

Le chemin du cœur

Maïa Dereva

Point zéro : le début et la fin

Extrait de mon journal :

J'ai touché l'intouchable, le noyau, le fondement. L'ineffable, l'indicible, le lieu interdit. J'ai peur de rester là pour toujours. Pourtant il m'a bien fallu trouver l'énergie pour traverser et arriver jusqu'ici... Comment ai-je fait ? La VIE est-elle aussi forte qu'elle s'accroche même là ? C'est impensable. Je comprends pourquoi c'est inconscient : parce que c'est insupportable. Je fais donc partie de ceux qui ont trouvé le chemin et la force de recontacter cette douleur absente, molécules parmi les molécules, rien infinitésimal et pourtant vivant. Je sens que je ne sens pas. Je sens aussi que la graine est là, qu'elle poussera quoi qu'il arrive, quoi que l'avenir lui réserve. Le bébé a survécu, la petite fille aussi, la femme vivra. Les fourches caudines n'ont pas eu raison d'elle. Humilité. Rage de vivre, combat avec la mort.

Puisque c'est ici que tout se termine, commençons par là... Je suis perdue au milieu du cosmos, loin de tout visage familier.

J'ai abandonné mon métier, mes amis, mon appartement parisien pour aller vivre dans un lieu-dit au fin fond de la campagne française. Lorsque ce mouvement a été irréversible, le déménagement effectué, la femme vers qui j'avais fait ce long voyage m'a annoncé : « Je ne suis pas amoureuse de toi ». Trou noir, sidération. Mon corps s'est tétanisé, mon cerveau a cessé de fonctionner. Mon regard s'est perdu quelque part entre le plafond et l'espace. Vais-je basculer du côté de la folie ? Me laisser mourir ? Je me sens aspirée inexorablement vers le fond de la spirale de ma vie. En une fraction de seconde, présent et passé se rejoignent brutalement en un seul point de douleur.

1973 : maman est tombée enceinte « par surprise ». On dit qu'alors elle se croyait stérile. A 19 ans, elle n'a pas eu le temps de rêver ce

bébé, de l'imaginer, de le désirer. J'ai choisi de m'incarner « par effraction ».

Alors qu'elle envoyait un télégramme à papa pour lui annoncer la nouvelle, celui-ci rédigeait une lettre de rupture à son attention. Il ne l'a pas postée. Il a pensé à l'avortement, mais ne lui en a jamais parlé. Il me dit souvent qu'il a fait le choix de me garder et d'assumer mon arrivée, comme s'il avait été le seul à pouvoir décider de ma vie. Maman est contre l'avortement, enfin sa mère surtout. Et puis elle, elle aime papa, même si elle sait déjà que ce n'est pas réciproque. Plus tard elle écrira :

Le jour de mes 20 ans, je me suis regardée dans le miroir de ma chambre : j'avais considérablement grossi et le dentiste venait de m'enlever toutes mes incisives. Quelques mois plus tôt, j'étais encore svelte et sportive. De plus, j'étais affublée d'un horrible manteau à carreaux qui ne m'allait plus. Bref, c'est peut-être la mort de ma propre personne que j'ai vue dans le miroir, avec en toile de fond un mari sans sentiment... »

Pendant que je grandis dans son ventre, quelque chose se grave au fond de mes cellules : « Je ne dois pas montrer mon vrai moi sinon je suis en danger de mort ».

1974 : je n'ai plus de place, il faut sortir ! Maman a été endormie à l'éther. J'ai la tête écrasée, je veux sortir ! Je pousse de toute la force de mes pieds pour échapper à ce lieu mortifère mais rien n'y fait. Je reste coincée là, entre la vie et la mort pendant près de douze heures. Soudain, je sens quelque chose sur mon crâne, on m'aspire, on m'arrache, je ne maîtrise plus rien. Les instruments donnent définitivement une forme triangulaire aux os de ma tête. Je suis née.

Papa est présent dans la salle d'accouchement. Il a du insister pour cela, ça n'est pas dans les mœurs à cette époque. Il dira à tous ceux qui voudront bien l'écouter que l'accouchement a été très rapide, facile, une vraie formalité. Pour qui ?

J'ai à peine huit jours et déjà je découvre la crèche de l'université. Mes peurs étaient donc fondées ? On ne voulait pas de moi ? J'entends les autres bébés qui pleurent, comme en écho à mes sanglots.

Je suis perdue au milieu du cosmos, loin de tout visage familier... Pourquoi ?

Point un : la fermeture du corps

Extrait de mon journal :

Mercredi on en a parlé avec mon psy et, à peu près au moment où j'étais en train de me dire qu'il faut arrêter de délirer avec les livres, il m'a dit la même chose, en plus clair : « la réponse est en vous, pas dans les livres. Laissez vos émotions parler et écoutez-les ». Et puis la séance s'est poursuivie, allongée, beaucoup d'images « sans queue ni tête », les bras et les jambes qui disparaissent du champ sensoriel... « De quoi avez-vous besoin maintenant ? ». Et là, colère ! « Je ne sais pas ce que signifie le mot besoin » (sous-entendu, vous le savez bien, pourquoi me torturer avec votre question gentille ?). Et me voilà partie en vrille avec cette colère qui ne m'a pratiquement pas quittée pendant trois jours. La prise de conscience soudaine, corporelle, que je n'ai jamais le choix, que mon « module du besoin » est complètement désactivé, hors d'état (de nuire ?).

Ça n'était pas facile pour papa et maman quand je suis arrivée ! Une seule pièce pour nous trois, les études à terminer, il n'y a pas vraiment de place pour moi, je dors sur leur lit. Vite, il faut tout faire vite : manger, aller à la crèche. Les actes sont minutés, complètement dé-corrélés de mes besoins. De toutes façons, on mange à heures fixes quand on est un bébé, c'est la mode, c'est comme ça qu'il faut faire. J'ai été sevrée à 4 mois et puis j'ai eu ma chambre. Au début j'ai hurlé tous les soirs pendant une heure, toute seule dans le noir. Ma souffrance est le monde, le monde est ma souffrance. Rien ni personne ne vient contredire cette certitude. Parfois, je crois frôler la mort, étouffée par ma propre rage de vivre. Papa interdit à maman de venir me voir : « il ne faut pas câliner les enfants, elle finira bien par se calmer ».

Un soir d'été pourtant, elle a désobéi. Elle a bien fait : le médecin venu en urgence lui a dit qu'à quelques heures près je serais morte de déshydratation...

Parfois, excédé, papa vient mettre son visage tout près du mien, si près..., et, entre deux sanglots, me dit avec sa voix grave : « Taisez-vous ! ». C'est très efficace : je reste tétanisée, le corps dur comme du bois. J'apprends très vite, je suis un bébé intelligent et obéissant : ça ne sert à rien de réclamer, juste à souffrir ou à faire souffrir les autres apparemment.

Et puis il a raison, quand je tombe d'épuisement, j'arrête de pleurer. Le sommeil est mon refuge, et le restera pour longtemps.

C'est le début d'un long dressage qui va durer des années, le temps nécessaire à ce que chaque fonction physiologique fonctionne exactement comme le souhaite papa. Je mange lorsqu'il dit que c'est l'heure de manger, ni avant, ni après. Et pas question de ne pas aimer un aliment, c'est forcément bon puisque papa le dit. Je fais pipi lorsqu'il considère que c'est le lieu et le moment de le faire. J'apprends à marcher parce que, goguenard, il me regarde me brûler les mains sur le goudron trop chaud. J'utilise les couverts très tôt et très bien. J'ai plutôt intérêt car la règle c'est qu'on est privé de repas si on fait tomber sa fourchette par terre.

Comme je suis très intelligente, j'y arrive parfaitement. Papa est très content de moi. Je sais écouter, deviner, pressentir ce qu'il veut....

Mais à chaque étape, mon corps va se fermer un peu plus : puisque je n'en suis pas maître, autant ignorer son existence...

Aujourd'hui, je suis capable (sans le décider consciemment !) de rester 5 jours sans aller à la selle pour ne pas déranger les personnes qui m'invitent. Je peux rester une journée sans boire juste parce que j'ai oublié de sentir que j'avais soif. Je mange à heures fixes ce qui me tombe sous la main. Je m'endors sans transition quand c'est l'heure de se coucher, et je peux dormir 12 heures d'affilée quand la vie me semble trop difficile. Je ne touche pas les gens et je ne les laisse pas me toucher. Je n'ai besoin de rien ni de personne. C'est très pratique l'auto-référencement... Sage, bien élevée, pas

exigeante, je suis toujours très contente de l'endroit où on va me poser.

Mais au fond, tout au fond, il y a toujours un bébé qui hurle sa rage, sa frustration, son désespoir, sa terreur... C'est juste que plus personne ne l'entend depuis longtemps.

Avec la thérapie, une lente déprogrammation s'est mise en marche. Quelle victoire la première fois que je n'ai pas fini mon assiette sans me sentir coupable ! Quelle joie quand j'arrivais à dire « *je préfère ceci...* » plutôt que « *Bof, ça m'est égal tu sais* ».

Mais quelle tristesse et quelle énergie de chaque jour pour attirer ma propre attention sur un corps que je ne voyais pas, que je ne sentais pas. Il a fallu tout reprendre à zéro...

Point deux : le moi-passoire

Extraits de mon journal :

J'ai beau lire, relire, analyser, détailler, comprendre rationnellement... le petit morceau de peau morte ne grandit pas. L'alien qui voulait sortir a pris peur, il se recroqueville depuis que je lui ai dit « vas-y, qu'as-tu à dire ? ». Mon Moi voulait sortir mais il est minuscule, nu, pitoyable, débile, rampant. Si petit qu'il se fait croquer en permanence, incapable de se défendre. Maman.

[...]

Comment exorciser ce manque, désormais si précis et qui semble insurmontable ? L'inanité de ma présence sur terre se fait oppressante. Pourquoi ? Pour qui ? Comment vivre ? Je suis mortellement dépendante de l'énergie des autres. Chaque fois que je reçois, je coule au fond du manque juste après, sans vie. Nul n'est apte ensuite à me donner ce dont j'ai besoin. Je rejette les marques d'affections, surtout lorsqu'elles sont données pour rassurer celui qui donne. Mal donner, mal recevoir, mâle omniprésent. Je sais tout cela mais j'en reste prisonnière. Cela va-t-il seulement s'estomper un jour ? Je ne me sens pas vivante. Je voudrais qu'on me touche, me caresse, me câline. Je voudrais qu'elle me prenne dans ses bras et y dormir. Le soleil est là, il chauffe ma peau mais j'ai froid dedans. Inconsolable. Les canisses craquent en séchant au-dessus de ma tête. Je ne suis ni vide ni pleine. Je suis plate, transparente, légère, inexistante. Je regarde les petites formes géométriques sur la peau de mes mains. Pourquoi ?

Mon corps s'est fermé, comme une forteresse. Emprisonnée à l'intérieur, intouchable pendant des années, une petite fille qui attend qu'on vienne la chercher. J'ai traversé la vie comme une sorte de bulldozer, sans rien sentir ou presque. D'excellents résultats à l'école, bien sage à la maison, des amis, et puis des petits amis ; j'ai fini par croire et faire croire que j'allais très bien. Adaptation sociale

absolument parfaite ! Pourtant, à chaque départ, à chaque au-revoir, à chaque rupture amoureuse, quelque chose en moi se brisait. Mais je repartais, je retrouvais quelqu'un, vite, pour ne pas m'effondrer. Ce n'est que bien plus tard, avec le travail thérapeutique, que j'ai démêlé peu à peu l'écheveau pour recontacter l'essentiel.

J'ai peur des bêtes qui piquent et qui mordent, des aiguilles, des couteaux, de tout ce qui peut porter atteinte à l'intégrité de ma peau. Je n'aime pas les brosses à dents ni les cotons tiges car « ça rentre dedans ». Je n'aime pas manger des choses fibreuses ou des spaghettis parce que lorsque je les avale, c'est à la fois dedans et dehors pendant quelques secondes. Je ne supporte pas qu'on me touche le nombril, de peur que le nœud se défasse et que mes viscères s'étalent dehors. Mais j'aime aussi jouer avec les chiens qui mordent « pour de faux », comme pour m'assurer de ma présence, de la frontière entre moi et l'extérieur, comme si la trace de leurs dents me permettait de me prouver que je suis bien vivante.

Je ne me suis jamais rien cassé, brisé, blessé gravement. Pourtant, les quelques incidents de la vie quotidienne restent gravés en moi comme autant de blessures insupportables : la triple griffe d'un vaccin, un ongle arraché, un caillou dans le genou, la cautérisation d'une narine sans anesthésie, mais aussi, et surtout, mon appendicite et mon premier avortement par aspiration car là, non seulement « on » est entré me prendre quelque chose, mais en plus je dormais...

J'ai peur de tomber à vélo, d'avoir un accident en voiture, de perdre connaissance,... Je suis agoraphobe, j'ai besoin de vivre dans des lieux petits, confinés, fermés à double tour.

En fait, je ne suis pas sûre du tout ni d'exister ni d'être à l'abri dans mon corps.

Quand je rêve, je fuis souvent, poursuivie par un autre que je ne vois pas. Je cherche désespérément un abri dans la maison sans jamais le trouver. Quand je ferme les yeux, je vois des dents, des monstres, des poulpes, des ogres, qui avalent, ingurgitent, broient, réduisent à

néant. Et quand il n'y a pas de monstre, je tombe, indéfiniment, dans un espace noir.

Ce qui s'applique au corps s'applique aussi à ma psyché dans la relation : la limite entre l'autre et moi n'est pas franche, pas sûre. Je suis transpercée par les émotions des autres surtout lorsqu'elles viennent réveiller celles que j'ai soigneusement enfouies au fond de moi.

Les yeux des autres m'aspirent. A partir de ce moment-là, je ne suis plus maître de moi-même, je deviens le serviteur du désir de l'autre, ou du moins de ce que je perçois comme étant son désir car mon « radar » est tellement puissant que parfois je sais avant l'autre ce qu'il veut !

Au début de la thérapie, effrayée par toutes ces images qui émergeaient, je me suis demandé si je n'avais pas été violée. Je n'ai pas la réponse, mais je suis convaincue aujourd'hui que l'effraction génitale n'est pas la seule façon de violer le corps d'une enfant.

Il suffit de la laisser seule trop longtemps avec ses démons, de lui fourrer le biberon dans la bouche quand elle ne l'a pas demandé, de la forcer à manger ce qu'elle n'aime pas, de la laver sans ménagement, de la frapper, de lui interdire de fermer le verrou de la salle de bains, de la surveiller par la fenêtre de sa chambre, et tous ces actes du quotidien qui peu à peu m'ont convaincue que mon père avait tout pouvoir sur mon corps et sur mon esprit. Ma seule défense a été de ne plus rien sentir du tout.

Le plus effrayant c'est de constater aujourd'hui que j'ai vécu sans savoir cela de moi-même... J'ai traversé sans broncher des situations qui me semblent maintenant absolument insupportables.

Dans le social on me trouve forte, intelligente, courageuse, décidée, parfois dure ou même rigide. Je suis méfiante et je n'accorde ma confiance qu'après un temps très, très long, si je l'accorde jamais d'ailleurs. Ceci-dit, je joue toujours le jeu de ce que j'appelle «

l'hypocrisie mondaine » : pas question de me fâcher avec qui que ce soit.

Mais je suis une passoire enfermée dans un bunker.

Si par mégarde j'entrouvre la porte de mon château, je suis à la merci de celui ou de celle que j'ai laissé entrer... *Si on me touche, je n'existe plus...* Le *faux-self* a pris toute la place, emmurant le moi jusqu'à l'oubli. Lorsqu'au fil des séances de psychothérapie j'ai ouvert la porte, j'ai découvert un être tremblant de terreur, qui se sent agressé par la moindre émotion, le moindre bruit... Je déteste les feux d'artifice : transpercée par les émotions et les cris de la foule, j'ai peur d'éclater avec les fusées.

Point trois : le miroir brisé

Extrait de mon journal :

Tout à l'heure j'étais ce bébé qui hurle « maman, touche-moi, regarde-moi, je veux vivre, je veux exister, je veux grandir ». Je n'ai pas eu le droit de fantasmer comme les autres enfants : j'étais moi-même la reine omnipotente de ce petit monde, l'héroïne déclarée puis auto-déclarée d'où viennent toutes choses, à laquelle tous se rapportent. Maman n'était qu'une petite fille paumée, papa un petit garçon qui me regarde avec des yeux suppliants : « Ne me laisse pas tout seul ». Quand je pense que j'ai cherché si longtemps ce qui avait bien pu les réunir... Sans le savoir, j'ai continué, perpétué la tradition ; et quand un résidu de ce Moi qui n'a pas réussi à se construire s'est tout à coup manifesté : le vide, le rien, le néant qui paralyse. Comment jeter ses oripeaux devant un tel dénuement ?

Pour moi, être n'est pas un jeu. C'est un combat de chaque instant, c'est très sérieux. J'ai souvenir de ma mère portant des lunettes noires quasiment en permanence : je ne pouvais pas me voir dans ses yeux. Dans mes dessins d'enfant, elle est omniprésente, comme une princesse que je dessinerais des centaines de fois parce qu'il vaut mieux imaginer que de sentir le manque. Elle prend toute la place sur la feuille, immense. Mon jouet préféré était alors un Arlequin, petit bonhomme déstructuré, habillé des morceaux des autres.

Ses premiers départs de la maison datent de ma petite enfance. Elle prenait la voiture et disparaissait, parfois plusieurs jours. Jusqu'à ce qu'elle quitte définitivement le foyer. Je devais avoir 5 ou 6 ans. Je revois encore mon père et ma sœur pleurer... Un autre contrat s'est écrit ce jour-là : « Je vais t'aider papa ». On dit que j'ai passé un an auprès d'elle avant qu'elle ne commence à nous reprendre, mes deux sœurs et moi, les mercredi et les week-ends. Je n'en ai strictement aucun souvenir.

A partir de ce moment, la brisure intérieure est consommée. Je n'ai pas besoin de ma mère, je suis grande et forte, je ne veux plus penser à elle, elle n'existe plus. Ce faisant, je me coupe de la moitié de ce que je suis : je veux faire pipi debout, je déteste les robes, papa me coupe les cheveux lui-même, très courts. Souvent, on me prend pour un petit garçon dans la rue, et j'en suis très fière. Puisque être une femme c'est faire souffrir les autres, alors je serai un garçon. Je n'ai de cesse d'arriver à faire tout ce que les garçons font : foot, rugby, bagarres, bricolage,... Mes jeux préférés sont le Mécano et les Lego technics.

Paradoxalement, alors que le déni est à l'œuvre, je martyrise les garçons à l'école. Je suis punie, pour les avoir mordus au sang, griffés, et même une fois, un papa a téléphoné à la maison parce que j'avais frappé son fils dans les parties. Frappé, c'est bien gentil. Je me souviens encore de la rage avec laquelle je l'ai mis à terre et avec laquelle je l'ai écrasé, sciemment, à cet endroit là, de toute la force de mes talons. Aveuglée. Jusqu'à ce que je reprenne conscience et que je le vois enfin, en train de pleurer. Pendant toute mon année de CM2, j'ai été à la tête d'une meute de filles, oui, une meute. Nous aboyions littéralement : à chaque récréation, je me précipitais vers un arbre noueux, notre tanière, et nous jouions aux chiens. Chaque fois qu'un garçon s'approchait trop près, nous menacions de le mordre.

La même année, mon « mariage » avec un copain a été mis en scène dans la cours : je me souviens encore de la tête ronde criblée de tâches de rousseurs de celui qui jouait le curé.

Ce qui était censé être une période de latence était déjà teintée d'hystérie...

Ça ne s'est pas arrangé à l'adolescence. Je n'ai rien pu faire contre l'apparition des signes extérieurs évidents de ma féminité, précoces, envahissants. J'en avais honte, je les cachais sous de grands pulls informes. À cette époque, je vivais à nouveau avec ma mère. Elle, elle était féminine, reconnue comme telle dans le collège que nous

fréquentions toutes les deux, avec sa belle décapotable et ses mini-jupes. Dans la classe, je l'appelais « Madame », manière symbolique de garder la distance. Pour ne pas rendre les autres jaloux, elle me mettait toujours 18 au lieu de 20... J'étais très fière d'être « la fille de la prof » et j'en avais terriblement honte à la fois. Je ne voulais pas que ça se voit.

Cette année là, j'ai laissé pousser mes cheveux, peut-être pour dire à mon père « lâche moi un peu », à moins que ce ne soit pour mieux cacher mes traits féminins et mon acné ? Sur les photos de classe, nous sommes côte à côte avec maman, nous nous ressemblons. Elle n'est pas ma mère mais ma rivale.

À la maison, elle restait beaucoup absente, retenue à l'extérieur par tout un tas d'activités sociales. J'avais donc tout loisir de gérer le foyer, de nourrir mes sœurs, d'être une maman de substitution en quelque sorte.

A dix-sept ans, après plusieurs années de règne sans partage sur la maisonnée, je lui ai reproché sa façon d'éduquer ma petite sœur ; elle s'est enfin positionnée en me disant que c'était elle la mère. Je ne l'ai pas supporté. J'ai préparé ma valise en cachette et je suis partie sans prévenir m'installer chez mon père où j'ai passé les six mois qui me séparaient du bac enfermée dans une pièce du grenier à réviser mes cours.

Dix années de thérapie n'ont pas suffi à recoller les morceaux intérieurs. J'ai bien repris contact avec ma mère réelle mais je suis encore incapable de me regarder dans un miroir. Je regarde soit le visage, soit ce corps féminin qui m'est étranger, mais jamais les deux en-même temps et surtout pas trop longtemps pour ne pas être aspirée dans un autre monde.

Point quatre : le patriarche

Extrait de mon journal :

Dans la relation, c'est comme si je ne pouvais être que soit une petite fille terrorisée (dont la principale arme est de couper la communication pour se protéger), soit un tyran destructeur (dont la principale arme est d'écraser l'autre par la communication excessive). Le paradoxe se retrouve même à l'intérieur de chaque personnage : la petite fille impuissante devient toute puissante dans la relation en utilisant l'arme de la non communication, le tyran tout puissant devient impuissant dans la relation face à l'autre écrabouillé sur lequel il n'a plus aucune prise puisque par la sur-communication il a finit par le faire taire... C'est comme si, dans les micro-événements comme dans les plus larges, ce paradoxe se rejoue sans cesse, comme si je ne pouvais pas imaginer que je ne suis ni l'un ni l'autre de ces personnages impuissants et tout puissants mais simplement moi, avec ma force, mon identité.

Le simple fait de parler avec quelqu'un impliquerait nécessairement pour moi la manipulation, la perte de mon identité, la fusion mortifère. Comme s'il m'était impossible de partager ce que je suis sans le perdre immédiatement, en fantasmant l'autre soit comme une petite chose tremblante à protéger, soit comme un monstre inquisiteur. En étant simplement ce que je suis, j'ai l'impression de la mettre face à ce que l'autre n'est pas. Le paradoxe est partout : quand je lui dis avec tout l'amour que je peux « Prends soin de toi, pense à toi », je le mets face justement à ce qu'il n'arrive pas à faire, provoquant sa hargne. Etre simplement moi reviendrait à détruire l'autre, ou du moins à lui faire beaucoup de mal.

Quand maman est partie, je me suis agrippée de toutes mes forces à ce filet de vie en moi, en investissant mon papa comme un dieu tout puissant, en voulant devenir lui, en ne voyant plus que lui plutôt que ma propre souffrance.

Mon papa, il savait tout, voyait tout, décidait de tout. Je lui vouais une grande admiration. Et à la fois, il me terrorisait.

A deux ans, j'étais déjà capable de reconnaître une latte de parquet, strictement identique aux autres à première vue, qui séparait le salon de la salle à manger : il y avait le côté autorisé, et le côté interdit.

Mon père est humiliant et autoritaire. Il utilise les châtiments corporels comme méthode éducative : claques, fessées, coups de bâton, de ceinture, de tout ce qui lui passe sous la main en cas de crise de rage. La douche glacée sert à calmer l'enfant qui hurle. Le comble du raffinement, c'est lorsqu'il demande à l'enfant qui vient de faire une bêtise d'aller chercher lui-même « la pédagogie » (c'est le nom que porte le bâton...) pour se faire punir.

Lorsqu'un enfant s'est fait mal et pleure, il place son visage tout près du sien... et hurle encore plus fort ; avant de lui demander s'il n'a pas abîmé les cailloux en tombant.

Je ne peux parler de tout cela qu'avec distance : je n'ai absolument aucun souvenir d'une quelconque violence à mon encontre. Je n'ai pas de souvenirs du tout de la vie avec lui quand j'étais petite en fait, ni bons, ni mauvais. Pas de trace explicite dans mes dessins non plus : mon père n'y figure pratiquement jamais. Tout cela, je l'ai observé sur les autres, mes frères et sœurs. Chez mes cousins aussi, car ce mode de fonctionnement est un héritage familial. La violence, physique et verbale, est un mode de communication normal dans ma famille paternelle.

Le paradoxe aliénant, c'est que j'ai été élevée dans une très haute idée de moi-même.

J'étais l'aînée, la préférée. J'avais des prérogatives sur mes frères et sœurs (le fameux « droit d'aînesse », toujours en vigueur chez nous) mais aussi sur la seconde femme de mon père : à table, c'est moi qui étais assise en face de lui. Ma belle-mère était avec les enfants.

Ensuite, dans ce clan d'origine Corse, on se pense différents des autres, plus intelligents, plus beaux. On a grand plaisir à faire des jeux de mots que nous sommes les seuls à comprendre, excluant ainsi le reste de l'humanité.

J'ai donc parfaitement conscience de mes capacités. Forcément, c'est comme ça que j'ai survécu, en apprenant à faire tout ce qu'on me demandait... suscitant ainsi l'admiration de bon nombre de personnes au passage : Monsieur C., Monsieur N., M^{lle} L., autant d'instituteurs et de professeurs qui me vouaient une grande admiration. Je m'en suis sûrement nourrie. Seulement que disait mon référent principal quand je rentrais à la maison ? « *Au pays des aveugles, les borgnes sont rois* », « *18/20 ? Comment as-tu fait pour perdre 2 points ?* ». Le message subliminal est donc quelque chose de l'ordre de « *L'admiration que tu suscites à l'extérieur est usurpée ma petite, en réalité, tu ne vauX pas grand' chose...* ». C'est sûr, comment lui arriver à la cheville, lui qui a toujours réponse à tout ?

La force, c'est donc mon père qui la détenait sans partage. Il était le seul à avoir le droit de dire « Non » dans la maison. Pourtant, il m'aimait profondément...

J'ai été sa plus fidèle ambassadrice jusqu'à un âge très avancé. Je n'ai pas fait de crise d'adolescence, je ne l'ai jamais confronté directement. Malgré une scolarité plutôt brillante, je me suis lentement effondrée, passant le bac de justesse et ratant ensuite tous les concours et diplômes de l'enseignement supérieur. Je ne pouvais pas prendre le risque d'obtenir un diplôme supérieur au sien. Néanmoins, dans le même temps, j'ai appris à jouer subtilement sur la corde sensible, à le manipuler pour arriver à mes fins. Et même si c'est difficile de l'admettre, il est évident que mes relations aux autres sont parfois teintées de cette séduction narcissique, manière de garder le pouvoir sans perdre l'amour.

Ce n'est qu'à l'âge adulte, après bien des années de thérapie, que j'ai osé lui parler de ma souffrance. Mais je n'ai pas fait le tri. Après tout

ce temps de silence et d'obéissance aveugle, c'est sorti comme un coup de poing. Comme on dit, « *Je n'ai pas fait dans la dentelle* ». La sanction ne s'est pas faite attendre : je suis bannie, persona non grata. Au fond, je suis soulagée car cette épée de Damoclès qui m'a suivie durant tant d'années est enfin tombée...

Point cinq : le livre-évasion

Extrait de mon journal :

J'ai dévoré ce livre de Racamier comme s'il racontait l'histoire de ma vie, de ma famille. L'inceste, l'auto-engendrement, l'antœdipe, autant de choses qui me ramènent à ce que je suis, à ma non-construction évidente dans de telles conditions. Il faut je note ces idées, même si les écrire est plus difficile que de les penser, même si dans quelques jours j'aurai l'impression d'avoir halluciné un instant : ma famille n'a pas d'origine. Un italien inconnu, une fille-mère, une ville disparue, des cousins germains qui s'épousent d'un côté, un juif polonais qui se perd en Allemagne, des registres brûlés pendant la guerre, une tante qui devient mère pour l'autre branche : impossible de reconstruire la généalogie. Ma famille s'est auto-engendrée et moi avec elle. Tout se mélange, pépé m'appelle du prénom de sa fille, les hommes ne font pas de garçons, l'inceste est omniprésent, ma mère était stérile... ! Il faut que je me calme, je sais bien maintenant que formuler une idée ce n'est pas la sentir.

Je me suis toujours nourrie avec les livres et l'écriture ; avant même de savoir lire, je « corrigeais » au stylo rouge des pages écrites, comme papa et maman, qui étaient tous deux professeurs de français.

Dès que j'ai su lire, j'ai passé des heures, isolée dans ma chambre, enfermée et pourtant libre. J'ai hurlé ma solitude avec *Croc-Blanc*, je me suis évadée avec *La petite chèvre de Monsieur Seguin*, j'ai trouvé l'essentiel avec *Le Petit Prince*, j'ai transgressé la loi de la tribu avec *Le Premier Amour*. J'ai lu l'intégralité des *Contes et Légendes* que j'allais chercher, tome après tome, à la bibliothèque. Le temps s'arrêtait, il fallait venir m'interrompre pour aller manger ou dormir. Les contes de Grimm, d'Andersen, des Mille et Une Nuits ; Oui-oui, Fantômette, la Comtesse de Ségur ; et puis la bibliothèque verte,

Alice, Jules Vernes. À douze ans, j'avais lu l'œuvre complète de Boris Vian...

Les livres sont mes compagnons, mes confidents, mes amis fidèles. Le moyen vital que j'ai trouvé pour échapper à un réel trop sombre.

L'été, alors que mes copains commençaient à partir en vacances sans leurs parents, j'étais contrainte d'aller en famille dans les campings les plus isolés de France. La première année, je me suis fait des amis. J'ai beaucoup pleuré lorsqu'il a fallu leur dire au-revoir, sous le regard moqueur de mon père qui ne comprenait pas ma souffrance. Les années suivantes, je n'ai plus jamais lié d'amitié estivale avec quiconque ; je restais enfermée dans ma tente pendant des heures avec mes peluches et mes livres, ou j'allais m'épuiser à construire des barrages pharaoniques sur la rivière. On m'appelait « L'ours ». Moi j'étais bien toute seule dans ma tête, en attendant la rentrée et l'oxygène de l'école.

Mes années de collège restent comme une parenthèse enchantée, créative. Je faisais du théâtre, j'écrivais au club journal, j'adorais faire des rédactions, des exposés, des résumés de lecture, inventer des histoires. Ce qui s'apparentait à un calvaire pour certains de mes camarades me procurait beaucoup de plaisir.

Je me suis demandé souvent avec nostalgie où était passée cette créativité. Tout a disparu avec l'adolescence et, pire encore, les études supérieures. J'ai cessé de lire par plaisir, et puis j'ai cessé de lire tout court, pendant plusieurs années, tandis que mes symptômes névrotiques apparaissaient : crises d'angoisse, hypochondrie malade, mal-être. Je ne savais plus rêver, sauf pour un seul sujet, devenu obsessionnel : mon petit ami. Je rêvais qu'un jour la relation serait meilleure, qu'il me regarderait enfin, ou alors qu'un jour je rencontrerais quelqu'un d'autre, l'homme de ma vie. J'ai passé ainsi des années à rêver qu'il allait changer. Je l'ai épousé, sans croire à notre histoire, parce qu'il me l'avait demandé en pleurant sur mes genoux alors que je venais de lui annoncer que je souhaitais rompre ;

j'ai suivi son désir de faire avorter l'enfant que nous aurions pu avoir ; comment aurait-il pu être un père à la hauteur du mien ? Et puis j'ai continué à rêver, en regardant d'autres hommes, à l'extérieur de mon couple. En général, je les choisissais suffisamment ambigus pour y croire, mais incapables de passer à l'acte pour ne pas être confrontée au réel. J'ai ainsi passé des heures à rêver, à la fois inconsciemment terrifiée à l'idée qu'un prétendant se déclare, et terriblement frustrée qu'il ne le fasse pas.

Au début de la thérapie, je n'avais absolument aucune image lorsque mon thérapeute (que j'avais naturellement choisi homme) me demandait de m'allonger et de fermer les yeux. J'étais paralysée d'angoisse à l'idée qu'il abuse de la situation et me touche, tous les sens en éveil pour me défendre en cas d'alerte. J'écoutais sa respiration plutôt que la mienne. Il m'a fallu six mois pour avoir suffisamment confiance en lui et lui dire... que je n'avais pas confiance en lui : premier pas vers la résolution d'un complexe d'Œdipe mal terminé, et première ouverture à des images intérieures qui ont alors commencé à émerger.

J'ai recommencé à lire et à écrire avec le début de la thérapie... Depuis toutes ces années, malgré les déménagements et les ruptures, les aléas de la vie, les choses qu'on jette ou qu'on oublie, j'ai toujours emmené dans mes cartons ce que j'avais de plus précieux : mes livres, du plus ancien au plus récent, comme des morceaux de moi, des témoins de mon histoire.

Point six : cogito ergo sum

Extrait de mon journal :

Pourquoi ? J'en suis réduite à cette question qui, somme toutes, résume assez bien les milliers d'autres qui me traversent l'esprit à chaque instant.

Il m'est apparu que la seule thérapie valable est probablement ce pauvre stylo de plastique qui glisse sur le papier. Peine perdue. Je sais pertinemment qu'il est inutile de s'attaquer aux symptômes, en l'occurrence neurologiques, quand on ne s'attarde même pas sur leur origine.

Paradoxalement, la quête d'une, ou de plusieurs cause(s) est tout aussi destructrice que les symptômes eux-mêmes.

Parfois on a l'impression de franchir une étape, d'atteindre un but, d'obtenir une réponse même partielle. Mais les certitudes, si séduisantes soient-elles, constituent un danger pour le corps et l'esprit. Alors on repart. Les affres de l'incertitude, bien que foncièrement insupportables, me semblent préférables au cocon malsain d'une vérité considérée comme telle.

J'ai dû commencer à penser tôt, très tôt. Il fallait absolument mettre du sens sur une expérience insensée. Parfois j'ai l'impression de n'être qu'un cerveau, comme celui qui vit dans un bocal dans « La cité des enfants perdus ». Petite fille, on me voyait déjà assise, pendant des heures, à observer et réfléchir, les sourcils froncés, tel un petit penseur de Rodin. Je disséquais, j'analysais, je structurais le monde. Comment un ver de terre arrive-t-il à défaire le nœud que je viens de faire avec son corps ? Comment les fourmis s'organisent-elles lorsque j'inonde une des entrées de leur maison ? C'est en regardant la nature que j'ai créé mes hypothèses. D'ailleurs, j'ai choisi plus tard de faire des études de biologie, dans un effort toujours renouvelé de comprendre le fonctionnement de la vie. Adolescente, je

collectionnais les articles de génétique publiés dans *Sciences et Vie*.
Comment se transmet la vie ?

A douze ans, j'ai commencé à faire mon arbre généalogique. Je passais des heures à écrire aux mairies pour retrouver la trace de mes ancêtres, comprendre d'où je venais. Il faut dire qu'en l'absence de ma mère, j'étais embourbée dans une famille paternelle où la question de l'inceste est à la fois complètement taboue et omniprésente. Il se dit que mon grand-père aurait abusé de ma tante lorsqu'elle était petite. Est-ce vrai ? Je suis l'héritière de cette question sans réponse. Dans la famille, il y a ceux qui y croient, et ceux qui n'y croient pas. Plus la famille cherche à le refouler, plus il m'importe d'avoir enfin une réponse, de briser ce contrat familial qui chuchote que l'autre sexe est dangereux. Ce qui est certain, c'est que l'incestuel rode partout : dans la violence larvée ou explicite des relations, dans les humiliations publiques à connotations sexuelles faites aux adolescentes, dans l'incapacité fonctionnelle de mon père à laisser une part d'autonomie (physique et psychique) à ses enfants, dans les fessées « cul-nu » dispensées devant tout le monde, et dans la dénégation permanente par des ricanements de tout ce qui peut se rapporter au corps, au désir, à la libido,...

L'intimité n'est jamais respectée : lorsque mon grand-père se promène en slip devant ses petits-enfants, lorsqu'il ouvre la porte de la chambre de ma sœur sans frapper (elle a alors 21 ans et est en train de se mettre un tampon), lorsque mon père supprime purement et simplement le verrou de la salle de bains, m'obligeant ainsi à me doucher la peur au ventre.

L'ordre symbolique est constamment mis à mal : lorsqu'on me donne la place d'une mère, lorsque mon grand-père m'appelle par le prénom de sa fille, lorsque ma sœur donne à son fils le prénom de mon grand-père encore en vie,...

La loi n'est pas transmise et expliquée, elle est imposée, tyrannique, modulable. Elle n'est pas ternaire, elle est narcissique : c'est la loi du plus fort.

Ah c'est certain, j'ai appris à obéir aux lois ! Je m'enquiers toujours du règlement d'un groupe social que j'intègre, pour le respecter et le faire respecter. Je suis parfois plus royaliste que le roi, devinant même les règles implicites. Transgresser serait comme un arrêt de mort.

La loi et le concept sont pour moi comme un cube métallique dans lequel je me serais enfermée pour survivre, informe à l'intérieur. Le cadre n'est pas soutenant et créatif, il est à la fois mortifère et vital.

C'est ainsi qu'au cours de ma thérapie j'ai rencontré un nombre invraisemblable de deuils non faits, de toute puissance non castrée, de choix jamais incarnés. À l'intérieur du cube, c'est une masse effrayante et grouillante de pulsions archaïques. Aucun des interdits fondamentaux n'est réellement intégré, aucune des castrations n'a vraiment été symboligène.

En surface, j'ai l'air sûr de moi, complètement adaptée aux règles sociales. A l'intérieur, j'ai peur d'être déchiquetée, dévorée, transpercée ; et j'ai peur aussi de mes propres envies de meurtre et de mon propre de désir de vie.

Ma thérapie a donc été une longue succession de deuils jusqu'à la dépression primaire : j'ai pleuré un père omnipotent, désormais déchu et que pourtant j'aime toujours ; j'ai pleuré une mère, si lointaine en moi, qui peu à peu est redevenue réelle et que j'aime profondément ; j'ai aussi pleuré ma grand-mère maternelle, aujourd'hui décédée, découvrant petit à petit quelle place elle avait tenue pour moi et quel symbolique elle avait nourrie en moi pour que je sois quand même capable d'amour.

J'ai pleuré mon premier enfant, mort avant d'avoir été vivant.

Et puis j'ai pleuré mon rôle de mère de substitution, remettant les générations à leur place, et je suis aujourd'hui à côté de mes frères et sœurs, égale à eux, main dans la main.

Point sept : le porte-parole

Extrait de mon journal

« Si tu continues comme ça tu vas mourir... ». C'est peut-être là que tout a commencé avec cet inconnu, grand, blond, étranger, qui m'a parlé, un soir de ma vingt-quatrième année... Soudain, exit la petite fille sage, la déléguée de classe, la présidente du club journal, le premier rôle au théâtre, la petite maman ; disparue la copine prévenante et ouverte, l'épouse dévouée et toujours gaie, la responsable associative dynamique. Terminée la confiance en soi. Une lézarde vient de naître au cœur de l'édifice si soigneusement construit au fil des ans. Une première brèche dans la pelure d'oignon. Je vais très mal, mais je ne le savais pas. C'est le premier qui a vu au fond de mes yeux ce que personne, pas même moi, n'avait su y lire. La petite phrase va faire son chemin, lentement, au fil des mois. Le dessin, l'écriture, l'investissement associatif, un chouette boulot, la vie parisienne, rien n'y fait. Je sombre. Impossible de mettre un nom sur ce mal être. L'implosion est lente mais inéluctable. Désespérément je tente de cacher ce qui se passe, aux autres, à mon mari, à moi-même. Je ris, souris, bois un peu trop, fume de plus en plus. Plus je soutiens les autres, plus je m'affaiblis. Des larmes coulent le soir, en secret. Une boule a germé dans mon estomac qui ne me quitte plus. Je l'appelle « mon alien ». Que faire? Vingt mois après la sentence, la gangrène achève de s'étendre : je me tords de douleur, je ne peux plus cacher ce qui se passe à mon mari. Il ne comprend pas. La nausée, je voudrais vomir le monstre mais je n'y parviens pas. [...]

Ça y est, j'ai sauté le pas. Ce fut difficile. Samedi, je me suis rendue à mon premier rendez-vous avec un psychothérapeute.

L'écriture a toujours été mon mode d'expression privilégié. Lorsque j'ai quelque chose d'important à dire à quelqu'un, je lui fais une lettre, prenant ainsi le temps de peser mes mots, de choisir ce que je veux

dire et comment. J'ai conservé des tas de boîtes à chaussures pleines d'une correspondance riche : amis, famille, correspondants à travers le monde,... C'est le moyen détourné que j'ai trouvé pour pouvoir dire quand même là où je n'ai pas été entendue. Toute expression d'émotion ou de ressenti est vécue comme une incongruité par les membres de ma famille. Mon père s'empresse généralement de nier ce qui vient d'être dit, soit par des moqueries, soit en changeant de sujet. Le jour où je me suis plainte de mes règles extrêmement douloureuses, il m'a répondu : « *Tu n'as pas mal, tu crois que tu as mal parce que ta mère t'a dit que les règles c'est douloureux* ». Non seulement il savait à ma place ce que je ressentais dans mon utérus, mais en plus, il stigmatisait un lien avec ma mère que je n'avais pourtant jamais eu puisque je ne partageais pas ces choses intimes avec elle.

Dans ma famille, on ne dit donc jamais directement à quelqu'un ce qu'on pense, on le lui fait savoir par un autre, on parle à la place des absents. Mon père est un militant de gauche très actif, anti-curés, anti-flics et anti-psys. J'ai hérité de cette place de porte-parole. D'abord en famille : en tant qu'aînée, je me suis naturellement chargée d'exprimer les doléances de ma fratrie auprès des parents. À moins que ça n'ait été l'inverse... cette place est terriblement ambiguë. Puis à l'école, où je mettais un point d'honneur à me faire élire déléguée de classe, à la fois pour défendre mes camarades, mais aussi pour être aux premières loges dans les arcanes du pouvoir. À cette époque, j'écoutais en boucle les chansons revendicatrices de Renaud...

C'est ainsi également que j'ai tenu à faire entendre ma voix lors de l'affaire Accoyer : je me suis complètement identifiée à la cause des psychothérapeutes et je l'ai défendue, tout en adoptant une position officielle qui consistait à m'exprimer au nom des usagers. En quelques semaines, j'ai eu accès à l'ensemble des interlocuteurs et informations clés, tutoyant le président de la fédération, et me faisant

applaudir par une salle de huit cents psychothérapeutes. Défendre les faibles pour côtoyer les puissants...

Malheureusement, dans cette capacité rare à m'identifier totalement à l'autre, je perds ma propre identité. La représentation diplomatique me permet de me sentir exister tout en oubliant qui je suis.

Car c'est bien mon psychothérapeute que je défendais : celui avec qui pour la première fois j'avais pu m'exprimer et être entendue. Le porte-parole, c'était lui désormais, garant de l'existence de mes ressentis, gardien d'un temple en pleine déstructuration.

Et tandis que je me débattais, entre les crises d'angoisse et une profonde dépression, il y eut quelques passages à l'acte brutaux : coucher avec des inconnus sans protection, tomber enceinte et avorter à nouveau, m'auto-mutiller,... une crise d'adolescence tardive mais vitale où j'ai flirté avec les limites, le danger et la mort.

Mais ma thérapie a surtout été émaillée de mises en actes réfléchies : divorcer, déménager, faire le ménage parmi mes amis, quitter mon travail, perdre du poids, arrêter de fumer, faire du modelage,... une reconquête de la liberté perdue, symbolisée petit à petit dans le cabinet de mon psychothérapeute puis incarnée dans le réel.

Parler, exprimer, hurler, pleurer, frapper,... il m'a semblé que ça ne s'arrêterait jamais. Je vomissais ma souffrance mais peut-être aussi toutes celles de ma famille auxquelles je m'étais identifiée, comme si j'avais encore pour mission de dire tout ce que les autres ne disent pas. J'ai la conviction qu'au delà de l'incompréhension de surface, quelque chose dans le cœur de mes parents m'a donné l'autorisation de faire ce cheminement. Leurs enfants intérieurs, meurtris et tristes, me regardaient avancer avec bienveillance, et dire pour eux l'indicible.

Aujourd'hui je me suis détachée de cette fusion mortifère qu'il m'a pourtant bien fallu recontacter avant de pouvoir l'abandonner. J'avance dans la vie. Il y a quelques années, j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai poussé la porte du journal local pour demander un stage de journaliste, métier que je rêvais d'exercer depuis... toujours

? Le stage m'a été accordé sans difficulté, j'étais presque surprise... Et puis j'ai senti une drôle de tristesse en rentrant chez moi... Ce rêve qui m'avait accompagné si longtemps était mort. Désormais, c'était bien réel, j'allais travailler dans un journal !

Point huit : la réconciliation

Extrait de mon journal :

J'ai encore beaucoup pleuré et, même si je ne me souviens de rien, j'ai bien senti la douleur que j'ai dû ressentir au moment du divorce. C'est quand même étrange qu'en huit mois de thérapie je n'ai jamais évoqué cet épisode. J'ai toujours eu l'impression que ça ne m'avait pas fait grand' chose ou presque. Et pourtant, c'est bel et bien là, présent, enkysté. J'ai acheté un calmant en sortant de la séance. Ça ne m'a pas empêchée de me réveiller en pleine nuit, de pleurer encore, de répéter à nouveau « ne me demandez pas de choisir ». J'ai pleuré en évoquant la marque en rouge dans la marge de l'acte de naissance de maman : « divorcée ». Je me suis à nouveau interrogée sur cette absence maladroite de souvenirs : absolument rien avant 9 ans en fait, en tous cas pas dans la maison. Je les cherche mais ils ne sont pas là, je ne vois rien.

Il y a quelques années, lors d'un stage de feu l'ANPE, une formatrice m'a dit : « Votre CV fait peur ! Vous avez fait tellement de choses différentes qu'on ne sait pas qui vous êtes ». J'ai gentiment accepté de « maquiller » cette image sociale de moi pour lui donner une forme cohérente, masquant certaines expériences, modifiant le libellé de certaines autres,... J'ai bien senti que je n'étais pas d'accord, mais je n'ai rien dit, j'ai joué le jeu. Cet épisode banal résume assez bien l'histoire de ma vie.

Le clivage est malheureusement devenu un véritable mode de vie pour moi : coupure entre le corps et l'esprit, déni de mes propres besoins et ressentis, oubli de mes souvenirs d'enfance. Je n'ai jamais pu voir ou imaginer mon père et ma mère dans les bras l'un de l'autre en train de s'aimer.

Il y avait moi chez papa, sage et obéissante mais rêvant de liberté, et moi chez maman, libre et pourtant surveillée de l'intérieur par un surmoi implacable.

Aller vers l'un, c'était trahir l'autre.

Il y avait celle qui brillait en société et faisait rire, et celle qui pleurait toute seule le soir dans sa chambre.

Il y avait celle qui voulait être un petit garçon, et celle qui portait la honte et le conflit transgénérationnel : être une fille, c'était prendre le risque d'être incestée mais aussi le risque de sentir cette colère noire contre les hommes à l'ombre desquels j'avais grandi et qui faisaient partie de moi.

Il y avait la bonne copine attentive et prévenante, et cette jeune femme, incompréhensible, qui gifle sa meilleure amie parce qu'elle est trop sexy sous le nez de son mari.

Il y avait celle qui cherchait l'amour et celle qui a couru à perdre haleine sans se retourner, absolument terrorisée la première fois qu'un garçon lui montré son désir d'homme. Un peu plus tard, j'ai accepté de lui donner du plaisir pour ne pas perdre son regard.

Pendant des années, j'ai souvent fait l'amour avec les hommes dans le noir, fermant les yeux sur mon propre dégoût. Ils étaient tous, sans exception, des passifs féminins, androgynes ; l'un d'entre eux rêvait même ouvertement d'être une femme... Le phallus, c'est moi qui l'avais, j'aurais eu trop peur d'un « vrai » homme.

J'ai peut-être toujours été bisexuelle, mais je ne pouvais ni le sentir ni l'assumer.

Et puis il y a eu la thérapie, plus tard, beaucoup plus tard. Lentement mais sûrement, cercle après cercle, la connexion s'est rétablie. J'ai ouvert doucement la porte de la forteresse et j'ai aimé peu à peu chaque partie de moi. J'ai commencé à pacifier un à un chacun de ces combats intérieurs.

Je me souviens de ce jour où j'ai dit mon désir à une femme pour la première fois : sur une aire de l'autoroute qui me ramenait chez moi, j'ai dansé la danse des indiens autour d'un panneau « *sens interdit* », joyeuse, heureuse, libérée.

Je me souviens de ces moments où je me suis positionnée face à mon père, doucement mais fermement, terrorisée et forte à la fois. Il n'a malheureusement pas pu me transmettre autre chose que ce qu'on lui avait donné : ce sont ses mots, les seuls qu'il ait pu me dire un jour, assis sur un banc dans le village de ses parents, mais qui sont comme un baume sur mon cœur.

Je me souviens de ce jour où j'ai récupéré mes vieux dessins d'enfant et où tout à coup, page après page, j'ai pris conscience de l'amour que je portais à ma mère.

Je me souviens d'avoir retrouvé les odeurs de la cuisine de ma grand-mère, de ses petits plats, de ses mains dans mes cheveux et de toutes les fois où elle a signifié son désaccord lorsque mon père nous frappait. J'ai gardé avec moi sa médaille de la Vierge Marie et aujourd'hui j'ai accès à ma propre spiritualité lorsque je pense à elle, là-haut, poussière parmi les étoiles.

J'ai pu ressentir de la colère contre ma mère parce qu'elle m'avait manqué sans me cacher derrière un sempiternel « *C'est pas sa faute* », et je peux l'aimer aussi. J'ai pu être en colère face aux choix éducatifs désastreux de mon père, et le pardonner quand même. Je peux me positionner face à eux, en adulte, et assumer mes choix, mais aussi reconnaître ce qu'ils m'ont transmis : l'amour des mots, des livres, de la littérature, l'esprit critique, le militantisme et l'implication citoyenne, le goût de vulgariser et de transmettre, un regard ouvert sur le monde...

Je suis corse **et** polonaise, intellectuelle **et** intuitive, scientifique **et** littéraire, forte **et** fragile, féminine **et** phallique, yin **et** yang à la fois,...

Point neuf : les elles du désir

Extraits de mon journal :

Ce qui reste quasi omniprésent c'est l'angoisse. Ou du moins, c'est comme cela que je qualifie cette sensation de serrement de l'estomac. C'est diffus mais presque toujours là, sournois. Vivre consisterait pour moi à créer cette angoisse, puis à me perdre dans le faire pour maîtriser cette sensation et mieux l'oublier. N'est-il pas possible de grandir, de changer, de s'interroger, d'être tout simplement, sans porter ce fardeau ? Ne serais-je pas attachée à ce pincement du diaphragme pour ne pas oublier ma présence physique ? Est-ce que ce serait la seule manière de m'assurer de mon existence corporelle quand le reste des sensations est oblitéré ? Le paradoxe, c'est que plus je réveille mes cellules, plus l'énergie circule en moi, et plus je sens ce rétrécissement, là, au milieu. J'ai travaillé sur la rage avec ma psy. Elle avait préparé un gant de toilette que j'ai pu mordre à pleines dents après qu'elle m'ait longuement massé la tête, le visage, les joues, les mâchoires, les lèvres. J'ai senti toute la rage et le désespoir de me sentir coincée, collée, attachée. Et j'ai hurlé « Je veux bouger !!! ». Seulement quand je bouge (mes lèvres, ma mâchoire, mes doigts, mes pieds, ...), l'angoisse se réveille elle aussi. Confusion entre élan de vie et violence. Il est imprimé quelque part au fond de mes cellules que la joie, l'amour, les vibrations de la vie équivalent à un danger. Je n'ai pas le droit d'être ? Quel danger y-a-t-il à être ?

Pendant longtemps, j'étais plutôt tranquille au fond de ma forteresse, bien plus préoccupée par le social et mon image que par ce qui se passait à l'intérieur. Ce n'est qu'après le bac, lorsque j'ai « coupé le cordon » pour la première fois et que j'ai commencé à voler de mes propres ailes que l'effondrement a commencé, lentement mais sûrement. J'avais vingt ans la première fois que je suis restée paralysée, livide, sans comprendre ce qui m'arrivait. Au lieu de faire

consciencieusement mes devoirs pour le lendemain, j'étais en train de prendre un grand plaisir à jouer à la console vidéo : j'ai été terrassée par ce que j'identifie aujourd'hui comme ma première attaque de panique.

Pour moi, le plaisir et la peur forment une seule et même entité, indissociable. J'aurais pu mourir si mon père avait « envoyé ma mère se faire avorter » comme il dit souvent, j'ai cru mourir le jour de ma naissance, j'ai eu peur de mourir étouffée par ma propre rage (de vivre) ensuite ; puis j'ai eu peur de mourir en désobéissant à mon père : chaque désir de vie a été sanctionné par une menace d'annihilation.

Pendant longtemps, j'ai été angoissée avant chaque séance de thérapie : m'autoriser à prendre cet espace là, juste pour moi, restait difficile. Pendant tout le processus thérapeutique, je me suis approchée peu à peu de cette menace de disparition. J'ai vécu des expériences effrayantes où mon corps n'existait plus. La plus difficile a eu lieu dans un groupe de thérapie : alors que je venais d'accepter d'être bercée, contenue, par les bras des autres, de lâcher un peu la peur qu'on me laisse tomber par terre et de faire confiance, j'ai été violemment projetée au plafond... et je suis restée dispersée dans les airs pendant plusieurs heures, essayant désespérément de récupérer mes propres molécules au milieu du chaos ambiant.

C'est pour cela que j'avais soigneusement rogné mes ailes, car voler dans les airs, être libre, était trop dangereux. Dans mes dessins d'enfant, je suis un oiseau, mais déjà il pleure, ralenti dans sa course par une patte et une aile brisées. Maman aussi est un grand oiseau, mais elle, elle a pu partir et je n'ai pas eu le droit de la suivre.

Les elles du désir, ce sont toutes les femmes de ma vie à qui je veux rendre hommage :

- Virginie, ma meilleure amie durant les années d'école primaire, Nathalie, avec qui j'ai fait les quatre cents coups

au collège, Sophie et Valérie, compagnes épistolaires des mes années de lycée, Valérie, colocataire estudiantine ;

- Melle M., Mme T., Melle L., mes institutrices et professeurs, Manu, prof de volley, qui a cru en mes capacités, Nelly D., prof de théâtre, avec qui j'ai pu m'exprimer ;
- Ruth, Catherine et Chantal, premières amitiés féminines renouées après dix ans de vie dans un monde presque exclusivement masculin ;
- Florence, Christel, Nathalie, Valérie, Cécile,... mes amies d'aujourd'hui, femmes fortes et fragiles, belles et intelligentes, qui m'inspirent et m'accompagnent ;
- mes sœurs et mes nièces qui me ressemblent tant ;
- mes grands-mères dont je porte les prénoms et l'héritage ;
- ma mère , qui en ayant le courage de quitter mon père il y a si longtemps m'a montré qu'une autre route, sans violence, était possible ; et qui, après une si longue rupture, m'a ouvert la porte sans poser de questions quand j'ai été prête à revenir vers elle ;
- et enfin Sylvie, grâce à qui ma quête de la fusion est désormais terminée puisque je l'ai rencontrée, vécue par tous les pores de mon cœur et de ma peau, dans une rencontre homosexuelle fondatrice, vibrante et douce. Avec elle, le soleil a brillé dans mon ventre pour la première fois.

J'avais oublié à quel point elles ont compté. J'avais oublié que pendant toutes ces années elles ont été présentes à mes côtés, elles m'ont aidée à me construire. Et petit à petit, au fil de la thérapie, je les ai laissées reprendre leur place dans mon cœur, j'ai recontacté mon identité de femme et mon désir de vivre.

Aujourd'hui, les plaisirs d'être, de respirer, de manger, de rire, de désirer, de jouir, et pourquoi pas d'enfanter me sont accessibles, enfin...

Un prologue pour épilogue...

À l'heure où j'écris ces lignes, l'avenir brille de mille possibilités, et je veux prendre le temps de choisir un chemin parmi tous ceux qui se présentent à moi. Ces années de thérapie m'ont amenée au bout de ma quête, ou du moins à savoir écouter cet *alien* qui grondait en moi et qui n'était autre que moi-même. J'ai détruit morceaux après morceaux le *faux-self* qui m'étouffait pour retrouver au fond de moi cette petite fille vivante et (re)belle. Je ne sais pas encore quelle femme je vais devenir, mais ce dont je suis sûre, c'est que plus jamais je ne me laisserai dicter qui je dois être.

Mon histoire passée est ce qu'elle est. Je l'accepte et j'emmène avec moi l'héritage que mes parents m'ont légué, nettoyé des scories qui le polluait.

Une nouvelle spirale s'ouvre devant moi...