

## Autoréalisation dans la pratique

Par Bruce Petherick

Parfois, je suis trop intelligent de moitié. (Je ne sais pas exactement pourquoi cette expression signifie ce qu'elle signifie, mais j'ai assez d'expérience pour savoir qu'il s'agit d'un usage correct). Parfois, j'ai de bonnes idées qui, je le sais, amélioreront la vie des autres, ou j'ai un plan pour faire quelque chose de vraiment génial et créatif. Ensuite, je dois vraiment mettre en œuvre le plan ou l'idée, ce qui me cause souvent de la douleur (figurative).

L'un de mes projets importants consiste à créer des ateliers à l'intention des enseignants en beaux-arts (et d'autres membres de la collectivité) pour les aider à comprendre comment interagir avec les élèves du niveau secondaire supérieur et à mieux établir des liens avec eux. En dehors de ma musique, c'est le devoir public le plus important que j'ai. Après avoir lu le livre de Kara Dymond « The Autism Lens », j'ai eu une idée géniale pour un atelier : je devrais préparer une représentation de ce à quoi ça ressemblerait si je n'avais pas à me masqué pendant que j'enseignais à l'école, et la seconde moitié serait une discussion qui définirait ce qui se passe et quels soutiens seraient nécessaires pour un étudiant Neurodivergent. Pour rendre la présentation encore meilleure, j'ai communiqué avec quelques élèves actuels et des anciens élèves et je leur ai demandé d'écrire, en détail, ce que serait leur vie à l'école s'ils n'avaient pas à se masqué. J'incorporerais ensuite leurs expériences dans le rendement de sorte qu'un certain nombre de points de vue différents et de diagnostics différents se présentent.

Je sais que c'est une bonne idée. C'est une excellente idée. Aujourd'hui, j'ai commencé à travailler sur mes perspectives : à quoi ressemblerait ma vie si je n'avais pas à me masqué. Aujourd'hui, je me suis rendu compte de tout ce que je dois faire pour masquer, et de tout ce que chaque personne neurodiverse doit endurer chaque jour.

Depuis ma découverte de l'autisme, j'ai été très ouverte avec presque tout le monde au sujet de mon autisme. J'ai raconté mon histoire à de nombreux endroits et j'essaie d'encourager d'autres personnes neurodiverse à être fières de leur histoire. Les gens m'ont traité de « brave » pour avoir fait cela et pour avoir été si ouvert - pour avoir été si vulnérable. Je ne vois pas cela moi-même parce que je suis authentique et que je n'ai pas peur ou honte de mes différences. Quand je fais de la musique, il n'y a absolument aucun filtre. Quand j'étais plus jeune, on m'a demandé pourquoi je dansais quand je jouais, et j'ai été franchement totalement surpris. Cela m'amuse encore quand je vois une vidéo d'un spectacle en direct, et je vois moi-même à quel point je bouge quand je joue. Je ne suis pas du tout au courant de cela en ce moment.

Tout comme le masquage.

Je ne me cache pas consciemment pour le moment. Pour moi, c'est un comportement acquis que je peux connaître après coup, mais pas pendant le processus. J'ai essayé de penser à ce que ça donnerait de ne pas masquer, ou du moins de ne pas masquer autant, mais je me rends compte que je n'ai aucune idée de la mesure dans laquelle mon masque est maintenant une partie essentielle de mon être, et de la quantité que je pourrais enlever. C'est un moment d'autoréalisation où je ne sais pas ce qui est authentique et ce qui ne l'est pas. Maintenant, j'essaie d'être conscient du moment où je me masque et de ce que cela signifie, et même si le masquage est nécessaire. Ce sera un long processus et un long voyage, et j'espère qu'une certaine authenticité apparaîtra à la fin!

---

### À propos de l'auteur



Bruce Petherick est un musicien neurodiversifié (TSA) et un créateur d'espaces acoustiques vivant à Calgary, au Canada. Il a joué de la musique dans le monde entier, jouant divers styles allant du classique au jazz et au théâtre musical. Il est marié à Meredith, artiste et travailleur social, et père de trois enfants, dont deux sont aussi neurodiversifiés (TDAH). En plus d'être un interprète et compositeur actif, il a enseigné dans des établissements d'enseignement tertiaire de son pays d'origine, l'Australie, et de son nouveau pays, le Canada. Bruce a donné des conférences en musicologie partout dans le monde et il donne des conférences dans des églises où il joue.