

Comment survit-on sans amour ?

Où l'on découvre que la solitude
développe l'observation,
que la curiosité tient en vie

CHRISTIAN FAISON : Je suis né le 9 février 1963. Mes parents n'étaient pas mariés. Mon père ne souhaitait pas garder cet enfant et il n'est même pas venu à la clinique. J'ai retrouvé, à la mort de maman, une ou deux lettres dans lesquelles elle lui disait m'avoir donné l'un de ses prénoms et qu'elle aimerait bien qu'il vienne voir son fils. De son côté, ma mère m'a confié avoir

attendu une fille. Elle a détourné la tête lorsqu'on m'a présenté à elle.

YVES BOULVIN : Parce que vous étiez un garçon ?

C. F. : Parce que j'étais un garçon. À sa sortie de clinique, elle s'est présentée chez mon père. Il nous a mis dehors, en pleine nuit, l'enfant en langes, ma mère en chemise de nuit... Elle a trouvé asile dans un foyer de filles mères, à quelques rues de là. C'était la maison de la honte. Elle y est restée très peu de temps. Bien que récemment diplômée d'État – elle a été l'une des premières femmes monitrices d'auto-école –, elle a cherché à faire des ménages et a accepté l'entretien de nuit des parties communes de HLM. Elle partait très tôt le

matin, vers 2 ou 3 heures, pour sortir les poubelles et nettoyer les communs. Elle rentrait vers midi ou 2 heures de l'après-midi pour repartir presque aussitôt faire le ménage chez des particuliers, avant de rentrer le soir s'occuper de moi. Pendant ce temps-là, je restais enfermé dans l'appartement. Voilà ma vie durant mes sept premières années.

Je me souviens encore de mes angoisses nocturnes. Je percevais en effet le moment où l'appartement devenait vide, l'instant où je me retrouvais seul. C'était un vide à la fois sépulcral et terrifiant. Le silence n'était rompu que par le tic-tac du réveil. Des monstres bizarres, des araignées géantes m'entouraient. Je fixais les aiguilles du réveil pour les éloigner. Je me concentrais sur la présence de chaque meuble, de chaque

bibelot dans la pièce. Ici, l'armoire, là, la chaise... Aux premières lueurs grises de l'aube, je fixais les choses à leur place, triant les ombres pour me raccrocher à celles qui pouvaient me rassurer, guettant dans ce vide silencieux les bruits de la vie extérieure que je tentais d'imaginer. Pour tromper ma solitude, j'explorais l'appartement. Mes découvertes se finissaient souvent en petites catastrophes, je faisais tomber le réveil par-ci, un objet par-là. À son retour, maman entrait dans de violentes colères et me punissait en me plongeant la tête dans l'évier rempli d'eau.

Y. B. : Qu'est-ce que vous ressentiez à ce moment-là ?

C. F. : Une angoisse terrible. Je sentais bien que l'état de maman était anormal. Il me semblait que c'était dû aux difficultés liées à sa situation, à cette relation initiale avec mon père qui n'avait pas abouti, au fait également que je n'étais pas une fille... Sa relation avec moi était difficile. Lorsque je venais quémander de l'affection, elle me repoussait : « Chez nous, on n'embrasse pas, pas de cinéma. » Elle n'était probablement pas faite pour être mère. Elle relevait plutôt du capitaine d'industrie ! Fonceuse, en dépit des choix de vie qu'elle a faits ensuite. Très entêtée aussi, ancrée dans une rancœur envers les événements qui ont marqué sa vie. Cette haine a véritablement entravé ses qualités.

Y. B. : À quand remontent vos souvenirs les plus anciens ?

C. F. : À la naissance. Cela peut étonner, mais maman ne me disant rien sur mon antériorité, je mémorisais le moindre détail pouvant me la restituer. Quand j'ai découvert la maison de mon père, alors même que je n'y étais venu qu'âgé de huit jours à peine, je me *souvenais* de la présence d'un palmier devant la maison. C'est une maison avec de grandes grilles. Côté rue, il y a un petit jardin dans lequel se trouvait ce palmier, au pied d'un escalier menant à la porte d'entrée. En la retrouvant plus tard, j'ai revu la maison qui était restée gravée dans la mémoire de mes huit premiers jours.

Y. B. : Au cours de ces huit premiers jours, vous pouvez avoir des images, mais vous ne pouvez pas les mettre en mots.

C. F. : Non, mais lorsque l'on reconnaît un lieu, on sait y être venu. J'ai un autre souvenir de cette période de ma vie. Quelques mois plus tard, maman, très remontée contre mon père qui nous avait abandonnés, et probablement très affectée par ce qu'elle vivait au quotidien, m'a amené un jour à ma grand-mère paternelle (mon père vivait seul avec sa mère). Je devais avoir trois ou quatre mois. Elle a sonné à la porte en plein après-midi, alors que mon père était à son cabinet d'assurances. Lorsque ma grand-mère a ouvert, elle lui a mis le bébé dans les bras en disant : « Voilà votre petit-fils ! » Ma grand-mère ignorait ma naissance. C'était

une femme d'officier, issue elle-même d'une famille de militaires à l'éducation stricte, qui ne pouvait accepter aisément ce genre de situation.

Y. B. : Vous avez le sentiment d'avoir le souvenir de cette rencontre ?

C. F. : Non seulement j'en ai le sentiment, mais je me la rappelle tout particulièrement.

Y. B. : Parfois on se rappelle certaines choses parce qu'elles nous ont été racontées, on met des images autour de ce qui a été dit par la suite. Qu'est-ce qui vous fait penser que vous en avez vraiment le souvenir ? Auriez-vous un don, une mémoire particulièrement précoce ? Ce serait effectivement

un atout de résilience pour repartir dans la vie : se souvenir de ce que l'on a vécu peut permettre de l'affronter consciemment, de mettre en place une stratégie positive de transformation.

C. F. : Ce qui me le fait dire, c'est que, bien des années plus tard, ma mère a mentionné, c'est vrai, cet événement, mais ce qu'elle disait, je le revivais. Ce n'était pas provoqué par elle, ce n'était pas nouveau.

Y. B. : Ce qu'elle disait a pu faire remonter en vous des sensations, des images, mais...

C. F. : J'avais ces images-là avant qu'elle ne m'en parle.

Y. B. : D'après ce que vous m'avez raconté de votre vie, votre souffrance rejoint celle de nombreuses personnes. Vous en cumulez à vous seul un lot très important et, dans ces épreuves que vous avez traversées, je sais que beaucoup de ces souffrances vont se retrouver. Je m'interroge sur vos capacités à rebondir. Le don d'une mémoire précoce, d'une vitalité exceptionnelle y aurait-il contribué ?

C. F. : Enfant, j'étais totalement silencieux. Parce que j'étais terrorisé. Maman était extrêmement dure avec moi, je ne pouvais en aucun cas exprimer ma condition d'enfant. Lorsqu'on est rivé à une forme de souffrance, figé dans une sorte d'arrêt sur image par une pression extérieure terrorisante, on observe tout le temps

les choses, les êtres, les gens, l'atmosphère. Attendant le retour de maman durant des heures, lorsqu'elle surgissait, à la manière dont elle ouvrait la porte, à son pas, je savais si la matinée avait été bonne ou difficile, si je pouvais ou non tenter une approche. C'est comme cela que j'ai développé mon sens de l'observation. Cette tension exigeait une très forte attention. Ma mémoire est probablement liée à cela parce que maintenant, dans ma vie d'adulte, je remarque au premier coup d'œil des choses que les trois quarts des gens ne remarquent pas et je garde ces détails en mémoire.

Y. B. : De nombreuses personnes ne se souviennent absolument pas de leur enfance, occultant parfois même les dix premières années, voire davantage, parce que

justement elles ont été traumatisées et qu'elles ont tout effacé. Apparemment, pour vous, c'est l'inverse, comme si la situation traumatisante, en vous obligeant à être constamment sur vos gardes, avait développé une vigilance particulière. Un sixième sens ?

C. F. : Je suis devenu particulièrement vigilant. Ma mère constituait mon univers et elle était dangereuse. J'en ai gardé une perception accrue de toute forme de danger. J'ai toujours une petite voix intérieure d'alerte – cette petite voix qui, pour un homme de foi comme vous ou moi, vient d'en haut, à laquelle on prête attention, que l'on écoute et qui nous apaise. À ce moment-là, bien sûr, je n'aurais pu en parler en ces termes. Mais cette attente quoti-

dienne, peuplée de solitude, d'angoisses et de silence, a développé mes sens. Pour y échapper, il me fallait me concentrer sur autre chose, les objets que je voyais dans l'appartement. Cette curiosité attentive s'est étendue, plus tard, au monde qui m'entourait. Dans les années de profonde misère, c'est cette capacité d'observer, je crois, qui a fait que je n'ai pas sombré dans la folie. J'aurais pu sombrer parce que j'ai subi vingt-neuf ans de pression morale incessante, s'exerçant à tout propos, dix, quinze, vingt fois par jour, pour me dévaloriser, m'enfermer dans ce message maternel de type « soviétique », d'une revanche à prendre sur la vie. J'aurais vraiment pu devenir fou. Je me demande encore comment j'ai pu résister, mais nous aurons l'occasion d'en reparler.

Faut-il des capacités particulières
pour rebondir ?

Où l'on voit que
tout est question de choix

Y. B. : Vous présentez des blessures dès votre naissance, des souffrances dont j'ai eu tant d'échos dans mon cabinet : « Je n'ai pas été désiré », « Je suis un résidu de fond de capote » – je l'ai entendu – ou « Je suis un enfant de l'adultère », et tant d'autres aveux du désespoir de n'avoir été ni désiré ni aimé. Vous semblez cependant avoir des qualités particulières qui font que vous avez su rebondir : une mémoire remarquable-

ment précoce qui vous rend conscient des épreuves à surmonter, une vivacité d'esprit qui vous amène à vous poser des questions et à chercher des solutions. Alors on serait tenté de dire : cet homme-là avait des capacités particulières. Un adepte des vies antérieures penserait : celui-là est déjà né ou, en tout cas, comme Mozart, il est venu avec un don particulier !

C. F. : Nous sommes d'accord. Pourtant, je ne cesserai de vous répondre que tout le monde le peut. Ce n'est qu'une question de choix. Enfant, j'avais déjà le choix de ne pas vivre, d'entrer dans une forme de désespérance qui m'aurait endormi...

Y. B. : C'est en cela que votre témoignage est important, qu'il peut contribuer

à ouvrir des voies de libération pour d'autres. En effet, on a toujours, chacun, le choix de se recroqueviller en se disant : « Lui, c'est lui, et moi, c'est moi. Je ne pourrai jamais. » Ou de se dire : « Puisque certains ont pu s'en sortir, je dois pouvoir y arriver aussi. »

C. F. : Je m'en suis aperçu très tôt. Je crois vraiment qu'on décide – ou non – de vivre. Pour autant, je ne dis pas qu'il est facile de vivre !

Y. B. : Vous avez donc ressenti qu'il y a en nous un « endroit » où réside une forme de décision possible : je choisis la vie ou la mort¹ ?

1. Voir Yves Boulvin, *Choisis la vie*, Édition des Béatitudes, 2001.

C. F. : On voit très clairement la manifestation de ce choix dans les sociétés de profonde misère. Il y a ceux qui finissent sur un trottoir, meurent d'un coup de couteau ou crèvent de faim et ceux qui, au contraire, par le travail ou par le vol, parviennent à se maintenir pour, un jour, dépasser cette situation. Ce choix concerne des enfants placés dans un même contexte. Vivre ou mourir. Pour ma part, j'avais choisi, indubitablement, et cela dès le premier jour, de vivre. Est-ce une grâce de Dieu ? C'est un autre débat. Je me souviens d'une collaboratrice qui avait une voix adorable au téléphone, mais qui n'était pas très jolie. Elle devait avoir vingt-deux ou vingt-trois ans quand je l'ai recrutée. Sa forte constitution la complexait beaucoup. Des

années plus tard, elle m'a dit : « Avec vous, j'ai été obligée d'avancer, j'ai été obligée de changer profondément ma vision de la vie, j'ai fini par m'accepter comme je suis, et j'ai pu rencontrer quelqu'un, avoir un enfant. » Cela veut dire qu'à un moment donné, il y a un choix à faire. Quand elle travaillait avec moi, je ne voyais pas la jeune fille corpulente, ayant peu d'atouts physiques. Je ne regardais que ses qualités et lui disais : « Acceptez vos qualités et vivez-les. Oubliez le reste, cela va vous aider... » Elle l'a fait.

Y. B. : Vous avez vous-même ce don et vous êtes capable de le stimuler chez les autres. La question que se poseront des personnes ayant de grosses difficultés à surmonter reste celle-ci : pourquoi avez-vous

ce don particulier ? Est-il héréditaire ? Le liez-vous vraiment à la présence de Dieu ? Certains penseront que vous êtes réincarné, que vous aviez déjà acquis une sagesse. Je ne dis pas croire cela, mais la présence de votre don interroge !

Qu'est-ce qui fait qu'une personne peut retrouver en elle le potentiel de choisir la vie, de rebondir, d'être consciente, d'en tirer un bien, de faire ce que vous, vous avez fait ?

C'est bien pour esquisser une réponse à cette question que nous menons cet entretien. L'œuvre de Dieu dans notre vie est précisément de faire de nos épreuves, de nos expériences retournées positivement, une occasion d'aider les autres.

C. F. : La faculté de rebondir est peut-être une grâce de Dieu. Cependant, que l'on soit croyant ou non, Dieu est toujours là. Nous ayant à la fois créés et rendus créateurs, il nous a donné, d'une part, la liberté de choix et, d'autre part, le moyen de créer et donc de changer notre vie. Il m'arrive parfois, lorsque tout va mal – ça m'arrive –, de m'arrêter, de regarder le ciel, de regarder les étoiles si c'est la nuit, de regarder le soleil, de regarder les plantes, et de me dire : « Mais la vie est toujours là. » Il y a des jours sombres et il y a des lendemains qui chassent les nuages, recréent un ciel tout bleu.

Y. B. : On voit des croyants pratiquants dont on a l'impression qu'ils ne sont pas « re-nés », qu'ils n'ont pas touché ce potentiel de vie en eux. En revanche, des gens qui

ne sont pas croyants, ou croient ne pas l'être parce qu'ils ne sont pas objectivement pratiquants, ont touché ce potentiel de vie.

C. F. : Quel que soit l'âge, quel que soit le moment, il est possible d'agir concrètement sur sa vie. J'ai eu la grâce, ou la chance, selon que l'on se place du point de vue divin ou humain, de comprendre cela et de le vivre très tôt. Cela m'a peut-être donné une longueur d'avance.

Y. B. : Les psychothérapeutes, les psychologues ou les accompagnateurs rencontrent souvent des personnes disant : « Moi, je ne peux pas, je n'en suis pas capable, c'est trop tard. » Le fait de leur répondre « mais si, vous avez ce potentiel » les culpabilise. Ils rétorquent alors : « Peut-être, mais je vous

le dis, j'en suis vraiment incapable. Je n'en ai pas la force ! »

Mon travail de thérapeute va consister à tenter de démonter cette attitude négative, cette barrière psychique faite de tous nos conditionnements héréditaires et éducatifs, de faire comprendre qu'elle est devenue un choix personnel de résistance, d'enfermement de notre potentiel vital.

En fait, on ne nous a jamais appris comment aller mieux, on ne nous a jamais enseigné la pédagogie du bonheur¹. Et pourtant il s'agit bien là d'une éducation, d'un véritable apprentissage. Il en va du mieux-être comme de la musique ou du

1. Voir Yves Boulvin, *La Vie : combat ou cadeau ?*, Éditions des Béatitudes, 2008, « Je découvre mon enfant de lumière », p. 36 et s.

sport : cela s'apprend et cela suppose un effort, une discipline quotidienne.

Cela s'apprend car c'est une méthode, sachant que nous ne sommes pas tous égaux devant l'effort à fournir, qui est fonction de notre hérédité et des transmissions reçues, mais que nous avons tous une même responsabilité dans le choix et l'exercice de cet apprentissage.

Je pense à une femme que j'accompagne. Elle a fait, ce qui n'est pas si fréquent, une véritable rencontre sur Internet : tout se passe bien. Trop bien, parce qu'elle met en place des sabotages pour voir si cet homme l'aime vraiment. Or il s'accroche : oui, il l'aime vraiment. Rassurée sur ce plan, elle déplace ses sabotages sur le plan professionnel. Mais là aussi on la rassure, en lui disant que ses erreurs ne sont pas graves, qu'elle

est compétente. Elle se tourne alors sur elle-même en alternant boulimie et culpabilités. Un jour, je lui ai simplement demandé pourquoi elle se faisait du mal. En recherchant, elle m'a dit que sa mère n'avait jamais été vraiment heureuse.

Comme beaucoup, elle ne se donnait pas le droit d'être plus heureuse que sa mère. Elle n'avait pas compris que libérer l'hérité, c'est aller mieux que ses parents, même si ceux-ci, parfois, mettent des freins, n'invitent pas à ce qu'on fasse mieux qu'eux.

Cette jeune femme a dû alors se reconditionner en prenant la décision d'être plus heureuse sur tous les plans : affectif, professionnel et physique. Sur ce dernier point, cela consistait dans un premier temps à accepter la boulimie, le fait de trop manger.

Non pas de le justifier, mais de l'accepter. Ensuite, progressivement, il lui a fallu prendre des mesures correctives en valorisant tout progrès, même minime. Procéder par étapes, en se faisant aider.

C'est dans la capacité d'évoluer qu'on voit si la personne est vraiment motivée, s'il y a eu un déclic. La même attitude devra être développée sur le plan professionnel ; plutôt que de dire à son patron : « J'ai fait une énorme boulette » (*sic*), lui dire simplement : « J'ai fait une erreur et voici ce que je propose pour la rectifier. »

La décision d'aller mieux, quel que soit son domaine d'application, nécessite la même démarche : reconnaître le fait, l'accepter, ne pas en rajouter par des dévalorisations, des culpabilités qui tournent en rond ou des négations de soi inutiles ; avoir

un objectif, développer la patience et la persévérance pour y arriver, se donner le droit à l'erreur, garder le cap grâce à un ressort intérieur invisible qui propulse en avant.

C. F. : J'entends d'autant mieux ce que vous dites que, pendant trente ans, ma mère m'a dit à chaque instant que j'étais un incapable, que je n'arriverais à rien, que je n'étais rien. Elle n'avait fait qu'un gosse et c'était un con. Elle voulait une fille, elle avait eu un garçon. Elle n'avait vraiment pas de chance avec les mecs, encore moins avec son fils qui, en plus, travaillait très mal à l'école. Et je voulais être médecin ? Mais j'en étais incapable ! De toute manière, si nous vivions tout cela, c'était de ma faute.