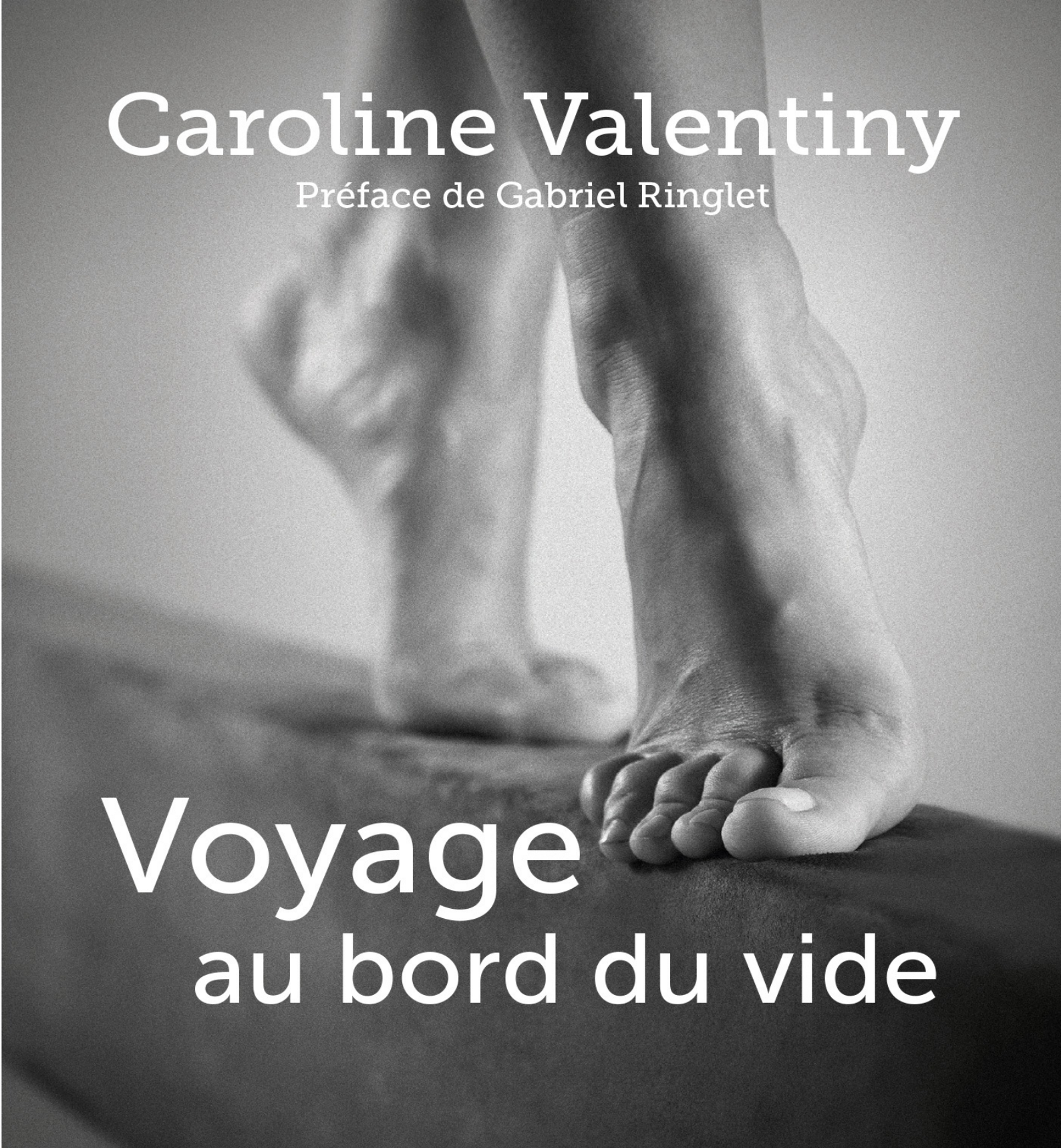




Caroline Valentiny

Préface de Gabriel Ringlet

Voyage au bord du vide

RÉCIT D'UNE RENAISSANCE

DDB *desclée
de brouwer*

Voyage au bord du vide

Tous droits de traduction,
d'adaptation et de reproduction
réservés pour tous pays.

© **2015, Groupe Artège**

Éditions Desclée de Brouwer
10, rue Mercœur - 75011 Paris
9, espace Méditerranée - 66000 Perpignan

www.editionsddb.fr

ISBN : 978-2-22006-708-7
ISBN epub : 978-2-22007-613-3

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

ne me sens pas mieux.

Parfois je déambule dans les rues, sans but, au hasard ; je m'assieds dans un café et j'observe les gens comme un fantôme, de derrière la vitre invisible qui me sépare d'eux. Et si ma perception actuelle du monde était la vraie ? Et si la réalité n'était en fait que ce qui se présente à moi désormais : un univers chaotique, plat, absurde ; et si la vie normale ne l'était que parce que nous nous berçons d'illusions... Tout est vide et irréel. Cela me terrifie.

Le cours se termine et je rentre par les allées humides jusqu'à ma petite chambre d'étudiante. Les feuilles d'automne collent aux pavés des rues piétonnes. En arrivant devant chez moi, alors que j'essaie de tourner la clé dans la serrure, les pensées bruyantes m'obligent à rester dehors. Je m'assieds sur un banc balayé par la bruine et j'allume une cigarette. Je la fume, vite, mais dès qu'elle est finie il me faut en allumer une autre. J'ai froid mais peu importe : les mots de plomb dans ma tête ne me lâchent pas, ils me vissent au banc, m'interdisent de me lever, de rentrer. Je leur dis que j'ai froid et ils m'envoient une claque dans le cerveau. Tu restes, tu fumes, sinon ta petite sœur va mourir. Tu ne veux pas qu'elle meure tout de même ?

Après cinq cigarettes j'ai la tête qui tourne et j'argumente. Je veux rentrer. D'accord, dit ma tête, à condition que j'en fume encore une et que, pendant toute la durée de la cigarette, je ne pense pas une seule fois à quelqu'un que j'aime. Évidemment, cela ne marche pas. J'ai vraiment froid. À la fin de la dixième cigarette, j'ai les poumons qui brûlent et je jette la fin du paquet à la poubelle, rageuse et désespérée. Laissez-moi tranquille... J'en ai marre ! D'où viennent ces filets dans ma tête ? Comment se sont-ils faits si solides ? Comment leur échapper, s'il vous plaît, quelqu'un, comment leur échapper ? Si je ne les écoute

pas ils me réveillent la nuit, marchandent, me griffent les nerfs sous la peau du crâne. Je grimpe les escaliers qui mènent au premier étage et j'ouvre la porte de la cuisine. J'ai défié l'obligation en venant me mettre au chaud – *petite arrogante* : il va falloir compenser la désobéissance. J'ouvre l'armoire et j'en sors un pain tout frais ; j'attrape un couteau, un pot de choco, et je me mets à tartiner. J'avale une première tranche, à grosses bouchées, *allez, plus vite !*, la mie à peine mâchée m'étouffe mais déjà il faut en pousser une deuxième, une troisième, une quatrième... Tout le pain y passe et la dernière tranche à peine avalée, mes jambes fébriles me poussent aux toilettes et pliée en deux au-dessus de la cuvette, je crache en pleurant l'acidité qui me brûle comme un reproche. Que surtout rien ne me reste dans l'estomac, encore un spasme, tout doit sortir, j'ai mal au ventre, à la gorge et mon nez pique, *arrête de te plaindre*, pardon, je m'essuie la bouche et je ferme derrière moi la porte de ma chambre. Je tire les rideaux, j'éteins la lumière et je disparaîs dans le noir, roulée loin sous les couvertures, cachée de tout sauf des grands yeux moqueurs qui m'observent, infatigables, de l'intérieur.

Février 1997, vingt-trois ans

J'ai pris rendez-vous chez un médecin du campus pour cet après-midi. J'ai souvent le vertige et les palpitations ne se sont toujours pas améliorées. À la fin du cours, je rassemble mes affaires et me dirige vers la sortie. Vite, dehors. J'ai juste le temps d'aller prendre un café et de fumer une cigarette avant mon rendez-vous.

J'entre dans le cabinet du médecin. Il me salue et m'ordonne de me déshabiller. « Vous êtes bien fine », dit-il en hochant la tête. Il prend ma tension, écoute mon cœur et me demande de monter sur la balance. 45 kilos. Ce n'est pas dramatique, dit-il, mais il ne faut pas continuer à perdre du poids. Bien sûr, je comprends, dis-je. Ce que je ne lui dis pas, c'est que manger le moins possible est la seule chose qui me soulage. Quand j'ai faim tout se fait plus léger, ma tête se tait un peu, la vitre qui me sépare du monde semble moins sévère. Sentir mes os, leur structure solide et précise, me rassure. Dans la faim, quelque chose me simplifie, me ramène à la terre, à ses courants nourriciers, absorbe le vertige intellectuel. Si je deviens assez fine, peut-être pourrais-je échapper aux filets qui m'emprisonnent, me faufiler loin d'eux...

Il me demande pourquoi je suis venue le voir et je lui dis que je suis inquiète, que quelque chose ne tourne pas rond dans ma tête, que j'ai déjà consulté une psychologue mais que ça ne m'aide pas. Il m'encourage à lui décrire ce qui se passe. Je le fais volontiers, j'en ai tellement besoin. Je parle, je parle et il continue de hocher la tête. Finalement, après de longues minutes, je m'arrête et, après un temps de silence, il me dit, gentiment, qu'il faut que j'aille voir un psychiatre. Qu'en attendant, il va me prescrire un antidépresseur et du Risperdal, mais qu'il est impératif que je consulte un spécialiste. Bon. De toute façon je m'en doutais.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Je viens de déposer Caroline à l'hôpital. Je l'ai laissée assise sur un lit en fer-blanc. Ses yeux perdus m'ont suivie jusqu'à la porte. J'ai retraversé le couloir, repassé la grande porte et la grille, marché sous les platanes de la cour en me retournant sans cesse vers les fenêtres de son étage. Je suis arrivée jusqu'au parking et je suis montée dans ma voiture ; j'ai essayé de tourner la clé de contact et de démarrer le moteur pour rentrer chez nous, mais je n'y parviens pas. Quand nous sommes arrivées, il y a une heure environ, on nous a fait remplir des formulaires, j'ai déposé sa valise dans une vieille petite chambre aux couleurs passées, et puis on m'a demandé de partir. Je ne sais pas comment la laisser là. Comment la laisser là, dans ces couloirs gris imbibés d'une odeur de café, de cigarette et de maladie, parmi ces femmes en peignoir qui déambulent avec tristesse, ces infirmières qui lui parlent lentement, avec pitié et condescendance, comme à une enfant attardée, comme si elle n'était pas normale. Je ne parviens pas à démarrer. L'idée m'est insupportable : la tête cassée, mon enfant. Qu'est-ce qui s'est passé ? Qu'est-ce que j'ai manqué ?

...

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Le fou n'est pas celui qui a perdu la raison. Le fou est celui qui a tout perdu, excepté la raison.

Chesterton

Honte, honte, honte. De voir défiler le temps ainsi, dénué de vie. En spectateur aveugle de l'univers virtuel, glissant. Tourner la page. Dormir pour casser le manège. Existence non fiable, nécessité absolue de l'approbation de la raison pure, désincarnée, parce que la vie c'est trop dangereux, ça fait mourir et puis ça damne pour avoir vécu au naturel alors qu'on était corrompu, qu'il aurait fallu vivre à l'opposé de soi, depuis le début, refuser la beauté, l'art et les sensations vives... Ça punit pour avoir failli à l'esprit critique, pour n'avoir pas correspondu aux exigences... de quoi déjà ? Terreur de n'être sûre de rien. C'est quoi l'amour, c'est quoi le rire, c'est quoi la joie, c'est quoi les larmes, c'est quoi le vent ?... C'est quoi et c'est passé où ? Trouver une réponse basée sur l'éternité cristalline, bâtie sous menace de perpétuité. Questions qui me somment, m'assomment. Vie en attente par défaut de solution. Comme s'il manquait un joint dans la turbulence de mon sang. Je me trouve à l'extérieur de la membrane du monde, je ne parviens plus à y rentrer.

Tu dois tout savoir, absolument tout. Interdit de parler d'ignorance. Sinon, si tu ne sais pas, comment savoir si tu fais juste, si tu ne fais pas de mal, tu en as assez fait parce que tu n'as pas réfléchi assez, ah oui pardon tu écoutais ton cœur... Ton cœur ! Comme si on pouvait se fier à cet organe impulsif et imprévisible ! Non, vraiment, ne dis pas que c'est impossible !

Cherche sans fin, sans fin, mais pas par la vie, non, ce n'est pas sûr, cherche par l'empilement des pensées, tours de verre, infranchissables, imprenables, sans faille, aucune, absolument.

Demi-sommeil, à nouveau, « cure de sommeil », toujours. Comment fait-on pour en venir à ces mots-là. Savoir qu'on avait une vie, avant. La vouloir, brute, directe. Se promettre qu'on la retrouvera malgré la paralysie. Ruser pour un geste infime gagné sur la course au néant. J'entends le souffle de l'ange déchu qui s'infiltré comme un voleur, insidieux, qui fait des courbettes comme un intrus sans gêne. Il dit des mots noirs, acides, qui dissolvent tout sur leur passage. Il dit : On ne peut pas être dupe comme toi, petite idiote, toutes tes intentions sont perverties et tu le sais bien, même l'amour que tu portes à ceux qui comptent, même ta soif de rendre heureux, même ta stupidité de vouloir les choses belles, même tout ce qui t'approche, de près ou de loin. On ne peut pas se laisser embobiner par la vie comme ça, tu dois t'enfermer avec moi dans une petite cellule de ta tête, je t'apprendrai l'intégrité sinon vous finirez en cendres toi et les tiens, crois-moi bien, j'ai tout pouvoir sur ce qui t'est lié. Si tu ne m'écoutes pas ils mourront tous, tu m'entends, il leur arrivera malheur ! Désormais, tu élèveras des châteaux de cartes, pyramides d'abstraction au cœur d'une tour de verre aseptisée, infranchissable, imprenable. Tu ne t'abandonneras plus, jamais, ni à la chaleur d'un feu de camp ni à la beauté d'un paysage ni au cœur d'un ami ni à l'ivresse d'une danse. De toute façon, tu ne le pourras plus, je vais tout disséquer, même les mots en perdront leur sens et leur sang, tout sera vide, il ne restera qu'un tourbillon, vertige. Saveur inaccessible. Vide dans la bouche. Teneur désertée. Fuite dans la tyrannie formelle. C'est le prix à payer pour vivre dans le rien, tu dois m'écouter, je suis l'antidote, tu es le poison, tiens, c'est curieux, tu ne le savais

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Mars 2000

Je suis étendue sur un brancard à roulettes, un drap jusqu'au menton. Ils vont m'électrifier le cerveau pour la première fois. C'est du moins ce que j'ai compris, parce qu'on ne m'a pas expliqué grand-chose. Je suis si fatiguée de me poser des questions. J'entends des bruits dans la pièce à côté, des voix étouffées, presque des chuchotements, une vieille dame qui tousse, une machine qui grésille. Je ne suis pas la seule à subir ce traitement. Apparemment, c'est monnaie courante. La psychiatre, vêtue d'un sweat-shirt et d'un jean, se penche sur moi :

– Vous allez voir, tout se passera bien, murmure-t-elle d'une voix chaleureuse et rassurante.

Elle passe sa main dans mes cheveux, puis s'éloigne au pas de course. Je voudrais me lever, me jeter dans ses bras, hurler qu'il y a erreur, que ce n'est pas vraiment moi, cette jeune fille perdue dans le fond d'un hôpital psychiatrique empestant le rance, qu'elle n'est pas vraiment mienne, cette vie à demi-morte qui m'étreint impitoyablement, que j'existais, avant, que moi aussi je portais des jeans et des sweat-shirts, pas seulement des pyjamas, que moi aussi je faisais du sport et de la musique, que moi aussi je regardais les gens bien en face, que moi aussi je voulais le bonheur de toute la planète... Que je n'étais pas parfaite, mais que je me sentais vivante ! Elle consolerait ma peine, tout mon chagrin trop lourd, elle m'emmènerait chez elle, et m'écouterait, m'écouterait, m'écouterait... Bizarrement on pressent ça, parfois, chez certaines personnes, qu'elles pourraient vous repêcher du marécage où vous vous enfoncez. C'est à cause de la lueur dans leurs yeux. Du ton de leur voix,

chaude, grave. De leur façon de bouger, attentive, vivante. Je lui demande l'aumône du regard, je dois être épuisante d'avidité. C'est peut-être le seul moyen de tenir pour mon esprit retenu en otage. Pardon si je vous mange. De toute façon, c'est déjà trop tard : elle s'éloigne au pas de course...

Deux infirmières empoignent ma civière et m'emmènent dans une petite salle éclairée d'une lumière crue. Je suis tétanisée. Je fixe aveuglément les seringues qui passent de main en main.

– Nous allons vous endormir. Vous ne sentirez rien. Vous vous réveillerez dans votre chambre.

On m'attache un garrot, on me place des électrodes aux tempes. Quelque chose me pique le bras, mes membres s'engourdissent, mon esprit m'échappe, les voix s'éloignent et puis... plus rien.

Où suis-je ? Quel jour est-on ? Que s'est-il passé ? Je ne reconnais pas l'endroit où je suis. Qu'est-ce qui manque ? Les yeux au plafond, je fouille les décombres de mes souvenirs. Trou noir. Je dois bien être quelque part. Une dame vêtue de blanc entre dans la pièce.

– Ah, vous êtes réveillée. Comment vous sentez-vous ?

Je n'en sais rien. Perdue. Des images me reviennent par bribes. C'était ce matin. C'était il y a une éternité. Je vais dormir encore un peu.

Au réveil, tout s'est éteint. Les rares zones de clarté se noient dans des bulles d'ombre, les jours se mêlent aux jours et se confondent en soupe épaisse. Je ne sais plus où je suis, qui je suis, quand je suis. Je vois les oiseaux déchirés au bord des chemins auxquels je souriais, petite, en revenant de l'école. Cette étrange fixité qu'ils avaient de dormir, et la mort paraît

douce, dans ce vide effrayant.

Mai 2000

Il y a deux mois que je suis ici, au sous-sol, à présent. Deux mois et seize électrochocs. Nous sommes sept patientes à déambuler dans ce couloir morbide. Seul le calendrier accroché au mur de ma chambre me le rappelle. Parce que ma mémoire, elle, défaille. Où, quand, déjà ? Il y a dix secondes, ou un an, c'est pareil. Le temps s'est vidé. Les jours se ressemblent tous. Les frontières habituelles ont pris des contours flous. Nous passons ensemble quelques heures par jour dans une pièce commune, et le reste du temps nous sommes enfermées dans notre chambre. La nuit, j'ai peur, parce qu'il fait noir, que la lumière est dans le couloir, à l'extérieur, et que je n'ai pas la clé. Pour les toilettes, il y a un pot de chambre par terre. J'entends un bruit de serrure et je me dis qu'il doit être quatre heures parce que c'est l'heure à laquelle on nous libère pour retourner dans la pièce principale après la sieste. Je viens me blottir dans la salle de séjour, dans les ailes de sa petite baie vitrée. Le soleil filtre à travers les fenêtres maculées de taches de doigt. Titine s'assied à côté de moi. Elle tremble et ne cesse de répéter : « Je suis nerveuse, ça ne va pas, je suis nerveuse... » Cabrel égrène ses notes à la radio. Titine s'agite incessamment. Elle a peur. Je lui demande de quoi. Elle me répond : des chiffres. Ses parents sont morts. Son mari et sa fille l'ont quittée. Elle frotte ses cheveux sales pour les remettre en place. Quelle tristesse. À table, j'observe Marianne. Elle est tout entière absorbée dans la contemplation de son doigt. Elle prend son index pour la

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Caroline a repris du poids, c'est vrai. Elle est plus calme, apparemment, elle attend que les journées passent, assise sur une chaise, le regard dans le vide. Les médecins pensent qu'il y a du progrès, qu'elle parvient à mieux gérer ses accès de colère contre elle-même, que ses pensées galopantes sont mieux maîtrisées grâce aux traitements. Moi, je pense que ma fille est en train de disparaître plus encore sous des débris de nerfs brûlés et sous les sédatifs. Cela suffit. J'ai demandé combien de temps encore ils pensaient la garder à l'isolement (elle y est depuis trois mois) et on m'a répondu qu'un petit mois devrait suffire. Il est hors de question que je l'y laisse un jour de plus. On m'a expliqué que si je la reprenais, ils déclinerait toute responsabilité au cas où il lui arrivait quelque chose. Comme Caroline est majeure, elle devra signer une décharge. Elle ne veut pas rentrer à la maison mais elle ne veut plus rester là non plus. Il y a un hôpital à Bruxelles qui offre un accompagnement plus individualisé, qui possède un service pour les jeunes, propose des thérapies familiales ainsi que des groupes de réflexion, des activités artistiques, du théâtre, qui laisse plus de liberté aux patients et n'essaie pas de les soigner à coup de punitions et récompenses. Nous avons rendez-vous dans deux jours. Caroline va signer une décharge cet après-midi. Une chose est sûre : elle rentre avec moi aujourd'hui.

Août 2000

Je ne suis plus à l'isolement. J'ai même changé d'hôpital, changé de ville, changé de traitement. Abrutie de médicaments et de décharges électriques, j'ai obéi à tout, j'ai repris du poids, cessé de me couper la peau, et j'ai pu quitter la prison. Ici, je peux sortir de temps en temps. Le médecin m'écoute attentivement de derrière ses petites lunettes. Dans les couloirs, je croise des jeunes de tous âges. Des activités sont organisées pour nous occuper l'esprit.

Dans la salle de séjour, l'ambiance est réconfortante. Certains écoutent de la musique, d'autres jouent aux dés, d'autres regardent un film. Tous un peu paumés, tous un peu fragiles, sans doute, comme moi.

J'ai une chambre où je suis seule, spacieuse et calme, avec une petite salle de bains et un bureau. Les visites de ma famille et de mes amis sont comme des taches de clarté dans le décours des heures.

Aujourd'hui j'ai osé sortir, malgré ma peur de me diluer, hors des murs confinés de l'hôpital. Je suis assise à la terrasse d'un café et je bois un lait russe. Marcher dans les rues, regarder les étalages, profiter du beau temps... cela m'est-il permis ? Légalement, oui, mais dans le fond, au lieu du combat entre moi et moi ? Je l'ignore et cela me fait tourner la tête. Quoi qu'il en soit, je suis à l'air libre et c'est déjà mieux que l'atmosphère poisseuse de l'isolement. Je règle l'addition, j'attrape mon

écharpe et je quitte le café.

Un livre attire mon attention dans la vitrine d'une librairie. On y voit une petite fille, le visage à demi masqué par une ombre. Son regard est vide, triste et silencieux. J'entre et je l'achète, sans trop savoir pourquoi. Puis je me dirige vers la clinique, mon paquet sous le bras.

Assise sur mon lit, je suis incapable de relever les yeux de ces pages, même s'il m'est difficile de lire et que je dois m'y reprendre à plusieurs fois : je ne suis pas seule. On dirait que ce bouquin parle de moi. De ce qui m'arrive, depuis des années. Avec quelques nuances... Mais je trouve dans ces lignes la description de quelque chose de tellement proche de ce que je vis, la terreur de soi, la personnalité assiégée, le monde perdu. Des mots me sautent aux yeux : nuit éternelle, rémission complète, esprit obscur, trances, soutien inconditionnel. Des questions se précipitent : où, comment, pour qui ? Je retourne le livre dans tous les sens : pas d'adresse, pas de numéro de téléphone. Juste le nom de la maison d'édition. Au fur et à mesure de ma lecture, je découvre que certains sont revenus de cette rupture qui m'enferme. Mais où ont-ils puisé la capacité et le droit à cette liberté ? J'atteins petit à petit le chapitre exposant les étapes de la guérison. Je ne peux pas. Je ne peux pas. Guérir est interdit. Ne poursuis pas ta lecture ! Évade-toi de ce piège, ou tu brûleras dans les flammes de l'enfer ! Je referme le livre à contrecœur. Un endroit magique, quelque part... Un rêve.

Octobre 2000

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

l'hôpital... Tout ce bois... Non, c'est la chambre canadienne. L'avion...

– Elle nous attend ? je demande.

– Oui, à dix heures. Allez viens, le petit-déjeuner est prêt.

Je soulève mon corps de carton et l'emmène jusqu'à la cuisine. Dehors il pleut toujours. Je m'assieds à table et je fais la moue devant les tranches de pain grillé et la confiture.

– Juste un peu, dit ma mère.

Bon. Juste un peu.

Un peu plus tard, on frappe à la porte. Ma mère va ouvrir et la dame passe la tête par la porte du salon.

– Tu crois que je peux te kidnapper une petite heure ? Je voudrais te montrer quelque chose.

– Oui.

– Mets-toi quelque chose sur le dos, ou tu vas attraper la mort.

J'ai déjà la mort.

Dehors le ciel fâché déverse ses seaux d'eau sur la terre indifférente. Des myriades de gouttes, chacune faite de milliers de molécules : deux molécules d'hydrogène pour une molécule d'oxygène. Entre les molécules le vide. Beaucoup plus loin, hors de portée, le vert tendre de l'herbe mouillée, la senteur du bitume. C'est cela, le problème, je ne suis pas sous la pluie, je suis entre les molécules de pluie, dans le chaos désordonné des poussières d'univers qui s'entrechoquent sans parvenir encore à prendre corps. Je me suis arrêtée, indécise. Pourquoi la suivre si tout est pareil et fragmenté, au sud, au nord. Pourquoi prendre des directions qui ne mènent qu'au même trou noir. Quand tout s'est égalisé il n'y a plus nulle part où aller. Je ne parviens pas à faire un pas de plus.

La dame s'est approchée et m'a pris la main.

– Allez, dit-elle. Ma voiture est garée là.

Je la suis comme une enfant.

Dans la voiture elle me parle. Des mots, des mots. On arrive à une maison blanche. On monte des escaliers. Il faut s'arrêter trois fois, je suis essoufflée. On entre dans une petite cuisine. Il y a des photos sur les murs.

– Qu'est-ce que c'est ?

– Mes archives. Ma manière à moi de faire des statistiques, répond-elle dans un sourire.

Une autre dame arrive. Elle me dit son prénom. Mona. Je lui tends la main et elle m'attire dans ses bras.

– Je suis si heureuse de te rencontrer, dit-elle.

Elle verse de l'eau bouillante dans une tasse, y ajoute un sachet de thé, me tend le breuvage fumant.

–Tiens, dit-elle. Cela va te faire du bien.

Peggy me reprend la main et m'emmène dans un bureau derrière la petite cuisine. Elle me fait asseoir dans un immense fauteuil de cuir.

Sur la fenêtre, les gouttes glissent toujours.

Elle me demande si je me rappelle ce dont nous avons parlé la veille. Mais même en fouillant les zones blanches, je ne sais plus. Je suis gênée. C'était hier. Et je ne sais plus. Elle va se dire que je suis folle. *Sans blague.*

Je ne sais plus ce dont j'ai parlé hier. Ni ce que j'ai mangé ce matin. Je ne sais pas retenir un numéro de téléphone, un chemin, un nouveau mot de vocabulaire. Je ne me rappelle pas les prénoms des patientes et des infirmières des hôpitaux. Des pans entiers de ma mémoire d'avant sont partis, voilà, partis, simplement. Comment vais-je faire ? Comment vais-je retrouver mon chemin dans la vie, si je m'éveille tous les jours avec une vie qui fuit ? Comment vais-je retrouver la route, soulever ma

tête hors de l'oubli ? J'ai envie de pleurer, comme à chaque fois que ma mémoire évidée vient m'effrayer de son néant. Mes souvenirs... Qui est-on, quand on ne se rappelle pas de soi ? Comment se reconstruit-on ? Comment tient-on debout sur un trou noir ?

Je me suis recroquevillée au plus profond du grand fauteuil. Je voudrais disparaître sous le tapis. Je murmure que ce n'est pas la peine d'essayer, que je vais rentrer chez moi. Mais Peggy s'est approchée, s'est assise sur l'accoudoir et m'a enveloppée contre elle. Elle dit qu'elle a déjà vu des gens sortir de cette nuit-là. Elle le répète, en me serrant un peu plus fort. À son contact, quelque chose s'effondre. Une marée venue de toutes les nuits accumulées, seule avec mes terreurs, sourd du plus profond de mes barricades et traverse en grondant mes terres méfiantes. Je pleure longtemps dans ses bras. Au bout d'un temps interminable, mes sanglots se calment et elle lisse mes cheveux sur mon front trempé, puis me tend un mouchoir en papier, prend mes mains dans les siennes et me relève.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Il nous faut mettre en place des choses simples, très simples, pour réapprendre. Nous devons chercher ce qui marche et oublier le reste. Par exemple, le fait de refaire toujours le même trajet pour aller au centre de consultation, cela semble marcher. Nous empruntons à chaque fois le même chemin : à gauche en sortant du chalet, encore à gauche, monter la route qui longe la grande surface, en haut à droite, le parc, cent mètres, et c'est là. Lorsque nous dévions de la trajectoire, même d'une rue, Caroline est perdue. Mais si nous prenons la même route, je vois bien qu'elle commence à s'y retrouver. Quand elle sera à l'aise avec ce chemin-là, même s'il faut le faire dix fois, vingt fois, cent fois, nous ferons la même chose avec une autre destination, la Marina, par exemple. Un petit pas à la fois... Je n'abandonnerai jamais. Si elle est « partie » petit à petit... elle ne peut revenir que petit à petit. Cela reviendra, cela doit revenir, c'est tout, de baby step en baby step, c'est à cela que je m'accroche, un jour à la fois, et pour le reste... on verra. La musique aussi, cela marche. Je les remercie en secret, Francis Cabrel, Lynda Lemay, Philippe Lafontaine, Maurane et les autres, qui chantent dans ses oreilles plus fort que les démons dans sa tête, le temps d'une, puis de deux chansons, demain de trois ou quatre peut-être. Une ou deux chansons de répit, c'est déjà ça, quelques minutes de musique où je vois son visage qui s'apaise avant de se fermer à nouveau dans cet endroit de bruit et de silence où je ne peux pas la rejoindre. Lui faire la lecture aussi, cela marche, quelques lignes à la fois. Elle ferme les yeux et les phrases de Christian Bobin qui sortent de ma bouche parviennent à retrouver le lieu où quelque chose frémit encore. Quelques lignes, quelques pages même parfois, c'est déjà ça, avant qu'elle ne se lève nerveusement et me dise d'arrêter. La nature

sauvage aussi, cela marche, la bourrasque qui retourne, la mer qui frappe les rochers, la pluie qui ruisselle sur le visage, le soleil qui brûle la peau, tous ces contrastes forts qui réveillent la petite flamme endormie.

Chaque fin de semaine, je fais le point dans un petit carnet où j'ai dessiné trois colonnes pour tâcher de repérer une évolution qui ne soit pas qu'une impression du moment : une colonne à gauche avec ce qui empire, une colonne au centre avec ce qui ne change pas, une colonne à droite avec ce qui s'améliore. J'avais déjà commencé ce système à la maison il y a quelques mois, mais la colonne de gauche ne faisait que se remplir à vue d'œil. Depuis que nous sommes ici, il n'y a rien dans la colonne de gauche. Rien qui change vraiment mais... rien qui semble s'aggraver. Cela fait longtemps qu'on n'a pas pu en dire autant. J'ai même quelques amorces dans la colonne de droite...

Aujourd'hui, elle est descendue seule au bord de l'océan. Seule, vous comprenez, seule face au bleu de l'océan qui se brise dans sa tête, elle est descendue, elle est restée, je la voyais au loin à travers la fenêtre... Quelques mètres à la fois. Un pas, un seul, à la fois.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Essayer d'écouter les vagues, faire de l'anglais, écrire à Peggy, aller au centre, parfois parler parfois se taire, selon les flux et reflux de mes marées qu'ici je ne suis plus obligée d'empêcher. Peut-être que je suis comme ça, rythmée par des trop-pleins et des trop peu. Peut-être que toute ma vie j'aurai des cycles. Parfois tournée vers la lune et parfois vers le soleil. Peut-être que... *chuuut*. Ici je survis. Ici, jour après jour, je survis.

Couchée par terre sur du parquet, dans un local intime aux lumières tamisées, je cherche à faire place. Le but de cet atelier : respirer. On ne fait même que cela, pendant une heure. On respire et on s'étire. On s'étire et on respire. Je tâche de laisser le flux d'oxygène trouver sa voie sous ma peau. Inspirez en sortant le ventre. Expirez, lentement, le plus lentement possible. *Prendre l'air*. J'écoute les consignes qui suggèrent d'orienter la conscience vers différentes parties du corps. J'essaie de trouver l'espace intérieur où une frêle silhouette de confiance tâche de prendre racine. La présence solide de Mona, son écoute bienveillante. Le regard de Peggy, confiant, son intuition claire et sûre. Les voix douces et chantantes. Les mouvements du pinceau, ronds, colorés. L'air entre, sort, lent, régulier, adoucit mon corps pendant que je m'y blottis. J'avais oublié que ma chair était tendre. Je me niche sous ma peau qui retrouve la mémoire de quelques zones de soleil. Une sensation qui me revient du fond des âges. Rivières lancinantes. Nostalgie zébrée d'espoir.

L'atelier se termine, je dis au revoir aux quelques personnes qui y participent et je descends les escaliers qui donnent sur la rue. Dehors il pleut à grosses gouttes, une pluie d'été fraîche et lourde. Je renverse la tête en arrière et je laisse le ciel s'écraser sur mon visage. Les gouttes me tombent sur la peau, ploc, ploc, ruissellent dans mon cou. Deux secondes. Deux vraies secondes.

Le ciel sur ma peau, rafraîchissant, ma mémoire qui se déchire et la crevure du ciel qui me soulève dans ces retrouvailles avec la pluie. Mais aussitôt je suis aspirée sous mes yeux, loin, la pluie détruite par la distance qui me sépare de l'été, derrière un masque sans vie dont je ne vois que l'intérieur. J'essaie de rester sous la pluie, je me pousse sous le ciel, j'ouvre grand les yeux et la bouche – l'acidité rampe sous ma peau et l'orage interne me retire avec lui. Combien de temps encore ? Combien de temps sans pouvoir revenir ? Combien de temps dans une vie découpée en tranches ?

Je me mets à marcher, vite, à grandes enjambées. Où aller pour échapper ? Fondre sous mes os et puis les dissoudre pour qu'il ne reste rien, voir le sang, brûler les peaux vaines, cogner la tête, déloger les pensées obstruantes, gifler le visage, frapper le mal à l'intérieur. Je marche. Mes cheveux mouillés collent à mon crâne. La pluie se faufile dans mon cou, sous mon tee-shirt, chaude et glaciale. Je marche. Où aller, pour être plus près de moi, pour être plus loin de moi. Exploder, être en paix pour toujours. Je marche. Il est quatre heures. Mona est peut-être toujours au centre. À ce rythme, j'y suis dans dix minutes. Je presse le pas. Couper, dégager la vie, de sous les peaux prisons. Trouver un couteau. Non. Ne pas le faire. Laisser la pluie me frapper. Marcher, plus vite. Ne pas couper. Penser juste à la pluie, à Mona. Ne pas couper, ne pas griffer. Laisser battre la pluie à la place.

J'arrive au centre, je monte les escaliers extérieurs quatre à quatre. Je tourne la poignée – fermée. J'essaie encore. Fermée. Je sonne. Le bruit me vrille les oreilles. Je sonne à nouveau. Je laisse mon doigt sur la sonnette, venez ouvrir, allez, venez ouvrir. J'attends. Personne ne vient. Personne, et le diable me mange le corps. Venez ouvrir. *Please*.

Je me laisse glisser le long de la porte, les fesses dans une

flaque, la tête entre les genoux. Venez ouvrir, allez. Mais ne pas cogner, ne pas couper. Laisser la pluie laver la rage. Laisse la pluie, laisse la pluie, respire. Il n'y a rien à brûler. Pouvoir dire demain : il n'y avait personne, et j'ai laissé faire la pluie. Je n'ai pas écouté la rage. Laisse le froid faire taire l'orage.

Je reste assise longtemps, le dos contre la porte, bien calé contre le bois. Le bois solide. Le lieu solide. Je reste. Je reste. Je peux attendre demain. Les gouttes s'espacent. Je me relève, et je rentre à la maison.

Juillet 2002

Je me suis inscrite à un cours de danse. Quand Mona m'a parlé de cette compagnie pour adultes, j'ai d'abord refusé. Je me voyais mal apprendre un enchaînement de pas alors que je commence à peine à pouvoir me concentrer sur une liste de courses. Elle a tellement insisté, avec sa manière de force tranquille, que j'ai fini par aller jeter un coup d'œil. Et par m'inscrire. J'ai choisi le cours d'improvisation, dont l'intitulé explique qu'il « laisse la parole au corps ».

La salle est petite, avec de grands miroirs qui courent le long des murs, du parquet verni, très lisse, sur le sol. Les élèves, hommes, femmes, jeunes et moins jeunes, s'approprient l'espace, livrés à la liberté de choisir la manière dont ils bougent. Dans un coin, assis à un piano à queue, le pianiste alterne les rythmes, les thèmes. Les corps se laissent porter, racontent des morceaux d'histoire. Parfois ils se croisent, se parlent quelques instants puis se séparent à nouveau. La musique ralentit et les mène au sol, à la tristesse ou à la

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

fluidité.

Finalement, il ne reste plus qu'à finir la vaisselle, à débarrasser les tables et à les dresser pour le lendemain. Je m'assieds dans la cuisine, épuisée. Jim me tape dans la main.

– *Good work* ! dit-il de sa voix grave et rieuse.

Je reste assise, fatiguée, soulagée. Je sors de mon tablier les pourboires que les hôtes m'ont laissés. Vingt-cinq dollars ! Je sens monter un sourire qui vient de bien bas et de bien loin, un sourire non mécanique, que je ne peux pas réprimer. J'ai réussi. C'était impensable il y a quelques mois encore. Et aujourd'hui j'ai réussi. Je les aiderai trois fois par semaine.

Cette nuit-là je fais mon premier rêve depuis des années : je suis assise au bord d'une falaise et je regarde l'à-pic. Je respire les vagues, sans barrière. Un grain d'univers enlacé à la terre.

Je me réveille en sueur. Et si c'était un cauchemar ? Si j'étais toujours à l'hôpital, si tout ceci n'était qu'un rêve ? Je me lève et je prends sur l'étagère un gros caillou rond, lisse, que j'ai ramassé sur la plage. Je le serre dans mon poing fermé. Il est chaud, solide, lourd. Bien réel. Je me rendors, sa peau rugueuse contre ma joue.

There's nothing to fear, except fear itself.

Wim Wenders

Le long chemin qui mène à soi. Il faut tout défaire, tout saccager, remuer la terre, creuser profond. Ôter les pierres qui

bloquent les sources, les rochers lourds qui pèsent sur le cœur, auxquels on n'ose pas toucher. On préfère cesser de respirer que de voir ce qu'ils cachent. Ne pas déranger, *don't rock the boat*, ne pas fâcher Dieu, les voies ancestrales. Au lieu d'écouter les premiers signes de remue-ménage, on les fait taire. Loin de disparaître, ils s'amplifient, grossissent sans trouver la sortie. Pour préserver la paix externe, on entre en guerre contre soi. Un jour la guerre devient totale.

Il y a la vie bruissante des premières heures. La vie bouillonnante de la première enfance. Puis vient la conscience de soi, le miroir du monde. Il faut dompter la vie sauvage, s'asseoir sur les bancs et écouter en silence ce que disent les maîtres, quand on a envie de courir dans les bois. Il faut apprendre à se définir, il faut lisser son cœur ébouriffé. Il faut organiser son être. Il faut canaliser la vie souterraine, qui continue de sourdre avec la force des étoiles. Il faut tenir en funambule entre les nuages et la terre, s'abandonner sans gravité à la pesanteur, entre censure et légèreté. L'exercice est difficile. Trop de censure et trop d'envies ne font pas bon ménage. Pour prendre sa place dans le trafic on met sous tutelle les énergies originelles, vitales, quitte à en perdre un peu la terre, le vent. Quand les crues de rivière inquiètent, on construit des barrages. On barre les eaux. On a peur du courant, alors on nage à contre-vie.

Lentement, peut-être, on décrispe les doigts. On accepte le chaos des profondeurs, la vie brouillonne qui bourdonne au fond du monde. On finit par la laisser faire, où qu'elle mène. De toute façon, c'est la seule manière de vivre.

Février 2003

Le cours de danse se termine. Un dernier exercice et il sera l'heure de rentrer. Je sens mes muscles, une fatigue de tout le corps qui présage une bonne nuit. Je commence à mieux dormir, et mon corps peu à peu se renforce. J'ai si longtemps cherché mon reflet dans la maigreur, dans le cœur enfoui, caché sous les os. Pour revenir à l'essentiel, je brûlais de me défaire de mes enveloppes externes. Mais au plus je rétrécissais, au plus je me perdais. L'extérieur, c'est aussi l'essentiel, la peau au contact du monde. Cela, je ne le savais plus.

Une dernière consigne du professeur, sur une musique lente, avant de clôturer. Improvisation à deux, avec mouvement de balancier : on se rapproche, on s'éloigne ; on se cherche, on se quitte, on se retrouve. Il faut se mettre par deux. Un coup d'œil vers ma voisine qui fait oui de la tête ; c'est une jeune femme d'une trentaine d'années, les cheveux blonds, courts, en bataille. Elle est belle. Quelques notes de piano emplissent la pièce et tout le monde se met en mouvement. Nous commençons à terre, nos mains se cherchent sur le sol et peu à peu nous nous relevons – à quelques centimètres l'une de l'autre, nous laissons la musique trouver son chemin entre nos gestes. Nos corps bougent doucement pour remplir l'espace. Et puis la lenteur de la musique se casse et des mesures plus hachées nous séparent ; le tempo s'accélère et sa main cogne mon épaule, m'envoie valser à quelques mètres, pendant qu'elle s'éloigne elle aussi. Nous jouons à cache-cache le temps de quelques mesures et puis elle revient, me dévisage ; son regard s'adoucit et elle me soulève contre elle avant de me laisser glisser à terre, où elle termine à son tour, la tête dans le creux de mon épaule. La musique s'arrête. Je voudrais que cela continue. Nous nous

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

s'ébranler, se raconter aussi. Je sais combien on a besoin parfois de simplement déposer quelques cailloux blancs dans la main d'un autre, pour qu'il les emporte, qu'il en prenne soin, même s'il n'a pas forcément de réponse à offrir.

GR – Quand tu partages ce voyage, tu l'expliques simplement, sans tristesse. Le souvenir des barreaux ne t'a pas gardée enfermée. Il arrive pourtant qu'une cage soit ouverte et que l'oiseau ne s'envole pas... Comment as-tu repris ton envol ? Une chose est d'aller mieux, mais... comment se reconstruit-on, comment retrouve-t-on le fil de sa vie ? Ou comme le dit un conte de Brigitte Jacques : *Est-ce que ça repousse, les ailes ?*

CV – Je ne sais pas, cela vient petit à petit, par touches invisibles, par poussées souterraines... Comment ? Ce n'est pas si clair. Peu à peu, on retrouve la force de se tenir sur ses jambes, on fait un pas, puis un autre, on s'émerveille, on voit que le sol tient... On explore un peu plus loin, on se réapproprie un territoire, une histoire, des souvenirs. Le tissu de la vie se renoue, un peu différent, avec de nouvelles couleurs, avec les fils sombres aussi, entrelacés aux autres, mais ils font partie du dessin, ils ne l'envahissent plus. La vie reprend ses droits – tous ses droits. Puis un jour, on se retrouve bien loin de ces terres-là, les mois passent, les années passent, et on porte en soi le secret d'une nuit profonde, gravée au cœur, à des années-lumière du vécu d'aujourd'hui, qui en souligne en clair-obscur la merveille et la chance. Ces années-là font partie des anneaux de mon arbre, elles ont été terribles mais elles me portent également, autant que les années de soleil. Si nos expériences nous façonnent, elles ne nous définissent pas ; nous sommes plus grands que nos histoires. J'adore cette version d'une citation de Camus que m'a envoyée il n'y a pas longtemps un de mes

anciens professeurs :

*Au milieu de l'hiver,
j'ai finalement appris
qu'il y avait en moi
un invincible été.*

GR – Invincible ne veut pas dire sans faille...

CV – Bien entendu, vous le dites assez souvent... Plus nous sommes au contact de notre fragilité, de notre précarité d'hommes et de femmes, plus nous sommes en lien avec notre terre, notre *humus*, notre « humilité » ! Et plus nous avons de force pour embrasser pleinement notre vie.

GR – Tu as raison de souligner que la fragilité me poursuit. Nous sommes tous fragiles, moi le premier. Ce n'est pas grave ! Mais ce qui est grave, c'est de le cacher et de passer ainsi à côté de nous-mêmes, de nous éloigner de notre *humus*, comme tu dis. Parce que malgré nos fragilités et même à cause d'elles, nous sommes capables de grandes choses. « La vie a les doigts fins », confiait un jour France Quéré. Elle est même capable de « sculpter ses plus belles œuvres dans l'argile de la détresse ». Mais on ne nous dit pas cela. Tu connais le discours dominant : « Si vous voulez réussir dans la vie, surtout ne laissez pas paraître vos failles. » Quelle bêtise ! Et quel mensonge ! Cela dit... quand j'encourageais mes étudiants à accueillir leurs failles, je marchais sur des œufs. C'est qu'il en faut de la force pour vivre à découvert...

CV – Inviter à la fragilité, si je vous entends bien, c'est inviter à la résistance ?

GR – Exactement. La fragilité « ébranle les idéologies, les institutions, les croyances, les valeurs », comme le suggère mon collègue québécois Marc Veilleux.

CV – Et la fragilité suppose de bien connaître sa voile pour pouvoir s’orienter face aux vents et courants de l’existence. C’est lorsque nous prenons la mer sans égard pour nous-mêmes et sans mesurer la précarité de notre embarcation que nous risquons le naufrage ! J’en sais quelque chose...

GR – Puisque tu parles de voile, je trouve qu’il y a cinq ans, tu t’es embarquée pour un fameux voyage. Tout en donnant des cours de français et d’anglais – pour gagner ton pain –, tu as entrepris des études de psychologie à l’université. Et te voilà diplômée. J’ai senti que cette démarche comptait énormément pour toi.

CV – C’est vrai. Quelle joie, ce jour de la proclamation ! Et quelle fête ! Vous le savez bien, vous y étiez...

GR – Et j’étais très ému. J’ai peine à exprimer à quel point l’événement de ta magnifique réussite me remuait les entrailles. Car c’est bien plus qu’une reconnaissance professionnelle que tu obtenais ce jour-là. Comment appeler cette discipline silencieuse, si cachée et si vivante, sous ta maîtrise en psychologie ? Est-ce que ça existe, un diplôme en traversée profonde ?

CV – Quelle belle expression : un diplôme en traversée profonde... J’ai tant aimé ces études. Elles m’ont passionnée. Elles m’ont ouvert à ce que d’autres ont vécu, cherché, découvert, inventé pour soigner, pour remettre debout. Avec plus

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

Table

Préface

Demain sera mon jour de danse

1

Octobre 1991, dix-sept ans

Juin 1992, dix-huit ans

Mai 1993, dix-neuf ans

Juin 1994, vingt ans

Octobre 1996, vingt-deux ans

Février 1997, vingt-trois ans

Janvier 1998, vingt-quatre ans

Juillet 1998

Novembre 1998

2

Avril 1999, vingt-cinq ans

Décembre 1999

Janvier 2000, vingt-six ans

Mars 2000

Mai 2000

Juin 2000

3

Août 2000

Octobre 2000

4

Canada, janvier 2001, vingt-sept ans

Mars 2001

Avril 2001

Juin 2001

Octobre 2001

Février 2002, vingt-huit ans

Mars 2002

Mai 2002

Juillet 2002

Mai 2009

Août 2002

Octobre 2002

Décembre 2002

Février 2003

Mars 2003

Bruxelles, septembre 2004

Liège, mai 2009

Épilogue

Postface

« J'avais oublié que ma chair était tendre »

Achevé d'imprimer par XXXXXX,
en décembre 2015
N° d'imprimeur :

Dépôt légal : XXXXXXXX 2015

Imprimé en France