

## Introduction

Quand je pense que j'avais de grandes chances d'être toxicomane, alcoolique ou prostituée. Les trois à la fois même. Selon d'autres statistiques, il y avait également une probabilité élevée que je meurs précocement par accident, suicide ou maladie, que je sois immunodéprimée ou que je souffre de diabète, d'obésité, d'épilepsie, de troubles psychiatriques et/ou cognitifs.

J'espère que c'est seulement ou, sinon ça fait beaucoup. Aussi, pour ne rien dramatiser, le terrain était favorable à ce que je sois sujette à la dépression, aux addictions sévères et aux troubles de l'alimentation. Enfin, selon une autre étude, je cochais toutes les cases pour m'amouracher d'un homme instable qui me maltraiterait jusqu'à peut-être finir par ajouter un féminicide au compteur. Un crime contre lequel la société s'indignerait sur quelques plateaux-télé

le temps d'une soirée et se donnerait vite la peine d'oublier.

Alors bien évidemment, je trouve que je ne m'en sors pas si mal, à l'aube de mes 40 ans, puisque je suis majoritairement sans emploi et sans revenus, sans logement, sans conjoint et sans enfants, mais en vie. Une vie « sans », mais en vie. Et en vie sans consommer d'anxiolytiques ni d'antidépresseurs. Je dors mal mais je dors sans somnifères. Une de mes plus grandes fiertés.

Je m'estime également chanceuse d'avoir réussi à réduire ma consommation de cigarettes de trois paquets par jour à 1 mg de nicotine dans une vapoteuse. Une petite, de la taille d'un stylo-bille. En revanche, je vapote sans arrêt.

J'ai d'excellents bilans sanguins et une consommation d'alcool tout à fait maîtrisée. Malgré tout, il est vrai que j'ai quelques TOCs, la phobie des chats et une certaine prédisposition à faire des rencontres douteuses. J'ai également connu quelques épisodes qui s'apparentent à de l'anorexie et d'autres à de la boulimie.

Mais j'ai toujours su m'arrêter à temps. Déjà parce que je déteste vomir. Mais surtout, je voulais éviter l'hospitalisation. J'ai toujours détesté les hôpitaux. L'odeur, ses couleurs, ses couloirs, les sons, les stores. Ceux en lamelles. Et sans en connaître le

motif, je n'avais qu'une confiance très relative dans le monde médical.

Pour continuer ce portrait flatteur, qui ferait fuir le plus coriace des inscrits d'une appli de rencontres, je dois aussi reconnaître que parfois, souvent même, des idées noires m'encombraient. Elles m'habitaient au point qu'elles se mélangeaient à mon identité ou à ma façon de m'habiller.

Des idées très noires. Suicidaires même. Sans trop comprendre pourquoi. C'est d'ailleurs sans doute ce qui les rendaient si obscures et si violentes, ne pouvoir les expliquer. J'étais censée tout avoir pour aller bien, et pourtant... Mais surtout, j'étais suffisamment lucide pour reconnaître que je serais incapable de me suicider. Et c'était peut-être ça le plus douloureux. Avoir envie d'en finir mais se rendre à l'évidence que ça serait impossible de passer à l'acte. Par peur déjà. Car l'idée de mourir, avec son éventuel lot de souffrances physiques, restait effroyable, même lorsque aucune autre issue ne semblait viable. Mais aussi, par simple obligation envers sa propre nature, victime d'une infime mais tenace pulsion de vie.

Et je savais que, de toutes les façons, je me serais ratée. Ce qui me donnait encore plus envie d'abréger le supplice tant tout cela devenait pathétique. D'où, sans doute, mon désir inconditionnel de voir voté le droit à l'euthanasie, de mon vivant.

Bien sûr, j'ai plusieurs fois essayé d'aller parler de mon état à des psychologues. En vain. Mes appels au secours ont toujours été des échecs cuisants. C'était la même routine : j'entrais dans le cabinet, je m'asseyais, le malaise m'envahissait, je souriais et je passais le temps accordé à faire bonne impression à mon interlocuteur. C'est tout ce qui m'importait, sauver les apparences.

Je me souviens d'un rendez-vous que j'aurais simplement dû avoir le courage d'annuler. J'ai honoré la séance, emmurée dans mon incapacité à me livrer. Et j'ai joué la psy du psy. Quitte à rater le rendez-vous, j'ai pensé que ça ferait du bien au thérapeute, pour une fois, qu'on lui accorde un peu d'attention dans sa journée. Qu'on l'écoute. J'ai demandé « Vous allez bien ? » J'ai enchaîné, « Il est joli votre bureau, c'est du bois de cerisier ? Et dans votre métier, ça va ? Ce n'est pas trop pénible ? Je veux dire, est-ce que vous parvenez à vous préserver des mauvaises vibrations de vos patients ? Vous êtes heureux ? » Le psy jouait le jeu et répondait. Je me suis également appliquée à lui décrocher quelques sourires, pour égayer sa journée. Je ne voulais pas qu'il puisse penser qu'il perdait son temps. Ou lui laisser une mauvaise impression. Heureusement, la supercherie n'a duré qu'un quart d'heure et m'a coûté 100 euros, c'était l'approche Lacan.

J'ai passé la porte d'une quinzaine de psys parisiens comme ça. Des psys que je n'ai vus qu'une fois, chez qui j'ai traîné mon errance sans réussir à la montrer. En général, au moment de prendre un prochain rendez-vous, je prétextais de l'étourderie en disant que j'avais oublié mon agenda à la maison. J'expliquais que je rappellerai pour convenir d'une date. Je savais que si le rendez-vous était pris de visu, je serais coincée et ne saurais l'annuler par la suite. Donc, je saluais le psy sur un « Je vous rappelle tout à l'heure » et je disparaissais dans la nature. Laisant le praticien penser « Encore une barge », ou hypothèse plus probable, permettre à l'indifférence de triompher. Puis, quand la douleur était à nouveau trop forte, que la noirceur en moi se confondait avec mon ombre, que j'avais une centaine d'euros sur mon compte bancaire à investir dans une partie de poker thérapeutique, j'essayais un nouveau psy. Un peu comme dans l'arrêt du tabac, je me disais que, peut-être, chaque tentative soldée par un échec me rapprochait d'un succès...

Quand j'y pense, personne ne va chez un psy pour lui prouver qu'il va bien, lâcher un chèque, un sourire, trois boutades et s'en aller. Même une séquence de caméra cachée aurait été plus subtile. Et je n'ai jamais eu les moyens de reproduire ce numéro de claquettes suffisamment longtemps, et suffisamment souvent avec le même thérapeute, pour réussir,

peut-être un jour, à me sentir en confiance et parler. Et finir par trouver l'origine du mal.

Il aurait fallu me courir après. Il aurait fallu me rattraper dans la cage à escaliers. Bloquer les portes de l'ascenseur. Me rejoindre dans la rue. Me rappeler sur mon portable. Insister. Se donner du mal pour trouver les mots afin de m'aider à parler, à me confier, à me sortir des ténèbres. Faire quelques gestes qui sortiraient de l'ordinaire pour venir me sauver. Tendre une main et me forcer à l'attraper. Me supplier d'oser. Oser dire que j'allais mal. Me rassurer en me disant qu'en réalité, tout le monde va mal, chacun s'attelle simplement à bien le cacher.

Le monde n'est qu'un feu d'artifice d'apparences trompeuses, dont chaque étincelle qui perce la nuit reflète sa déficience. M'aider à confier mes insomnies. Mes terreurs nocturnes. Mettre des mots sur l'ordre qui régnait dans mon appartement. Sur la disposition millimétrée de certains objets. Sur mon besoin insatiable de me laver. À confier, par exemple, qu'à 16 ans, trônait sur le mur de ma chambre une page du journal *Libération* qui titrait « Si mon image était ma vérité, je ne me fréquenterais pas moi-même ». Ce titre illustrait parfaitement mon état, sans que je ne comprenne bien pourquoi. Je me disais qu'il s'agissait de la banale complexité de l'adolescence sans doute. Mais ces mots tapaient au bon endroit. Un drôle d'endroit.

J'aurais aimé confier que j'enchaînais les relations mais que je ne me sentais pas sexuée. Ni homme ni femme. Ni chien, chat ou étagère. Rien. Plutôt vide. Vide de libido. Vide de moi. Mais saturée de maux et de pensées torturées. Remplie de violence dirigée contre moi.

Confier que le désir de la plupart des hommes m'indisposait. Je l'appréhendais comme un affront. Une menace. Mais souvent, lorsqu'un homme me désirait, je cédaï. Convaincue que j'étais responsable de ce désir. Que je l'avais cherché, provoqué. Aliénée par cette croyance universelle que les femmes sont des tentatrices. J'avais beau dire, et penser, non, je ne veux pas me donner, avant tout, je ne voulais pas contrarier, ou blesser. Ne pas blesser l'autre, puisque moi, c'était déjà fait. Depuis longtemps, je m'étais abandonnée.

Confier que je trouvais merveilleux de pouvoir être une femme, mais que je détestais avoir à en payer les frais. J'exécrais l'idée que cette catégorie, victime de sa nature et de son genre, me colle aux chromosomes. Au point de vouloir alerter certaines personnes transgenres de sérieusement songer à tous ces désagréments avant leur transformation.

Confier que je ne savais plus si tout mon mal-être n'était peut-être qu'un caprice, celui d'une fille pas trop moche, trilingue, diplômée et bien éduquée. Un

peu trop gâtée, et ordinairement victime de l'inconsistance d'une société égarée.

Confier que mon père, parti trop vite et trop tôt, me manquait toujours plus malgré les années qui passaient. Qu'aucun homme ne parvenait à l'égaliser. Et que pourtant, sa mort m'avait libérée. Je la bénissais. Et puis confier tant d'autres choses, bien plus dérangeantes. Bien plus choquantes. Bien plus graves. Mais rien ne sortait et aucun psy ne s'est alarmé de me voir entrer et sortir de son cabinet à la vitesse de l'éclair.

Passer en coup de vent chez un psy, personne ne fait ça. Enfin, je ne crois pas. Sauf quelqu'un qui va terriblement mal et ne sait pas vers qui se tourner. Sauf quelqu'un qui frôle l'asphyxie à chaque respiration. Sauf quelqu'un qui ne sait plus si elle redoute davantage d'avoir les yeux ouverts ou fermés. Si c'est le silence qu'elle fuit ou si c'est le bruit. Le mouvement ou l'immobilité. C'était mon cas. Et personne n'a jamais rien vu. Et c'est à ça que je me suis employée toute ma vie, à ce que personne ne voit rien. Masquer que j'allais mal, à défaut de pouvoir montrer que j'allais bien. Ne pas inquiéter. Ne pas déranger. Ne pas perturber l'équilibre fragile des autres avec ma colère et mon incapacité à vivre. Me montrer d'excellente compagnie, et sinon, m'éclipser. Par respect. Par pudeur. Me contenter de rester en retrait lorsque la



souffrance était trop insupportable et finirait par se voir. Rester à l'écart et apprendre à maîtriser l'art de savoir s'isoler, sans se faire remarquer. N'être indispensable à personne pour toujours pouvoir m'en aller. Être présente de manière sporadique, quand la sociabilité m'était possible. Quand ma présence à moi-même m'était tolérable. Quand ma torture intérieure m'offrait un court répit ou la vague sensation d'être supportable.

Ainsi, lorsqu'on me croisait le temps d'une soirée ou d'un café, on me devinait libre et indépendante. Insaisissable aussi. Épanouie même, pour les plus observateurs. Pétilante également. Ce qui, par définition, est un état très éphémère. Un pschitt dans l'atmosphère. Mais le mot qui revenait le plus souvent c'est « solaire ». Je suis solaire. Pourtant, je vivais dans le noir. Dans une nuit qui a duré presque une vie. J'ai construit mon existence sur une illusion monochrome. Sur d'éphémères et minuscules traits de lumière morcelant légèrement une intense obscurité. Sur des sourires flamboyants que je collais sur mon âme pour en voir chez les autres, comme des reflets réconfortants auxquels m'agripper provisoirement. Lors de mes brèves apparitions en société, je n'étais en quête que de cela, entendre des rires et voir des sourires. Je m'appliquais à les déclencher avant de devoir retourner me cacher. Avant de baisser le rideau et rejoindre ma loge sombre et exiguë,

comme un vieux clown solitaire. Avant de trouver refuge dans le sommeil. Dans la rêverie et des mondes imaginaires. Avant de pouvoir comprendre ce qui me rongait le cœur et les tripes depuis tant d'années. Avant de saisir qu'on m'avait assassinée avant même que je commence à vivre. Avant de pouvoir affirmer que si Dieu existe, soit il est fou, soit il est impuissant, mais pour sûr, il est une arnaque. Avant que le verdict ne tombe : amnésie traumatique.