

Pada Blabla n° 32

15 avril 2018

ÉDITO – Aquathlon 1^{er} avril 2018 SOUS LE SOLEIL EXACTEMENT à l'Espace aquatique LINAË de Tain-l'Hermitage

Organisé par l'Aquathlon Hermitage Tournonnais, cet évènement sportif a réuni 300 participants. Grâce à l'engagement de son président M. Joël DURIEUX et à son équipe de bénévoles efficaces et accueillants, nous avons participé à une journée exceptionnelle sous un soleil radieux en tenant un stand devant l'entrée de la piscine. Merci à Guillaume, Cécile, Julien, Gwendoline, Jeanne-Marie pour leur présence un dimanche de Pâques.

Cette compétition en natation et en course à pied demandait bien des efforts mais dans notre association nous pratiquons déjà le dépassement de soi et c'est ainsi que se sont lancés dans la course : Cécile, Nicolas et ses 3 enfants, Estelle fille de Jeanne-Marie et Guillaume son gendre, Gwendoline et sa fille tout juste dans la catégorie des petits mais très déterminée.

Alors me direz-vous quels sont les résultats de nos athlètes ? Eh bien tous ont très bien tenu la distance et parmi tous, Louis METGE est arrivé deuxième dans la catégorie « Handisport ». Un grand bravo car il s'est beaucoup entraîné en piscine, la discipline la plus difficile question souffle. Un grand moment d'émotion et de fierté partagé avec toute sa famille, les spectateurs et les membres de PaDA.

De nombreux élus étaient au rendez-vous : Mireille CLAPOT, députée de la Drôme, Annie GUIBERT, vice-présidente du Conseil Départemental, Frédéric SAUSSET, maire de Tournon, Danielle LECOMTE, 1^{re} adjointe au maire de Tain, les adjoints aux Sports Laurent BARRUYER de Tournon et Jean HERNANDEZ de Tain. Au terme de la journée, un chèque de 300 euros a été remis à notre association. Un immense merci ! C'est beau, c'est bleu.

Mireille Baraz, présidente

ON Y ÉTAIT

Conférence « L'autisme et les neurosciences cognitives » organisée par le Rotary Club d'Annonay (20 mars 2018)

Le Rotary d'Annonay avait réuni trois conférencières pour cette soirée.

Amandine Cappellaro de l'association *Regar2 moi* épaulée par un jeune autiste nous a présenté son association qui est surtout centrée sur l'équithérapie. Une quinzaine de jeunes participent à des

activités avec des poneys et font des rencontres et concours d'équitation. Ils ont aussi des activités en lien avec la nature comme le jardinage. Un petit film a illustré ces propos et nous les a montrés épanouis.

Tiziana Zallia chercheuse au CNRS nous a ensuite expliqué où en était la recherche concernant l'autisme et les sciences cognitives. Elle nous a expliqué les différentes découvertes concernant les zones du cerveau qui évoluent différemment chez la personne autiste. Elles expliquent les différences sensorielles et la pensée en détails que l'on observe chez les personnes autistes. Concernant l'empathie, la recherche a permis de faire évoluer les points de vue. Ils n'ont pas de déficit en empathie émotionnelle, mais un retard corrélé avec les difficultés de communication concernant l'empathie cognitive.

Enfin Gwendoline Girodin, psychologue, nous a illustré ces propos avec son expérience sur le terrain. Elle nous a aussi montré les outils qu'elle utilise pour accompagner et faire évoluer ces personnes autistes, qu'ils soient enfants, adolescents ou adultes : les jeux, les jeux de rôle, la discussion, les emplois du temps, timer...

L'assistance nombreuse (150 personnes) a suivi avec beaucoup d'intérêt et d'attention cette soirée qui s'est clôturée par un pot convivial.

Conférence sur « la parentalité » dans le cadre de la SISM (22 mars 2018)

Une quarantaine de personnes ont assisté à la journée de conférence sur la parentalité, organisée dans le cadre de la SISM.

Mireille Baraz a accueilli le public et les conférenciers en rappelant le parcours semé d'embûches des parents et leurs attentes.

La psychologue, Gwendoline Girodin, nous a rappelé que l'autisme a longtemps été considéré comme une « psychose » et que cela perdurait encore malheureusement. Il y a trop peu de formations initiales concernant l'autisme pour les professionnels et l'approche est encore psychanalytique, bien que cela ne soit pas recommandé par la HAS.

Souvent ce sont les parents qui s'inquiètent en premier. Ils commencent à en parler aux professionnels et les réponses habituelles sont « Vous êtes trop angoissés, attendez un peu, lâchez-le un peu... » Le temps passant, les difficultés perdurent. Un discours culpabilisant de l'entourage et des professionnels s'installe. Les parents rencontrent ensuite des difficultés pour accéder au diagnostic. Le diagnostic posé, arrivent les difficultés pour savoir vers qui se tourner pour un bon accompagnement, puis s'ajoutent les difficultés pour comprendre les démarches et les droits.

Pourtant des aides importantes peuvent être apportées. Une guidance parentale peut aider les parents à comprendre leur enfant, ses particularités, ses comportements. Elle leur donne des pistes de travail (cognitif, comportemental...) qui peuvent être utilisées à la maison. La psychologue travaille aussi avec eux l'acceptation du handicap.

Pour qu'un enfant évolue positivement, il doit y avoir un travail de co-construction entre les parents et les professionnels. Les professionnels sont les experts dans les outils, la théorie liés à l'autisme et son accompagnement. Les parents sont les experts de leur enfant.

Enfin, elle a rappelé que les parents restent les seuls décisionnaires du parcours de vie de leur enfant.

Cette intervention a été suivie par celle d'une autiste asperger, maman d'un enfant lui-même autiste. Vous pouvez lire ce parcours passionnant et très émouvant ci-dessous (annexe 1).

L'après-midi a débuté avec le témoignage d'une maman « neurotypique » d'un enfant autiste. Cet enfant étant né avec un problème cardiaque, durant ses premières années son retard a été attribué à des problèmes de santé. Puis le problème cardiaque étant réglé, il va à l'école et la maîtresse détecte qu'il a « quelque chose ». S'ensuivent deux années où différents diagnostics sont posés par différents médecins. Durant cette période, il va au CMP d'abord une demi-heure par semaine puis une heure par semaine. Arrive enfin le diagnostic par le CEDA. IL rentre à l'école avec une AVS non formée à l'autisme. Parallèlement, la famille s'étant rapprochée de notre association a mis en place un accompagnement avec entre autres une éducatrice formée à l'autisme, qui intervient à la maison. L'école accepte que cette éducatrice intervienne en classe et leur donne des outils pour comprendre cet enfant et progresser. Actuellement, cet enfant est en ULIS, où la maîtresse accepte mal le fait qu'il ait une AVS individuelle. Il est pris en charge par ailleurs par une orthophoniste, une psychomotricienne, une psychologue et l'éducatrice. La maman souligne l'importance d'avoir une bonne équipe qui accompagne son fils et les soutient. Elle nous dit aussi l'importance de rencontrer et d'échanger avec d'autres parents. Par contre, elle regrette que l'inclusion soit souvent dépendante de la bonne volonté des enseignants.

La journée s'est poursuivie avec les présentations des deux plateformes de répit d'Ardèche et Drôme. Ces plateformes ont été créées pour permettre aux proches et aidants (parents, fratrie, grands-parents) d'avoir des moments de répit dans leur accompagnement de personnes autistes (enfants ou adultes).

Annexe 1 – Témoignage d'une autiste asperger, mère d'un enfant autiste

Alors que je suis heureuse dans un couple amoureux, que mes études fonctionnent bien et que ma vie semble plutôt réussie, le désir d'avoir un enfant de cet homme auquel je suis si attachée survient rapidement. Le bébé s'installe à peine après avoir commencé à en parler, je suis sur mon petit nuage.

D'une façon assez étonnante, mon ventre pointe avant même mon retard de règles. À trois semaines de grossesse, on me demande déjà si j'attends une fille ou un garçon. Alors que j'étais heureuse de ce petit ventre déjà arrondi, le doute finit par m'assaillir. Les remarques sont fréquentes. Ma mère me demande même à plusieurs reprises de rentrer mon ventre. Les nausées, crampes abdominales et migraines s'installant, je déchanté assez rapidement sur l'idée de la grossesse idyllique. Et l'angoisse commence à faire son nid, subrepticement, et se cachant très discrètement derrière le bébé qui grandit en moi.

La veille de la première échographie, je vis un épisode qui me voit le temps de quelques heures sombrer dans la folie. Je suis entourée de médecins. Personne ne s'inquiète. Je panique totalement. Je ne sais même pas pourquoi. Je veux quitter le monde. Je veux partir. Où ? Je ne sais pas. Progressivement, je retrouve mon calme.

Le deuxième trimestre se passe relativement bien. Mon conjoint est en déplacement professionnel à l'étranger pour 4 mois. Des angoisses m'assaillent et me tiraillent. Bien vite effacées à coup de « c'est pour ton mari que tu t'inquiètes. C'est normal ».

La veille de la deuxième échographie, je ne dors pas. Je vomis. J'essaye de parler à ma mère. Toujours la même réponse. « C'est normal ». J'apprends que j'attends un petit garçon. Moi qui suis si amoureuse, quel bonheur de faire naître un petit être qui ressemblera forcément à son papa.

Mon conjoint rentre au début du 7^e mois. Difficile de se serrer dans les bras... Il a fallu apprendre à faire avec ce ventre proéminent qui pour la première fois se trouvait réellement entre lui et moi.

La veille de la troisième échographie, je connais un nouveau temps d'angoisse mais assez léger, passant presque inaperçu. Mon conjoint est là cette fois. Je dois juste être excitée à l'idée qu'il voit notre bébé pour la première fois. C'est donc normal.

Nous sommes à 31 semaines. Tout va bien. Mon conjoint est enfin là. C'est l'été. Le bébé est parfait. Le col aussi. Nous partons en vacances dans les Pyrénées. Nous y resterons 3 semaines et demi suite à un début de travail et mon hospitalisation en service des grossesses à risque. Tout allait si bien. Pourquoi le bébé décide-t-il de pointer le bout de son nez maintenant ? Nous expliquons au bébé que nous avons hâte de le voir mais qu'il faut qu'il reste encore au chaud. Nous vivons notre première vraie angoisse de couple parental. Les larmes coulent déjà, nous avons peur que le bébé naisse trop tôt.

Le retour à la maison se fait à 35 semaines. L'ordre m'est donné de rester couchée. Une sage-femme vient trois fois par semaine à domicile. J'ai des douleurs atroces dans le bassin à cause de la perte de masse musculaire liée à l'alitement. Chaque mouvement du bébé me fait l'impression d'un coup de couteau. Mes articulations grincent. Les gens autour l'entendent. Je ne suis plus que douleur. Je n'en peux plus de cette grossesse. Je veux que le bébé sorte. Tant pis si c'est trop tôt. Je ne survivrai pas longtemps à ces douleurs-là.

À 37 semaines, alors que mon conjoint est reparti et ne rentre que trois jours après, je me lève pour aller aux toilettes. Il est 3h du matin. Je romps immédiatement la poche des eaux. Thibault naîtra dans la panique la plus totale le lundi 21 septembre 2015 à 4h58, 1h58 après la rupture de la poche et 1h20 après la première contraction.

Lorsque l'on me dépose mon enfant sur le ventre, mon conjoint arrivé dans les dernières minutes doit m'interpeller pour le regarder. Je n'y arrive pas, trop ébranlée par ce qu'il vient de se passer. Assommée de soulagement. Épuisée physiquement et surtout émotionnellement. Je finis par le regarder. Je ne ressens rien. Ou du moins, rien qui se rapprocherait du « à la première minute où j'ai croisé son regard, ma vie s'est arrêtée » ou « ce fût le coup de foudre ». Ma première pensée fût plutôt quelque chose comme « C'est sorti de moi ça ? »

Visiblement cette « chose » était mon bébé. Ce bébé tant attendu. Le voilà. Il était là. Mais rien ne se passait en moi. Rien. Le vide. Le néant. Il était mignon pourtant. Je devais être heureuse puisque j'étais censée l'être.

Le séjour à la maternité se passe la plupart du temps seule, mon conjoint étant reparti. Dans une chambre double, avec une autre maman qui a l'air franchement illuminée. Qui m'empêche de dormir. Je commence à être en colère. Le personnel soignant va alors se rendre compte que je ne dors pas, sans savoir qu'en réalité je ne dormirai plus jamais comme avant. On me propose justement d'emmener mon bébé pour que je puisse me reposer. Je refuse. Moi ? laisser mon bébé ? Hors de question (en plus je ne serai même pas sûre de le reconnaître alors ne prenons pas ce risque-là...)

Le mode pilote automatique s'enclenche. Je connais les gestes techniques. Changer la couche ou donner le bain sont des formalités. Je suis double marraine et sept fois tante. Être maman c'est un peu pareil. Je l'ai longtemps cru. D'ailleurs, quel ne fut pas mon étonnement... Moi qui aurait pu me tuer pour un cheveu de mes cheveux, voilà que face à mon propre enfant je ne ressens rien. L'allaitement se met étrangement particulièrement bien en place. J'assume à fond. Un soir, je vais chercher de l'eau dans le couloir, mon bébé au sein. Une sage-femme passe et me lance « c'est incroyable, on dirait que c'est votre 4^e ». Je suis fière. Je n'arrive pas à aimer mon bébé. Mais tout le monde pense que je suis une bonne mère. C'est déjà ça. Je sauve les apparences.

Sauf que Thibault ne l'entendra pas vraiment de cette oreille. En outre de nombreuses difficultés personnelles vont venir se superposer à ma solitude grandissante face à ce bébé qui me met tant en insécurité. Nous passerons les trois premières semaines seuls. Mon conjoint est reparti. Ma mère dont j'aurais tant besoin ne comprend pas de quelle façon j'ai besoin d'elle. Je voudrais qu'elle vienne. Elle ne vient pas. Elle me dit que je n'ai qu'à venir chez elle, impliquant le fait d'être seule la journée puisqu'elle travaille. Je suis trop épuisée pour bouger. Et surtout je tente désespérément de prendre des repères chez moi. Je ne bougerai pas. Je ne fuirai pas.

Thibault pleure en permanence. Il est au sein plus de 20h sur 24. Je manque plusieurs fois de mourir d'épuisement. Une nuit, je le mets au sein. Je suis assise au bord du lit. Lumière allumée. Il est 00h30. Je ferme les yeux. Le bébé pleure, il a perdu le sein. Je le remets. Et mes yeux croisent l'heure affichée sur le radio réveil. Il est 2h20 du matin. Je viens de dormir 1h50, assise lumière allumée, bébé sur les genoux sans même m'en apercevoir. C'est alors reparti pour une nouvelle tétée de 45 min. Je n'en peux plus.

Nous voyons de nombreux médecins pour comprendre ce qu'il se passe avec ce bébé qui pleure et qui se tortille. Les coliques ont bon dos. Tout est donc toujours « normal ». Rien ne soulage mon enfant ; pas même moi. Je remue ciel et terre et je ne le soulage pas. Je ne comprends pas ce qu'il a. Je suis nulle. Je suis une mauvaise mère.

En parallèle, je pense en permanence à mon accouchement. Je suis en colère puis révoltée. C'est allé trop vite, j'ai eu trop mal. On m'a volé mon moment. « Le plus beau jour de ma vie ». J'y pense en permanence. Je revis la scène. J'ai mal. Et j'ai peur. Je suis au supermarché. J'accouche. Je suis en voiture, j'accouche. Je fais enfin une sieste, j'accouche. Je n'en peux plus d'accoucher.

Au bout de cinq mois, alors que passe à la télévision un reportage en salle de naissance, des larmes coulent. Silencieuses. Brûlantes. Creusant mes joues. Aucun sanglot. Ni spasme. Des larmes. A flots. Je regarde alors mon reflet dans la vitre, et mue d'un instinct de survie je décide d'appeler à l'aide et de reprendre contact avec ma sage-femme qui me mettra très vite en relation avec la psychologue de la maternité.

Sans le savoir, j'entame alors un long et douloureux traitement psychothérapique qui deviendra progressivement psychiatrique.

Le diagnostic de syndrome de stress post-traumatique post-obstétrical est rapidement posé. La grande question se pose alors de savoir pourquoi la grossesse et l'accouchement en apothéose ont ouvert les vannes de l'angoisse massive, effrayante, paralysante. Très vite, la perte du bébé de ma mère à la naissance refait surface. Il semblerait que je sois le cas le plus parfait d'une transmission transgénérationnelle d'un stress post traumatique.

On découvre alors que le 13 août, jour de ma menace grave d'accouchement prématuré, est le jour où ma mère trente ans auparavant, a eu son échographie lui apprenant qu'elle devrait porter son bébé à terme mais qu'il ne survivrait pas. Je commence à comprendre l'intérêt de la psychothérapie. Ce n'est pas que pour les fous. C'est aussi et surtout faire des liens. Les crises d'angoisse autour de mes propres échographies deviennent plus faciles à supporter dans mes souvenirs.

La psychologue tente de me traiter grâce à la méthode EMDR. Cela prend des semaines. Sans grand résultat. Elle persiste. Je sens qu'il y a autre chose en dessous. Que tout ne s'explique pas que par l'accouchement traumatisant. Qu'il va falloir régler plus que cela. Je sens que le lien avec mon bébé ne se fait pas.

J'erre sur internet. Découvre l'association Maman blues et la notion de difficulté maternelle. Leur définition est différente de la dépression. Ouf. Moi je ne suis pas en dépression. Je n'ai plus de vie sociale, je ne dors plus, j'ai pris 10 kg, je menace de quitter mon conjoint toutes les semaines, j'en viens à penser à partir loin. Très loin. Je veux en finir. Thibault me persécute. Je finir par détester cet enfant alors que je voudrai tellement l'aimer. Il refuse que je l'aime. Tant pis. J'en resterai là. Mais je ne suis pas en dépression.

Un nouvel été arrive. Une fois encore je suis seule. Ma famille ne comprend pas pourquoi je suis triste. À la limite je ne leur en veux pas, moi non plus je ne comprends pas. Ma sœur tente de m'expliquer que j'ai un bébé génial.

Voilà mon problème. J'ai un bébé génial. Je le sais. Je le vois. Mais il n'est génial qu'avec les autres. Moi il ne m'aime pas. Et personne ne le voit. Dès qu'on est à l'extérieur de la maison il se transforme en bébé parfait. Il fait ses nuits, il mange à heure fixe et gazouille. Dès qu'on est de retour à la maison, il hurle, il hurle, il hurle, il hurle, il hurle... Même lorsqu'il ne hurle pas, je l'entends hurler dans ma tête. Toujours. En continu. Il pleure. Aujourd'hui encore, lorsque je suis fatiguée, je l'entends pleurer... alors même qu'il n'est pas avec moi.

Je veux du silence ; Je veux la paix. Je veux rendre ce môme. Le donner, le vendre... le... tuer ? Je me vois le jeter par terre, lui éclater la tête. Je m'effraie. Quel monstre je suis. Quel monstre peut imaginer tuer son enfant ? Je réfléchis. Il est évident que je ne pourrai pas survivre si je le tue. Alors, peut-être qu'il faudrait que je me tue avec ? Comment faire ? Je suis tellement lâche que j'ai peur d'avoir mal. Alors je réfléchis encore... Comment nous suicider sans douleur ? Et en étant sûre de ne pas nous rater ?

À la fin de l'été et après un séjour chez mon grand frère qui ne comprend pas pourquoi je suis comme cela, mais qui a au moins le mérite de comprendre que je suis au plus mal, j'arrive à avoir la force de demander à voir un psychiatre. Je suis folle. Les choses sont claires. Autant les admettre.

Je cesse de voir la psychologue qui durant 6 mois a probablement plus remué le couteau dans la plaie qu'aidé à quelque chose. Je prends mon conjoint par la main. J'exige qu'il vienne à la consultation. Voir que je suis folle. Le médecin va le dire. Il va donc me quitter. Je vais le perdre. Mais comme je ne le mérite pas puisque je suis si nulle, ce n'est qu'une suite logique des choses, je préfère affronter la réalité.

Un an presque jour pour jour après la naissance, le psychiatre me reçoit. Je ne suis pas vraiment en dépression. J'ai un trouble anxieux. Ah. Donc je ne suis pas encore folle ? Cela m'étonne mais pourquoi pas et je me raccroche à cette idée. Malgré la prescription de seroplex je ne suis pas malade, juste un peu stressée. Ça tombe bien, j'ai retrouvé un travail à l'extérieur de la maison. Thibault sera gardé toute la journée, toute la semaine, autant de temps où je n'aurai pas à m'en occuper, en faisant semblant de ne pas avoir à culpabiliser.

Un après-midi, je passe devant un salon de tatouage. Poussée par une force invisible. J'entre. Et je demande à ce que l'on me tatoue, là, tout de suite, maintenant XXI.IX.XV sur le poignet droit. Une heure plus tard c'est chose faite. Pour la première fois depuis un an, je suis submergée d'émotion positive. Je ressens un soulagement et... serait-ce cela ?? Une évidence ? Ce tatouage avait l'évidence que je n'avais pas eue en serrant mon bébé dans les bras. Je compris alors que j'aimerais ce tatouage pour le reste de ma vie.

Au mois d'octobre, soit après 13 mois de difficultés majeures avec Thibault, nous avons enfin un rendez-vous d'importance avec l'une des meilleures gastro-pédiatres de la région. Qui va venir confirmer l'allergie au lait de vache, l'intolérance au lactose et au maïs ainsi qu'un syndrome de côlon irritable. Il aura fallu 13 mois. 13 mois à consulter des médecins, les urgences pédiatriques etc. pour qu'enfin on valide tout ce que je disais depuis le début. Ce n'étaient pas que des coliques et non tout n'était pas normal.

Je commence à penser que cela va m'aider à me construire une identité de mère peut être pas si nulle. J'en tire la conclusion que j'ai malgré tout eu un peu d'instinct maternel, mais que le système de santé dans lequel j'ai navigué n'a cessé de normaliser des choses qui ne l'étaient pas et de mettre ma parole en doute car j'étais une « primipare ».

J'ai l'impression d'un mieux. Mon conjoint est à la maison pour quelques semaines. Il comprend. Ou du moins essaye. Il semble m'aimer malgré le fait que je sois une mauvaise mère, indigne, irresponsable, alors que je lui avais promis que j'assurerai. Lui qui ne voulait pas d'enfant nous a porté à chaque fois qu'il a pu.

Un soir de novembre, après une énième réaction alimentaire particulièrement sévère, Thibault est vu en urgence pour déshydratation. La situation est loin d'être catastrophique. Mais il semble qu'il ait attrapé la bronchiolite par-dessus du fait de sa faiblesse. La pédiatre nous explique comment nous allons devoir le réhydrater progressivement. J'explique que cela fait 5 jours que j'essaye par tous les moyens les plus farfelus de le faire boire, il ne boit ni ne mange rien. Il faudra aussi lui faire des aérosols. Je suis fatiguée à l'idée même de continuer à me battre pour ce gamin qui refuse tout de moi. Par acquis de conscience, avant de nous renvoyer chez nous, la médecin me demande de lui proposer une fois encore son biberon. Je lui propose en disant qu'il ne va pas le prendre. Thibault me regarde droit dans les yeux. Attrape le biberon et le boit à grandes gorgées. Je ne bouge pas, rien ne se voit, mais je me fends en mille. Je m'écroule. Je hais cet enfant. Et je lâche sans faire exprès un « quel enfoiré ! ». Les larmes me montent aux yeux. Je lui en veux tellement.

La pédiatre qui en était à ranger nos affaires s'arrête. M'observe. Entend ce que je dis. Me prend la main. Et me dit, « Madame, Finalement, on va vous garder Thibault. Papa reste avec lui. Vous, vous rentrez dormir chez vous. »

Je comprendrai plus tard que ce soir-là, Thibault nous a probablement sauvé la vie à tous les deux, ainsi que cette pédiatre dont je ne me souviens même plus le nom mais que je saurais pourtant décrire dans les moindres détails. Cette pédiatre a enfin vu. Vu la réalité. Vu que Thibault et moi étions au bord du gouffre. Le service de pédiatrie nous offre alors une chance exceptionnelle. Nous sommes gardés une dizaine de jours, avec visites régulières de la psychologue de pédiatrie, et l'éducatrice spécialisée. Ils voient tous enfin que Thibault et moi cela ne fonctionne pas comme cela le devrait. Thibault se fait vomir régulièrement pendant cette période. Je me sens enfin en sécurité. Enfin je suis crue. Je ne veux pas partir. Je « menace » la psychologue de me suicider si on me laisse repartir à la maison avec ce même que je ne gère pas. J'ai trop peur, j'ai besoin qu'on m'aide. Qu'on nous aide.

Il faut pourtant quitter le service un jour donné. On me promet de mettre en place des choses en ambulatoire. Et je rentre un peu rassurée, moins isolée, et enfin comprise. J'ai l'espoir que peut être quelqu'un finisse par trouver une solution.

Deux semaines plus tard, mon mari une fois encore repart, et après une très mauvaise journée au travail où je commets des erreurs idiotes à l'origine de remarques désagréables, et alors qu'il est 17h00, que je dois récupérer Thibault à 17h30 et qu'il me reste 70 copies à corriger pour le lendemain je comprends que j'atteins progressivement un point de rupture. Je décide de faire une micro sieste. Je travaillerai dans la nuit. Je m'assoupis immédiatement. Je suis réveillée presque aussitôt par les aboiements d'un chien au loin que j'entends comme s'il était sous mon lit.

Je me lève, puis tombe à genoux. J'ai tellement mal. Affreusement mal. Je ne peux plus respirer. Je ne comprends pas. Je veux mourir. Vite. Il faut que je meure. J'étouffe. Je ne peux plus continuer. Je suis au bout du chemin. Je suis physiquement encore vivante, mais mentalement morte. Grillée. C'est fini. Ma vie touche à sa fin. Je n'irai pas plus loin.

Dans un dernier élan j'arrive à faire appeler mon psychiatre prêt à appeler le SAMU pour venir me chercher. Mais Thibault... !!! Je dois aller chercher Thibault. Et là, alors que je suis au-delà de toutes mes ressources et capacités, j'arrive à faire un sac complet, à aller chercher Thibault à la crèche, à le poser chez sa nounou qui le prend pour la nuit, et j'arrive seule aux urgences qui m'attendent. Je m'écroule. Ça y est. Je suis définitivement folle, mais ce n'est plus mon problème. Je me confie à eux. Je leur dis que je ne sais plus quoi faire de moi. Si eux savent tant mieux, sinon je me tuerai et je n'embêterai plus personne.

L'effondrement maternel si caractéristique de la dépression post-natale arrivait enfin. Je lâchais prise après 14 mois et demi d'un combat acharné. La dépression avait gagné. Et m'achevait.

L'hospitalisation de 8 semaines qui suivit en clinique psychiatrique pourrait sembler être la fin de mon histoire. Bien au contraire. J'ai commencé mon rétablissement le jour où je suis entrée à la clinique en hospitalisation volontaire alors que la séparation d'avec mon fils s'imposait et que l'hospitalisation d'office en hôpital psychiatrique m'avait été gentiment évitée par mon psychiatre considérant que cela me traumatiserait plus qu'autre chose.

Cette hospitalisation a permis de continuer à mettre en lumière toute mon histoire familiale. Le traumatisme de ma mère. Les raisons potentielles de ma relation abominable avec cette mère que j'aimerais tellement apprendre à aimer. Comprendre qu'à chaque fois que je voyais mon fils, je revivais émotionnellement la relation que j'avais avec ma mère qui elle n'avait jamais eu l'opportunité de soigner son trauma. Que mon fils me terrorisait comme ma mère me terrorise parfois encore. Je tente petit à petit à m'en détacher. J'ai appris à comprendre que si ma relation à ma mère ne pourrait jamais se soigner, je peux, moi, soigner ma relation avec mon petit garçon.

J'ai aussi et surtout pu enfin dormir. Me reposer. Vraiment. Et lorsque je suis sortie de la clinique, ce fut comme une seconde chance en sachant cette fois à peu près à quoi m'attendre.

Thibault avait changé. Il n'était plus un bébé mais un petit garçon qui marchait.

La veille de mon retour à la maison, alors que j'avais encore très peur de ce qui allait se passer, je demandais à l'un de mes psychiatres traitants ce qu'il fallait que je fasse. Le conseil fût le suivant : casser ma tirelire. Partir loin avec mon conjoint et notre fils en vacances.

Quelques semaines plus tard, nous sommes partis 10 jours à l'île Maurice, rien que tous les trois. Une île au bout du monde, il nous fallait au moins cela. Au 4^e jour, j'ai réussi à aller jouer dans la piscine avec Thibault. Qui a ri comme il n'avait jamais ri en ma présence. Nous avons ri comme nous n'avions jamais ri. Mon conjoint a pris cet incroyable moment en photo. À la sortie de l'eau, et la métaphore est loin d'être anodine, Thibault m'a pris dans ses petits bras, a serré très fort et m'a chuchoté son premier vrai « maman » au creux de l'oreille.

Voilà une partie de mon histoire. J'ai accouché le lundi 21 septembre 2015 à 4h58 à la maternité de Valence mais je ne suis devenue mère que le mercredi 22 février 2017 dans la piscine d'un resort Mauricien après 17 mois d'errance, de doutes, de larmes, de solitude, de profonde détresse et d'envies suicidaires et infanticidaires. Mon conjoint m'a épousée le 5 mai 2017. Mon traitement antidépresseur a pris fin le 9 juillet 2017 à l'occasion de mon 29^e anniversaire. La parenthèse aurait pu être refermée à ce moment-là. Et je l'ai d'ailleurs cru de longs mois.

Au mois de septembre 2017, je m'inscris à la première session du certificat universitaire « patient ressource en santé mentale » organisée conjointement par l'université des patients de Grenoble et le CRMC. J'annonce fièrement le premier jour que j'ai encore quelques difficultés mais que je suis « guérie » d'une grave dépression post-natale et que mon objectif est que mon expérience serve aux professionnels de périnatalité. Car visiblement j'étais passée entre toutes les mailles du filet. J'ignorais alors que j'étais encore en train de passer à travers le filet, mais que les semaines à venir allaient enfin voir le filet se refermer fermement autour de Thibault et moi.

Fin septembre, arrive le deuxième anniversaire de Thibault et le fameux bilan pédiatrique des 24 mois. À ce stade Thibault ne prononce que « maman, papa et doudou et coucou », ne fait pas ses nuits, s'accroche désespérément à son biberon de 3h du matin contre lequel je ne peux lutter et qui m'épuise, est infernal à la crèche, qui finit par me demander de l'enlever. Il ne socialise pas avec les autres enfants. Est trop exigeant au niveau des repas. Ne supporte pas de rester assis.

Il développe une passion hallucinante pour les camions poubelle. Se levant trois fois par semaine à 5h50 pour dire « coucou » aux éboueurs. Moi, le matin en pyjama, les cheveux en l'air, réveillée en urgence par un

même dont l'envie impérieuse est de saluer le camion poubelle... Les journées sont longues. Difficiles. Je me fais à l'idée que je n'arrive pas à connecter avec mon fils. Je lutte contre l'envie de me dire que je ne suis pas une bonne mère... Je craque un peu parfois... Et je décide de jouer carte sur table avec la pédiatre le jour du bilan. 1H45 de bilan plus tard... La pédiatre me parle pour la première fois d'un truc dont je n'avais jamais entendu parler... Les TSA, ou troubles du spectre autistique... En sortant de la consultation (!!!) Thibault se met à parler... des mots, des mots, à n'en plus finir. Une dizaine de jours plus tard, il se met à lire !!! en même temps, il s'accroche de plus en plus aux interrupteurs. Ritualise de plus en sa vie. Exige de se mettre dans le noir pour enfiler sa couche du soir. Toute notre vie qui n'était que négociation permanente, prend petit à petit du sens.

Le papa, encore en déplacement, finit par rentrer un mois à la maison. Au début, il est sceptique. Qu'est-ce que c'est encore que ce truc ?? Cette histoire ?? On lit, on cherche sur internet... Thibault coche à peu près toutes les cases. C'est évident... On commence à comprendre même si on doute encore...

Un week-end, c'est le baptême. Viennent à la maison toute la famille y compris notre belle-sœur et ses deux enfants. Une petite fille de l'âge de Thibault, et un petit garçon de cinq mois. Nous savions déjà que Thibault était pas mal en retard sur sa cousine. Sa cousine est assez capricieuse pourtant et la rend difficile. Mais pas de la même manière que Thibault, qui n'a lui, aucune malice au fond des yeux... Le dimanche matin, mon mari trop heureux d'enfin profiter de son petit neveu qu'il n'avait encore jamais vraiment vu, demande à lui donner le biberon et s'en occuper un peu. Je regarde mon mari... et ce bébé qui gazouille à ne plus savoir qu'en faire, qui vous regarde droit dans les yeux, qui sourit au premier venu... et je vois sur son visage qu'il est plus qu'attendri. Plus qu'ému. Bouleversé. Il lève la tête, croise mon regard et me dit « Thibault n'a jamais été comme ça ». La réalité lui, nous, saute aux yeux.

Quelques jours après, je retourne en formation à Grenoble... et deux personnes interviennent : l'une est patiente ressource Asperger au C3R de Grenoble, l'autre Asperger aussi, et jobcoach dans la vie professionnelle. Je leur parle un peu de Thibault. J'explique beaucoup de choses, je donne des détails... Et là, la dame dont je tairai le nom mais unanimement reconnu dans le milieu des autistes m'interrompt et me dit « Ton fils je ne sais pas, je ne le connais pas.... Mais toi, ma grande... Tu devrais te poser quelques questions ».

Le choc. Les flashes. Tout le puzzle qui se remet d'un seul coup dans ma tête. Et cette intuition qui ne me quitte plus... Moi aussi... Et surtout moi d'abord... Et Thibault ensuite...

Je relis à fond toute la documentation sur les femmes adultes asperger... Et je réalise que moi aussi je coche toutes les cases... De l'enfant harcelée à l'école, qui n'a jamais su vraiment se faire d'amis, l'étiquette « problèmes relationnels » collée sur le front, les nombreux stages qui ont fini en confrontation, les écoles où cela n'a pas marché, les amis qui sont partis, cette propension à rester seule. Cette passion folle pour la musique classique et le piano. Cette connaissance incroyable des plus grandes œuvres classiques et d'opéra. Cette passion folle pour les chevaux. Puis plus tard pour le droit. Pas le droit normal, non. Le droit vétérinaire. Et encore plus loin, le droit de la responsabilité vétérinaire. Je suis la première en France à écrire une thèse universitaire sur un tel sujet. Cette certitude d'avoir jamais rien compris, ni au monde extérieur ni à ma famille, ni... à ma propre mère.

La réalité qui me frappe de plein fouet : d'un tempérament optimiste, je n'avais jamais perdu l'espoir que si j'avais eu du mal à communiquer avec le monde, que si j'avais eu une chance extraordinaire de rencontrer un mari extraordinaire, j'arriverai FORCÉMENT à nouer une relation profonde avec mon bébé. Voilà le nœud du problème. Ce n'était pas tant un problème de traumatisme obstétrical, d'épigénétique, de transgénérationnel... Enfin si... mais d'un autisme non diagnostiqué... Qui s'était purement et génétiquement transmis à mon fils...

Une consultation spécialisée a confirmé officiellement le diagnostic d'autisme asperger chez Thibault le 21 décembre 2017. Lui ouvrant la voie de la prise en charge adaptée. En parallèle, je reprends contact avec mon psychiatre de la clinique. Je me rappelle subitement... il m'avait fait regarder « super pépette », chaîne youtube

consacrée à une autiste asperger adulte. Je lui redemande pourquoi il m'avait dit de regarder... la réponse est évidente... Pourquoi ne pas être allé plus loin à ce moment-là ??? Car je n'étais sûrement pas prête à regarder la réalité en face, et que l'urgence du soin et du traitement de la dépression s'imposait avant toute autre chose...

Mais, c'était la confirmation dont j'avais besoin. Celui qui m'avait consulté 1h par jour pendant deux mois savait... Et confirmait. Lorsque j'en parla à la psychologue qui m'a également beaucoup suivie... La réponse est la même « je me suis toujours dit que vous aviez exactement le même contact qu'une autre de mes patientes qui, elle, est officiellement diagnostiquée Asperger ». Quelques premiers tests m'ont été faits... Les scores sont édifiants.

Je les ai fait faire d'abord à mon mari, puis à ma mère... pour être sûre, qu'à ce jeu-là, tout le monde ne pouvait pas être « diagnostiqué » autiste... Les résultats sont sans appel... Ils ne sont pas autistes. Mais moi, j'explose les scores... La psychologue spécialisée qui suit Thibault accepte également de me prendre en charge en individuel. Pour faire le point sur moi-même ; deux semaines d'hospitalisation courant 2018 seront encore nécessaires pour relire l'histoire avec des lunettes enfin adaptée à ma vue...

Je vous passerai sur encore de longs détails des semaines qui ont suivi les deux diagnostics parallèles. Entre l'immense soulagement pour Thibault et moi, ainsi que mon mari qui vivait entouré de deux autistes à la maison. Et le malheur immense de sentir avec encore plus de force les préjugés et l'incompréhension des gens, de sa propre famille... À l'issue de cette période terrible de l'annonce du diagnostic, j'ai rechuté dans la dépression, l'angoisse majeure et les crises de panique.

Malgré l'accablement, nous avons trouvé un soutien immense (enfin !) en la personne de mes deux parents... qui eux aussi, à leur rythme ont enfin compris ce qui nous avait fait tant de mal à tous depuis tant d'années et qui avait littéralement achevé de d'exploser la famille à l'occasion de la naissance de Thibault.

Aujourd'hui, je suis devant vous. Je vous raconte mon histoire. Je m'appelle Aude. J'ai presque trente ans. Je suis Docteur en droit. Elève Avocat. Patient ressource en santé mentale. Présidente de l'association Parent'Aiz.

C'est beau..., mais ce n'est pas de ça dont je voulais vous parler. Je suis une maman. Une maman autiste. Mais une maman. La maman d'un petit autiste asperger. Mais une maman. Je suis également une épouse. Une sœur, une fille. Ma famille a été ravagée par cet errement diagnostic. Le système. La société. La méconnaissance des professionnels sur ce sujet m'a rendue dépressive. Aujourd'hui, il est acquis que je suis sous séroplex pour plusieurs années encore, voire toute ma vie.

En bonne autiste devenue, je crois, excellente juriste, je ne supporte pas les injustices. Je n'en veux pas au système. J'accepte l'excuse que les évolutions dans le domaine sont récentes et donc nouvelles. Mais là encore, ma personnalité d'autiste fait qu'il y a une évidence que je ne comprends pas. Comment est-il possible que des personnes dont la « spécialité » professionnelle tourne autour du lien parent-enfant, n'aient pas l'autisme dans leurs champ de réflexion ?

Voilà ma lutte. Voilà ma cause. Comme dirait « Super Pépette ». Je suis autiste et je vous parle à vous tous. Je crois réussir à me rappeler de vous regarder dans les yeux... Je vais vous donner un secret... Je crois qu'il aurait seulement fallu me demander... Me demander de vous parler de moi... Et non pas de ma mère ou mes grand-mères et de leurs bébés morts... De me demander de vous parler de Thibault au quotidien... Me demander s'il gazouillait le matin dans son lit ou ce qu'il faisait quand il était content de quelque chose. Je vous aurai, le plus simplement du monde répondu, qu'il ne gazouillait jamais. Et qu'il « battait des ailes » et des mains quand il était heureux. Qu'il ne s'endormait que si ma main lui balançait les fesses. Il aurait suffi de le regarder... Et de voir qu'il ne regardait jamais personne dans les yeux.

La critique est facile. L'Art est difficile. Changer ses pratiques est presque impossible. À l'issue de ce long monologue, que j'oserais, si je me flattais, appeler plaidoirie, j'espère vous avoir convaincu qu'en 2018, le champ

de la périnatalité ne peut plus et surtout ne doit plus exclure l'autisme des fondamentaux d'analyse et de prise en charge d'une dyade mère enfant, surtout lorsque cette dernière arrive tardivement.

Je finirai en résumant qu'en réalité, je pense que je n'aurai probablement plus jamais d'enfant. Je resterai toute ma vie bien trop marquée par cet épisode et la peur de faire naître un autre enfant autiste. Mais dorénavant, lorsque l'on me demande ce qu'il s'est passé et surtout le jour où Thibault me demandera ce qu'il s'est vraiment passé, je saurai répondre : Contrairement à tous les préjugés sur les autistes... j'ai tellement aimé mon bébé et j'en ai été tellement bouleversée que cela m'a totalement renversée.

**Annexe 2 – Contribution de Jacques BALLASI, autiste né en 1965, et Thibaut BALLASI, son fils, non autiste, né en 1997, concernant « l'autisme et la parentalité » :
une petite note d'optimisme**

Coucou Thibaut,

La naissance s'est bien passée, c'est un phénomène hors-norme, l'Enfant fait ses nuits, la Maman est une Déesse d'une pureté incroyable ... Un jour, tu auras accès à tout ce que j'ai écrit pendant ces 10 jours...

Je suis en Allemagne et je n'ai pas paramétré mon téléphone pour l'international...

Si tu pouvais communiquer par e-mail en attendant

Je ne compte pas revenir tout de suite...

Je te fais d'énormes bisous mon fils

Papa

Le jeu. 15 mars 2018 à 01:06, Thibaut BALLASI <***> a écrit :

Coucou papa,

D'accord très bien ! Eh bien Moi j'ai trouvé un travail, chez Marc Veyrat à la Clusaz ! Gros bisous !

Jacques BALLASI

15 mars (Il y a 2 jours)

À Thibaut

Coucou mon Fils,

Félicitations !!! Tu étais en Confiance, je l'ai senti quand tu m'as dit que tu arrêtais au Sofitel, je n'ai eu aucune appréhension et tu le mérites par ton Talent.

Tu remettras les phrases dans l'ordre, tu trouveras l'Essentiel si tu lis entre les lignes...

Je suis content pour toi et très fier que tu trouves ta Voie... Je t'ai rempli d'Amour quand tu étais petit, ta Maman aussi, d'autres personnes au-delà de ta famille. Le seul véritable Acte que j'ai fait pour toi est de t'avoir soutenu dans ton orientation scolaire et l'avoir assumé tout seul, d'avoir fait écran à ceux qui s'y opposait et je suis content pour ta Maman aussi qui j'espère le savoure aussi... Chacun est tellement plus fort quand il fait ce qu'il est et est libre de ses choix. Tout le reste, c'est toi qui l'a accompli et l'accomplit.

Prends tout l'enseignement que l'on peut te donner en ce lieu tant que tu y seras, dans la Justesse du geste et de l'Intention... c'est tout ce qui compte. Fais de la petite ou grande Pâtisserie avec Amour, le reste, la paie... c'est subalterne... il en faut peu pour être Heureux.

Profite aussi de la Vie, fais du ski... toi qui t'es fait tatouer un flocon de Neige. La Clusaz, ce n'est pas neutre pour nous aussi. Remercie tes différentes compagnes qui te guident et te construisent, honore- les de manière Sacrée.

Tu sais, tu es né dans l'Amour, avec ta Maman, on a eu des moments heureux... Et elle s'est installée à un endroit où tous les deux, on avait émis de bonnes ondes... Des fois, je suis fier de ce que l'on a bâti ensemble,

même dans la Douleur, je voulais juste te voir plus... À l'époque, je ne pouvais même pas entretenir deux relations qui étaient sur des plans différents, je n'avais pas encore cette possibilité...

Tout est Vibration, apprends à Respirer, à Recevoir et Donner (les deux seuls gestes qui comptent dans la Religion, pour moi l'athée ou tourné vers une autre religion).

Ensuite, les légendes, il y a ceux qui les lisent, ceux qui les écrivent, et ceux qui les incarnent.

Si tu es Pur, que tu acceptes et transcende jour après jour ce qui se passe, tu seras un Élu, tu ne comprendras pas forcément ce qui t'arrive, un être Éclairé qui a un pouvoir immense, de rayonner comme la Lumière.

Le diagnostic d'autiste m'a permis de comprendre ma différence, d'aller vers ce qu'il y a de Beau en moi... Et le calme, la sérénité retrouvée avec ta Maman (quel soulagement pour toi aussi j'imagine, ne serait-ce de savoir que l'on peut fêter un événement de ta Vie tous ensemble sans que tu n'appréhendes comme pour ta remise de diplôme du Bac qui est un bon souvenir), Elise (qui a détecté et comprend peut-être que ce n'est pas vraiment d'elle que je me suis séparé, mais de toute la vie autour que je n'arrivais pas gérer).. (oui, je te l'accorde, la liste est un peu longue, comme autant d'étapes nécessaires).

Le diagnostic m'a permis de comprendre mon propre fonctionnement, il a été un formidable outil pour expliquer, il a été Salvateur.

Je fonctionne à l'envers, avec d'autres règles de base, et s'adapter dans ce monde n'est pas évident mais je rencontre des personnes qui ont fait un chemin qui nous permet afin de rentrer en véritable communication. Paix aux autres membres de ma famille autistique, qui sont apparemment plus handicapés dans cette Vie et qui doivent être des diamants purs.

Pour ton travail, il ne peut pas être autrement aussi avec tout ce qui se libère de mon côté et ce que le peut émettre.

J'espère un jour avoir modifié mon fonctionnement pour savourer, déguster mais surtout Digérer ce que tu m'auras préparé car tu m'apportes déjà tant... pour aller vers ton Univers.

Je me souviens du texte que je t'ai écrit sur l'éducation, *ex-ducare* ?, conduire « hors de ».

J'ai des Gestes et une pensée (très) pure maintenant même s'ils peuvent apparaître abrupts, je suis Récompensé au-delà de tout ce que l'on peut imaginer. Je vais continuer mon chemin, en Conscience, confiant.

L'informatique va se débloquer car je vais oser donner un Sens... et peut-être que je ne serai plus considéré comme un parasite qui vit au crochet de la société mais que j'ai accepté de vivre dans un certain dénuement pour des raisons éthiques car mon confort ne vaudrait rien s'il nuisait au plus grand nombre... je ne cherche pas à sculpter le virtuel à ma personnalité qui est minoritaire.

Je t'aime d'un Amour Universel, d'un Amour filial... (je vais essayer de progresser avec la notion de sentiment qui est embryonnaire chez moi puisque l'occasion m'est offerte de tranquillement me confronter à cet obstacle, à m'enrichir un peu de cette notion qui à l'excès fait certainement souffrir, pour m'engager définitivement dans la Voie du milieu...).

Ah oui, quand est-ce que tu embauches pour savoir où se voir !

Pour l'installation, tu as grandi, mature, dis-moi si tu souhaites mon aide (je me souviens de ton installation pour aller travailler chez H&v... que c'était Beau, tu m'avais fait apprécier Paris, que de chemin parcouru...).

Namasté

Papa

Quelques réflexions en vrac :

- On est ce que l'on mange (dès Hippocrate), on peut ajouter aussi, tiré d'un mantra, on est ce que l'on pense !

- Photo de Marc Veyrat dans son diaporama (<http://www.marc-veyrat.fr/images/slide-accueil/slide-3etoiles.jpg>) : récompenses... et finit par « pensons à nos enfants » : L'univers fou de Marc Veyrat, « Obtenir 3 fois 3*** au Michelin et 2 fois 20/20 au Gault & Millau, c'est UNIQUE et EXCEPTIONNEL ! », « Cuisiner et faire vivre notre ferme, défendre notre production de saison bio et naturelle : c'est FANTASMAGORIQUE ! PENSONS A NOS ENFANTS !!! »... Quel Talent mais où est l'essentiel !

- Assiette botanique : peut-être compatible avec ma digestion, c'est très loin de l'idée que je me fais de la gastronomie Française (que je ne connais pas) et peut-être très proche de moi. Envie de tenter l'Expérience en tout cas.

- Vins remplacés par des jus obtenus avec un extracteur de jus. Beaucoup de cuisiniers mettent leur Talent pour le dressage, les textures, les accords de saveurs, les qualités des produits de base et leur culture, les cuissons, les sauces et l'accompagnement en vins... Peu pensent (à moins que je ne me trompe mais ce n'est que ce que j'ai perçu à la TV) à la Digestion (la mastication, salivation, dégustation n'est pas enseigné) qui pour moins est primordiale. Pour ma part, les symptômes de l'autisme sont accentués/amointris en cas d'inflammation du système digestif car ma paroi intestinale n'étant pas étanche (le reste aussi !), cela conduit à une inflammation du système nerveux central... Pour ma part, remplacer les vins (alcool, sulfites, tanins...) par des jus (fruits, légumes, épices...) obtenus avec un extracteur de jus à froid, permettrait d'obtenir des alliances et saveurs complètement inédites d'une puissance et d'un raffinement tout aussi fous... Pour ta part, l'idée d'accompagner une Pâtisserie d'un jus pour rétablir des équilibres pourraient être intéressante... mais je n'y connais rien... enfin, les erreurs permettent d'avancer (un autiste va dans le mur à chaque interaction sociale et se corrige perpétuellement au prix de grands efforts pour s'adapter aux règles (pas forcément les meilleurs) du plus grand nombre.

- Que Marc Veyrat (et son équipe car il diffuse, fait École) devienne comme d'autres l'ont été ou le deviendront un Père pour toi, cela ne m'enlève Rien, je le vois comme une Richesse infinie.

- On se rejoint dans l'Excellence, précision, justesse... Tu mets ces principes au service de la Pâtisserie, demain, peut-être dans un autre domaine... Ne cherche pas à être le "meilleur" (cela peut éventuellement être un moteur) mais la vraie satisfaction c'est de respecter ses propres valeurs et ensuite de faire de son mieux. On peut être artiste en tout, sans hiérarchie de valeurs dans les domaines. Ceux qui réalisent une famille réellement épanouie... sont peut-être moins nombreux que les Artistes ! et ils le sont pourtant, mais non reconnus par le plus grand nombre, ni par l'Histoire mais certainement de leur vivant, par leurs proches...

- Si on te critique sur le fait que ce restaurant+++++ est réservé à une élite... Marc Veyrat, c'est un chakra, un noeud de vibrations, parfaire son équilibre revient à rétablir l'équilibre vers les Nadis puis vers tous les points, c'est le plus court chemin (maths), celui aussi de la Lumière. Maintenant, idem partout, pas que corps humain, universel... Si tu préfères un rayonnement direct : Donc les gens fortunés, gourmets vont diffuser cet Art, cette recherche culinaire, ils en parleront à des personnes de leur réseau... et même s'il y a des cloisonnements cela va atteindre le plus grand nombre, donc l'action dans un Temple de la Gastronomie (existant ou naissant) impacte de manière efficace l'ensemble de la population et tu fais indirectement de la Cuisine/Pâtisserie pour tous...

- Si on te critique sur les prix pratiqués : Je ne sais même pas si "La Maison des Bois" est dans le vert ! mais la haute gastronomie n'est pas celle qui a la plus grande marge de "profit", l'Essentiel est ailleurs.

- Je comprends mieux pourquoi cette portion de route m'a paru enchantée... c'est parce qu'il y avait un Enchanteur dont j'ignorais la présence mais je la ressentais.

- Quand tu auras, sans compter le temps passé, sans prétention aucune, simplement en faisant de cet Enseignement ta Nourriture, alors tu seras prêt à ouvrir ton propre Temple, et ajoutera un nœud fort au réseau énergétique...

- Le véritable problème que j'ai est d'être conscient que mon Art (informatique) peut détruire l'humanité... pas facile (d'y participer ne serait-ce qu'un peu), notamment de trouver la "Voie du milieu".

- Dans le cadre d'« Autisme et Parentalité » : pour la séparation avec ta Maman, je comprends que ce n'a pas été facile de vivre avec un autiste à mon niveau de développement mais comme tout animal, un autiste passe d'hyper à hyposensibilité ou se réfugie dans sa bulle que s'il se sent agressé au préalable... j'expliquerai plus tard ou ailleurs mais elle n'avait pas besoin de suivre les conseils de son avocate pour me détruire (divorce pour faute, mesures urgentes, analyse psychiatrique) mais je lui ai déjà pardonné car personne ne savait, alors que j'étais en congé parental pour Toi (entre autres car c'était la bulle Internet, je m'occupais de toi et je programmais avec une Créativité liée à ta naissance, tu en es le co-auteur, tu étais devenu le pivot de tous mes rituels aussi)... La Justice Française a autorisé la séparation immédiate de la cellule familiale, sans même m'entendre alors que j'étais inconnu des services sociaux, et pourtant, dans un vol de scooter, on entend la personne dénommée avant d'agir. Je ne suis pas rentré dans l'arène, le jour de l'audience de non-conciliation (?), je suis allé ramer (aviron) sur l'Isère (après des années d'interruption, ils m'ont prêté un bateau alors que je n'étais pas licencié, ils ont compris) et je suis allé au cinéma (très rare aussi pour moi) voir *La vie est belle* pour le titre... mais quelle leçon (qui m'a guidé, comme quoi, si l'on laisse parler l'Univers, tout va à nous) ! Je pense avoir eu ce jour la bonne réaction. De toute façon, dans le pratico-pratique, c'est difficile de partager un enfant en cas de séparation des parents. Avec le deuxième ex-mari de ta Maman (séparation dans un scénario assez similaire certainement, lorsque l'un et l'autre, on a voulu créer en quittant un emploi qui la sécurisait), on a eu la Sagesse de regrouper ta fratrie (Thibaut a eu une (demi-)sœur), pour faire les voyages lorsque ta Maman a changé de région, et prendre le temps de discuter ensemble après, un véritable apaisement pour vous deux (les deux enfants) qui pouviez jouer ensemble à côté de ceux que l'on avait présentés comme rivaux (pourquoi ?) ! Aujourd'hui, c'est bien ainsi, même si je souhaitais simplement te voir plus, passer du temps ensemble... je l'ai dépassé... peut-être que j'aimerais voir les documents qui ont permis cela (car je ne les ai jamais vus) tout comme la Lettre pour Edmond Dantès.

- Pour ma part, je peux vibrer sur d'autres de mes 2342 personnalités (ce qui peut être déroutant pour l'entourage) car cela donne naissance à une vie tout autre (sans forcément avoir de lien avec la précédente).

- J'ai subi des dizaines de re-naissances ou réincarnations plus ou moins violentes (et je ne dois pas être une exception (j'ai développé cette théorie ailleurs, quelques lignes !)) mais cette fois, je l'ai fait en Conscience.

- Aujourd'hui, je suis Jacques BALLASI, mais je vibre comme Guillaume le Conquérant, Chevalier de l'Ordre des Templiers, Gardien du Graal ou de l'Enfant... rien de bien cohérent mais c'est l'une des personnalités qui est en moi et qui donne une bonne énergie, que j'avais peut-être déjà certainement quand on jouait ensemble tout le temps qui m'était imparti, avec le château fort, les legos, l'ADN (oups !, allez les réseaux neuronaux, c'est plus acceptable), en faisant des châteaux de sable... Un autiste a certainement (c'est le cas pour moi) un état vibratoire (car tout est vibration) instable.

- Maintenant, il ne faut pas voir la pâtisserie comme le seul centre d'intérêt dans lequel tu serais enfermé. C'est une voie qui t'auras appris à apprendre et tu pourras accéder à un niveau d'excellence rapidement dans d'autres domaines, d'ailleurs il faut toujours laisser la place à d'autres activités tout aussi importantes. L'équilibre est un mélange subtil, il ne faut pas avoir peur de « perdre tu temps » pour en gagner.

- Pas la notion de travail, mais instrument de l'Univers quantique, en connexion avec lui donc le seul mérite est la pureté, l'alignement, le questionnement de l'Univers et l'attente, la réception de la réponse.

- Pas la notion de sentiment (ou embryonnaire) : Je le savais depuis quelques années. Aujourd'hui, je doute même de l'utilité quand je vois combien cela peut faire souffrir et limiter les possibles (certes, c'est une notion nécessaire pour l'ordre social). J'ai identifié et posé la source du problème ces jours-ci. Je me souviens avoir osé dire à ta Maman que je ne l'avais pas reconnue quand elle m'a ouvert la porte après avoir fêté nos retrouvailles (je lui en ai déjà reparlé mais je crois que cela a été légitimement très dur pour elle). J'ai dit à a femme qui vient d'accoucher que lorsqu'elle a changé de tenue, je ne l'ai reconnue qu'à sa mâchoire (du côté droit lorsqu'elle resserre les mandibules) de pur-sang (le choc même si elle sait parfaitement que je suis autiste et

que je voulais favoriser le bon développement de l'Enfant in utero ! Il y a des phrases que jettent des froids, l'autiste que je suis ne filtre pas tout mais on en plaisante et dans cette phase où elle est à la maison, tout va bien, après c'est l'Inconnu car cela devient bien trop différent... je reconnais plus facilement les personnes nues car elles sont moins changeantes, c'est moins fatigant, alors un chat, un chien, c'est certainement bien pour un autiste !). Pour moi, ce sont clairement deux femmes distinctes (avec des signatures énergétiques différentes ?), ainsi, les souvenirs ne se regroupent pas autour d'une même personne, je n'ai pas d'accumulation, d'intégration jusqu'à ce niveau. Comme c'est toujours différent pour moi, je n'ai pas ou très peu de sentiments (c'est stocké dans des cases à part et il n'y a pas élimination de données redondantes d'où la surchauffe). Les neurotypiques pensent que les autistes font toujours la même chose, mais comme ils sont sensibles à des variations plus fines, pour eux, ce n'est jamais la même chose. Idée : Pour faire un parallèle avec les réseaux neuronaux formels (en Deep Learning) en reconnaissance d'images, j'ai la couche pixel qui fonctionne mais une couche plus élevée est défaillante et l'intégration, l'agrégation des résultats ne se fait pas ou très mal (pas eu de DropOut ?, trop de neurones, certains n'ont pas été éliminés pour un meilleur fonctionnement à long terme).

- Pour terminer avec je que j'ai reçu récemment : « Comme je te l'ai dit, si seulement le monde reconnaissait les autistes comme des êtres extras, ou extras êtres, venus pour nous réapprendre à vivre dans la lumière fraternelle nous serions largement moins stupides... Mais il se pourrait que ce soit pour bientôt. »

Désolé, je sens que je suis encore parti mais lis les livres de Marc Veyrat (pour t'en infuser), essaie les jus, ce serait très novateur ! J'aimerais te faire cadeau du livre (ça, je peux), pour l'extracteur de jus « haut de gamme » (1100 euros) et après un pour moi... il faudra attendre un peu.

Pour manger chez Marc Veyrat ensemble, après tout, un repas, c'est 2 heures de massage (là, on va très loin dans les émotions profondes, la guérison), je peux en offrir plus mais je ne masse que des Femmes (yin-yang), il y a assez de "vraies" masseuses pour les hommes

Namasté,
Gros bisous,
Papa

Le 19 mars 2018 à 13:34, Thibaut BALLASI <***> a écrit :

Coucou, je suis encore à Lyon ! J'aimerais aller manger avec toi au Sofitel ! Et il faudrait réserver une date ! Si possible avant la fin du mois, dis-moi quand tu penses être là sur Lyon bisous !

Jacques BALLASI

20:17 (Il y a 3 heures)

À Thibaut

Coucou Thibaut,

MERCI mon fils, tu ne peux pas savoir comment cela me fait plaisir !

On se verra donc... cela va me faire vraiment du bien de te retrouver.

Cela fait tout de même 6 mois que l'on ne s'est pas vus pendant lesquels tu as travaillé dur au Sofitel de Lyon !!

Je pense que tu as beaucoup changé, gagné en maturité aussi, fait ton propre chemin... je ne vais pas te reconnaître mais je sais que tu viendras vers moi au point de rendez-vous...

Je me suis organisé avec Bruno qui m'emmènera à Marseillan-plage... comme quoi, entre autistes, avec beaucoup de bienveillance pour nos différences, on y arrive...

Bruno a loué un petit appartement... donc si tu veux venir à la mer ce week-end, c'est certainement possible de descendre ensemble même si je pense que tu préfères passer le week-end avec tes ami(e)s... qui sont toujours les bienvenu(e)s. Enfin, sinon, il remonte en fin de week-end...

J'ai changé la couche de l'Enfant, un grand moment d'anthologie, tu t'en doutes quand je pense que tu es un pro du dressage en Pâtisserie !... Quel bon moment, on a bien rigolé de mes erreurs successives, et quelle adaptation de l'Enfant (je le dis pour rassurer les autistes qui souhaiteraient avoir un enfant, il a tellement confiance en moi dans les autres circonstances quand il s'agit de le décrypter, lui faciliter la digestion avec ma main posé sur son ventre, l'utilisation de la respiration profonde comme calmant, le bercement, une infinie Joie, le respect de ses moments à lui et rien qu'à lui avec sa Maman soit la majeure partie de la journée, c'est le juste équilibre, je ne dors pas dans le Temple, bien évidemment, respecte ce temps, elle vient de passer 9 mois avec lui dans son ventre, la transition doit se faire en douceur...), il s'est laissé faire, sachant pertinemment que l'on allait pas battre le record de vitesse, d'ailleurs ce n'était pas le but (faut être conscient de ses limites !), on était dans la douceur, un vrai moment de partage... Est-ce que l'alignement est parfait mais l'Architecte ne m'en a pas tenu rigueur ! L'Enfant était comme d'habitude (normal, il n'y a aucun heurt) très détendu quand elle est revenue ... Non, il faut juste que l'assemblage soit étanche car en Allemagne, on met un carré de tissu que l'on lave ensuite et qui protège la couche que l'on peut réutiliser... c'est plus écologique !

Tiens, pense à la liste de tes envies... on en discutera !!

Sur Radio France Bleue Drôme-Ardèche... (27 mars 2018)

Le 27 mars, on était sur Radio France Bleue Drôme-Ardèche, pour parler de l'autisme et de la soirée autour du film/débat Les Nouvelles du Cosmos au cinéma de Saint-Péray le 5 avril prochain.

Lien podcast : <https://www.francebleu.fr/emissions/le-dossier-du-jour-de-france-bleu-drome-ardeche/drome-ardeche/le-dossier-du-jour-france-bleu-drome-ardeche-34>

À VENIR

Animation « Tous pareils tous différents : vivre avec un handicap » (28 avril)

Samedi 28 avril, de 15h30 à 17h30, Marisa Bona et Sandra Morati, de l'association Educ'Ardèche, proposent une animation gratuite au Café des Familles, à la Maison Enfance Jeunesse de Lablachère.

« Le handicap interroge, suscite la curiosité, mais il est aussi source de richesse et de diversité. Educ'Ardèche propose un temps d'échange autour du handicap, avec projection d'un petit film pour sensibiliser le jeune public, puis discussion ouverte autour de la parentalité et du handicap. »

Agora « Les approches éducatives de l'autisme : spécificités et complémentarité » (4 mai)

Le 4 mai, à partir de 19h, à la Maison Relais Santé de Valence, nous vous proposons une Agora sur ce thème. Cette agora sera animée par Sandra Morati et Valérie Periot, éducatrices spécialisées. Toutes deux accompagnent des personnes autistes à domicile et dans les différents domaines de leur vie.

Elles exposeront rapidement les spécificités des approches éducatives de référence comme TEACCH et ABA, puis présenteront de quelle manière elles utilisent ces outils concrets pour construire une pratique éducative individualisée.

Un temps d'échange autour de ces approches et de leur complémentarité sera proposé.

Inscriptions jusqu'au 30 avril à : secretaire.planeteautisme@gmail.com

Agora « Musicothérapie et autisme(s) » (29 mai)

Le **29 mai**, à la Maison Relais Santé de Valence, nous vous proposons une Agora à partir de 19 heures sur ce thème, animée par Pascal Viossat, musicothérapeute.

La thématique de cette Agora ouverte à tous portera sur l'utilisation des composantes du langage musical et du matériau sonore en musicothérapie, afin de favoriser la détente, la communication et le développement chez la personne avec autisme. Il sera également question de la prise en compte, en musicothérapie, des particularités du traitement sensoriel dans les TSA, du lien entre intensité du vécu sensoriel et éprouvé émotionnel.

Inscriptions avant le 23 mai à : secretaire.planeteautisme@gmail.com

DIVERS

Infos de nos adhérents : SIMUTED au CHU d'Amiens

Depuis début 2018, le CHU d'Amiens a mis en place un projet permettant à des personnes avec autisme de s'entraîner à subir des examens médicaux. Il s'agit d'une première en France. Pour plus d'informations : <https://france3-regions.francetvinfo.fr/hauts-de-france/somme/amiens/au-chu-amiens-technique-unique-france-aide-autistes-passer-examens-medicaux-1437757.html>

***Gabin sans limites* – Lecture à découvrir ou à redécouvrir**

Le livre de Laurent SAVARD *Gabin sans limites* est disponible en collection poche depuis le 21 mars 2018.



AGENDA

- 23 avril** Assemblée générale ordinaire de Planète autisme Drôme-Ardèche et présentation d'Handisport à la Maison de la Vie Associative (74, route de Montélier) à Valence à 19h30, salle n°1.
- 28 avril** Café-rencontre Asperger ados, de 10h à 12h à la Maison pour Tous du Petit-Charran (30, rue Dunant à Valence) – sur inscription : valerieperiot@yahoo.fr.
- 28 avril** Café-rencontre Asperger adultes, de 14h à 17h30 à la Maison pour Tous du Petit-Charran (30, rue Dunant à Valence) – un premier contact par mail est souhaité : cafe.rencontreasperger.valence@gmail.com.

- 28 avril** Café des proches d'adultes et d'adolescents avec TSA de 14h à 17h à la Maison pour Tous du Petit-Charran (30, rue Dunant à Valence).
- 28 avril** Session d'approfondissement « Accompagner l'élève avec autisme à l'école » animée par M^{me} Delphine Mauuary-Maetz. S'adresse aux parents, enseignants et assistants de vie scolaire ayant suivi le premier module en 2016 ou en 2017. Inscriptions : centredeformationpada@gmail.com ou 06 72 74 13 36 jusqu'au 15 avril.
- 4 mai** Agora « Les approches éducatives de l'autisme : spécificités et complémentarité » animée par Sandra Morati et Valérie Periot, éducatrices spécialisées, à partir de 19h, à la Maison Relais Santé de Valence. Inscriptions jusqu'au 30 avril à : secretaire.planeteautisme@gmail.com
- 29 mai** Agora « Musicothérapie et autisme(s) », animée par Pascal Viossat, musicothérapeute, à la Maison Relais Santé de Valence, à partir de 19h. Inscriptions avant le 23 mai à : secretaire.planeteautisme@gmail.com
- 9-10-11 juillet** « La communication verbale ou non verbale chez les personnes avec TSA » animée par Mme Sophie Brunel-Aigon orthophoniste. Cette formation s'adresse aux familles et aux proches d'enfants, d'adolescents ou d'adultes. Inscriptions : centredeformationpada@gmail.com ou 06 72 74 13 36 jusqu'au 30 juin.
- 12-13 juillet** « Comprendre l'autisme », formation animée par M^{me} Gwendoline Girodin, psychologue du développement socio-cognitif. S'adresse aux parents, proches et professionnels. Inscriptions : centredeformationpada@gmail.com ou au 06 72 74 13 36 jusqu'au 6 juillet.

CONTACT

Vous avez trouvé *Pada Blabla* sur notre site ou par connaissance interposée, et vous souhaiteriez le recevoir par e-mail dès sa parution ? Envoyez un mail à secretaire.planeteautisme@gmail.com. Inversement, vous pourrez choisir de vous désinscrire en suivant la même procédure.

Une info à publier ? Écrivez-nous ! guillaume.desauza@yahoo.fr.

Retrouvez-nous également sur planeteautisme-dromeardeche.fr et sur notre page Facebook !