'Ombres & Lumière, d'autres témoignages d'autres aidants.*

*Merci beaucoup.*