

Greg Siebrand alias « Le Greg »

# SALUT, MOI C'EST GREG



**Salut, moi c'est Greg**

**Greg Siebrand alias "Le Greg"**

# Salut, moi c'est Greg

**Greg Siebrand alias "Le Greg"**

**Catégorie :** Biographies et témoignages

**Date de publication originale :** 25 septembre 2015

Sous Licence CC0 par Greg Siebrand

Image de couverture : Stéphane Thonet, sous licence CC-BY, <http://www.imagesdelles.com>



# **Tu vas lire une histoire banale, une histoire qu'il n'est pas banal de lire.**

C'est l'histoire banale d'un adolescent. Greg, gamin à fleur de peau dont la sensibilité, les émotions, les amoures se gravent dans la peau. Greg, rêveur lucide, qui voit le monde qui l'entoure, les gens qui l'entourent et qui ne comprend pas les injustices, les sourdes oreilles et leurs œillères. Greg, humain sans filtre, qui prend le monde en plein bide, jusqu'à ce que la boule grossisse et explose, comme ça arrive souvent à cet âge-là.

Ce n'est pas banal de lire une telle histoire. Car même si on a oui-dire que d'autres ont vécu

une telle adolescence, peu de gens osent la livrer, ainsi, sans fard. Il y a dans ce récit autant de dévoilement que de pudeur. Les faits et leurs effets y sont livrés, crus ; je ne peux m'empêcher d'y sentir une certaine retenue, une touchante timidité qui nous accompagne dans l'intime.

Car ce livre est écrit en dégradés. Il y a des dégradés dans le temps, où Greg le père et l'adulte revient sur le journal de Greg l'adolescent, sur la pointe des pieds de page. Puis Greg le jeune homme revient sur la fin de son adolescence, sur ces instants du pire où tombent les rechutes, relus par l'adulte du présent. Puis le Greg d'aujourd'hui nous accueille au bout de ce chemin de vie, pour parler des futurs immédiats, des présents que l'on peut changer et des avenir qu'il espère.

De ces dégradés de temps naissent des camaïeux de styles, qui s'étendent d'une rudesse brute d'ado un peu gauche, à la finesse tendre d'un adulte qui a trouvé comment exprimer sa fleur de peau au fil des mots et émotions. Un style qui

déroute au départ, puis prend du souffle, de l'ampleur, comme pour ajouter de la tendresse aux moments les plus noirs.

Les idées se nuancent, donc au fil de ce dégradé, au fur et à mesure que le temps passe sur les expériences. Violentes comme douces, tragiques et malheureusement quotidiennes, ces tranches de vies servies par Greg nous permettent d'évoluer au fil de sa pensée et de ses compréhensions, et de voir son point de vue avancer et grandir avec lui.

Ce livre est un voyage empreint de courage. Le courage de se livrer, de parler, là où le silence est généralement aussi présent qu'oppressant. Dire tout, même les affres les plus grandes, même ces scènes qu'il est si dur de rendre quand on sait que ses proches les liront. Témoigner, simplement, ne serait-ce que pour dire aux ados qui liraient cet ouvrage avec leur propre boule au ventre qu'ils et elles ne sont pas seul-e-s, que d'autres ont survécu.

Il faut une sacrée dose de vaillance pour affronter le flot de ces réminiscences, la noirceur de ces espoirs retombant dans les abîmes, l'inférial rythme de ces chutes et rechutes. Avoir la force de se repencher sur les instants les moins heureux, sur toutes ses faiblesses, afin de les redonner et d'en offrir les leçons tirées.

Car il est un autre grand courage qui sous-tend ce livre : c'est le don. Cette histoire, son histoire, ses moments les plus doux, violents, forts et intimes, Greg les élève dans notre Domaine Public. Il nous donne le droit d'en faire ce que bon nous semble, de l'adapter comme de la trahir, de la délaissier ou la transmettre. Greg ne nous confie pas une histoire, il nous confie la sienne... de manière aussi littérale que littéraire.

Toi qui vas lire ces lignes, moi qui viens de les finir... je me permets de te donner un conseil : laisse-toi porter. C'est une vie en dégradés, une expérience à vivre de bout en bout. Un voyage pas banal dans un commun qui, je le crois, ne te



laissera pas tel que tu l'as commencé... Mais qui te laissera Libre.

Pouhiou.

# Avant-propos

Un samedi matin, un grand malheur s'est abattu dans mon foyer : mon disque dur portable, suite à plusieurs chutes consécutives dues aux mains curieuses d'un petit bambin de dix-huit mois, ne répondait plus, non reconnu par le pc. Impossible d'y accéder et de pouvoir récupérer les données. Un profond sentiment de détresse m'a envahi : une grande partie de ma vie était dans ce disque, tous mes écrits d'adolescent s'y trouvaient. En désespoir de cause, je me suis mis à fouiller tous mes autres supports pour voir si je n'avais pas une copie de sauvegarde. Je me suis mis à parcourir les dossiers. Soupir de soulagement, il était là. Le Roman noir. Ce livre inachevé, racontant mes galères d'ado et jeune adulte que je n'ai pas réussi

à terminer.

Est-ce que cette histoire vaut la peine d'être racontée ? Honnêtement, je n'en sais rien. Pendant des années, je pensais que ce que j'avais traversé faisait de moi quelqu'un d'extraordinaire, que j'avais vécu une histoire hors du commun et qu'il fallait que je la raconte. Pourtant, depuis quelques années, je ne pense plus pareil. Je pense que j'étais un ado comme un autre, qui, trop sensible, s'était laissé enfoncer plus que les autres. Pourtant, on a tous eu, étant jeunes, nos gros coups de révolte, nos déboires, et nos bêtises.

Ce soir, j'ai décidé de franchir le pas. De mettre mes autres projets d'écriture de côté, histoire de réellement terminer cette histoire, mon histoire, dont la rédaction a commencé en 1997. Et pourtant, dès que je me remets à écrire, ou simplement relire ces textes, inlassablement cette boule se forme dans mon ventre. Un début de mini-crise d'angoisse. Parce que me rappeler tous ces souvenirs, toute cette souffrance, même encore

maintenant, fait remonter un tas d'émotions à la surface. Mais quelque chose en moi me pousse à le faire, à terminer ce récit. Parce que c'est réellement important pour moi de pouvoir mettre le mot fin à la suite de tous ces mots. Pour dire qu'une page se tourne.

Est-ce que cette histoire vaut la peine d'être racontée ? Honnêtement, je n'en sais rien. Je voulais partager ce qui m'était arrivé à d'autres personnes. Je pensais que cela pourrait servir d'inspiration à d'autres jeunes en plein mal-être, de montrer qu'il est possible de s'en sortir, et qu'après la pluie, arrive toujours une éclaircie puis le soleil. À chaque fois que je me sentais mieux, que je pensais que mes mésaventures étaient derrière moi, je me mettais à écrire ce qui m'était arrivé. Et bien souvent, ce n'était qu'une accalmie, avec des galères et souffrances qui prenaient de plus en plus d'ampleurs.

J'ai achevé la première partie en 1997. Ensuite, j'écrivais au fil du temps, lorsque j'avais

un peu de temps, quand c'était un peu plus calme dans les événements de ma petite vie. Mais c'était toujours un exercice difficile. Se rappeler certains faits, se remémorer la douleur ressentie, pouvait me faire beaucoup de mal. Et en 1999, lorsque je suis rentré à l'institut Cardijn, j'ai totalement arrêté d'écrire.

Suite à un tournant de ma vie, en 2003, mon besoin d'écrire s'est à nouveau fait ressentir. J'ai d'ailleurs commencé à écrire dans un carnet que j'ai baptisé « les tourments de l'âme ». J'y mettais toutes mes angoisses, mes colères, juste histoire de les coucher sur papier et de me sentir un peu mieux. Personne n'a lu ce qu'il y avait dans ce carnet, jusqu'il y a peu : j'ai mis un des textes les moins violents sur mon blog : Abysses. Et j'ai réouvert le Roman noir. Ma vision de la vie avait bien changé à l'époque, je ne pensais plus que j'avais vécu une histoire extra-ordinaire, mais que j'étais simplement un adolescent qui a peut être eu un mal-être un peu plus important. Mes colères et

mes rancunes envers certains actes et personnes s'étaient estompées, et j'avais aussi appris à pardonner.

J'ai commencé à faire des annotations, pour y mettre mon point de vue actuel. Mais de nouveau, n'étant pas très bien à l'époque, me remémorer faits et souffrances n'était pas idéal. Cela me faisait beaucoup de mal, et tout seul dans mon studio tard la nuit à Louvain-La-Neuve, j'étais prêt à péter un gros câble. En quittant Louvain pour Bruxelles, j'ai refermé ce Roman noir. Je ne l'ai plus rouvert pendant 11 ans, jusqu'à ce matin-là.

Au final, très peu de personnes ont lu cette biographie, à part quelques amis très proches, en qui j'avais une confiance absolue et qui se posaient des questions sur mon vécu. Je n'étais pas prêt à partager cette partie de moi. Je commence néanmoins à le faire, maintenant, en prenant comme départ le challenge d'Alias, un challenge où l'on raconte, pour cet été 2014, nos échecs. J'ai posté sur mon blog donc ce fameux échec, ce

Roman noir, travail inachevé. Et depuis une semaine, ça cogite dans ma tête. Je veux le terminer. Je vais réécrire une grande partie je pense, parce que oui, ma vision du monde, ma vision de ma vie d'adolescent a changé. De plus, ayant pas mal réfléchi, il y a pas mal de choses que j'ai occultées : des problèmes survenus durant mon enfance, des ennuis avec mon père, même si cela va mieux maintenant, et je pense que ce sont des gouttes, même si distillées sur une longue période, qui ont conduit à ce qu'un moment le vase déborde.

Voici donc ma vie d'ado, mes galères. Certaines choses ne seront peut-être pas faciles à lire (et donc, pour moi, à écrire). Certaines choses aussi resteront tues, parce que soit j'ai trop honte de mes actes, soit cela peut ranimer d'autres mauvais souvenirs à d'autres. Si j'écris ce bouquin, c'est pour plusieurs raisons : parce que lorsqu'on est ado, on pense qu'on est seul dans cette merde. C'est faux, on a tous eu nos moments

de révolte de colère et de découragement. Également parce que j'ai besoin de cela. J'ai besoin de terminer cet écrit, de pouvoir y mettre un jour le mot fin. Parce que je veux partager ceci à tous. J'ai juste renommé mon écrit. Parce que « le Roman noir », ce n'est pas très positif, je l'ai juste renommé sans la moindre prétention « Salut, moi c'est Greg ». Un livre qui parle de mon passé, de ces expériences qui ont forgé l'homme que je suis devenu.

J'ai décidé également de laisser mon ouvrage en accès libre. Je suis un ardent défenseur d'un libre accès à la culture, et j'estime que tout un chacun doit pouvoir lire, écouter de la musique selon son choix, sans contrainte. C'est pourquoi vous avez pu télécharger ce livre au format EPUB ou PDF. Bien sûr, si vous trouvez que cet ouvrage en vaut la peine, vous pouvez me soutenir. Que ce soit par un don, un partage de ce livre à vos connaissances, c'est vous qui décidez. C'est aussi pour cette raison que vous pourrez en acheter une



version papier.

En tout cas, merci de me lire, je vous souhaite une bonne lecture et la bienvenue dans mon univers !

# Quelques mots sur mon enfance

*Avant de rentrer dans le vif du sujet, je tenais à parler de mon enfance, de certains points occultés lorsque j'ai commencé à écrire mon histoire, en 1997. Et puis, il faut bien commencer par se présenter, non ?*

Je suis né une nuit enneigée de novembre 1980, le même jour que ma grand-mère paternelle. Aussi loin que je me souviens, j'ai toujours été ce que je qualifie d'hyper sensible. Je ressens énormément de choses, j'ai toujours de l'empathie pour les souffrances que je vois au quotidien. Cela m'a souvent joué des tours, et même lorsque je faisais mes stages pendant ma tentative de

formation pour devenir assistant social, je rentrais parfois le soir, fatigué, lessivé par les émotions des personnes que je côtoyais. Cela m'a valu un reproche de mon maître de stage, qui trouvait justement que j'étais beaucoup trop proche des usagers. Et même lorsque je lis, regarde un film, je suis comme plongé dedans. Je ressens les émotions (sauf dans le cas de gros navets ou quand je n'accroche pas du tout). Et lorsque j'écris, je me remplis d'émotions, pour justement les coucher sur papier et tenter de rendre mon texte le plus vivant possible. Ce sont d'ailleurs les textes dans lesquels je me plonge le plus qui rencontrent généralement le plus de succès (le dernier en date : « le gars qui voulait changer le monde »).

Mes souvenirs d'enfance ne sont que des flashes, de certains coups durs et émotions fortes. J'ai totalement effacé de ma mémoire bon nombre de souvenirs. Je n'ai pas cherché à combler les trous, sauf pour certains points où j'ai demandé des informations à ma gentille maman pour la

rédaction de cette histoire. Mais tout ce qui est bien enfermé dans mon subconscient, non, je n'ai jamais tenu à le faire remonter à la surface. Même encore maintenant j'en ai peur. Peur de ma réaction, peur de ce que cela engendrerait. Et je me dis, peut-être pour fuir ou masquer cette peur, que le passé est le passé et qu'il faut regarder devant soi et non derrière.

## **De la famille**

Ma mère est enseignante, et mon père, ancien gendarme, était employé puis a gravi les échelons jusqu'à devenir cadre dans une grande société de distribution belge. J'ai très peu de souvenirs de ma petite enfance, je sais juste que j'ai commencé ma vie à Bruxelles, que nous avons déménagé d'abord à Chastre, puis à Hamme-Mille où j'ai vécu jusque mes 13 ans. D'ailleurs, je me rappelle très bien le

jour ou nous avons quitté cette « tour » à Hamme-Mille pour Beauvechain quelques kilomètres plus loin. C'était le jour où le monde apprenait avec stupéfaction la mort de Kurt Cobain. J'ai passé presque la journée entière dans la voiture, écoutant du Nirvana. La mort de Kurt m'avait bouleversé, j'aimais beaucoup ce qu'il faisait. J'écoute encore beaucoup sa musique, surtout l'album Unplugged, qui est pour moi leur meilleur disque. Et la personne, en elle-même, est encore pour moi un modèle (hormis sa descente aux enfers, bien entendu) car dans la manière de penser, dans la douleur que l'on ressentait, j'avais l'impression que nous étions un peu pareils, lui et moi.

Mon père n'était presque jamais à la maison. Étant cadre, il bossait beaucoup. Il s'énervait vite, n'avait pas beaucoup de patience. Il me criait souvent dessus. Je n'ai pas eu de bonnes relations avec lui jusqu'à l'âge adulte. Même encore maintenant, les relations, bien que nettement plus cordiales, restent pour moi assez tendues. Je sais

qu'il essaie de faire des efforts, mais je pense qu'inconsciemment encore maintenant, je me méfie. Je n'ai pas eu souvent de soutien de sa part, et même, lorsque cela n'allait pas, j'avais droit à des remarques du genre que je faisais la comédie pour éviter d'aller à l'école ou autre. Il m'a fallu beaucoup de temps pour pardonner ses cris, colères et quelques rares fois ses coups.

Même si j'ai encore certaines images en tête, comme le voir me courir après en furie et m'étrangler dans l'escalier, j'ai pardonné, mais pas oublié. Parce qu'il y a des choses qui m'ont fait tellement souffrir dans son comportement que je ne veux plus les revivre et maintenant que je suis papa, j'essaie de tout faire pour ne pas reproduire ces schémas-là avec mon fils.

J'ai été fils unique jusqu'à l'âge de 8 ans. En 1988, nous avons pris une fille en famille d'accueil pendant quelques années. Nous la voyons encore maintenant, et même si ce n'est pas une sœur génétique, elle n'en reste pas moins ma

petite sœur. Je suis le parrain de son troisième garçon, Hugo qui est une véritable fripouille adorable.

J'eus ensuite deux petites sœurs, bien plus tard. Doriane est née en 1993 et Margaux en 1994. Je me suis beaucoup occupé d'elles, quand elles étaient petites, leur donnant biberons et panades (mais déjà à l'époque, changer les langes c'était une autre histoire[1]). Elles sont grandes maintenant, et même si on ne partage pas la même vision de la vie, elles restent deux petites demoiselles adorables.

## **De l'école maternelle et primaire**

D'après ma mère, mes premiers soucis à l'école remontent à la maternelle. Elle m'en a parlé quelques fois. Elle m'a raconté des heures de punitions pour des bêtises, que j'étais une bête

noire pour une des institutrices. Des heures à passer à faire du « picotage », sans pouvoir, comme les autres enfants, manger mon repas de midi. Ma mère avait pris les enseignants sur le fait, étant rentrée un jour plus tôt de son travail.

Ce calvaire aurait duré quelques mois, jusqu'à notre aménagement à Hamme-Mille. Nous habitons dans ce que j'appelais la tour, une grande maison à deux étages, toute peinte de blanc et en face de ma future école. Ma mère devait partir très tôt, et ce sont les personnes qui s'occupaient de la conciergerie qui me gardaient jusqu'à ce que l'on puisse aller dans la cour de récré. J'ai passé trois années dans cette école, jusqu'à cette année de misère, la deuxième primaire.

Là encore, je n'ai que des flashes, mais je me rappelle bien de cette institutrice. Les autres gosses l'adoraient, moi pas. Elle avait la manie de récompenser les élèves avec des points pour à peu près tout, et chaque fin de semaine ou mois, je ne me rappelle plus, elle récompensait avec des



cadeaux les plus méritants. Le gros hic, c'est qu'elle avait ses têtes de turc. Ma mère m'a dit qu'elle avait annoncé à l'institut à un moment de l'année, que je changerais d'école l'année suivante, puisqu'elle me prendrait dans son établissement. Elle lui aurait répondu tout simplement que dans ce cas, elle ne me raterait pas. J'ai passé des heures au fond de la classe, sous les rires moqueurs des autres élèves, avec un bonnet d'âne sur la tête. Pourtant, je n'étais pas mauvais élève, j'étais même bien au-dessus de la moyenne, en termes de points. Je me rappelle aussi de Charles, un grand gaillard un peu plus lent que les autres. Je visualise encore les rires des autres enfants lorsqu'il devait faire la lecture à voix haute, que cette institutrice ne sanctionnait pas le moins du monde. Et, vers la fin de l'année, est venu le drame.

Une bagarre de gamins, une des rares fois où je me suis battu. Mais je gérais mal la montée d'adrénaline, et j'ai pleuré, encore et encore.

J'étais en rage, n'arrivant plus à contrôler mes émotions. Les enfants de l'école venaient me voir, me pointaient du doigt en riant de mes réactions. Je hurlais de colère face à eux, face à leur méchanceté. Et eux partaient en courant, riant à chaudes larmes. J'ai encore des flashes de cette après-midi, et parfois dans mon sommeil, je les revois. Cette après-midi-là fut la dernière dans cette école. J'ai dû commencer à prendre des calmants (à l'époque du Sédinal, ne trouvant plus le sommeil). Ce fut ma première dépression. J'ai appris, bien des années plus tard, que le médecin, si cet incident avait eu lieu plus tôt dans l'année, aurait demandé une enquête. S'il y aurait eu des retombées, je n'en sais rien, car de toute façon, un enseignant, dans le système belge ne peut pas être viré. Alors, est-ce que ça aurait servi à quelque chose ? Je ne pense pas. J'ai terminé l'année chez mes grands-parents, je ne pouvais plus rester à la maison, car, dès que la sonnerie de l'école se mettait à sonner, mon corps était parcouru de

tremblements.

On aurait pu penser que me mettre dans une autre école aurait pu améliorer les choses, ou faire oublier ces tristes événements. Ce fut le cas, au début. Mais pour moi, c'était également une première : je venais d'une école au fin fond du Brabant-Wallon, dans les années 80, où il n'y avait pas réellement de mixité sociale. Et là, je suis arrivé à Bruxelles, où j'ai découvert d'autres cultures, d'autres personnes vivant différemment, avec des moyens différents. C'était déjà un premier choc.

En début d'année, tout s'est bien passé. Je me suis fait quelques copains, mais il y avait deux bandes dans la classe, toutes deux ayant une sorte de leader. Lorsque la bande dans laquelle j'étais s'est rendu compte qu'être copain avec le fils d'un prof ne leur apportait aucun avantage, leur comportement changea. Et un beau matin, ils étaient là, debout sur le muret à me huer. À me dire des vilaines choses. J'ai encore cette image en

tête. Naturellement, je me suis tourné vers l'autre « bande », et là, les ennuis ont commencé. On se faisait coincer par la première qui faisait tout pour nous emmerder. Au bout de quelques jours, mes nouveaux amis demandèrent simplement que je trouve d'autres copains, histoire d'avoir la paix. Je ne les blâme pas, je les comprends, et j'aurais peut-être fait pareil. Quelques jours plus tard, je me suis fait un ami, le cousin d'un gars de ma classe qui était un an plus jeune. Et pendant trois ans, j'ai passé toutes mes récréés avec lui, ainsi que deux, trois autres élèves de sa classe.

Pour ma dernière année à l'école primaire, j'ai encore changé d'école, pour celle où je resterais un bon bout de temps ; la Providence, à Wavre. J'étais assez stressé. Passer d'une école avec une classe par année à un établissement ressemblant déjà beaucoup plus à une usine avec une centaine d'élèves rien que pour la sixième primaire, ça a de quoi impressionner. Ce fut dur les premiers jours, mais c'était un nouveau départ. Ici, pas de tête de

turc, pas de méchanceté, même si l'on restait des enfants, et que des disputes pouvaient éclater de temps à autre. Cette année-là, j'ai commencé à me rapprocher un peu plus des adultes, préférant leur compagnie à celle des enfants de mon âge. Un jour par semaine, il y avait une activité parascolaire : des cours d'informatique ! J'étais déjà passionné par les ordinateurs depuis quelques années, et me suis lancé dans ces cours. On y apprenait le Basic, et j'ai sympathisé avec le prof. On s'échangeait des disquettes avec des jeux sur le temps de midi lorsqu'il surveillait la cour de récré. Ce fut une année tranquille, avant le passage dans la cour des grands.

## **Les premières années de secondaire**

Et nous voilà donc en secondaire. Comme beaucoup d'ados, je faisais pas mal de bêtises, et

je suis devenu un habitué de la salle de retenue. Parfois, de manière totalement injustifiée. La personne qui m'a d'ailleurs dégoûté des maths, un prof sans aucune pédagogie ni autorité sur ses élèves, m'a par exemple juste collé pour avoir rigolé d'une blague. Le blagueur, lui, bien sûr, n'étant pas inquiet. À partir de cette année-là, mes notes ont commencé à dégringoler d'année en année. Impossible d'étudier correctement, je n'arrivais à mémoriser que les cours qui me passionnaient (et que je n'avais nul besoin d'étudier, ils rentraient tout seul).

Avec l'adolescence, on commence aussi à découvrir les interdits : j'ai commencé à fumer à l'âge de 13 ans, et quelques mois plus tard, je commençais à goûter au cannabis avec mon cousin. Je fumais peu de joints au début, surtout pour m'amuser, mais bien plus tard, ma consommation devint problématique (j'y reviendrai au moment voulu). J'ai commencé à beaucoup écrire. J'aimais vraiment cette activité. Lorsque cela n'allait pas,

lorsque j'étais amoureux, j'écrivais des poèmes. J'ai aussi écrit quelques petites histoires, mais malgré des recherches incessantes, je n'ai pas pu les retrouver. J'étais fasciné par Stephen King. Je dévorais ses romans, et je voulais faire comme lui. La seule nouvelle que j'ai retrouvée, écrite vers douze ou treize ans, était d'ailleurs inspirée d'un de ses livres. Cette nouvelle est d'ailleurs disponible sur mon blog, si vous voulez rire un bon coup, n'hésitez pas à y aller jeter un coup d'œil !

J'ai doublé ma troisième secondaire. À cause des maths, justement. La prof de première m'avait tellement dégoûté de cette matière que j'en avais une répulsion totale. Je n'arrivais pas à me plonger dedans. Selon le Greg de l'époque, c'est à ce moment-là que tout a commencé.

[1] Je vous invite à lire, si vous souhaitez savoir le pourquoi de mon aversion, la petite nouvelle « Une journée type d'un Père au Foyer », disponible en téléchargement via mon blog.

# La période « M »

*Note : Cette première partie a été écrite en 1997. Dans l'ensemble, j'ai laissé le texte tel quel, en faisant quelques modifications, pour laisser les mots, les émotions telles que je les ressentais lorsque j'ai écrit ces lignes. Il y a quelques notes de bas de page, qui expliquent mon point de vue à l'heure actuelle. Les noms de tous les intervenants ont été changés, sauf M qui est l'initiale de la personne.*

## 1 Avant M

Je crois que tout a commencé lorsque j'ai



recommencé ma troisième secondaire. J'avais de bons copains, j'aimais la vie. J'étais bien dans ma peau, je vivais dans l'insouciance que chaque jeune possède. J'aimais tout ce que je faisais, le bonheur m'habitait sans cesse. La vie était belle, même si des disputes éclataient souvent avec mes parents. Bref, j'étais un jeune normal. À la fin de cette année-là, j'eus une petite amie que j'aimais beaucoup. Elle s'appelait Caroline. Je voulais révolutionner le monde, comme tout hard-rocker qui se respecte, j'avais du goût pour la vie, même si les crises d'adolescence me donnaient parfois envie de crier mon dégoût pour cette société capitaliste et son système. Je me disais être anarchiste sans que je le sois vraiment[2]. J'avais déjà écrit des poèmes, pour montrer mes tristesses et mes joies du moment. La crise que j'allais passer commençait déjà à s'amorcer. J'avais déjà deux ou trois fois touché à l'herbe. Je trouvais ça cool mais sans plus. Je ne savais pas que plus tard, c'est une des choses qui m'aiderait à survivre mais

aussi quelque chose qui m'apporterait plus tard pas mal de problèmes.

Comme je l'ai déjà dit, j'avais de bons amis, sur lesquels je pouvais compter et eux pouvaient compter sur moi. J'étais follement amoureux de Caroline, mais elle ne le savait pas. J'ai caché pendant longtemps mon amour pour elle, jusqu'à un vendredi, au début du mois de mai 1995. Elle m'avait d'abord dit non, puis sous mon insistance, mes poèmes et ma tristesse, elle céda. C'était une fille très douce, avec un sourire réservé. Elle portait ses cheveux noirs en queue de cheval. Elle était très intelligente et elle avait un état d'esprit rationnel. Caro avait un parfum, une essence sublime qui pouvait attirer n'importe quel garçon. Elle avait un visage qui respirait la douceur, la bonté et une grande sensibilité. Je vécus trois mois de bonheur entiers. J'avais même tenté d'arrêter de fumer pour elle.

Ce furent mes trois derniers mois de vrai bonheur. Jamais plus je n'ai été aussi heureux de

ma vie. Je croyais vivre dans un rêve fantastique et je croyais que jamais, je n'allais me réveiller. On m'annonça que j'avais raté mon année. Au moment même, moi qui étais toujours dans mon rêve, je ne réalisais pas ce que ce mot signifiait. Je pense que c'est en partie à cause de ça que j'ai perdu Caro. Bref, elle m'a larguée, le mercredi 16 août 1995. Je m'en souviens comme si c'était hier, et je me rappelle aussi avoir pleuré pendant près de deux semaines.

Elle m'avait invitée chez elle, pour faire une partie de tennis. Dans une de ces dernières lettres, elle m'avait écrit qu'elle devait me parler, qu'elle ne pouvait pas l'écrire, et qu'elle ne pouvait pas me le dire au téléphone. Elle m'avait dit aussi que je ne devais pas m'inquiéter et qu'elle ne m'oublierait jamais. J'avais directement compris ce qu'elle avait voulu dire, ça me turlupinait l'esprit, mais je n'avais pas encore tout à fait réalisé. Après la partie de tennis, je lui ai demandé ce qu'elle voulait me dire elle m'a regardé avec un

regard qui semblait avoir de la pitié pour moi. Et je lui ai dit que j'avais directement compris. Je n'ai pas pleuré devant elle, mais quand je suis rentré chez moi je me suis effondré sur mon lit. La première chose que je fis en la quittant fut d'acheter un paquet de cigarettes, que j'ai fumé en deux ou trois heures, allumant cigarette sur cigarette.

Mais à la rentrée scolaire, une déception tout aussi grande vint s'ajouter à mon mal de vivre. Les élèves arrivant en troisième étaient d'une immaturité la plus complète. Je n'arrivais pas à bien m'intégrer et moi-même je ne cherchais pas réellement de contacts auprès d'eux. Je continuais à aller avec les jeunes de mon âge, mais je sentis bien vite que je n'étais plus accepté parmi eux, à part certains potes, dont l'un d'eux s'appelle Marc. Je le cite ici, car il va jouer un rôle important dans mon histoire. Je commençai à connaître la solitude.

Fin septembre, nous avions une journée

sportive, hors de l'école. Je fis la connaissance d'une fille, Marianne, une fille super sympa et qui, en plus, n'habitait pas très loin de chez moi. Et même si elle n'était pas canon, elle affichait un certain charme. J'ai passé pendant plusieurs mois les récréations avec elle. On parlait de temps en temps drogues, sans jamais avoir fumé ensemble. Comme on était très copains et qu'on ne se séparait presque jamais, beaucoup de gens m'ont demandé si je sortais avec elle. Il n'y a eu que de l'amitié dans notre relation. Je n'ai jamais eu envie d'elle, et je suppose qu'elle n'a jamais eu envie de moi. Nous n'avons jamais parlé de ça.

Je fumais de temps en temps encore de l'herbe, mais chaque fois, je n'avais eu que des envies occasionnelles, principalement avec des potes, pour passer le temps ou s'amuser. Jamais à ce moment-là, il ne m'était venu à l'idée d'en fumer tous les jours. J'avais toujours mal à cause de ma rupture avec Caro, mais je ne l'ai jamais montré aux autres. Vers mi-octobre, je suis sorti avec une

filles. C'était moi qui lui avais fait la demande, mais en réalité, je ne l'aimais pas vraiment. Nous n'avions pas spécialement d'atomes crochus, et je pense maintenant que c'était principalement par peur de rester seul. Quand elle m'a plaqué, deux semaines plus tard, j'ai pris ça comme une délivrance. Je n'en avais vraiment rien à cirer. Je me rappelle le soir de cette rupture, j'étais avec mon cousin. Il me demanda : « et comment vont les amours ? » Et je lui répondis en me marrant que je m'étais fait plaquer à peine quelques heures auparavant.

## **2 Un amour à sens unique (novembre-décembre 1995)**

Je me rappellerai toujours le week-end scout des 3,4 et 5 novembre. C'est à partir de ce moment-là que j'entrai en plein cauchemar. J'étais

parti en week-end avec les scouts à Tournai. Nous logions au même endroit que les guides, car nous ne savions pas nous rendre à notre lieu de camp à cause d'une grève de trains.

Le week-end en lui-même se passa très bien et à vrai dire, je m'étais bien amusé. À la veillée, que nous avions organisée avec les guides, je me suis assis à côté d'une fille. C'était elle, la fille pour qui j'ai écrit tant de poèmes, la plus belle de toutes, la plus douce, la plus charmante, la plus chouette fille qui puisse exister. M., si tu savais comme ton sourire m'a hanté jour et nuit, je sentais ton parfum à chaque instant de ma vie. Si je devais la décrire, je ne ferais que me répéter, car elle ressemble beaucoup à Caroline. M. a la peau plus bronzée, mais elles ont vraiment beaucoup de points communs entre elles : un visage doux, et des yeux magnifiques qui ont fait fondre mon petit cœur si sensible à chaque fois qu'ils se posaient sur moi.

Nous ne nous sommes échangés que quelques

mots pendant cette soirée, et déjà je me sentais devenir amoureux. Je me rappellerai toujours la première phrase qu'elle m'a dite : « T'aimes bien Marianne ? » Cette phrase restera gravée à jamais dans mon esprit. M. était dans la classe de Marianne, je la connaissais de vue, mais jamais auparavant je ne m'étais intéressé à elle. Au début, je pensais que ce n'était qu'un amour volage, qui s'effacerait en quelques jours, mais le surlendemain je compris que j'étais vraiment amoureux.

Le 6 novembre, le jour de mon anniversaire. Jour qui aurait dû être heureux, jour où j'ai commencé à être malheureux, c'était le jour de la rentrée des vacances de Toussaint. Presque toutes les Troisièmes partaient en journée écologique, au moulin de Chevalier, dans le cadre du cours de Sciences. J'étais assis dans le car, n'ayant personne à côté de moi et pris dans mes pensées, quand je sentis quelqu'un se poster devant moi. Je levai la tête. C'était M. Elle demanda si la place



était prise et si elle pouvait s'asseoir, j'acceptai tout de suite.

Nous avons parlé beaucoup du week-end qu'on venait de passer, on se parlait comme si on se connaissait depuis toujours. Moi qui ne suis pas quelqu'un de très loquace, j'avais toujours quelque chose à lui dire pendant que nous étions ensemble. Nous avons passé toute la journée à deux, et le soir, chez moi, je n'arrivais plus à arrêter de penser à elle. Je fus victime du coup de foudre, mais d'un coup de foudre non réciproque. C'était infernal, à chaque seconde, son prénom résonnait dans ma tête, à chaque instant, je la voyais devant moi, à chaque moment, je pensais à elle. J'étais trop fou d'elle, je voulais lui dire combien elle était belle, que j'étais accro à elle.

Finalement, trois jours plus tard, je décidai de tout lui avouer par l'intermédiaire d'un poème, qui fut le premier d'une longue série. Je le lui envoyai directement, mais j'avais horriblement peur : Qu'allait-elle penser de moi ? Le poème qu'elle

reçut était sans signature, j'avais volontairement oublié de le signer. Mais le lendemain, en croisant M. dans les couloirs, elle me dit : « Merci pour ta lettre. » Comme le ton de sa voix était un peu spécial, je rédigeai le soir même un démenti, disant que ce n'était pas moi qui avais écrit cette lettre (eh oui je suis un peu couillon), mais un de mes copains. Pourquoi ? Je ne la connaissais pas du tout, je ne savais rien d'elle à part son nom et qu'elle était belle, et j'avais peur de sa réaction. Pour finir, cette histoire tomba à l'eau pendant quelques mois, mais mon amour, lui, restait toujours là, mais j'avais de moins en moins d'espoir de sortir avec elle. Or, un vendredi soir de décembre, je dus rentrer d'urgence à l'hôpital[3].

Le dimanche, il y avait réunion scoute. Mon père, en tant que chef d'unité devait aussi s'y rendre, mais comme moi j'étais sur mon lit d'hôpital, il ne put lui non plus y être. Un des chefs annonça à l'assemblée de la messe que j'étais

rentré d'urgence en clinique et que pour cette raison mon père ne pouvait pas venir. Et le mercredi qui suivit mon hospitalisation, je reçus une carte de bon rétablissement à la maison, signée de M. Mon espoir se revigora, mais ça ne servit à rien. J'étais malheureux, je voulais tant qu'elle m'aime. Mais ces petites souffrances n'étaient en rien comparables à celles que j'allais vivre au fil des mois suivants.

En ces temps-là, j'avais encore tous mes esprits, je savais encore discerner le bien du mal, je savais tout ce que je faisais, je savais les conséquences de mes actes. Je commençais à fumer de plus en plus, c'est à cette période que j'ai commencé à rouler mes cigarettes. Je ne savais plus m'en passer : j'en avais besoin pour combattre mon stress, qui commençait à s'accroître. Mais mon obsession restait toujours aussi forte, j'aimais trop M., je la désirais plus que tout. Je voulais me dévouer à elle corps et âme. C'était mon ultime but dans la vie.

Je ne trouvais plus de réconfort que dans la musique, certains textes exprimant bien ma mélancolie. Je n'avais aucune inspiration pour écrire, je restais des heures assis à essayer de sortir quelque chose, mais soit c'était mauvais, soit ma feuille restait blanche. Mon cousin passa le nouvel an chez moi et je lui ai raconté toutes mes mésaventures. Il essaya de me rassurer en me disant qu'on sortirait bientôt ensemble. À l'heure où j'écris ces lignes, plus d'un an et demi après, j'attends toujours. Je l'attends toujours, M. aux beaux cheveux noirs. Je l'attends toujours, M. au doux sourire. Je l'attends toujours, M. aux merveilleux yeux bruns. Je l'attends toujours.

### **3 Janvier-Juin 1996**

La rentrée de janvier fut pour moi un tournant décisif dans ma vie. Le tournant de la destruction

physique et psychologique. La journée avait bien commencé. Les élèves parlaient de leurs résultats de Noël, de ce qu'ils avaient fait pendant les vacances. Je n'avais rien à leur raconter, vu que je n'avais rien fait pendant les vacances. À midi, j'allai comme d'habitude dans la cour pour manger avec Marianne. Mais qui était assise à côté d'elle ? M., of course. J'hésitai à m'avancer vers elles, pendant quelques minutes. Je ne savais pas si je devais y aller, ou si je devais manger tout seul. Finalement, je décidai d'aller leur tenir compagnie. J'aurais mieux fait de ne pas y aller. On causa tout le temps de midi à trois. Le lendemain, M. était à nouveau là. Depuis ce jour, elle resta avec nous. Je commençais donc à mieux la connaître et je l'appréciais de plus en plus.

Après plus ou moins une semaine de cours, Marianne tomba malade. À partir de ce jour-là, M. et moi, on ne se quitta plus. Le soir-même de ce premier midi en tête à tête, je lui écrivis pour tout lui avouer. Je lui écrivis une belle lettre, sans vers.

J'eus déjà la réponse deux jours après. La lettre était bien gentille, mais la réponse était claire, un non catégorique, mis dans de douces phrases pour atténuer le fait. Elle m'expliqua aussi, dans cette lettre, qu'elle avait compris mes embrouilles de novembre, car je lui avais envoyé une carte lui souhaitant de bonnes fêtes et la remerciant pour sa carte de bon rétablissement. Bref, mon embrouille avait foiré.

Quand j'eus fini de lire cette lettre, une déchirure profonde, si douloureuse s'opéra en moi. À partir de ce moment-là, je ne fus plus jamais le même. Je pleurais, je hurlais, je désespérais, je ne savais plus quoi faire. Je n'ai pas ouvert la bouche chez moi pendant trois jours tellement j'avais mal. Moi qui pensais arrêter de fumer pour elle, engloutissais à nouveau un paquet par jour, je ne savais (pouvais) plus m'arrêter, faire marche arrière, mon amour pour M. était beaucoup trop fort. J'étais arrivé à un point de non-retour. Mon amour continuait à croître de jour en jour, en même

temps que ma tristesse.

Le mercredi, à la sortie de l'école, mon fameux pote Marc, vit que ça n'allait pas. Je lui racontai mes ennuis et il me donna deux grammes de superskunk. Je commençais à vraiment tâter de l'herbe, j'en prenais quasi quotidiennement. M. savait que je m'étais fait quelques joints, mais elle ne sait que depuis très peu de temps que je fumais tous les jours. Le monde était en train de s'écrouler, plus rien ici ne me retenait. Ma souffrance, comme mon amour pour elle grandissait de jour en jour. Je ne voulais plus me lever le matin pour retourner dans ce monde pourri, tout ce qui se trouvait autour de moi ne m'inspirait que dégoût. Bon nombre de fois, je pensais au suicide, tous les jours, j'avais envie d'en finir avec la vie. Je n'avais plus personne, aucun ami, aucun but, que de la souffrance en moi. Je trouvais mon réconfort dans l'herbe, qui me faisait tout oublier, mes problèmes, mes espérances, mes dégoûts...

Chaque moment de libre je le passais avec M. C'était impossible de m'en détacher, plus je la fréquentais, plus j'étais accro à elle. Je souffrais continuellement en silence. Je n'ai jamais montré mon désespoir à quelqu'un. J'avais l'impression qu'un immense trou noir se creusait sous moi, et qu'un jour la paroi qui me retenait sur terre craquerait. En tout cas, la paroi n'a pas duré longtemps. De jour en jour, je m'enfonçais plus profondément dans les abysses. Je ne faisais plus rien à l'école. J'écrivais de temps en temps un poème à M. C'est vers cette période-là que je composai « Cadenas » et « Accro de toi ».

Cette année-là, les enseignants se mirent en grève suite à une énième réforme de nos charmants ministres. Pendant que l'école était fermée, je restai chaque fois chez moi, enfermé dans mon monde à moi seul, peuplé de souffrance et de tristesse. Soit je buvais, soit je fumais. Quand nous fûmes obligés de retourner aux cours, pendant que j'avais des profs grévistes, je me cassais de



l'école, allant boire quelques bières au Bureau ou au Mayflower, ou allant fumer encore un joint, tout seul ou avec des copains. La destruction continuait, tous les jours je pensais au suicide, ne sachant pas si j'allais le faire ou pas.

Les autres ne comptaient plus pour moi. Je m'en foutais de leur faire mal, de ce qu'ils pensaient. Seule ma personne comptait. Juste ma satisfaction personnelle. Je n'ai pris conscience de cela qu'un an après. J'ai fait énormément souffrir M. et je ne m'en rendais pas compte. Elle voyait bien que j'avais mal, elle essayait de me reconforter, mais ça ne servait à rien, rien ne pouvait m'aider à sortir de mon trou noir. La fête d'unité arriva. J'eus là ma première grosse cuite. Je ne suis resté avec M. que cinq minutes. Je savais mes intentions et je ne voulais pas qu'elle me voie sur le fait. J'avalai en cul-sec pour la première fois de ma vie bière sur bière, jusqu'à ce que ce que mon estomac ne le supporte plus. Bref, j'ai été bien malade et à deux heures du matin je

me suis retrouvé à nettoyer le couloir de ma maison.

Les vacances de Pâques arrivèrent, ainsi que le camp de patrouille. Là, j'ai vraiment découvert la boisson. Les jeunes scouts n'étaient pas là et on en a profité. Le problème, c'est que, en plus de l'herbe, devint un nouvel exutoire. Je n'ai pas souffert d'alcoolisme, mais chaque fois que j'avais l'occasion, je me mettais à boire ou à fumer, ce qui arrivait de plus en plus régulièrement[4]. M. m'avait invité un après-midi chez elle pendant ces vacances-là, et nous sommes allés au cinéma avec une de ses copines. J'ai manqué au moins la moitié du film. Je n'arrêtais pas de la regarder. J'espérais encore sortir avec elle, qu'au cinéma elle me dise oui. Mais il n'en fut rien, et le soir j'étais encore plus déçu.

Le 14 mai 1996, je me suis tordu le pied au basket. Je me souviens parfaitement de la date, car ce jour-là cela faisait trois ans que mon grand-père paternel était décédé. J'ai eu le pied dans le plâtre

et M. faisait tout pour m'aider. Elle portait mon cartable tout le temps, car il me gênait dans mes déplacements. Elle vint chez moi le mercredi suivant, et on discuta comme larrons en foire. Même si elle ne ressentait pas la même chose que moi, l'amitié qu'on avait était très forte.

Le lendemain, mes parents partaient en voyage à Venise et ce fut une chef guide de M. qui vint nous garder, mes sœurs et moi. Le samedi, Marc vint à la maison et on taffa comme des porcs. Mais, j'étais de plus en plus malheureux, plus le temps passait, plus j'essayais d'oublier, plus je m'enfonçais. Je n'arrêtais pas de me lamenter sur mon sort et je devenais de plus en plus minable. Je ne cherchais même plus à aspirer au bonheur. Je n'avais plus d'espoir en rien, plus aucun port d'attache à ce monde. L'idée de me suicider devenait de plus en plus forte, de plus en plus fréquente et se transformait en désir. Si j'avais eu un flingue, je ne serais certainement plus de ce monde. Je ne pouvais me confier à personne.

Personne n'aurait compris puisque personne ne me comprenait déjà en temps normal. Le trou s'élargissait de jour en jour, de minute en minute, de seconde en seconde.

Le 3 juin 1996, j'en avais réellement marre de toutes ces histoires et je me dis qu'il fallait en finir avec tous les doutes que j'avais en moi. J'écrivis une lettre à M. lui faisant du chantage et faisant assez mal. Précédemment elle avait écrit sur sa montre une inscription : « I love you G ??? » Je lui redemandai dans ma lettre sa réponse, je lui disais que j'allais changer d'école, que j'allais arrêter les scouts pour ne plus la voir parce que ça me faisait trop mal. Ce fut ma première grosse connerie inconsciente.

Quand j'ai eu sa réponse, mon cœur se déchira encore plus, je fis le 4 juin, ma première tentative de suicide de l'époque M[5], ratée, heureusement pour moi. Quelques jours plus tard, ma mère vint me parler. Elle avait lu la lettre de M., qui traînait par terre. Nous avons parlé d'elle pendant environ

un quart d'heure, et le soir même je lui ai tapé une lettre d'excuses (la première). Le temps passait, toujours le même. Je réussis bien mes examens, ayant vu la matière cette année-là une seconde fois, et je suis passé en quatrième sans trop me fouler.

## **4 Grandes vacances 1996**

Mes vacances commencèrent le 27 juin avec le pré camp scout. J'avais bien préparé le woodcraft et le concours gastro. J'étais bien obligé, pour le second cas : une grande partie de l'argent de la caisse s'était envolé en alcool ou en herbe et j'arrivai avec 1000 francs[6] comme argent de patrouille. Le pré camp me faisait déjà ch... et j'en avais déjà marre. Je vécus le camp le plus infernal de ma vie scoute. Après seulement trois jours, je voulais déjà rentrer chez moi. J'avais 1000 francs pour payer la bouffe et le train. J'écrivis tout cela

à mes parents, ils me répondirent que c'était dangereux et autres choses du genre. Ils m'envoyèrent l'autorisation de fumer des clopes au camp, pour que je puisse tenir jusqu'à la fin (cela fonctionnait comme cela à l'époque, les plus vieux pouvaient fumer moyennant une autorisation parentale).

Le 4 juillet, le jour de la fête d'indépendance américaine et de l'anniversaire de mon père, les chefs changèrent de rôle avec les chefs guides qui campaient non loin de là. Moi, je déprimais complètement. À l'inspection, les intendants fouillèrent les sacs et tombèrent sur une centaine de cigarettes que j'avais roulé préalablement avant de partir, et sur deux paquets de tabac et accessoires (je ne reçus l'autorisation que le lendemain).

Les chefs guides voyaient bien que l'ambiance dans la patrouille était foireuse, que j'en avais rien à cirer des scouts. Olivier, l'ancien chef de troupe devenu bon ami, était venu faire l'intendance à ce

camp-ci. Il m'expliqua la perfidie du staff : ne voulant pas se mettre à dos tous les scouts, ils en avaient profité pour demander aux intendants de fouiller tous les sacs, pour traquer les clopes. Mais en plus, il voyait bien que je n'allais pas très bien. Il voulut discuter, mais j'invoquai d'autres excuses, des problèmes qui s'étaient ajoutés et qui avaient amplifié l'affaire.

Quelques jours plus tard, je reçus une lettre de ma chère M. La cheftaine, qui n'était pas au courant de tout ce qui se passait, avait été très choquée par mon attitude. Elle raconta à un conseil restreint de guides que je fumais comme un pompier, alors qu'elle ne m'a pas vu avec une seule clope au bec, que je ne faisais rien, et que c'est à cause de moi qu'il y avait une mauvaise ambiance dans la patrouille. Bref, une humiliation en plus de tous mes problèmes. Vers la fin du camp, au hike, ma patrouille et moi-même traversâmes un champ, pour éviter un long détour. Malheureusement pour nous, le fermier porta

plainte, ce qui fait qu'on nous passa un de ces savons inimaginables. Finalement, les chefs allèrent s'excuser et le fermier abandonna les poursuites.

Pendant que j'étais au camp, mes parents partirent en Italie avec des amis. Les enfants de ceux-ci, Alain et son frère, étaient restés en Belgique, car ils avaient aussi leur camp à faire. Nous devions rejoindre nos parents en prenant l'avion jusqu'à Milan et puis prendre le train jusqu'à Florence. Quand nous arrivâmes à l'aéroport, les hôtes nous annoncèrent que notre avion avait 4 heures de retard. Nous avons dû attendre à l'aéroport. Nous sommes arrivés au lieu de villégiature à minuit au lieu de 18 heures, et moi qui étais si fatigué de mon camp ! Le lendemain, je pus regarder les environs que je n'avais pas vus la veille, à cause du noir. L'endroit était superbe, la villa était entourée de vignes, nous n'étions entourés que par la nature, le village le plus proche étant à plusieurs kilomètres. Je fis



la connaissance de celles que j'appelai les quatre créatures de rêves : Sophie, Aline, Cindy et Cindy. J'ai très vite sympathisé avec elles, surtout avec Sophie, qui devint, pendant quelque temps, ma confidente.

Pendant ces vacances, je pus un peu oublier mes ennuis, le dépaysement total aida beaucoup, et j'ai pu me passer de drogues pendant deux semaines. Je pensais toujours à M., mais j'étais fort attiré par Sophie, qui elle avait flashé sur Alain (qui, je dois dire, était vraiment plus beau que moi). Je ne lui ai rien dit durant notre séjour. En pensant à M., j'écrivis le poème « Sans Elle ». Je composai aussi « Le banc rose » pendant ces vacances, mais celui-là n'a pas de message précis.

Quand nous sommes rentrés, c'est comme si je n'étais pas parti en vacances. Je repris tout de suite mes bonnes vieilles habitudes. Il me restait de l'herbe, et je la fumai. Je commençai à correspondre avec Sophie. Pendant plusieurs années, nous nous écrivîmes environ une fois par

semaine. On se racontait toutes nos galères. Ces lettres me firent beaucoup de bien. Je pouvais me confier à quelqu'un.

D'habitude, pendant les vacances, j'allais quelques jours à l'Abbaye de Clervaux avec mon grand-père. Mais cette année-là, on ne fit pas notre petit séjour. Je travaillais tout le mois d'août dans un magasin à Jodoigne, un nouveau commerce qui ne vendait que des produits de l'enseigne. Il n'y a rien d'autre à dire de ce mois de vacances, si ce n'est qu'un dimanche, M. est venue passer un après-midi à la maison. J'espérais encore, mais ce fut toujours non, et le soir j'étais tellement mal que je fis ma seconde tentative de suicide, qui échoua encore plus vite que la première[7].

À la fin du mois, je reçus un acompte de quinze mille Francs[8] pour mon travail au magasin, et pour fêter la fin des vacances, je passai le mardi 2 septembre à Bruxelles avec un copain, Ali. Nous étions à peine arrivés que nous avions déjà notre herbe. Mais, vers dix heures et demie, alors que

nous étions sur la place de la Monnaie, contrôle de flics. Gros stress. Finalement, ils ne nous fouillèrent pas, les policiers pensaient simplement que nous bossions les cours et nous n'avons rien eu. Le reste de la journée se passa sans problème. On arriva à l'école de ma mère, qui nous ramenait au patelin, complètement défoncés. Le temps de prendre la voiture, je remarquai vaguement une fille dans la classe de ma mère. Elle était belle, mais moi, étant en pleine défonce, je ne m'attardai pas beaucoup dessus. Pour moi, à ce moment-là, seul mon délire comptait. Tel fut le dernier jour de mes vacances, car le lendemain c'était le retour à l'école.

## **5 Rentrée scolaire–Février 1997**

L'année scolaire commençait vachement bien : je me retrouvai dans la même classe que l'année

précédente. Il y avait deux, trois nouveaux dans notre classe, dont l'un d'eux, Alex, qui devint par la suite un de mes meilleurs amis. Mais le reste de la classe m'indifférait toujours. Une de mes amies, une punk, Angélique, que je connaissais depuis ma sixième primaire, avait doublé, et on se retrouva pour les cours de Sciences et de Latin. Un peu plus tard, elle me fit faire connaissance d'Amy, une punk elle aussi, qui était nouvelle à l'école, et qui était dans la classe d'Angélique, mais également de M.

Deux mois plus tard, je sortais avec Amy. Je dois dire qu'elle n'avait pas un physique de top-modèle, mais elle était très gentille et avait un cœur en or. Amy réussit même à me refaire sourire pendant une brève période. Notre relation dura un mois, je la plaquai un mercredi. J'en avais marre d'elle, j'étais comme en prison, elle m'étouffait, téléphonait sans cesse à la maison. Si je partais quelque part, j'étais à peine rentré qu'elle téléphonait pour voir comment j'allais et contrôlait

à tout moment mes allées et venues. Et rien à faire, je n'arrivais pas à oublier M. On resta cependant bons copains, on fumait de temps en temps notre petit joint ensemble, avec Bruno, un pote que je lui avais présenté et qui devint son meilleur ami.

Vers mi-septembre, je fis la connaissance de Damien, un garçon de mon âge, et qui habitait mon village, pas très loin de chez moi. Depuis lors, on passait tout le temps l'un chez l'autre. Et lorsque j'achetai ma guitare pendant les vacances de Toussaint, il m'apprit les rudiments de la musique. Pendant que je sortais avec Amy, je fis ma deuxième grosse connerie inconsciente : j'écrivis à M., lui disant que j'en avais plus rien à foutre d'elle, qu'elle me faisait chier, et des autres choses du genre. Il n'a pas fallu deux jours pour m'excuser. Je lui avais fait beaucoup trop mal, au point qu'elle en pleura beaucoup.

Une des autres erreurs fut de ne pas arrêter les scouts. Je ne voulais plus revivre le camp infernal du mois de juillet. Le staff avait changé, et ils

voulaient absolument que je reste. Ils vinrent me voir une après-midi, et pendant tout ce temps, ils tentèrent de me faire changer d'avis. Je posai mes conditions, à savoir que je voulais que la composition de la patrouille change. Avec cette promesse de leur part, j'acceptai de rester. Je fus vite déçu. La promesse ne fut pas tenue. Mon second et le troisième de patrouille habitaient tout près de chez moi, et s'entendaient comme larrons en foire. Ça ne m'aidait pas dans mon rôle de « chef », car Greg étant le copain, l'autorité était contestée tout le temps (et c'était un des gros problèmes du camp précédent). Rien n'avait changé, mais je restai. Pour le camp, on verrait plus tard.

Après la période "Amy", mon inconscience étant encore plus profonde, et Sophie m'ayant écrit dans sa lettre une tirade d'un de ses poèmes, croyant que cela m'était destiné, l'attirance que j'éprouvais pour elle pendant les vacances revint chambouler mon état d'esprit. Je lui écrivis un

poème, « Amour et Tristesse », lui disant que moi aussi je l'aimais. Mais à la lettre suivante, Sophie m'expliqua que ce n'était pas destiné à ma personne, je me mordis bien les doigts. J'ai même pleuré pour cela. Il faut dire qu'à cette époque un rien me faisait pleurer. L'école était mortellement ennuyeuse, les cours ne m'intéressaient guère et au bulletin de Noël j'avais déjà trois échecs.

Les vacances arrivèrent. Pour une fois, j'organisai une fête pour mon anniversaire, et j'avais invité mon cousin, qui est un frère pour moi, qui s'appelle Gilles, ma cousine Valérie, Sophie, Aline, mon second appelé Nicolas, un autre de mes scouts, Sébastien (le troisième de patrouille), et Alain, le fils du parrain de Margaux, ma petite sœur (et qui était en Italie avec nous). J'avais invité aussi Marc, Alex, Amy, Bruno, Damien et M., mais ils ne vinrent pas. La fête se déroula comme sur des roulettes, personne n'avait d'herbe, et mes parents avaient mis le holà pour l'alcool. Ce qui fait que tout le monde avait un état

d'esprit normal, même si par nostalgie on se fabriqua un bong avec une bouteille d'eau dans lequel on fumait du tabac. Je commençais à bien aimer le rap, surtout Cypress Hill, pour les effets sonores si agréables quand on est pleine vape.

À Noël, mes parents se doutèrent pour la première fois que je ne fumais pas que des clopes. Valérie avait apporté de l'herbe, et j'avais fumé avec elle. Seulement, cette herbe ne me fit pas le même effet que d'habitude, car je fis une superbe chute de tension devant toute ma famille. J'étais plus pâle que d'habitude et les yeux complètement injectés de sang. Mon père comprit directement de quoi il s'agissait. Il avait été gendarme dans le passé, et c'était tellement flagrant que pour une fois il reconnut mon état. Il commença à crier devant tout le monde que j'avais fumé un joint, mais moi, je niai toute l'affaire. Pendant un bon quart d'heure, ce fut l'engueulade devant toute la famille. Ce fut mon grand-père qui me tira de ce pétrin, simplement en prenant ma tension qui se



révéla très basse. Finalement, cette histoire tomba aux oubliettes pendant quelques mois, jusqu'à ce que mes vieux eurent la preuve que je fumais réellement.

Mes parents cependant commençaient à se poser de questions. Un jour, le professeur titulaire appela mes parents. Elle leur demanda si j'avais des problèmes de santé. J'arrivais complètement pété en classe, je m'endormais sur les bancs et je n'arrivais pas à suivre. Ma mère tombait des nues, elle ne soupçonnait rien du tout. Quelques semaines plus tard, elle découvrit le pot aux roses.

## **6 Le pot aux roses**

Finalement, début mars 1997, un coup de tonnerre déclencha une sorte de marche arrière. Un dimanche, je descendis dans la cuisine et mon père m'interpella :

« Alors, tu fumes du haschisch, me disait-il.

— Non.

— Avoue-le, je sais très bien que tu mens !

— Mais, franchement qu'est-ce que tu inventes ?

— Ta mère a lu une lettre, et tu parles d'herbe dedans. »

La lettre en question était un brouillon d'une lettre que j'avais écrite à Sophie.

J'avouai donc que je fumais de l'herbe, mais je ne dis rien pour le reste. Par contre, quand il me demanda qui fumait, je ne lui ai rien répondu. Il m'a sorti directement les noms de Amy, Valérie, Marc et donc, par conséquent, Angélique et Bruno vu que j'étais tout le temps avec eux. Mon père, par leur comportement et façon d'être, avait directement compris que ces personnes-là n'étaient pas claires, et pourtant avant cet épisode, il ne m'en avait jamais parlé. Mes parents voulaient dénoncer Amy, Marc, Angélique et Bruno à la police (ma mère croyait même que c'était Amy qui

m'avait incité à fumer du H.)

Mes parents organisèrent une rencontre avec le directeur de l'école, pour tout lui expliquer. Il voulait lui aussi que j'explique comment tout se passait dans l'école : les trafics, échanges, noms des jeunes qui fumaient. Je refusai. Je n'étais pas une balance, et je ne voulais pas m'ajouter de problèmes en plus. Si j'avais tout dit, j'aurais eu une bande sur le dos, et je ne savais pas ce qui pourrait se passer. J'en parlai quelque temps plus tard à un ami, venu faire un stage d'éducateur à l'école. Il m'expliqua que les éducateurs avaient fait une liste des « jeunes à problèmes, à surveiller ». On était tous dedans. Je ne suis plus sûr si c'était durant la même période, mais d'ailleurs une voiture de police surveillait souvent Marc sur le chemin de l'école le matin pour voir s'il y allait bien. Quand je racontai tout cela à la bande, une sorte d'hostilité envers moi s'empara d'eux. Finalement, on ne se vit plus et on se parla à peine, lorsqu'on se croisait dans les couloirs.

Je commençais à souffrir un peu du manque, car il y a une dépendance au cannabis, mais à long terme[9]. Je ne voulais plus voir M., je pensai que pour avoir moins mal pendant mon sevrage, il ne fallait plus que je la voie. Et pour lui annoncer cela je m'y suis très mal pris. Je l'insultai un jour dans le couloir, lui tombant dessus alors qu'elle venait simplement me voir un midi. Puis, je lui écrivis une lettre pour lui dire que pour ne plus souffrir, il fallait que j'arrête de la voir. Mais ma lettre était assez froide et je lui avais mis tous mes problèmes sur son dos, je dois dire que c'était ma vision des choses à ce moment-là. Je ne savais vraiment plus ce que je faisais. Le manque m'avait enlevé le peu qui me restait de raison[10]. À partir de ce moment-là, je ne parlai plus à M. On ne se disait même plus bonjour. Un jeudi, je ne pus rentrer à l'école, et je téléphonai à ma mère pour qu'elle vienne me chercher, je me sentais trop mal. On alla voir le médecin de famille. Il fit une prise de sang mais ne trouva rien du tout. Par contre, je

dormis pendant trois jours sans m'arrêter.

Les vacances de Pâques arrivèrent, ainsi que le camp de patrouille. Il fut encore pire que le précédent, et tout ce qu'on a fait est arrivé aux oreilles des chefs. On a passé ces trois jours à boire comme des trous, au café ou dans la tente, et les petits nouveaux, ayant vu toute l'histoire allèrent tout raconter. Nicolas, Sébastien et moi-même nous sommes faits virer des scouts. Je m'enfonçais encore plus. Lorsque mes parents apprirent le motif de mon renvoi, ils eurent encore plus mal : alcoolisme, tabagisme et humiliation de scouts. Ce fut pour eux la goutte d'eau en trop, le vase commençait à déborder.

Mes parents voulaient que j'aie voir un psychiatre. J'étais réticent au début, mais à force de discussion, je pris assez bien la chose et acceptai. Ma première consultation se déroula le 30 avril et se passa fort bien. Mon psy était quelqu'un de très souriant, très à l'écoute. Je trouvai enfin une personne à qui parler, qui

m'écoutait sans émettre le moindre jugement. Pendant plusieurs années, j'allai chez lui toutes les deux à trois semaines.

Peu après mon renvoi de chez les scouts, mon père trouva pour moi un job comme employé huit heures semaine à nouveau au magasin de Jodoigne le samedi. Leur étudiant venait tout juste de donner son préavis. Cela m'occupait puisque je n'avais plus aucune activité les week-ends, et en plus je me faisais de l'argent de poche. Je commençai à travailler au début du mois de mai, avec un contrat à durée déterminée, jusqu'au 31 décembre. C'était pratique, mais l'argent me filait entre les doigts. Bien que je ne fumais plus, tout partait en disques. La musique gardait toujours cette place importante dans ma vie. Elle me faisait toujours autant de bien, m'aidait à tenir lorsque cela n'allait pas.

Alors que j'avais arrêté de fumer, j'avais beaucoup changé : je ne pensais plus à boire, ma mentalité de « grunge » avait presque complètement disparu, je me mis à porter des

vêtements normaux, c'est-à-dire que je m'habillais bien : petite chemise à la place de ces t-shirts de métalleux et jeans déchirés. Je ne supportais plus la drogue, qu'on m'en parle, qu'on m'en montre... Seulement, on me demandait encore assez souvent pour en fournir, et chaque fois que j'entendais ça j'avais envie de vomir.

Il y avait encore une autre tache d'ombre : mes parents téléphonèrent aux parents de Valérie, qui sont respectivement mes parrain et marraine, et leur annoncèrent qu'elle prenait des substances illégales. Mais moi, j'avais nié qu'elle prenait de la merde et Valérie crut pendant longtemps que je l'avais en quelque sorte dénoncée à mes procréateurs.

Mon esprit redevenant lucide, le 11 mai, je composai un poème résumant mon histoire d'amour avec M., et ensuite, je lui écrivis une lettre pour m'excuser. Elle me pardonna, on se reparla, mais la complicité entre nous disparut. Normal, après tout ce que je lui avais fait subir. Il

faudra du temps pour réparer les pots cassés, si jamais on y arrive un jour. Mais malgré tout ça, j'étais toujours malheureux. Je n'arrivais toujours pas à arriver au bonheur, pour moi la vie était toujours emplie de ténèbres. Je n'étais pas encore sorti de ce tunnel, qui obstruait ma vie depuis si longtemps.

## **7 Daphnée**

Le 31 mai 1997, j'allai avec Alain à une représentation théâtrale. C'était une pièce que jouait la classe de ma mère avec celle de cinquième primaire. Là-bas, une vision chamboula mon esprit. Une fille d'une rarissime beauté. Elle était belle à en tomber par terre. Elle s'appelait Daphnée, avait 14 ans et était dans la classe de ma mère. Cette fille, que j'avais vue deux fois auparavant (la fameuse jeune fille que j'avais vu à



la rentrée, mais trop défoncé pour bien la remarquer), était amoureuse de moi, mais jusqu'à ce moment-là, je n'avais eu aucun sentiment amoureux pour elle. Pourtant, je le savais bien ce qu'elle ressentait. Elle en parlait à ma mère, disant que plus tard elle serait sa belle-maman ! J'avais commencé à la connaître par maman qui me racontait ses journées à l'école, mais sans vraiment m'y intéresser. De plus, j'aidais de temps à autre ma mère à corriger les devoirs de ses élèves. Elle avait rendu une feuille blanche, et c'était moi qui avais vu cela. Ma mère me raconta qu'elle avait été super gênée. Lors de cette représentation, je commençai à ressentir des choses. Mais je ne voulais pas y croire. En plus, on avait trois ans de différence d'âge, c'était beaucoup pour moi.

Il fallait cependant que je mette toutes ces pensées de côté ; les examens allaient arriver. Avec mon année chaotique, il fallait bosser dur. J'eus trois échecs, mais les profs décidèrent de me

laisser passer, à une seule condition : je devais arrêter le latin, mon option principale. Pour les deux autres, j'avais des travaux de vacances. Si je les ratais, et que j'échouais dans ces matières, je doublerais directement sans aucune seconde chance. Avec cette année difficile, je ne m'en sortais pas trop mal.

Presqu'un mois après cette pièce, le dimanche 22 juin, je revis Daphnée. Avec le succès de la première représentation, l'école décida d'en reprogrammer une, et j'y allai. Elle était encore plus belle que la fois précédente. Le mardi 24, étant en vacances, je retournai à l'école de ma mère juste pour la revoir. Ce jour-là, elle me demanda si je voulais sortir avec elle, mais je lui répondis que je lui écrirais pour lui donner ma réponse. J'aurais pu lui dire oui tout de suite, mais le bruit aurait pu se répandre jusqu'aux oreilles de ma mère. En effet, celle-ci était contre l'idée que je sorte, ou que je fréquente un (ou une) de ses élèves. Ce qui fait que je dus cacher mon amour,

que je dus encore mentir, alors que cela me fatiguait et m'exaspérait.

Le lendemain, je lui écrivis une lettre, pour lui avouer mon amour. Elle me téléphona le lendemain et on s'arrangea pour se voir le mardi suivant, le premier juillet. Je dus vraiment faire des combines pour éviter tout soupçon, téléphoner à des copains pour faire croire que j'étais invité, mais mon père me dit directement : « Tu n'as pas intérêt à aller chez Daphnée, sinon ça ira mal ! » J'y allai quand-même, et pour la première fois depuis deux ans, je goûtai réellement au bonheur.

J'ai réussi, je suis sorti du tunnel du désespoir. Maintenant, il va falloir que je réapprenne la vie, que je réapprenne tout ce que la drogue m'a enlevé. Mais je n'ai plus peur parce que Daphnée est là pour m'aider, ainsi que Damien, Alex, et Gilles. Je me rends vraiment compte maintenant que j'ai des vrais amis, sur lesquels je peux compter à n'importe quel moment. Maintenant, le bonheur a vaincu le désespoir, je n'ai plus peur et

je peux croquer la vie à pleines dents. Avec un lourd combat, j'ai réussi à atteindre la lueur.

*Achevé à Clervaux, le 9 juillet 1997.*

[2] La grosse révolte d'adolescent. Contre tout, contre le système pourri, un peu comme les préjugés portés par tout le monde sur l'anarchisme. Pourtant en y réfléchissant bien, c'est peut-être maintenant que je me sens plus ou moins anarchiste : je rêve d'une autre société, plus solidaire, où les gens prennent leur décision ensemble, sans déléguer une once de « pouvoir de décision » à quiconque.

[3] À l'époque, je n'osais pas écrire ce qui m'était arrivé : une torsion testiculaire. J'ai toujours eu une certaine gêne à parler de ma vie intime, c'est encore le cas, mais à l'époque, à mon âge, j'avais encore plus peur que maintenant du regard des autres et des moqueries éventuelles.

[4] Cela a duré longtemps : le problème est que j'ai du mal à me limiter, à ne me contenter que

d'une bière. Une fois que c'est parti...

[5] J'ai essayé de me pendre. Mais je m'y suis pris comme un pied, et la douleur me fit vite arrêter la tentative.

[6] Francs belges, environ 25 euros.

[7] Même essai que la précédente : strangulation.

[8] €371,84

[9] Voir mon point de vue sur le sujet, dans le chapitre « Et maintenant », dans la partie sur l'addiction.

[10] C'est-ce que je pensais à l'époque. Mais en y réfléchissant bien, ce n'était que le début de crises qui allaient s'amorcer plus tard.

# Plongée dans les abîmes

*Je croyais avoir tout dit. Je pensais avoir touché le bonheur. Eh bien, tout cela n'était que foutaises, conneries, illusions. Je n'ai vécu seulement que deux mois de ce que l'on peut appeler bonheur. À l'heure où j'écris ces lignes, je suis retourné au point de départ. Malheureusement, ces trous noirs, cette détresse, ce désespoir sont beaucoup plus forts. Comme si ceux-ci voulaient prendre une revanche, parce qu'ils avaient perdu un combat. Tous ces points noirs ont repris des forces, pour pouvoir m'achever. Cette fois-ci, mes forces ne sont pas assez puissantes pour combattre, et personne n'est là pour m'aider, car personne ne comprend. Mon corps n'est plus que souffrance. Je ne sais*

*plus ce qui m'arrive.*

## **8 Vacances 1997**

Les deux seuls mois de ce que je pensais être le bonheur, tout se passa à peu près bien, à part quelques stigmates de ma vie précédente, du roman noir que fut ma vie. Je partis tout d'abord pour Clervaux quelques jours, où j'écrivis la partie précédente de mon récit. Je pensais avoir tout dit, que j'avais mis un point final à cette histoire.

Après ce séjour en abbaye, je décidai de dire à mes vieux que je sortais avec Daphnée. Je ne voulais pas me cacher, je ne voulais plus mentir. Tant pis si cela ne leur plaisait pas. Contre toute attente, mes parents ne se fâchèrent pas le moins du monde. Heureusement que je le leur ai annoncé, car je pus ainsi la revoir plus facilement. Mais jamais je n'aurais dû commencer à sortir avec

elle. C'est en partie cela qui a provoqué ce que je pourrais appeler un « grand cataclysme en moi ». Mais bon, l'erreur est humaine, mais celle-ci peut être fatale. Elle n'a peut-être pas cherché à provoquer cela, enfin, ça je ne le saurai certainement jamais. On ne peut pas deviner la pensée de quelqu'un[11]. Je réfléchis beaucoup durant ces vacances, et je me disais que plus jamais je ne recommencerais de pareilles stupidités. Je me disais que pour moi, le cauchemar était bien fini. Mais je me trompais, c'est vrai, on ne peut prédire ce que l'avenir nous réservera.

Après mon séjour chez les moines, je partis comme intendant chez les louveteaux de Schaerbeek. Olivier avait repris la gestion de la meute après l'intendance de mon dernier camp chez les scouts. Pendant ce camp, j'eus ce que j'appelle mon premier flash-back. Il est vrai, j'allais dormir tard, je me réveillais tôt, et je ne récupérais pas. Un soir, la veille de la fête



nationale, je n'étais pas très bien. J'en avais marre, on était tous très tendus dans le staff, et je décidai d'aller me calmer un peu plus loin.

Après un certain moment de marche, je m'assis sur le bord de la route. Tout à coup, sans annonce, je me retrouvai quelques mois en arrière. J'étais assis sur le bord d'une route, et j'étais complètement shooté sans avoir rien pris ! Mais ce n'était pas un bon voyage qui revenait. C'était exactement le contraire, ce qu'on appelle dans le jargon des drogués un bad trip. Au lieu d'être bien dans ma peau et euphorique, je stressais comme un bœuf. J'entendais des bruits bizarres, comme des rats qui venaient vers moi. J'avais l'impression que ceux-ci venaient vers moi pour me bouffer.

J'avais horriblement peur, je voulais partir, mais je n'arrivais pas à bouger. La peur et les effets me clouaient sur place. Enfin, quand ce flash-back s'estompa, je m'en allai un peu plus loin et je fis un peu de yoga. Mais ça ne servit à rien, car lorsque je revins à l'endroit de camp,

c'était comme si je n'étais pas parti, j'étais à nouveau au point de départ, tout aussi tendu, lessivé et perturbé par ce que je venais d'expérimenter.

Olivier remarqua que quelque chose n'allait pas, il me connaissait bien. Il avait été mon chef louveteau, puis scout et était même mon parrain de promesse. C'est une personne que je considère comme un réel ami, qui m'aida encore par la suite. Il me prit à l'écart pour discuter. Il me dit que c'était normal et que le lendemain je devais me reposer toute la journée. Le lendemain je me suis reposé et ça allait un peu mieux. Je commençais un peu à composer des trucs sur ma guitare et je regrettais de n'avoir pas une gratte électrique, mon père s'y opposait toujours. Il me refusait d'ailleurs beaucoup de choses, je ne pouvais quasi rien faire. À part ça, le reste du camp se passa bien.

En août, nous partîmes en famille en France, tout près de Gap, en vacances. Je n'avais pas fort envie d'y aller, je savais qu'il n'y aurait aucun

jeune, et je ne me suis pas trompé. Nous étions dans une maison d'hôtes, tenues par une cousine de mon père ainsi que son mari, écrivain de métier. Mes parents m'avaient dit de prendre avec moi tout ce que j'avais écrit et je le fis. À cette époque-là, je ne savais pas qu'il y aurait une suite à mon histoire. Lorsque le mari de la cousine de mon père lut mon récit, il le trouva tout de suite intéressant et il en fit des copies pour les montrer à ses collègues, ainsi qu'à son éditeur. J'étais très enthousiaste. Mais je vais devoir lui écrire, pour lui annoncer que toute cette histoire n'était pas finie, que ce n'était qu'un break de deux mois. Une fois rentré à la maison, je lui envoyai mes poèmes sur disquette par la poste[12].

Pendant mon séjour à Gap, mon cerveau était en ébullition. Je parle d'ébullition pour deux choses : d'abord, je commençais à réfléchir sur le monde qui nous entoure et j'entrai en totale révolte contre cette société. Je commençai à écrire là-dessus aussi. Je pensais aussi à Marc,

complètement ravagé par la drogue, et qui en est mort. Il n'est pas mort, enterré six pieds sous terre, je veux dire par là que mon ami, le vrai Marc est mort, remplacé par une épave qui ne pense qu'à se détruire. Et dire que je me rapprochais de cet état, quelques mois auparavant ! Plus j'y pensais, plus j'étais dégoûté par toutes ces choses que sont les drogues.

L'autre point de mon ébullition était venu à cause d'un rêve qui me fit paniquer. J'avais rêvé que Daphnée me plaquait et ça me travaillait beaucoup l'esprit. J'en étais tellement perturbé, que j'en écrivis trois poèmes, la triade des "songes". Finalement mes doutes s'estompèrent lorsque je parvins à l'avoir au téléphone où elle me rassura pendant de longues minutes. Mes doutes se révélèrent quand-même réels, car notre relation se dégrada fort vite, à partir de la rentrée scolaire.

À part ça, le reste des congés, j'étudiais puisque j'avais mes travaux de vacances en math

et en Sciences. Mais au fur et à mesure que la rentrée se rapprochait, la panique s'emparait de moi et devenait de plus en plus envahissante : j'avais énormément peur de ce qui allait se passer à l'école, je ne voulais plus revivre toutes ces menaces, ce sentiment de solitude. Peur de revoir M. Et avec la panique, la haine et le désespoir recommençaient à grandir en moi.

## **9 La lutte recommence**

Le 3 septembre 1997. Le jour où je me retrouvai au point de départ. J'étais dans une classe totalement différente par rapport aux années précédentes. J'étais content, mais la joie tourna bien vite au désespoir : en effet, je ne comptais pour personne. Je n'existais pas pour les autres de la classe, je n'étais pas accepté. Je me rendis compte plus tard que je m'étais trompé. De plus,

ce que je craignais pendant les vacances, la pression, les menaces se révélèrent bien réels. Je ne parlerai pas de menaces en tant que telles, mais la demande à l'école est de plus en plus grandissante. En effet, le groupe de grunges, punks, enfin, les types de ce genre-là, s'était complètement disloqué, et donc beaucoup de mecs qui savaient refiler des trucs disparurent de l'école. Le seul problème, c'est que les gens s'acharnaient sur moi, voulant à tout prix avoir leur herbe. J'avais beau leur dire que pour moi, c'était fini, rien n'y faisait. De plus, je côtoyais le cannabis : les deux trois personnes avec qui je passais le temps de midi fumaient leurs joints, me demandant aussi chaque fois si je voulais fumer avec eux. Par moment, l'envie était vraiment forte, il me fallait beaucoup de force pour refuser le pétard qu'on me tendait.

Je me sentais seul, horriblement seul. M. et moi on ne se voyait plus, comme si je n'étais plus rien pour elle. Je n'avais plus de sentiments

amoureux pour elle, mais elle me manquait quand-même beaucoup. La complicité entre nous deux me manquait, la confidente me manquait. J'avais pris le cours d'Espagnol à la place du latin et pour moi, le professeur était le plus sévère que j'ai jamais connu. Le pire, c'est que j'étudiais et que j'étais constamment pété à ses interros. Je me rendis compte bien plus tard, que c'était le meilleur service qu'il pouvait nous rendre et qu'il était tout le temps disponible pour ses élèves. Malheureusement, encore une fois, je l'ai découvert trop tard.

En plus de tous les problèmes cités plus haut, Je souffrais aussi sur un autre point. Le point sentimental. Daphnée, en effet, se tenait à distance, lorsqu'on se voyait, elle m'évitait, essayait de ne pas aller dans mes bras. Et puis, un jour, elle me dit une chose qui me frappa :

« Greg, si je te plaque un de ces jours, promets-moi de ne pas recommencer à fumer de l'herbe. »

Je lui répondis que je ne pouvais pas promettre une telle chose, car on ne pouvait pas savoir ce que l'avenir nous réserve et que l'on n'était pas maître de son destin. Je ne pense pas lui avoir expliqué ma situation à l'école, je ne m'en souviens plus du tout, à l'heure où j'écris ces lignes. Mais sa réflexion me fit énormément réfléchir, pour aboutir à la conclusion que notre relation était en train de vivre ses derniers instants. À ce moment-là, je changeai encore une fois, mais cette fois-ci c'était dans le sens inverse. J'étais à nouveau malheureux, tout seul, avec personne qui me comprenne. La pression, la solitude, mon mal-être eurent des conséquences catastrophiques pour moi.

À l'école, la seule personne sur qui je pouvais vraiment compter était Alex. Pour éviter tous les « groupes à pétards », je passais mes temps de midi avec lui. Peu de temps après, il me présenta à sa nouvelle conquête, qui était d'ailleurs en cours d'Anglais avec nous. En effet, le seul point que je



pouvais reprocher à Alex était son insouciance vis-à-vis des sentiments amoureux des autres. Il jouait trop avec les sentiments, d'où le terme « conquête » mais à part ça, c'était le plus chouette gars que je connaisse.

Elle s'appelait Isabelle et était d'origine Coréenne. Il me demanda si elle était mignonne et je lui répondis que oui. C'est vrai, c'était une très jolie fille, et en plus de cela, très sympathique toujours prête à aider quelqu'un dans le besoin. Elle avait des longs cheveux noirs, un superbe sourire, une belle silhouette et un si joli visage. En fait, sous ses airs d'ange, Isabelle était un véritable démon. Elle me fit énormément souffrir, elle m'aida à me détruire encore plus. Une véritable peste et ce fut trop tard quand je m'en rendis compte, beaucoup trop tard. J'enviais énormément Alex, je pensais qu'il avait de la chance, et que moi j'étais qu'un bon à rien, qui n'intéressait personne, qui n'avais jamais de bol.

## 10 Le début de la fin

Le dimanche 5 octobre. Le jour radical du changement. Tous les points que j'ai cités plus haut s'aggravaient. La pression et la demande d'herbe augmentaient. La solitude, le rejet des autres semblaient atteindre leur paroxysme. L'impression que Daphnée ne m'aimait plus m'habitait de plus en plus. Ce dimanche-là, mon père s'était absenté. Il allait souvent chez un des entrepreneurs avec qui il travaillait. Il disait qu'il allait chez lui pour faire des programmes informatiques, c'est ce qu'il nous disait toujours. Ma mère, elle, était partie avec mes charmantes sœurs chez mes grands-parents. Moi, j'avais prétexté que je devais étudier, et je suis resté à la maison. Cette après-midi-là, les pensées se mirent à défiler à toute vitesse dans ma tête. Je me rendais compte à quel point j'étais inutile dans ce monde. Que ma vie n'était que souffrance, que je n'avais aucun espoir, aucune

raison de vivre, et que j'emmerdais tout le monde.

Après bien des réflexions, je me suis mis à écrire. Papa, maman, je vous aime, mais je dois partir. J'expliquai dans ma lettre ce qui n'allait pas, et pourquoi je quittais ce monde. Lorsque ma lettre fut finie, comme un robot, je me levai, me dirigeai vers la salle de bain, et machinalement j'ouvris la pharmacie. Je pris une boîte de calmant, j'en avalai le contenu. Je pris une boîte de somnifères, j'en avalai le contenu. Je pris une boîte de Panadol, j'en avalai le contenu. Ensuite, je me suis dirigé vers le bar, l'ouvris, en sortis la bouteille de cognac neuve, et en bus la moitié. Puis la bouteille de Martini, en bus la moitié...

Lundi, 6 octobre 1997, 17 heures. 24 heures plus tard après ce tragique événement. Je me réveillai. Je ne me souvenais plus de rien. Je me rappelai juste d'avoir été chez le docteur peu après ce « réveil », et que je dus aller faire des analyses à l'hôpital. Malgré ma tentative de suicide, que mes parents s'en soient rendu compte,

et que toute la famille ait accouru à mon chevet, mon mal-être grandissait encore. J'en avais marre. Je ne supportais plus la vie que je menais. Je voulais recommencer, y arriver vraiment. Je n'intéressais personne, alors pourquoi rester ici ?

Vous vous demandez peut-être pourquoi je décris cette tentative de suicide en long et en large alors que je ne l'ai pas fait pour les précédentes. Il faut dire que celles-ci sont floues dans ma mémoire, que franchement, elles n'auraient jamais réussi, car c'est très dur d'aller jusqu'au bout quand on essaye d'attenter à ses jours par auto strangulation... en ayant toujours un point d'accroche lorsque la douleur devenait trop dure à supporter, j'arrivais toujours à me retenir à quelque chose. De plus, mes parents n'avaient jamais rien remarqué, car ces tentatives ne duraient que deux à trois minutes, abandonnant chaque fois à cause de la douleur. Les seules marques visibles de ces expériences étaient quelques petites tâches discrètes sur le visage et

parfois quelques blessures au cou, mais au bout d'un jour ou deux, on ne remarquait plus rien.

Je commençais à reprendre mes vieilles habitudes, celles d'un grunge. Je remis mes vieilles combat-shoes toutes pourries, je remettais mes vêtements de « sale gosse ». Je redevais complètement comme avant, j'étais arrivé presque au point de non-retour. La semaine qui suivit ma tentative fut infernale. Hôpital, rendez-vous chez le psychiatre, multiples visites familiales. La journée, je ne voyais le temps passer. Mais la nuit, c'était autre chose. Je pleurais, je n'arrivais pas à dormir. Je pensais beaucoup. Plus je réfléchissais, plus je voulais partir. Quitter ce monde, où il n'y avait pas de place pour les gens comme moi, où il n'y avait que l'argent qui compte. Je négligeais tout. Je ne faisais que penser et tenter de m'évader de ce monde en rêvant. C'était le seul moyen de fuir, la seule échappatoire.

Après cette tentative, mon père sembla changer à mon égard. Il se rendit compte que je ne pouvais

rien faire, qu'il ne m'avait jamais rien laissé faire. Il me laissa plus libre. Je pouvais sortir quand je voulais, je faisais plus au moins ce que j'avais envie. Et le plus important, il me permit d'avoir une guitare électrique, chose que je rêvais d'avoir depuis mes douze ans. Je pris aussi des cours particuliers, pour celle-ci, afin de progresser, car sinon je serais resté avec mon petit Nirvana et mes petits accords scouts sans savoir rien faire d'autre. Mais je me rendis compte quelques jours plus tard que le changement d'attitude de mon père n'était pas dû à ma tentative de suicide. Bref, j'arrivais à pouvoir respirer un peu plus.

## **11 Rechute**

Le lundi 13 octobre, je reçus le coup de grâce. C'était mon premier jour à l'école depuis l'accident de la semaine précédente. Je ne sais

plus ce qui s'est dit à l'école sur mon geste. Je ne sais même pas si les élèves furent mis au courant. La journée en elle-même se déroula normalement, mais le soir, alors que j'allais me mettre au lit, mon père qui se trouvait dans la cuisine avec ma mère, me demanda de m'asseoir, car il voulait me parler.

Il m'annonça qu'il quittait le domicile conjugal, car il allait vivre avec une autre personne. Justement, la femme de l'entrepreneur, dont j'ai parlé précédemment. Je me suis mis à douter : et s'il parlait de sortie, de guitare, n'était-ce pas pour m'acheter ? Je n'ai toujours pas trouvé de réponse à cette question, on n'en parle pas, lui et moi[13]. Je trouvai sa décision horrible et égoïste. Il lâchait tout le monde. Il fuyait alors que j'avais besoin d'aide.

J'étais arrivé dans le fond du trou. Le trou noir du désespoir, de la rage, de la solitude. J'étais tellement marqué que je n'arrivais plus à dormir. La seule chose qui me restait, ma famille, se

cassait en morceaux. Je n'en pouvais plus. J'avais besoin d'autres choses, de nouveaux moyens d'évasion. Le lendemain de cette maudite annonce, j'arrivai chez le seul dealer que je connaissais qui était encore dans l'école. Je lui demandai l'herbe la plus forte qu'il pouvait me trouver en ce moment. Le lendemain, il m'apporta du très bon haschisch, et je me remis à fumer. J'étais trop heureux ! Ça me faisait tellement de bien ! Et grâce à cela, j'arrivais enfin à dormir. Je me foutais de tout, j'étais revenu dans une période super laxiste.

Les points à l'école rechutaient : pourquoi étudier ? Cela ne servait à rien. De toute façon, on serait tous au chômage plus tard. Alors, pourquoi se fouler ? On me disait quelque chose, on me racontait quelque chose, je m'en foutais.

Plus rien n'avait d'importance, pour moi. Tout ce que je voulais, c'était m'évader de ce monde pourri. Je n'avais pas envie d'aller à l'école, je n'allais pas à l'école. Je n'avais pas envie de bosser, de faire quelque chose, eh bien je ne



faisais rien. Je faisais n'importe quoi, tout ce que je décidais et dont on penserait, avec des réflexions normales, que c'est idiot, stupide ou immoral. Toutes ces choses-là, tout ce que mon cerveau me dictait de faire, je le faisais.

Mais, il y a une chose dont je me suis rendu compte au fur et à mesure que le temps passait : je tombais amoureux de Isabelle, la copine de mon meilleur ami. Je savais que ça battait un peu de l'aile, ils ne traînaient presque plus à deux, ne s'affichaient plus en public. Je me renseignais auprès d'Alex, avec doigté, pour ne pas éveiller les soupçons. Mais chaque fois que je posais la question, je voyais qu'ils étaient toujours ensemble. D'un côté, je m'en foutais, je sortais toujours avec Daphnée, mais je sentais mon amour pour Isabelle grandir en moi. J'étais encore plus malheureux, car je savais que je n'avais aucune chance.

Lorsque les vacances de Toussaint arrivèrent, je décidai de prendre un peu de recul et de

m'enfuir à Clervaux pour quelques jours : il fallait que je réfléchisse à ma situation, aller dans un endroit calme pour me ressourcer, et pour regarder un peu mon passé, réfléchir à tout ce qui m'était arrivé ces derniers temps. Je décidai de faire sentir à Daphnée, que ça n'allait pas. J'essayai de réanimer la flamme, mais rien n'y fit. Elle était toujours aussi vague lorsqu'elle exprimait ses sentiments et ne répondait pas du tout à mes questions.

À Clervaux, je discutai beaucoup avec un moine, ami de mon grand-père. Je lui racontai un peu tout ce qui m'arrivait. Cela me fit beaucoup de bien. Je partais faire de longues promenades dans la nature, je voulais être seul, je voulais comprendre ce que je vivais. Ces promenades me faisaient grand bien, elles me fatiguaient physiquement, et le calme de la campagne environnante me relaxait un peu. Je me rendis compte à ce moment-là, que j'étais en train d'accepter que je perdrais ma bataille contre le

désespoir. Personne ne pouvait m'aider, personne ne comprenait, car personne ne voulait comprendre. Chacun fermait ses yeux. Une sorte de nihilisme s'empara de moi, si on peut dire. Et je me retrouvai une fois de plus encore tout seul.

## **12 Une main tendue**

Fin novembre. Mon laxisme et mon désespoir arrivèrent à leur apogée. Ils allaient gagner la guerre, et moi, je ne serais plus qu'un tas de poussières. J'étais sûr maintenant des sentiments que j'éprouvais pour Isabelle, mais je ne pouvais pas les lui avouer. Je devais me taire, car je ne voulais pas perdre mon meilleur ami, la seule personne qui me restait avec Gilles, mon frère cousin. Je me rapprochai cependant de plus en plus d'elle. Nous avons sympathisé, nous nous asseyions côté à côté lors de nos cours communs.

Elle m'avoua que sa relation avec Alex battait de l'aile et qu'elle en avait marre de cette situation.

Je décidai de lui faire lire mes poèmes, j'en avais écrit plusieurs sur ce que je ressentais, sur l'amour que j'éprouvais pour elle et les dilemmes qui en résultaient. Mais il y en avait un que je n'osais pas lui donner : j'y avais écrit de but en blanc que j'étais fou d'elle. Elle remarqua ce papier, que j'avais mis de côté. Elle me demanda ce qu'il contenait. Sur le temps de midi, on alla discuter en tête à tête. Enfin, c'était surtout un monologue de ma part où je lui racontai toute ma vie. Toute celle que vous venez de lire. Eh bien, après cela, je fus soulagé. Et lorsque nous sommes retournés en classe, je lui fis lire mon poème. Elle ne dit rien au moment même, mais on projeta d'aller manger ensemble le lendemain.

Le lendemain matin, avant d'aller au cours, je fumai mon dernier joint avant un long moment. Des camarades de classe de Damien ne savaient pas rouler et m'avaient demandé de rouler leur pétard.

Je roulai ma spécialité, un de ces trois feuilles deux filtres qui promettait. Le problème, c'est que j'étais habitué à de l'herbe beaucoup plus forte, et ça ne me procura aucun effet. Je me rendis compte plus tard que ce serait le dernier joint que je fumerais avant un bon bout de temps.

Le temps de midi arriva, le rendez-vous tant attendu avec Isabelle. J'avais deux nouveaux poèmes, et ceux-là, je lui demandai de les analyser, parce que je n'étais pas sûr qu'elle avait compris mon message dans le poème précédent. Après avoir fini de manger, elle me prit délicatement la main et me regarda droit dans les yeux. Après ce long moment quelque peu gênant, nous échangeâmes notre premier baiser, si doux, si voluptueux. En l'espace de quelques secondes, tout était parti. Tout : mes peurs, mes solitudes, ma douleur, mon mal-être, mon désespoir ! Même la veille, je n'aurai pu imaginer une telle chose.

Le lendemain, je reçus une longue lettre d'elle, disant qu'elle ferait tout pour m'aider, pour que je

puisse oublier. Je ne pensais pas pouvoir sortir du trou noir, et pourtant, pendant quelques semaines, une main me maintint au-dessus de lui. Mais seulement quelques semaines.

*Partie achevée à Beauvechain, fin 1997 (légèrement retravaillée en 1998 puis 2015).*

[11] Comme beaucoup de monde, j'ai cherché un bouc émissaire à ma souffrance. Je pense sincèrement maintenant qu'elle n'en pouvait rien. D'ailleurs, comment aurait-elle pu chercher à me nuire de cette manière ?

[12] Je n'ai jamais eu de nouvelles de sa part.

[13] Même encore maintenant. Je n'arrive pas à parler de ces choses-là. Je dois dire qu'en plus ça remonte à tellement loin, et je n'ai pas envie de cette « confrontation ». (2015)

# Toujours plus bas

## 13 Un bref répit

Le 26 novembre, j'envoyai une lettre à Daphnée lui annonçant que notre histoire était finie. Je lui racontai je ne sais plus quel baratin. Plus tard, Je lui expliquai que c'était dû à la drogue, et que je l'avais quittée pour cela. C'était en partie vrai, car malgré mon histoire avec Isabelle, je disjonctais encore pas mal, je n'avais pas encore récupéré quoiqu'en dise le Greg de l'époque. Je n'ai jamais réellement avoué à Daphnée que je l'avais quittée pour quelqu'un d'autre. J'avais trop peur de la blesser. À ce

moment-là, je croyais que mon histoire était finie, que comme au début de ma relation avec Daphnée, l'amour avait eu raison de toutes mes galères. En réalité, ce nouvel amour n'était qu'un point de départ vers l'escalade complète pour le tunnel de l'enfer et les institutions hospitalières. Isabelle démolit en peu de temps tous les efforts que j'entreprenais pour m'en sortir.

Je terminai donc la deuxième partie de mon histoire, qui fut retravaillée, en même temps que la première, fin mai 1998. Ayant imprimé tout cela, je fis lire le tout à Isabelle. Le lendemain, elle m'écrivit une lettre, parce qu'elle se posait beaucoup de questions. Moi, croyant que j'avais réussi ma quête vers le bonheur, lui répondis une longue lettre pour la rassurer et répondre à toutes ses questions. J'ai encore une copie de cette lettre. Je dois dire que j'ai longuement hésité à la mettre ici, mais je pense que ça n'en vaut pas la peine. Je lui disais qu'elle m'avait sorti de mon enfer, et que plus jamais je ne pourrais replonger. Qu'elle était



ma bouée de sauvetage.

Mais comment retomber dans ce que j'ai appelé un trou noir alors que j'étais toujours dedans ? En fait, fin novembre, j'ai réussi à grimper de quelques mètres pour sortir. Mais plus tard, avec la fatigue, je suis retombé au point de départ, et même peut-être encore plus bas.

Ma relation avec Isabelle se passait fort bien. Je dois dire que je l'aimais beaucoup. Je vivais sur un petit nuage, j'étais heureux. Je ne le fus pas fort longtemps, car notre relation tourna vite au vinaigre. On arriva très vite aux examens de Noël. Peu avant ceux-ci, une tendinite à la jambe m'empêcha de travailler au magasin. Le directeur n'était pas très content de moi puisque j'avais déjà eu un congé de maladie de deux semaines à cause de ma tentative d'octobre.

Enfin, les examens arrivèrent. Le seul problème, c'est que j'avais de gros problèmes de concentrations depuis ma T.S., je n'arrivais pas à me motiver. J'avais beau étudier, rien ne rentrait.

Pendant la session, une de mes sœurs attrapa la varicelle. Comme je n'avais pas encore eu cette maladie infantile, elle me la refila. Je ratai mon dernier examen à cause de cela, ne pouvant sortir de la maison. La maladie et mes problèmes de concentration ne m'aiderent vraiment pas, et je me retrouvai avec pas mal d'échecs au bulletin.

À cause de la fièvre et de ma peau ressemblant à une chaîne de volcans prêts à rentrer en éruption, je ne pus à nouveau pas travailler au magasin pendant deux semaines. Le directeur et son adjoint n'étaient pas très contents de mes absences répétées. Je pensais donc que le contrat qui devait être renouvelé le mois suivant allait me passer sous le nez. Pour finir, le district manager décida de me donner un sursis de trois mois. J'eus donc un deuxième contrat qui se terminait fin mars. J'étais soulagé, car j'avais besoin de cet argent pour pouvoir vivre, c'est-à-dire pour mon confort, et surtout pour la musique. En effet, la plupart de mon argent partait en disques, partitions,

photocopies...

Après ma varicelle, ce furent les vacances de Noël. Elles furent très agréables. Je voyais souvent Isabelle, elle venait chez moi et j'allais chez elle. Mon père décida de quitter sa compagne et en attendant de trouver un endroit où vivre, il revint habiter à la maison. Pour Noël, je reçus un meuble pour pouvoir ranger tous mes CD. J'étais content, car je n'avais plus de place pour ranger les miens, j'en avais tellement acheté ces derniers mois ! Ces vacances étaient un break. Une pause avant la poursuite de ma quête, avant l'ultime combat contre le désespoir.

## **14 Enaden**

En janvier, ma crise s'amorça encore plus. Tout d'abord, mon père repartit. Il nous annonça qu'il retournait vivre chez sa mère. Plus tard,

début février, je me rendis compte que tout cela était faux, il était retourné vivre avec son ex-compagne. Il nous avait déjà menti auparavant en disant qu'il allait passer le réveillon de nouvel an en Espagne avec des collègues, alors qu'il était parti avec la pouf de service.

À la rentrée de janvier, je commençai à me sentir vraiment mal. Durant les deux premiers jours d'école, j'avais déjà perdu le sourire, je n'avais plus le cœur à rire. Je ne me sentais pas très bien. Pas bien physiquement, mais mentalement. Je souffrais, j'avais mal, mais je ne savais pas pourquoi. Le soir, chez moi, je voulais hurler, mais je n'y arrivais pas. Parfois, j'avais tellement mal qu'il m'arrivait de taper dans les murs.

Mercredi 7 janvier 1998. J'arrivai à l'école vraiment pas bien. J'allai au cours de Français, puis à celui d'Anglais, un des seuls que j'avais en commun avec Isabelle. Elle n'était pas là. Je commençais à paniquer. J'étais quasi en état

psychotique. Finalement, après le cours, je pris mes jambes à mon coup et me sauvai de l'école. Je téléphonai à ma mère de la gare pour qu'elle vienne me chercher. Je ne savais pas ce qui se passait en moi, j'avais peur, je tremblais. Je regardais sans cesse derrière moi. Ma mère me demanda de l'attendre à l'entrée du Champion de Wavre. Je courus là, et en l'attendant, je m'assis contre le mur du magasin tout tremblant et de plus en plus paniqué. Ma mère, lorsqu'elle arriva, vit mon état. Quand je fus installé dans la voiture, elle me demanda ce que j'avais. Mais je n'en savais rien, je lui répondis ça, et je commençai à pleurer sans aucune raison. Tout ce que je savais, c'est que j'avais mal. Maman me dit :

« Mais ma parole, tu es un drogué en manque !

— Mais non, tu sais bien que ça fait longtemps que je n'ai plus rien pris ! », lui répondis-je.

Quand je rentrai à la maison, mon père qui était encore là, commença à me gueuler dessus. Il avait repris son discours habituel : je faisais du

cinéma, que j'étais une feignasse qui faisait tout pour manquer l'école. Mes parents ne comprenaient pas ce qui m'arrivait. Je ne savais pas leur expliquer, vu que moi non plus. Je téléphonai à mon psychiatre qui me donna rendez-vous le soir même. À deux heures, je téléphonai chez Isabelle. Sa mère me répondit qu'elle était chez Alex pour travailler. Alors là, ça n'allait plus du tout. Je téléphonai chez lui, mais il n'était soi-disant pas là.

À ce moment-là, tout était clair dans mon esprit : Isa me trompait avec Alex. Il faut dire qu'Isabelle était une bête de sexe, et qu'Alex s'en vantait partout. Je pris le câble de ma guitare électrique, y fit un nœud de pendu, et l'accrochai à mon cou. Finalement, je me dis que c'était stupide et l'enlevai. Alex me téléphona juste après et commença à me poser des questions. Ensuite, il nia qu'il avait eu des relations avec Isa et il me dit qu'ils faisaient leur travail de psychologie. Puis, elle me téléphona. Elle nia tout comme son

comparse et me dit qu'ils avaient mis le cours de Sciences d'Alex en ordre. Leurs contradictions éveillèrent encore plus mes soupçons. Isabelle me jura plusieurs fois qu'il ne s'était rien passé. Au bout d'un bon moment de palabres, je me laissai convaincre et me calmai un peu.

Le soir, j'allai chez mon psy. Je lui racontai tout ce qui s'était passé, que j'avais repris de l'herbe et qu'elle avait peut-être été coupée à d'autres choses. Il décida de commencer une cure de désintoxication. Il me donna, en attendant le rendez-vous suivant, du Melleril, un médicament pour soulager les crises de manque. J'ai cru, à ce moment-là, que tout ce que j'avais, était une crise de ce type. Le docteur était lui-même persuadé de cela. Mais je pense, après coup, que ce n'était qu'un coup de semonce. Bien plus tard, des crises de ce type, bien plus sévères firent leur apparition.

À la consultation suivante, il commença à me parler d'un centre de désintoxication appelé ENADEN. Celui-ci se trouvait près de Saint

Gilles. Il téléphona à son confrère, le docteur Debruin, un des psychiatres du centre et on prit rendez-vous pour le 23 janvier là-bas.

En attendant, le mercredi suivant, le même cirque recommença. Cette fois, Isa et Alex avaient prétexté qu'ils allaient faire leur travail de Droit chez une troisième personne. Moi, je n'y croyais pas fort. Isa me retéléphona quand elle fut rentrée chez elle, et elle nia encore l'histoire. Elle le jura même sur la tête de sa mère, qui, comme par hasard, eut un accident de voiture quelques jours plus tard. Mon psychiatre, lui, continuait à augmenter les doses de Melleril. Finalement, le 23 janvier arriva. Ma mère, elle, était persuadée que je rentrerais directement au centre et prépara ma valise. Là-bas, le docteur Debruin affirma qu'avant qu'une hospitalisation se fasse, une cure en ambulatoire était nécessaire. Et toutes les semaines, j'allai à Saint Gilles.



## 15 Mensonges

Malgré les médicaments, j'allais de plus en plus mal. Debruin les changea assez vite. Il me donna des antidépresseurs et des somnifères à la place du Melleril. Mais à chaque consultation, il les augmentait. Le soir, j'étais tellement angoissé que je n'arrivais pas à dormir, et ce malgré les médocs. J'avais comme une boule de nerfs dans l'estomac. Des fois, c'était tellement fort que j'en arrivais à avoir de fortes difficultés pour respirer. Je me laissais aller complètement. Je ne foutais plus rien, je n'arrêtais pas de broser les cours. Quand j'étais en classe, je n'arrivais pas à me concentrer. C'était la même chose en dehors de celle-ci, je ne savais pas écrire, je ne savais pas lire, je ne pouvais pas décrypter une tablature et lorsque je jouais à la guitare, je faisais plein de fautes.

Isabelle n'arrêtait pas de me faire plein de reproches. Elle disait que ça n'allait plus, que je devais me ressaisir, mordre sur ma chique. Moi, je voulais bien, mais je n'y arrivais pas. Je n'arrivais à rien du tout. J'étais mal, je buvais tous les jours. Pas grand-chose, car avec cinq chopes j'étais dans un solide état à cause des doses de médicaments dans le sang. L'avantage, grâce à cela, c'est que je gaspillais beaucoup moins d'argent.

Le mardi 3 février, je n'étais pas très bien. Comme d'habitude je dois dire. Mais là, c'était différent. Isabelle me nia aux cours, elle ne me parlait plus. Elle s'assit à côté d'autres personnes, et moi j'étais tout seul, comme à l'ancienne. J'étais assis sur ma chaise, plié en deux sur mon ventre tellement cette boule dans l'estomac me comprimait le bide. Je passais aussi mes nerfs sur mes bics et crayons. Finalement la fin du cours sonna. J'étais soulagé, j'avais fini ma journée. En effet, le mardi je n'avais pas cours l'après-midi.

J'attendis ma dulcinée et on s'installa à notre

endroit habituel dans la Galerie des Carmes (si on enlève le r de carmes et qu'on met un accent sur le e, ça donne camé. Il faut dire qu'il y avait beaucoup de trafics de drogue dans celle-ci). On parla un peu, Isabelle me fit encore des reproches, moi j'encaissai, je promis encore une fois d'essayer de me ressaisir. Toute la matinée, elle me tirait la gueule, c'était vraiment dirigé contre moi. Quand elle était avec quelqu'un d'autre, elle se marrait comme une folle. C'était la même chose dans les Galeries. Elle évitait d'aller dans mes bras, évitait même mes bisous...

Pour finir, mademoiselle m'annonça qu'il y avait de fortes chances pour qu'elle soit enceinte de moi ! Elle me dit aussi que sa mère le savait et ne voulait plus que je lui téléphone, que je fréquente sa fille. Bon, ça m'a foutu un coup ! J'étais sûr que j'allais la perdre, la façon dont elle m'évitait, la façon dont elle se comportait avec moi, différente des autres, me poussait à le croire. Moi, en plus, son histoire de bébé, comme un gros

naïf, j'avais tout gobé !

Ma mère voyait bien que j'étais beaucoup plus tourmenté que d'habitude, je voulais lui dire, mais je n'osais pas. Je ne savais pas comment elle le prendrait, et j'avais peur de sa réaction. Finalement, après une petite discussion où elle me tira les vers du nez, elle me fit téléphoner à mon père. Je lui annonçai la nouvelle. Le soir, il m'emmena chez lui, chez sa compagne. Je compris donc qu'il nous mentait à ma mère, mes sœurs et moi, vu qu'il disait qu'il habitait chez ma grand-mère. Au moment même, je m'en foutais. J'avais d'autres chats à fouetter.

Il me dit que quoi qu'il arrive, j'étais désormais dans le monde des adultes. Ils me dirent, lui et sa compagne, que ce qui m'arrivait était une bonne chose, que c'était merveilleux, qu'il fallait que je me retrouve avec Isa pendant un week-end, pour prendre la décision de garder le bébé ou non. Isabelle, elle, m'avait annoncé vouloir se faire avorter. Ce qu'elle n'avait pas

prévu, c'est que j'étais prêt à prendre mes responsabilités et à aller jusqu'au bout. Elle pensait sûrement que cette histoire me fasse peur et que je la quitte, parce que j'appris plus tard que ce n'étaient que des bobards.

Le lendemain, je me décidai à changer. Je brossai mes dernières heures de cours et j'allai me planter dans la nature, sur les hauteurs de Wavre. C'était un endroit que j'appréciais beaucoup : j'y allais souvent avec Caroline quand nous étions ensemble. J'y retournais assez souvent, quand je n'étais pas bien, pour avoir le calme et pour pouvoir réfléchir. Là, je me sentis prêt à tout assumer et même à garder le bébé. Ma mère voulait même bien l'adopter. Le soir même, j'étais chez le médecin, car j'étais quand même toujours mal. Il me fit certificat et consort. Depuis lors, je n'ai plus réellement été à l'école. Le soir, malgré la soi-disant interdiction de sa mère, qui, en passant n'était que bidon, je téléphonai à la femme du diable. On se donna rendez-vous le vendredi

matin pour discuter, mettre les choses au point.

## 16 Désespoir

Le fameux vendredi arriva. Je me rappelle parfaitement de la date, c'était le 6 février 1998. Le temps ce jour-là était gris. Il pleuvait, le ciel était rempli de nuages. Un temps maussade, tout à fait comme mon esprit à partir de 8 h 35 de ce matin.

J'allai chercher Isabelle à la sortie de son bus. Là, elle évita mon bisou pour lui dire bonjour. On s'installa dans la galerie, comme d'habitude. Moi, contrairement à la coutume, j'étais bien habillé. Chemise, Caterpillar au lieu de mes vieilles combat-shoes. Je voulais changer, je voulais être quelqu'un de normal, de conforme à la société. Mon désir de changer ne dura que quarante-huit heures.

Isabelle m'annonça que notre histoire était finie et qu'elle avait rencontré quelqu'un d'autre. C'est vrai, cela faisait déjà plusieurs jours qu'elle ne portait plus la bague que je lui avais offerte. Je m'y attendais un peu, mais ça me fit un grand choc quand même. J'ai pleuré, pleuré. Je tenais vraiment beaucoup à Isa. On resta ensemble jusqu'à midi. Elle devait aller aux cours et moi reprendre mon bus pour rentrer chez moi. Ma mère m'attendait à Hamme-Mille. Là, je fondis en larmes et plongeai dans ses bras. Le soir, Alex me téléphona et m'avoua qu'Isa m'avait bel et bien trompé, et il commença à la dénigrer au téléphone. Il la détestait pour ce qui s'était passé, alors qu'il était tout autant fautif. Les idées noires revenaient en moi. J'en avais marre de vivre. Je voulais mourir, mais je ne suis pas passé à l'acte. J'essayais quand même de remonter la pente.

Je revins à l'école pour la retraite de classe qui se déroulait juste avant les vacances de carnaval. Au départ, je n'avais pas trop envie d'y

aller vu que je n'aimais pas l'ambiance de cette dernière. Mais, depuis quelque temps, l'atmosphère se mettait au beau fixe. Et puis, les trois personnes que je considérai comme des copains me demandèrent d'y aller : Marie, François et Maria[14]. Ce fut donc à contrecœur que je partis.

Pour finir, je ne l'ai pas regretté, je me suis très bien amusé, quoique par passade, je puisse aller très mal. François avait justement apporté avec lui un bloc de shit. Alors là, je ne me suis pas fait prier. Le soir, on fumait, pétard sur pétard et François et moi étions en pleine défonce, ce qui ne semblait pas faire plaisir du tout à Marie, qui avait peur que je replonge (elle était une des seules élèves au courant à l'époque pour mon traitement et ma thérapie à Enaden). Seulement, je ne délirais pas bien en plus j'étais bourré de médoc, mais François racontait des super histoires et faisait des choses abracadabrantes. Presque toute la classe était venue dans la chambre pour l'écouter, et riait



à chaudes larmes. Mais cette retraite me faisait quand même du bien et je me déchargeai de tout pendant ces trois jours.

Lorsque je revins le vendredi soir, j'étais mort de fatigue. Je n'avais pas bien récupéré à la retraite à cause du teshi et du manque de sommeil. Ma mère m'annonça alors que je venais à peine de rentrer, que pendant mon absence mon père était revenu à nouveau à la maison.

« Qu'est-ce que tu en penses ? me dit-elle.

— Bof ! »

J'étais vraiment fatigué et je n'avais pas envie de penser. La seule chose que mon esprit me dictait était l'appel du lit. Ben oui, mon père était revenu, et alors ? C'est ce que je répondis à ma mère par la suite.

Avant la retraite de classe, il y avait eu deux jours d'école. Là, Isabelle me rendit ma bague. Le mardi, c'était déjà fini avec son nouveau petit ami. Elle pleura même dans mes bras ce jour-là. Plus tard dans la semaine, elle m'écrivit pour se faire

pardonne. Je répondis à sa lettre, lui disant que ce n'était pas grave. Malgré toutes les saloperies qu'elle m'avait faites, je l'aimais encore. J'étais prêt à faire n'importe quoi pour ressortir avec elle. On décida de se voir le mercredi matin pour que je puisse mettre mon cours de math en ordre et pour qu'elle me les explique, puisque je n'y comprenais pas grand-chose.

Ce fameux mercredi, nous allâmes à la Barraca, un snack où on allait souvent ensemble, pour réviser. Après le cours de rattrapage, Isa me donna une lettre. Je la lus devant elle, et dans ses réponses, je vis qu'elle voulait en quelque sorte ressortir avec moi. Je la raccompagnai au point de rendez-vous qu'elle avait avec sa mère. Le soir, je lui écrivis pour lui dire qu'il fallait que je réfléchisse. Mais en fait, j'étais prêt à lui dire oui tout de suite, mais je voulais laisser couvrir un peu la chose pour voir si elle tenait vraiment à moi.

Depuis que mon père vivait de nouveau à la maison, je revivais un enfer quotidien à la maison.

Il n'arrêtait pas de me crier dessus, disant que tout ce que je faisais était du show[15]. Je n'en pouvais rien, je n'arrivais pas à travailler, je ne savais me concentrer sur rien du tout. Chaque fois que j'allais mal, pour lui, c'était de la comédie, un prétexte pour ne rien faire. Mon père ne comprenait rien, il fermait ses yeux. Il faut dire que mon caractère dépressif, je l'ai hérité de mon père, car lui aussi point de vue dépression, il n'est pas mal dans son genre ! On se disputait pour un rien, mais vraiment pour des conneries ! À cause d'Isabelle, à cause de l'ambiance familiale, j'allais de plus en plus mal.

Durant cette semaine de vacances, je fus pris d'une période euphorique de deux trois jours, sans aucune raison. Je me sentais bien. Pendant ces jours-là, j'avais justement rendez-vous au centre de désintoxication. Comme j'étais bien, Le docteur Debruin en conclut que j'allais beaucoup mieux et que « ma cure » en ambulatoire avait réussi, et qu'à la prochaine consultation, on commencerait à

baisser mes médicaments. Bref, tout devait aller pour le mieux[16] !

## 17 Souffrance

Le mardi 3 mars 1998, la journée fatidique, une semaine jour pour jour après la consultation chez Debruin. Je me sentis de plus en plus mal. Les problèmes avec Isabelle, les problèmes avec mon père, ma souffrance intérieure, aucun moyen d'évasion...

J'avais, comme d'habitude le mardi, fini les cours à 13 h. J'allai boire un coup avec des camarades de classe et Isabelle, qui n'avaient pas cours jusqu'à deux heures et demie. J'avais trop mal, je buvais verre sur verre. J'essayais de pousser les choses avec Isabelle. Mais chaque fois, elle disait que c'était trop tôt, que je devais attendre. Elle me faisait espérer, alors qu'elle

savait pertinemment bien qu'on ne sortirait plus jamais ensemble. Je n'en pouvais plus, j'en avais marre. Je souffrais. Et j'en avais marre de souffrir. À deux heures et demie je raccompagnai Isabelle à l'école où je retrouvai Xavier, un skater de mon village qui finissait à cette heure-là. On retourna boire un verre ou deux, avant de reprendre notre bus. La crise commença à s'amorcer :

« Je vais me tirer une balle, lui disais-je.

— S'il te plaît, ne fais pas de conneries. »

Je commençais à être sévèrement bourré et Xav ne me prit pas trop aux sérieux. Moi non plus d'ailleurs, bien que l'idée creusait de plus en plus son chemin, j'étais encore hésitant. Lorsque je rentrai rentré chez moi à 17 h, j'avais complètement dessaoulé. J'écrivis une lettre à Isabelle. Ma mère le lendemain matin voulut lire la lettre puis la donner à Isa, mais elle avait renversé du café dessus. Je la retrouvai par hasard à la maison, durant le mois de mai. Je la relus et réussis à retrouver les mots effacés par le café. La

voici, en grande partie :

*Chère Isabelle,*

*Je t'avais dit que je te répondrai. Eh bien, choses promises, choses dues. Ce n'est pas comme certains dont je ne citerai pas le nom. Pour le moment, j'écoute Pearl Jam, la musique des déprimés et des suicidés.*

*Je ne vais pas bien Isabelle. Tu vois, parfois la douleur est trop forte et je n'arrive pas à la cacher. Comme aujourd'hui. J'ai trop mal Isa. Je souffre trop et j'en ai marre de souffrir. J'ai le cœur qui est complètement bousillé. Il est mort un certain vendredi 7 février. Je ne suis plus qu'un tas de chair sans âme : elle est morte. Une partie de moi-même s'est éteinte. Je ne veux pas te faire de chantage, c'est juste une façon imagée d'expliquer les choses. Mais en fait, je sais que je devrais arrêter de dire de pareilles conneries, car je sais que tu ne m'aimes plus, qu'on ne sortira jamais plus ensemble et que je*

*m'accroche à un rêve perdu, qui ne se réalisera jamais. Mais je ne peux pas m'en empêcher, car l'amour que j'ai pour toi est plus fort que tout.*

...

*Je vais devoir te laisser. Je sais que ça ne sert à rien de te le dire, car je sais que tu n'en as plus rien à foutre d'un pauvre con comme moi, mais je te le dis quand même : Je t'aime.*

*GREG.*

À ce moment-là, j'hésitais encore à passer à l'acte. J'étais tellement déprimé que je fis trois fois le trajet de la pharmacie à ma chambre. Je pris du Melleril, mes somnifères, mon antidépresseur, de l'Anafranil, du Lysanxia, de l'Aropax, et de l'Imovane. J'avalai les pilules, encore et encore... Je n'avais pas encore tout avalé que ma mère m'appela. Je descendis et je commençais déjà à sentir l'effet des médicaments. On discuta un peu. Ma mère devait partir à son cours de boulangerie et voulait que je garde mes sœurs, de

respectivement trois et quatre ans[17]. Je commençais déjà à ne plus tenir debout et je m'assis pour rouler une clope. Puis, ce fut le trou noir...

## 18 Soins intensifs

Lorsque je me réveillai, j'étais dans un lit, mais ce n'était pas le mien. J'étais dans un endroit complètement blanc. Je pensai au premier regard que j'étais enfin au paradis. Puis, je sentis quelque chose dans mon bras et je vis que j'avais un baxter. Je vis aussi quelque chose sur mon cœur. C'étaient des électrodes qui renvoyaient mes pulsions cardiaques à un appareil qui faisait bip-bip à chaque battement de cœur. C'était comme dans les films. Alors que je me réveillais, une jeune infirmière se ramena devant moi et commença à me parler... en néerlandais ! Elle me



fit boire un truc immonde, du charbon de bois activé.

Puis, une psychologue vint me parler. Je lui dis que j'étais suivi par deux psychiatres et elle partit leur téléphoner. Ensuite, mes parents se rappiquèrent. Maman m'avait ramené des fringues. Ils m'expliquèrent comment j'avais atterri ici.

Pendant que je roulais ma clope, j'étais tombé dans les vapes. Ma mère essaya de me réveiller, mais rien à faire. J'avais quand même réussi à lui dire que j'avais pris des médocs. Pendant que notre voisine essayait de me tenir éveillé, elle monta dans ma chambre, et lorsqu'elle vit tout ce que j'avais pris, téléphona sans plus tarder au médecin. Celui-ci annonça qu'il fallait d'urgence appeler une ambulance. Cette dernière arriva, et les médecins commencèrent directement la réanimation. Ma mère ne pouvait d'ailleurs pas aller dans l'ambulance, elle devait suivre en voiture. Ils me conduisirent aux urgences de

l'hôpital universitaire de Leuven, qui était le plus proche de la maison. Les docteurs mirent plus d'une heure et demie à me sauver. Après cela, on m'emmena aux soins intensifs où je me trouvais désormais.

Alors que mes parents m'expliquèrent cela, on était déjà le lendemain, le mercredi 4 mars 1998 en fin de matinée. Après m'avoir raconté cela, la psychologue se rappliqua et nous annonça que j'allais être transféré à l'hôpital Erasme suite à une discussion que Debruin et mon psy habituel avaient eue concernant mon hospitalisation. Ma mère demanda si elle pouvait m'y conduire, mais la psy refusa et dit que le transfert devait se faire obligatoirement en ambulance.

Après le dîner, soit dit en passant infect et dont je n'avais quasi rien touché, ils me firent aller aux toilettes. Je ne pouvais quitter les soins intensifs que si j'arrivai à chier. Impossible, rien ne sortait. Au bout d'un effort intense, une minuscule crotte sortit de mon postérieur (il m'a fallu d'ailleurs

plusieurs jours pour que tout arrive à sortir) Ensuite, je pus me changer, enlevai la belle robe blanche que les médecins m'avaient foutue, mis mes fringues à moi. J'attendis un peu et les ambulanciers vinrent me chercher, me mirent dans leur belle camionnette blanche (Pardi ! Moi qui déteste cette couleur) et me conduisirent dans cet hôpital à Bruxelles où j'allais rester un bon mois.

[14] J'ai gardé contact encore des années avec eux, surtout avec François. Il était tout le temps chez moi lorsque j'étais à LLN.

[15] Je crois que c'était son expression préférée à l'époque : Greg, arrête de faire ton show. Je ne saurai dire combien de fois il m'a rabâché ces mots.

[16] Je pense que Debruin avait bien compris que je n'étais pas en manque. Qu'il m'a accompagné ces quelques mois pour essayer de m'aider. Même si je pense qu'une certaine dépendance au cannabis peut s'installer (voir à ce propos, dans le chapitre « Et maintenant » la partie sur l'addiction).

[17] J'ai appris bien plus tard qu'en fait ma mère n'aurait jamais dû m'appeler. En effet, elle me fit descendre parce que mon père était tout simplement en retard. S'il avait été à l'heure, je ne serais certainement plus ici. J'ai appelé cela pendant bien longtemps en souriant : « l'ironie du sort ». On peut vraiment dire que j'ai eu de la chance.

# Tâtonnements

## 19 Psychiatrie Sud-Ouest

Lorsque j'arrivai à l'hôpital, j'étais encore complètement défoncé à cause des médocs que j'avais absorbés. Il me fallut d'ailleurs trois jours pour que les effets des médicaments se dissipent complètement. On m'installa dans ma chambre, la seule qui avait quatre lits. On me posa quelques questions sur mon geste, les médocs que je prenais... puis on me laissa me reposer. À un certain moment, la porte s'ouvrit. Un garçon de mon âge entra. Il me regarda et me demanda mon nom. J'étais assez défoncé et visiblement je le

regardais d'une drôle de façon. Je dus lui dire trois fois mon nom pour qu'il comprenne tellement j'avais la bouche pâteuse et que j'avais du mal à articuler.

Tout d'abord, Nico, c'était son nom, me prit pour un débile. Il sortit de la chambre. Plus tard, lui et moi, on devint comme les deux doigts de la main. Dans l'après-midi, ma mère, ainsi que mes grands-parents, arrivèrent m'apporter mes affaires. Puis, j'eus un entretien avec un des psys de l'unité, le docteur Cornélio, qui serait mon psy-référent durant mon séjour. À un certain moment, nous descendirent boire un verre à la cafétéria (qui était un vrai cafetard). Lorsque ma mère me ramena dans l'unité de soin, je vis que j'étais dans une unité psychiatrique, mais je n'étais pas fou ! J'étais en colère, je fis la remarque. L'équipe médicale m'expliqua que les unités psychiatriques étaient bien loin des stéréotypes qu'on voyait dans les films. Malgré leurs explications, j'étais extrêmement frustré.

Le soir, au moment du repas, je fis plus ample connaissance avec les autres patients. Lorsque je répondis pourquoi j'étais là, le réflexe de la plupart fut de me montrer leurs poignets. Il n'y avait cependant pas que des dépressifs en psychiatrie sud-ouest, il y avait aussi des anorexiques, des schizophrènes et des psychotiques. Dans un sens, je me sentais soulagé. Car je n'étais pas le seul à vivre ce genre de soucis. Mais hormis Nico, et plus tard Aurélia, je n'arrivais pas à me confier aux autres patients.

Ma mère vint me revoir le lendemain. Elle m'expliqua qu'elle avait téléphoné à la mère d'Isa, qu'elle lui avait annoncé ce qui s'était passé, et ce qu'Isabelle m'avait fait subir. La mère de cette dernière avoua à la mienne que ce n'était pas la première fois qu'Isa faisait croire qu'elle était enceinte. D'après ma mère, elle avoua aussi que sa fille était une véritable peste. Malgré cela, je l'avais toujours sur la patate. Chaque fois qu'on me parlait d'elle, je me sentais super mal après.

Ce fut pire lorsqu'elle me téléphona. La première fois qu'elle le fit d'ailleurs, on s'engueula pendant près d'une demi-heure. Pour finir, les autres coups de téléphone de sa part s'avérèrent plus sereins, mais me rendaient beaucoup plus mal, me renforçaient dans ma dépression. Pour finir, elle arrêta de me téléphoner, une semaine ou deux après le début de mon hospitalisation.

Au fil des jours, je commençai à m'adapter à l'atmosphère de l'unité pour adolescents et jeunes adultes. Je dois dire que ce n'était pas trop compliqué : on ne foutait rien pendant toute la journée, entretien avec le psy deux fois un quart d'heure par semaine, et un entretien de famille une heure par semaine. Au fil des jours, je fis la connaissance de Nico. Il était très chouette, avait les mêmes tendances musicales que moi. Il jouait aussi de la guitare, et en plus chantait vachement bien. Finalement on me changea de chambre, et je me retrouvai dans la même que lui. Musique toute la journée, guitare toute la journée. Les murs de la



chambre étaient couverts de posters de Jonathan Davis (Korn, je vais avoir le loisir d'en parler plus loin et plus longuement) et de Kurt Cobain. À partir de ce moment-là, Nico et moi on était devenus super potes, on faisait quasiment tout ensemble. Il était comme moi : dépressif et avait tout arrêté.

Un jour, ma mère eut une sale nouvelle à m'annoncer :

« Greg, j'ai été à la gendarmerie pour une convocation à ton nom.

— Comment cela ?

— Quelqu'un t'a dénoncé pour consommation et trafic de drogues. »

Je voulais savoir qui et comment, mais d'abord ma mère ne voulut pas me répondre. Elle le savait, car le gendarme lui avait lu la déclaration du mec. La seule chose que ma mère m'expliqua était la suite de la procédure. Je devais passer un interrogatoire, aller uriner plusieurs fois pour les flics, et ceux-ci allaient visiter ma chambre, en

d'autres mots perquisitionner ! Si je n'avais rien, tant mieux, mais on pouvait réutiliser cela plus tard si je récidivais. Pour le reste, j'en savais trop rien. Ma mère ne voulait rien me dire de plus.

Finalement, quelques jours plus tard, sous mes instances, elle céda et m'avoua qui l'avait fait. C'était Alain, le mec avec qui on était en Italie, celui qui était au spectacle de ma mère, le fils du parrain de ma sœur. Il avait été raconter que je lui avais fourgué son premier joint à la maison des jeunes, ce qui était archi-faux. Ma mère put d'ailleurs très bien l'expliquer au gendarme, car la seule fois où j'y avais mis les pieds, je l'avais croisé à la sortie en m'en allant alors que lui venait d'arriver. Donc je n'aurais pas eu le temps de lui en filer ou en vendre, surtout que ma mère était là !

Quand j'appris cela, je rentrai dans une rage folle. J'étais prêt à faire n'importe quoi pour qu'il paye ce qu'il m'avait fait. J'étais prêt à téléphoner à des potes pour qu'ils lui cassent la figure. Mais

je réfléchis et me dis que s'il lui arrivait quelque chose, bien que je sois à l'hôpital, cela me retomberait dessus. Alors, je ne fis rien, et fermai ma gueule une fois de plus.

Mon hospitalisation me permit de découvrir aussi les gens de ma classe. En effet, beaucoup vinrent me rendre visite. Bien sûr, les élèves n'étaient pas au courant que j'avais fait une tentative de suicide, mais j'en parlai avec plusieurs. En plus, Isabelle était au courant et en avait sûrement parlé à certaines personnes, mais ça je n'en suis pas certain. Bref, j'eus une totale surprise le premier week-end en recevant énormément de visites. D'ailleurs, Aurélia disait quand j'avais de la visite que je recevais mon fan club.

J'ai eu beaucoup de soutien, mais j'eus aussi une grosse trahison : celle d'Alex. Il m'avait déjà trompé avec Isabelle mais là, il m'enfonça encore plus. À cause des flics et étant positif, je lui avais téléphoné pour lui demander qu'il me rapporte un

cachet qui faisait partir les traces de cannabis dans le sang. Il n'avait juste qu'à faire les démarches auprès d'un pote commun. Il m'avait promis de me donner des nouvelles, chose qu'il ne fit jamais. En parlant de cela à des camarades de classe, l'un d'entre eux me rapporta qu'elle avait épié une conversation entre lui et Isabelle où ils me descendaient littéralement tous les deux. La rage augmentait en moi. Celui que j'avais considéré comme un petit frère, que je défendais quand on se moquait de lui, me faisait lui-même des moqueries et sales coups dans le dos.

Le premier dimanche, je sortis avec une fille qui s'appelait Cécile. Notre « relation » dura deux ou trois jours. Ce n'était pas ça. Je pense que c'était juste parce que j'étais en manque d'affection. En plus, elle se confortait dans ses problèmes et faisait tout pour attirer l'attention des gens. Le dernier soir, elle était dans sa chambre et m'avait fait mander par une de ses camarades de chambrée. Je voyais que ça n'allait pas, et après

lui avoir demandé ce qu'il se passait, elle me montra ses bras. Ils étaient taillés de haut en bas, comme si elle avait voulu s'ouvrir les veines. Les blessures étaient peu profondes, comme si elle voulait juste attirer l'attention. C'est à ce moment-là que je coupai les ponts. Je ne pouvais pas soutenir quelqu'un dans cet état-là. C'était au-dessus de mes forces.

Mais le lendemain, je sortis déjà avec une autre fille, Ikram. Une nouvelle venue qui squattait notre chambre. Elle aimait la même musique que Nico et moi, et chantait lorsqu'on faisait quelques trucs à la gratte. Le jour d'après, j'eus la visite d'Isabelle, qui accompagnait deux autres personnes de l'école. La visite me fit mal. Sa présence était néfaste, elle me faisait ressortir tous ces souvenirs qui m'avaient conduit jusque-là. Le soir, Ikram et moi on se retrouva dans les toilettes de ma chambre, où l'on fit l'amour sans protection. Je me rendis compte que j'avais fait une connerie, que je réalisais en fin de compte que je n'aimais

pas cette femme (elle était plus âgée, vingt-deux ans à l'époque si je me souviens bien).

Toute la journée du lendemain, je réfléchis. Je ne savais pas quoi faire. Nico remarqua au soir que j'étais bien plus pensif que d'habitude et que j'avais évité Ikram toute la journée. Je lui racontai ce qu'il s'était passé la veille, et m'avoua que juste avant que l'on commence à sortir ensemble, il était aussi passé par les toilettes avec elle. On décida de couper les ponts. On se mit à penser qu'elle nous avait bien eus tous les deux, qu'elle nous avait bien baisés tous les deux, au sens propre comme au figuré.

## **20 La douce lumière d'Aurélia**

Le lendemain de cette histoire, une nouvelle arriva en psychiatrie sud-ouest. C'était une nouvelle pour moi, mais en réalité elle avait déjà

été hospitalisée une première fois et connaissait Nico. C'est grâce à lui que je fis sa connaissance, car elle vint lui dire bonjour dans notre chambre peu après son arrivée. Elle était très belle avec ses longs cheveux châtons, ses yeux bleus profonds comme l'océan. Ses sourires respiraient la gentillesse. J'eus comme une sorte de coup de foudre soudain. Mais je n'y croyais pas trop, je ne voulais plus y croire. Pourtant, le soir même, on se tenait la main, mais je pensais que c'était par jeu, et je ne pensais pas un minute que je sortirais avec elle. Je pensais qu'elle n'en avait rien à foutre de moi. Mais en fait ce fut le contraire qui se produisit.

Le mercredi matin, elle me dit qu'elle m'accompagnerait l'après-midi quand j'irais boire un verre. Début d'après-midi donc, et elle descendit quand j'allai prendre ma petite chope. On se donna la main pendant le temps qu'on était au café, et puis on sortit se promener un peu. On alla à l'étang qui se trouvait juste derrière

l'hôpital. Là, assis sur un banc, elle me dit qu'elle avait froid et je la réchauffai un peu en la prenant dans les bras. Et puis, on s'embrassa. C'était magique. J'étais transporté. Mais je n'y croyais pas encore trop. Je me suis dit que ce n'était que pour une après-midi. On discuta, et on s'avoua nos sentiments. Elle avait flashé sur moi et consort et je lui disais que c'en était de même pour moi.

Mais, Lorsque'on remonta dans l'unité, surprise ! Qui était dans ma chambre ? Daphnée ! Aurélia voyant ça, s'éclipsa. Surtout que Daphnée m'avait apporté une rose, qui trôna d'ailleurs pendant tout mon séjour sur ma table de nuit. On descendit au café, prendre un verre. Je me rappelle qu'elle n'a rien pris. Je voulais lui offrir un verre, mais elle n'a pas voulu. Je lui racontai que je venais de commencer une relation même pas une demi-heure plus tôt. Puis, avant de remonter, j'allai chez le fleuriste acheter deux, trois roses pour Aurélia. Quand Daphnée partit, elle alla la trouver avec moi et lui dit qu'elle avait bien de la



chance de sortir avec moi. Et moi, je lui offris les roses. Aurélia m'annonça par la suite qu'elle croyait que je m'étais foutu d'elle, que je sortais réellement avec Daphnée, mais qu'elle changea d'avis lorsque j'arrivai avec les roses.

J'étais sur un petit nuage avec cette relation, même si j'avais encore de gros problèmes à résoudre. Surtout avec mes parents. Je voulais mon indépendance. Je ne voulais plus revenir à la maison et à nouveau subir les engueulades incessantes de mon père. Je l'envoyai péter plus d'une fois pendant mon hospitalisation, car il recommençait à nouveau : ses rares visites duraient à peine, se terminaient par des reproches. Et souvent, il attendait en bas, venant juste à l'heure pour les séances de thérapie familiale.

Les infirmières me parlèrent de ce qu'on appelle les appartements supervisés et me dirent que je pourrais voir une assistante sociale pour en parler. Mais je ne l'ai jamais vue. Et puis, mes parents refusèrent catégoriquement. J'appris plus

tard que les appartements supervisés étaient faits pour des personnes ayant eu des problèmes psychologiques graves, qui avaient fait de longs séjours en clinique, pour se réinsérer et que c'était en majorité des gens plus âgés. Donc je n'ai rien raté. Puis, il fut question de mise en autonomisation. Ce fut Nico qui me parla de cela. Il allait peut-être en bénéficier. On peut avoir ce type de soutien grâce au Service d'Aide de la Jeunesse. Mais je ne l'ai pas fait non plus. Sur ce point-là, partir de la maison, je ne fis aucune démarche, même si le désir de partir était très fort.

J'eus une visite un peu particulière vers le milieu de mon hospitalisation : le chef pionnier de mon ancienne unité scoute vint me rendre visite. Il me proposa d'intégrer les pis et de venir en camp avec eux, que cela me ferait certainement du bien. Afin de me décider, l'équipe médicale accepta que je sorte une journée. J'allai participer à une réunion, pour voir. Ce fut difficile. Sortir déjà de ce cocon qu'était l'hôpital, me retrouver face à

toutes ces anciennes têtes connues, relevait un peu du surnaturel. Et puis, il y avait M., qui était pionnière. Je ne sais plus si on parla beaucoup cette journée. Mais au final, je décidai de ne pas retourner dans le scoutisme. Je voulais avancer, couper court, c'était de l'histoire ancienne. Je dois dire que je fus soulagé de retourner le soir à l'hosto, je ne me sentais pas prêt.

Je commençais à me rendre compte que j'avais d'énormes problèmes de poids. De soixante-neuf kilos en janvier, je passais à un poids de quarante-cinq kilos en mars. Il est vrai, je ne mangeais plus correctement. Je n'arrivais pas. Je n'avais pas faim. À la fin du séjour je commençais à en reprendre un tout petit peu. Parfois, j'avais des faims subites, souvent après avoir pris mes médocs et je me goinfrai en sandwiches ou en crasses telles que chips, bonbons et consort. Mais j'avais toujours d'énormes problèmes de concentration depuis ma tentative d'octobre. Je ne savais plus plancher sur rien. Mes problèmes sur

ce point-là ne se résolvait pas. J'essayais de me forcer mais rien à faire après trente secondes je décrochais. Tout m'était devenu impossible. C'était l'enfer. Ces ennuis, je les ai encore eu pendant plus d'un an, et même encore en janvier 1999 même si je remontais la pente, j'avais encore de graves soucis sur ce point-là.

Les congés de Pâques approchèrent. Mes parents partaient en vacances, mais pour moi c'était hors de question. Je ne voulais pas du tout les accompagner. J'en avais marre des vacances avec les parents où on s'emmerde car on est tout seul, pas de jeunes de son âge, et faire des visites barbantes à tout casser. Mais ma mère ne voulait plus que je reste à l'hôpital, tellement elle trouvait l'endroit malsain. Surtout que je lui avais déballé ma petite aventure avec Ikram. Olivier, que j'eus au téléphone me proposa de venir chez lui pendant qu'ils étaient partis si j'étais sorti de l'hôpital. Justement le lendemain il y eut thérapie familiale, et mes parents s'énervèrent, déballant leur quatre

vérités au médecin : qu'ils ne surveillaient pas assez les jeunes, qu'ils les laissaient faire n'importe quoi, etc. Alors, comme par magie, les médecins jugèrent que j'étais apte à sortir et mirent la date de sortie au samedi 4 avril qui était le début des vacances scolaires. J'étais content, en plus Aurélia sortait le jour juste avant moi !

La veille de mon départ, le 3 ce fut Aurélia qui sortit. J'avais peur de la quitter, car je ne voulais pas qu'une fois dehors elle m'oublie complètement. Mais il n'en fut rien. Elle me téléphona le soir-même, mais en pleurs. Les problèmes qu'elle avait à la maison recommençaient. Cette nouvelle me donna un peu le cafard, mais je fis tout ce qu'il m'était possible pour lui remonter le moral. Et on se promit de se voir dès le lundi.

À ma sortie, j'étais dans une phase euphorique, donc ça allait précéder une terrible phase dépressive. Amis lecteurs si vous connaissez un

peu les dépressions, je dois vous dire que je ne suis pas maniaco-dépressif, mais j'ai longtemps pensé que ma maladie se déroulait un peu sous le même principe[18]. Enfin, je dois juste dire que je me sentais bien à ma sortie de l'hôpital.

## 21 Première sortie

Et voilà ! J'étais sorti de l'hôpital, donc j'étais guéri ! Mon père vint me chercher à 10 heures du matin. L'après-midi, une grande partie de la classe se retrouva au Bureau, un café de Wavre pour fêter cela. C'était cool, c'était chouette. Je retrouvai Marie qui venait me voir à la clinique et François. Une belle après-midi en perspective, pas d'emmerde, juste de l'amusement. En plus, l'ambiance à la maison était sereine. C'était bien. Je pensais que ce qui avait été dit en thérapie

familiale porterait ses fruits, mais je désenchantai très vite. Ce n'était qu'illusoire, cela n'a été que deux ou trois semaines.

Le dimanche soir, j'allai chez mes grands-parents, car mes vieux partaient en pleine nuit et ne voulaient pas que je reste seul, ils avaient trop peur que je fasse une connerie. J'avais rendez-vous le lendemain matin avec Aurélia, et on passa la journée ensemble, car je ne devais aller chez Olivier qu'à 16 heures. Elle m'accompagna chez lui et passa la soirée avec nous. La semaine en elle-même se passa fort bien, et en plus, Nico sortait aussi pour une période de quelques jours. On passait presque toutes nos journées à trois. On sortait en ville, on allait chez Nico, et surtout Nico et moi faisons les disquaires, ce qui n'enchantait pas vraiment Aurélia, car on y restait parfois pendant plusieurs heures. On comparait les disques, on les critiquait...

Nico me fit découvrir de chouettes trucs, dont les Deftones et Truly. J'ai très vite adoré ces deux

groupes. Surtout Deftones, qui est du même style que Korn. Groupe que j'aimais de plus en plus, et que je commençais à découvrir vraiment. Je me retrouvais énormément dans leurs textes. Le chanteur, Jonathan, était un mec qui avait énormément souffert durant son adolescence. On pouvait le ressentir dans ses textes et surtout sa voix. Il utilisait la musique comme exutoire, comme moi je le faisais avec mes poèmes.

Un après-midi, Olivier, qui est instituteur et qui donnait des cours de méthode de travail, essaya de me faire travailler, de me remettre dans le bain pour les études. Je n'y arrivais pas. Je n'arrivais toujours pas à me concentrer sur quoi que ce soit. C'était impossible de me mettre au travail. Je ne savais pas comment j'allais faire à l'école, comment j'allais faire pour étudier et j'avais peur d'y retourner. Je ne voulais pas retrouver l'étiquette que je portais, je ne voulais plus être rejeté par les autres. Mais d'un autre côté je me disais que ça allait mieux se passer, avec tout le



soutien que j'avais reçu, je ne serai plus seul.

Le samedi soir de cette semaine chez Olivier, je dormis chez le père d'Aurélia. En effet, mon ami (que je considère d'ailleurs comme un des meilleurs amis qu'on puisse avoir) partait à la mer avec sa tendre moitié (ce terme vient de lui) et il y avait de fortes chances pour qu'il ne revienne pas. Je dois dire que j'avais un peu peur : je ne l'avais jamais rencontré, et je venais directement passer la nuit chez lui.

Une fois arrivé, je fis plus ample connaissance avec le frère d'Aurélia, que j'avais déjà vu une fois auparavant. Il s'appelait Alexis. Il était gravement malade, il avait une maladie qui s'attaque aux articulations, dont je ne me rappelle plus le nom. Aurélia me l'avait dit à plusieurs reprises, mais c'était tellement compliqué que je ne l'ai pas retenu. Il allait faire une chimiothérapie. Alexis était un gars très chouette, très gentil, et j'aimais bien rester en sa compagnie. J'avais, et j'ai toujours une immense admiration

pour lui, pour son courage, son sourire malgré la douleur qu'il éprouvait. Il me fit vraiment réfléchir sur moi-même plus tard, vers la fin octobre de la même année. J'y reviendrai beaucoup plus longuement quand on arrivera à cette période.

Le lendemain, mes parents revenaient de vacances. On était à ce moment-là chez Nico et je téléphonai chez ma grand-mère pour savoir quand ma mère arriverait. Elle était déjà là depuis longtemps. Je me suis pris bien sûr un de ces savons. Pour le début de mon retour à la maison, c'était d'enfer. Je n'y pouvais rien, ce n'était pas de ma faute vu que je n'étais pas au courant. Ça recommençait. J'avais une énorme sensation dans le ventre. La même que lorsqu'on est stressé, mais en beaucoup plus grand, en pire, comme si mon bide était comprimé dans un étau. Depuis ma sortie d'Erasmus, j'eus constamment cette sensation, elle s'appelle angoisse. À ce moment-ci, elle était encore légère mais au fur et à mesure que le temps passait, elle augmentait.

La semaine qui suivit mon retour à la maison fut assez pénible. Mon père reprenait ses vieilles habitudes. Il criait, me critiquait sans arrêt, disait que ce que je faisais c'était du show, pour ne pas devoir étudier. Et consort. C'était absolument faux. Je n'y pouvais rien, je me sentais mal. Mon hospitalisation ne m'avait pas aidé. Au contraire, elle n'avait fait qu'empirer les choses. Je m'enfermais de plus en plus dans ma chambre. Surtout le soir, quand mon père revenait du travail. Je ne descendais que pour manger. Je restais tout le temps seul, et je n'arrivais pas à dormir malgré mes deux somnifères et deux antidépresseurs/sédatifs. J'allai chercher la toute vieille télévision et le lecteur vidéo qui se trouvaient dans le grenier. Comme cela, j'avais une occupation en plus.

Durant cette semaine-là aussi, je téléphonai au magasin. En effet, mon contrat s'était terminé fin mars, et je voulais savoir s'ils comptaient me réengager même si je n'y croyais pas trop. Entre

janvier et mars, il y eut une réorganisation dans la société et le magasin passa dans un autre district. Le nouveau manager, monsieur Mertens, avait eu une friction avec mon père quelques années plus tôt. En effet, le paternel avait renvoyé le beau-fils de ce dernier pour vol. Donc, Mertens me dit au téléphone que justement il n'y avait plus de place au magasin. Ce qui était faux : je le savais, car mon père s'occupait aussi du magasin pour le côté technique. Malheureusement, il ne put rien faire pour cela. Les absences et les embrouilles entre mon père et le district manager mirent donc un point final à ma carrière d'étudiant magasinier. Je me retrouvai donc sans plus un balles.

## **22 Retour à l'école**

Mon super retour à l'école fut un véritable échec. Je n'y restai que deux jours. Je pensais que

ça irait. Mais non. Déjà, rien que les cours étaient un véritable calvaire. En plus, la plupart des élèves m'avaient comme oublié. C'est comme si j'avais cessé d'exister. Lorsque je revis Alex, lui fit comme si rien ne s'était passé. Il essaya de me parler, je le regardai droit dans les yeux et m'en allai. Par la suite, il n'osa plus m'adresser la parole. Comme s'il avait compris que je ne voulais plus rien savoir à propos de lui, qu'il avait compris qu'il m'avait trop fait mal.

Je me retrouvai à nouveau tout seul, sauf au temps de midi, où j'étais avec Marie, François et la bande mais la plupart de ceux-là m'ignoraient. Tout comme Isabelle. Elle me disait à peine bonjour. Ce n'était pas grave, mais cela me fit encore réfléchir à son sujet, mais dans le mauvais sens. Plus j'y pensais, plus je me disais qu'elle n'en valait pas la peine. Surtout qu'elle était retournée avec son copain pendant que j'étais à l'hôpital, et elle voulait me le cacher à tout prix. J'ignore quelle en était la raison, mais je m'en

foutais.

Le mercredi, donc deux jours après mon retour, après la deuxième heure de cours, je me sauvai de l'école. Je n'en pouvais plus. Je me sentais trop mal. J'avais rendez-vous à la gare du Midi à deux heures et demie avec Aurélia, qui pouvait sortir de son internat le mercredi après-midi. On alla voir Nico à l'hôpital. On y alla d'ailleurs presque tous les mercredis.

Ça marchait bien entre elle et moi. Son amour, son soutien me motivaient à me battre pour m'en sortir. Je me battais pour elle, pour que ça marche encore mieux entre nous. Quelques-fois, j'avais un peu du mal. Surtout lorsqu'on se téléphonait et qu'elle n'était pas bien. Cela me rendait encore plus mal, je me sentais impuissant, loin d'elle, sans pouvoir l'aider. Je le cachai la plupart du temps, car je ne voulais pas qu'elle en souffre.

Pendant une période d'une à deux semaines, j'hésitai sur mes sentiments. J'en ressentais encore quelques-uns pour Daphnée. Celle-ci le savait.

Pour finir, je me dis que je devais être content de ce que j'avais, et je restai avec Aurélia. Je n'ai pas regretté mon choix. Je coupai les ponts avec Daphnée et elle resta pendant quelques mois sans nouvelles de ma part.

Enfin, lorsque je rentrais chez moi le soir de ce mercredi-là, j'eus une discussion avec mon père. Comme il voyait que je ne me sentais pas trop bien, il me dit qu'on verrait avec le médecin pour un certificat et voir comment la situation évoluerait. Il était d'accord pour que j'abandonne mes études cette année. Je ne compris pas comment il avait pu changer d'idées de manière si soudaine. Il disait qu'il préférerait mon bien-être plutôt que je me sente mal à l'école et foire tout, que ce n'était qu'une année de perdue, mais que la santé comptait avant tout.

Le lendemain, j'allai chez mon médecin traitant. Je lui expliquai la sensation dans mon ventre qui m'empêchait de faire quoique ce soit, et que parfois c'était tellement violent que je me

mettais à paniquer. Ce fut la première fois qu'on qualifia mon mal par le terme crise d'angoisses. Elle me fit un certificat de deux semaines et me donna un anxiolytique, un médicament appelé Xanax. Malheureusement, celui-ci ne faisait aucun effet. Il ne me soulageait pas du tout, comme si je prenais un bonbon au lieu d'un médicament.

Quelques jours plus tard, j'allai chez mon psychiatre et lui me dit que ce n'était plus là peine de retourner à l'école pour cette année. Il me dit d'arrêter le Xanax puisqu'il ne m'était d'aucune utilité, afin d'éviter une dépendance à ce médicament, faisant partie de la famille des benzodiazépines. En effet, ces médicaments provoquent des dépendances très fortes. Mon psychiatre voulait aussi que je parte loin de ma famille, me mettre au vert et ne plus penser à rien. Ne plus subir de pressions et de contraintes.

Je pensais directement à l'Abbaye de Clervaux. J'y connaissais certains moines, et je savais qu'ils ne me jugeraient pas. On fit les



démarches. Seulement, ils ne furent pas d'accord. Ils avaient trop de travail et n'auraient pas pu être à mon écoute. Ils ne voulaient pas que j'y aille seul. Ils me donnèrent une adresse d'un centre tenu par deux dames qui s'occupaient de gens à problèmes, pour les aider à remonter la pente. On alla voir en fraude, mais cela ne me disait rien du tout. La journée, il fallait s'occuper des animaux de la ferme, et tous les travaux manuels s'y rapportant. Ce n'était franchement pas pour moi. Je n'aurais pas pu. C'était calme et tout, mais j'avais quand même besoin d'autre chose que cela. Je retentai une dernière fois l'Abbaye mais leur réponse ne changea pas d'un iota. Alors je restai à la maison.

## **23 Quelques mois à la maison**

Le premier mai, je revins d'un week-end chez

Aurélia. Je ne me sentais pas bien et je n'avais pas le courage d'attendre le bus à Leuven. Je téléphonai à la maison pour qu'un de mes parents vienne me chercher. Normalement, on recevait de la visite, des amis français que papa avait invités et qui passaient le week-end à la maison. Je demandais s'ils étaient là, et maman me répondit que non. Elle se mit en route pour me chercher. Après une demi-heure d'attente, je montai dans la voiture. C'est alors que maman m'annonça que mon père était reparti vivre avec sa compagne.

J'en avais marre. C'était la troisième fois qu'il jouait ce tour-là. J'étais hors de moi. J'en voulais aussi à maman, car je trouvais déjà qu'elle avait été trop bonne de le reprendre la fois d'avant. J'étais vraiment en colère. Je me rendais compte que mon père était un gros menteur, qu'il n'arrêtait pas de nous baratiner. Le soir, une copine qui habitait le village, Caro, vint me tenir compagnie et me remonter le moral. Je pouvais compter sur elle. Elle est restée toute la soirée, Aurélia me

téléphona pour voir comment ça allait et Nico aussi. Il faut dire que leurs parents à tous les deux étaient aussi séparés. Mais malgré leurs mots, je n'arrivais pas à décolérer.

J'expliquai à mon psy ce qui s'était passé et qu'en plus, je n'avais rien trouvé pour me mettre au vert. Il me donna le numéro de l'assistant social du centre où il travaillait, afin de me donner des adresses.

Je pris rendez-vous chez lui. Mais ce qu'il me donna étaient des associations qui ne proposaient que des séjours d'une semaine. Il fallait que je parte plus longtemps. Pendant cet entretien, je relançai l'histoire de quitter la maison. Il me donna l'adresse du SAJ[19] de Nivelles, dont je dépendais.

Lorsque je dis cela à ma mère, elle rentra dans une rage folle. Surtout que j'avais osé dire que je vivais un enfer à la maison. C'est vrai que la vie à la maison n'était pas facile, et j'en avais vraiment marre d'y vivre.

Après, la consultation, on alla chez mes grands-parents, j'y restai pendant que ma mère allait chez son avocat, pour préparer le divorce. Car elle ne voulait plus que le petit jeu de mon père recommence. Lorsqu'elle fut partie, mon grand-père commença à me traiter de toutes sortes de noms d'oiseaux. Crapule, vaurien, et ce ne sont que les mots les plus tendres. Je ne savais pas que mon grand-père que j'aimais plus que tout, que je considérais comme un second papa, pouvait être si méchant !

Je n'en pouvais plus, j'étais en pleurs et je me sauvai de chez eux. Je partis en ville, avec ma grand-mère à mes trousses. Heureusement que j'étais plus rapide, lorsqu'elle arriva au métro, trop tard, il était parti. Je restai environ une heure en ville, dans les endroits que je chérissais tant, les disquaires.

Lorsque je rentrai chez eux, ma mère n'était pas encore rentrée. Je l'attendis dehors. Je ne voulais pas les revoir, ils m'avaient trop blessé.

J'attendis une demi-heure environ sur la rue et ma mère arriva. Je lui demandai de me ramener mon paquet de cigarettes que j'avais laissé là-bas. Ma mère me força à monter, et mes grands-parents essayèrent de se faire pardonner. Au départ, je ne voulais même pas qu'ils m'approchent, ce furent les yeux emplis de larmes de mon grand-père qui me firent changer d'avis. Pour finir, tout rentra dans l'ordre.

J'allai à nouveau de plus en plus mal, je n'arrivai pas à contenir ma douleur. Je commençai à prendre des médicaments dans la journée, pour être pété. Je me droguais à ces substances. Quatre, cinq Stilnoct et hop j'étais pété grave. La même chose quand j'allais me coucher, car je n'arrivais plus à dormir. Pourtant, je ne dormais pas la journée malgré tout ce que j'avalais ! Je ne faisais que ça de la journée, et répéter mes morceaux à la guitare dans l'espoir de monter un jour une formation avec Nico, mais j'avais de moins en moins de nouvelles de lui. Il était vrai que c'était

chaque fois moi qui téléphonais, j'en avais marre, et commençai à espacer mes coups de fil. Mais on avait ça en projet, qu'un jour on monterait un groupe. Lui à la guitare et au chant, et moi guitare solo.

Aurélia partit mi-mai en Italie, à l'occasion de son voyage de rhétos. Ça me foutait les boules. J'étais tellement traumatisé par mes expériences précédentes avec Isabelle que je ne voulais pas qu'elle parte. J'avais trop peur qu'elle rencontre quelqu'un d'autre. Je sentais que quelque chose n'allait pas tourner rond pendant ce voyage.

J'écrivis un poème pendant qu'elle y était, lui demandant de ne pas m'oublier. Ce fut la première fois que j'écrivais depuis Isabelle. La première fois depuis novembre passé. Je n'en étais pas peu fier, car je pensais que je recommençais à retrouver mes moyens. Mais bon, ce fut toujours la même chose. Ce n'était qu'illusoire, car je n'y arrivai plus par la suite.

À son retour, comme bien souvent les

mercredis, on alla voir Nico à l'hosto. Elle avait un drôle de regard. Je lui demandai ce qu'il se passait. Aurélia m'avoua en pleurs qu'elle avait embrassé un garçon de son école lors d'une soirée et s'en voulait énormément. Elle m'aimait toujours, elle s'était sentie seule, avait eu besoin de réconfort et était désolée. Je ne pouvais que lui pardonner, je l'aimais trop. Je lui dis que ce n'était qu'un bisou, que ce n'était pas trop grave.

Mais la confiance que j'avais réussie à mettre en elle, après deux mois de couple commença à vaciller[20]. Je ne lui fis plus réellement confiance depuis ce jour-là. Chaque fois qu'elle allait quelque part ou sortait avec ses copines, je me sentais mal. J'avais peur. Qui me disait qu'elle ne le referait pas une deuxième fois ? Après qu'elle m'eut avoué cela, je pris peur : et si elle me quittait à cause de cette histoire ? Mais il n'en fut rien.

Le mardi 26 mai, je découvris autre chose : l'automutilation. J'avais trop mal. Mes angoisses

empiraient. J'avais cette boule énorme dans le ventre qui me comprimait tout mon être. J'avais du mal à respirer et à tenir en place. Ces crises devenaient de plus en plus fréquentes. Le pire, lorsque ça commençait, que je n'arrivais pas à savoir pourquoi elles débarquaient, ça empirait de plus en plus. Je finissais généralement prostré en position fœtale, ne faisant plus rien. Je ne savais pas comment arrêter cette souffrance.

Je décidai de faire disparaître ma douleur mentale par la douleur physique. J'ingurgitai quelques médicaments, et pris mon cutter en main. Je commençai à l'enfoncer dans ma peau et je fis plusieurs lignes. Je repassais sans cesse le cutter dans mes plaies, ouvrant ma peau de plus en plus, car je trouvais que ce n'étaient que des éraflures.

J'arrêtai lorsque mes coupures eurent une largeur de cinq millimètres. Je ne l'avouais que le soir à ma mère qui m'emmena me faire recoudre. Huit points de suture et trois affreuses cicatrices. Je n'avais pas touché les veines, ce n'était pas



mon but. Je ne voulais pas mourir. Je voulais vivre, me débarrasser de ma douleur, et pouvoir vivre comme quelqu'un de normal. Après que je fus recousu, on alla chercher mes sœurs qu'on avait laissées chez les parents d'Alain. Celui-ci sortit de sa tanière et vint timidement me parler. Je lui dis juste que je n'étais pas d'accord avec ce qu'il m'avait fait même si je la trouvais super mauvaise. Pour le reste je me taisais, car je laissais couvrir ma vengeance. Je voulais attendre le bon moment, le moment où il s'y attendrait le moins pour pouvoir me venger[21].

[18] Je pense maintenant que c'est surtout dû au fait que je n'arrivais pas à gérer mes émotions.

[19] Service d'aide à la jeunesse.

[20] Et même encore maintenant, par moment, j'ai un peu peur lorsque ma compagne part faire la fête avec ses copines. Mais ce n'est pas comparable à ce que je ressentais à l'époque.

[21] Je ne me suis pas vengé, bien sûr. La rancœur, la haine, c'est quelque chose d'horrible, qui te

ronge. L'abandonner est une des premières choses à faire pour se reconstruire. J'en parle dans la partie « Apprendre à pardonner ».

# Faire du surplace

## 24 Retour au point de départ

Depuis quelques-temps déjà, je repensais souvent à M. Je ne sais pas pourquoi. Chaque fois que j'essayais de l'oublier, les sentiments que j'avais pour elle semblaient me revenir plus fort encore. Je n'avais plus jamais de nouvelles d'elle. De plus, son amitié et sa présence me manquaient. Je lui écrivis pour essayer de réanimer notre amitié, mais je ne lui avouai en rien mes sentiments. Je m'étais promis de ne jamais le lui dire. Je n'eus pas de réponses directement. La confusion entrainait de plus en plus en moi.

Je ne savais plus que faire, car malgré tout j'aimais Aurélia comme jamais. Mais je souffrais de plus en plus. La souffrance arrivait à son paroxysme. J'écrivis encore quelques poèmes sur elle sans qu'aucune des deux ne le sache : ni Aurélia, ni M. Personne d'ailleurs n'était au courant. Je décidai de partir à Clervaux quelques jours avec mon grand-père et je dis cela à mon médecin traitant qui approuva, pensant que ça allait arranger beaucoup de choses.

Quelques jours plus tard, mon grand-père et moi partions pour l'Abbaye. Là, je rencontrai un autre dépressif, Stéphane. Il me fit découvrir des musiques dépressives, comme Slint. J'écoutai de plus en plus KoRn, tout comme Kurt Cobain. Cette musique me soulageait un peu dans ma souffrance. Pendant tout un temps, je réussis à contenir mes angoisses grâce à leur musique, en chantant du KoRn avec mon bide (mais au fur et à mesure que le temps passait, cette technique ne suffit plus).

Le soir, avec Stéphane, on buvait comme des

trous. J'avais acheté une bouteille de vodka et lui une de rhum brun. Mais ce garçon était aussi très mal. Il tentait un sevrage à l'héroïne. Par contre, vers 11 heures du soir, lorsque je me retrouvais seul, ça n'allait à nouveau plus. La journée, je passais mon temps à écrire cette histoire, et ce n'était pas de tout repos. Avec Stéphane, lorsqu'on était ensemble, ça allait encore, il y avait de l'alcool, j'étais angoissé, mais c'était encore supportable. Mais la nuit, je hurlais toutes les larmes de l'enfer qui brûlaient en moi, je cherchais n'importe quoi qui puisse me faire mal physiquement pour essayer d'enlever cette douleur. Je n'en pouvais plus, toutes sortes de pensées venaient en moi, je ne savais plus quoi faire, j'étais malheureux, je souffrais comme aucune personne normale n'avait souffert.

Nous fûmes rentrés le vendredi 12 juin 1998. Le lendemain c'était l'anniversaire de M., et préalablement je lui avais envoyé une carte pour en lui souhaiter un bon, un heureux anniversaire.

Le bonheur, être heureux ! C'est ce que je souhaitais à tout le monde et à moi-même, mais je n'avais jamais pu réellement y goûter !

Lorsque ma mère vit l'état de mes bras et de mon ventre, avant de partir à Clervaux, elle se dit qu'il y avait un gros problème et commençait à me surveiller sans cesse de peur que je refasse une tentative de suicide. Ces doutes s'avérèrent bien réels.

Le mardi 16, ma mère devait aller à Wavre pour y faire des courses. Je l'accompagnai pour me changer les idées et pour aller voir François, Marie et les autres personnes de ma classe. Tout se passa bien. François lorsqu'il me vit, sauta même dans mes bras. On discuta un peu et puis je vis Alex. On partit à deux boire un verre et discuter, mettre les choses au point. Il me raconta un tissu de conneries, bien sûr : que le fait de ne pas me rappeler pour ces médocs était pour me rendre service. Il occulta aussi les moqueries que les gens de ma classe m'avaient rapporté. Bref, rien n'avait

changé, la rage que j'avais pour lui s'était un peu juste apaisée. Je repris le bus et je rentrai à la maison à midi et demie.

Une fois à la maison, je fis une grosse connerie. Je me sentais mal, je souffrais horriblement. Je ne voulais pas faire souffrir Aurélia à cause de moi. Je décidai de rompre. Je lui écrivis une lettre. Lorsque je fus rentré après l'avoir posté, j'étais vraiment mal, j'aimais Aurélia, je ne voulais pas me séparer d'elle. L'angoisse suite à cet acte devenait de plus en plus forte.

Comme un robot, je me dirigeai vers mon bureau, je pris le cutter et commençai à me tailler les veines. Enfoncer le cutter dans ma chair encore et encore. L'entaille dans mon bras et d'ailleurs mon avant-bras tout entier étaient tels qu'ils auraient pu faire partie d'un film d'horreur bien gore. Mais je l'avais mal fait, le sang coulait, mais pas assez vite. Les veines étaient intactes.

J'essayais de le cacher, mais j'avais

absolument besoin d'être recousu. Je le montrai à ma mère qui m'envoya sans plus tarder chez le médecin traitant. Après qu'elle eut fermé les plaies, elle téléphona à mon psychiatre pour que je le voie d'urgence. Je le vis le lendemain, en l'occurrence le mercredi, et le résultat fut que j'allais à nouveau être hospitalisé. Je contactai donc le docteur Schaffer, qui me donna rendez-vous à l'hôpital la Ramée le vendredi de la même semaine pour un entretien et visiter la clinique.

Le lendemain, jeudi, Aurélia rentrait de son internat car elle avait fini ses examens de fins d'études. Elle reçut ma lettre dès qu'elle posa ses affaires. Elle me téléphona directement après l'avoir lue. On s'expliqua au téléphone, tous les deux en pleurs. Je lui dis que j'avais fait une TS à cause de ma décision, mais elle passa l'éponge. Je lui expliquai aussi que je devrais probablement retourner en clinique, car ça ne pouvait plus continuer comme cela. On décida que je passerais la nuit chez elle avant d'aller à la clinique. Je



m'arrangeai avec ma mère pour aller la chercher le lendemain à la place De Brouckère au centre-ville et de cet endroit, se rendre à l'hôpital. Ma mère fut d'accord et je pris le premier bus pour Leuven, afin de me rendre à Bruxelles, près d'elle, au plus vite.

On se retrouva, Aurélia et moi, à notre endroit habituel. On parla un peu. Ses yeux étaient tellement tristes que je regrettais mon geste, lui demandant je ne sais combien de fois pardon. Puis ce que j'avais fait fut oublié. On alla chez son père. On passa le début de la soirée chez lui, avec qui je discutai un peu. Il me passa un petit savon sur mon geste. Puis on alla fêter la fin de ses examens à deux. Première et dernière sortie en amoureux le soir. Nous allâmes dans différents endroits boire quelques verres. Nous voulions aller au cinéma, mais il n'y avait rien d'intéressant à l'affiche. Bref, on passa une fort bonne soirée et on rentra avec le dernier tram. Ce fut ma dernière soirée libre avant un mois et demi.

## 25 La Ramée

Je quittai donc au matin Aurélia pour aller chercher ma mère place De Brouckère. De là, je refis le trajet de tram en sens l'inverse avec maman pour aller à l'hôpital. En effet, le père d'Aurélia habitait tout près. Nous arrivâmes un quart d'heure en avance. Le médecin, lui, arriva un quart d'heure en retard. Il nous fit entrer dans un bureau de consultation. À un certain moment, il demanda à ma mère de sortir. Je parlai un peu avec lui, et lorsque ma mère revint, il nous annonça qu'il me gardait. Moi, qui ne venais que pour une visite puis réfléchir, j'étais directement hospitalisé. En plus, je n'avais aucune affaire avec moi ! J'allai remplir les formalités avec ma mère, puis une éducatrice vint me chercher et nous montâmes au deuxième étage, qui allait être ma nouvelle résidence.

*Note : je reprends l'écriture maintenant, en 2015, après une petite tentative d'écriture en 2003 (pour le chapitre sur la Ramée jusqu'à la rentrée scolaire 1998.). Ne soyez donc pas étonné que le style change fortement, ou que je raconte les choses avec un plus grand recul, même si je vais faire tout faire mon possible pour écrire comme je ressentais les choses à l'époque.*

La Ramée, pour vous situer un peu, est une clinique privée. Elle est composée de trois étages, le rez-de-chaussée destiné aux visites avec une petite cafétéria et un petit parc. Les jeunes se trouvent tous ensemble au deuxième, dans une section qui leur est un peu propre, et leurs activités sont à part du reste de l'établissement. Ils ont leur propre réfectoire, font certaines activités en commun, dont le mardi, où nous préparions nous même notre repas. Il y avait aussi à cet étage-là une salle d'informatique. On m'installa dans ma

chambre, de deux personnes. Sur le lit d'à côté, mon voisin de chambrée dormait. Il s'appelait John. C'était un gars qui était là pour des problèmes d'alcool, et était aussi un peu simple d'esprit, je dois dire. Mais c'était un gars somme toute sympathique, malgré le défaut que je décrirai plus tard.

Bref, il était une heure lorsque je m'installai, et à peine mes affaires déposées, je dus me rendre au réfectoire, pour la réunion des jeunes. J'eus ma première stupéfaction durant cette réunion : la familiarité, à La Ramée, on ne connaît pas. Les patients et le personnel médical se vouvoient, même si une infirmière a le même âge que le patient. Malgré plusieurs tentatives où je demandais que l'on me tutoie, je dus m'y faire, c'était la règle, point barre. À cette réunion, on devait dire quelles étaient nos activités de l'après-midi. La Ramée était beaucoup plus stricte comme établissement, nous étions beaucoup plus contrôlés. Bref, je fis le tour des activités ce jour-

là pour voir ce qui était proposé. Je migrai rapidement vers l'atelier peinture et informatique, je passais la plupart de mes activités à ces deux endroits.

Le soir-même, je fis la rencontre de Max, un « vieux » rocker, qui approchait la quarantaine. Il me faisait penser à Lemmy de Motorhead, le même type de look et des traits du visage vraiment identiques. La première fois que nos regards se croisèrent, il me dit toi « tu taffes ». Je répondis que oui, même si je n'avais plus touché un pétard depuis bien longtemps. Aurélia avait la beuh en horreur, son ex en fumait. Elle ne voulait pas que je fume devant elle, et je n'y avais plus touché.

On commença à parler de musique, jusqu'à ce que le parc soit refermé et qu'il remonte dans son unité. Max était pour là pour un gros problème d'alcool et à l'heure où j'écris ces lignes, cinq ans après, il a encore du mal à s'en sortir[22]. Bref, dès qu'il y avait moyen, on était à deux dans le parc, souvent avec ma guitare classique. Il nous

arrivait de fumer des joints et boire quelques bières qui passaient en fraude. D'ailleurs, le résultat ne se fit pas attendre. Thierry fut renvoyé à cause d'une prise de sang. Ils le transférèrent à Fond Roy, qui est un hôpital nettement moins sympathique, dirons-nous. Il devait être ensuite transféré dans un autre établissement, à Thuin, nommé l'Espérance.

Une des activités des jeunes était de tenir un petit journal de l'hôpital. Avec les connaissances en informatique que j'avais à l'époque, je passai rédacteur en chef du journal. Cette activité me branchait bien. De temps à autre, pendant que j'étais dans la salle d'informatique, j'aidais les gens qui essayaient de se mettre au pc, plus particulièrement au traitement de texte. Je monopolisais assez bien le pc le plus puissant, le réservant dès que possible, surtout pour la rédaction du journal, qui nécessitait un programme un peu plus performant et uniquement installé sur cette machine-là.

Après une semaine ou deux sur place, Aurélia partit quelques jours. Je fis une gaffe. Il y avait à l'hôpital une fille que je connaissais de vue. Elle s'appelait Anabelle, habitait à Louvain-La-Neuve, était de la même école que moi, mais elle était de l'année des vieux briscards que j'avais cotoyé une époque. Nous étions fort attirés l'un par l'autre, et nous nous fîmes quelques bisous-bisous pendant ces quelques jours. Cela a duré je crois trois jours l'amourette avec Anabelle. Je pense qu'elle et moi étions simplement en manque d'affection, moi loin d'Aurélia, et elle dans cet établissement qui se sentait seule. J'appris d'ailleurs plus tard que systématiquement, lorsqu'elle était hospitalisée à la Ramée (elle y a été quelques-fois), elle cherchait un homme avec qui passer le temps. Mais lorsqu'Aurélia revint, je n'avais toujours d'yeux que pour elle, notre relation rentra dans l'ordre, plus amoureux que jamais. Tout se déroulait comme avant. Je pouvais sortir les week-ends et elle venait chez moi durant ce temps.

Finalement, Aurélia vint un après-midi me rendre visite juste avant son départ pour des vacances en Espagne. Elle m'annonça que c'était fini entre nous. Je commençai à trembler devant elle. Pour finir, nous ne nous sommes pas séparés. On allait profiter de ces vacances pour s'éloigner un peu et réfléchir. On ne se donnait presque plus de nouvelles. J'étais persuadé que cela ne donnerait rien de bon, le fait de prendre de la distance avec Aurélia. Mais il n'en fut rien.

Pendant qu'Aurélia était en Espagne, on fit une combine avec une fille du troisième étage que Max m'avait présenté. On connaissait tous les deux un gars qui bossait la journée et revenait à l'hosto le soir. Il voulait du shit, et une femme du premier pouvait en avoir. Le problème, lui rentrait trop tard, lorsqu'on ne pouvait plus se déplacer dans les autres unités. Donc, la fille faisait l'échange entre les deux. C'était trop tentant, l'envie de fumer, avec ce petit morceau entre nos mains, nous a submergés. Nous nous sommes gardé un beau



morceau. Et bref, on fuma un petit ensemble, et je fumais seul, le soir dans le parc de l'hôpital avant que le personnel ne le ferme.

Mais la semaine suivante, ma mère m'annonça qu'il y avait une deuxième convocation à la gendarmerie. Pris de panique, je lui racontai donc l'histoire. Ça me pesait de pas sortir de l'hosto. À Erasme, si je voulais aller me balader, je pouvais le faire, en plus c'était à l'extérieur de la ville, je pouvais même aller dans les champs. Pas à la Ramée. On ne pouvait sortir seul que si l'on était majeur. Je m'ennuyais comme un rat mort. Je n'avais aucune liberté à l'endroit même. Ma mère, bien sûr, alla raconter ma petite aventure au toubib et cette convocation à la Gendarmerie.

Normalement, c'était l'expulsion du centre, avec possibilité que La Ramée porte plainte. Mais le docteur Schaffer fut assez compréhensif. Je n'eus droit qu'à une semaine de sortie interdite, ce qui équivalait, pour mon cas, à ne pas rentrer chez moi le week-end. Il me dit qu'il comprenait, que

c'était en soi normal, mais il devait quand même sévir face à la situation. Le plus dur était que ça tombait pile un week-end de trois jours, et qu'il n'y avait quasi personne à l'hôpital. C'était la joie, je ne vous raconte pas.

La nuit, malgré les médicaments, j'avais beaucoup de mal à dormir. Tout d'abord, la nuit est le moment où je pense le plus, surtout avant d'aller dormir. Cela a toujours été comme cela, et même encore maintenant, malgré des somnifères, il m'arrive parfois de ne dormir qu'une heure ou deux sur la nuit[23]. Mais il n'y avait pas que ça. Mon voisin de chambrée, avec qui je m'entendais assez bien, était infernal la nuit. Il dormait toute la journée. Mais de plus, il ronflait assez bruyamment. Et des fois, Monsieur John ne sachant plus dormir, à 3 heures du matin, faisait sa toilette, se rasait, lisait... C'était assez frustrant je dois dire. Je m'endormais avec mon walkman sur les oreilles.

J'ai écrit aussi quelques poèmes sur place. Un

ou deux sur M. je pense. D'ailleurs, elle vint me voir à l'hôpital ! Ce fut une grande première. Elle n'était pas venue à Érasme. On parla pas mal de son chef pionnier. Il m'avait écrit une lettre quelques jours plus tôt. Il avait rejoint un groupe catholique extrémiste. Dans cette lettre, il me traitait de suppôt de Satan, que j'écoutais de la musique satanique (c'est bien connu, Nirvana, Korn et Biohazard chantent des odes à Satan et consort), que je me vouais au mal... Je coupai les ponts entre lui et moi. J'appris bien plus tard qu'il s'en était sorti, et que le groupe dont il faisait partie était bien recensé comme secte.

On augmentait aussi à mort ma médication. L'équipe médicale trouva que c'était une bonne idée de prendre du Trazolan en journée. J'étais constamment en pleine vape. Dès le réveil, on me refourguait un bon petit antidépresseur-sédatif. Il n'y a rien de tel pour être en pleine forme. C'était assez infernal, le soir j'étais sous neuroleptiques. Je prenais du Dominal. Dès que ça allait encore

moins, hop un petit Temesta ! Le Temesta, lui fut un médicament que je pris encore régulièrement par après. Ce fût la pire des crasses que j'ai jamais prises, il me fallut des années pour m'en défaire, tellement la dépendance à ce truc est sévère. Finalement, après un mois et demi de médicaments intensif, je sortis de l'hôpital, le médecin jugeant que j'étais un peu plus apte à affronter le monde.

## **26 Retour dans la « vraie vie »**

Je sortis le 5 août 1998 de la Ramée. Je passai le premier soir de liberté chez Aurélia. Je dormais sur place, car j'avais rendez-vous chez mon psy le lendemain, pour parler de la suite des événements et faire une sorte de debriefing de mon séjour à l'hôpital. Quelques jours avant ma sortie, sa mère m'appella. Aurélia se demandait pourquoi je ne donnais pas de nouvelles, mais avec cette petite

brouille avant son départ, et les coûts astronomiques des appels téléphoniques en Espagne, c'était dur de l'appeler. Elle rentrait justement de vacances le jour de ma sortie de l'hosto. On décida de lui faire la surprise, et j'accompagnai sa mère la chercher à l'aéroport. Elle sauta tout de suite dans mes bras. On ne se lâcha plus du reste de la journée.

À ma sortie, je prenais encore des neuroleptiques à action anxiolytique, je ne sais plus leur nom, mais je devais en prendre matin, midi et soir. Je ne voulais pas retourner à la maison. Je ne voulais pas rester sans rien faire chez moi, comme les mois auparavant. Alors, je pris un job d'étudiant dans le bâtiment, et comme c'était à Bruxelles, que je devais être sur place à 7 h du matin, je logeais chez mes grands-parents. Eh bien, je vécus deux semaines plus qu'éprouvantes.

Dès le premier jour, je n'aimais pas le boulot. Le travail était extrêmement physique, souvent

dehors avec une chaleur de tous les diables, et sous médicaments, je devais puiser dans mes réserves. Lorsque je rentrais chez mes grands-parents le soir, je ne bougeais plus, je ne pouvais rien faire, j'avais mal partout. Je ne suis pas du tout manuel, comme garçon, ni même sportif. Je pestais tous les jours pour aller bosser, je ne voulais pas y aller, mais je me forçais.

Pendant les deux semaines où je bossais, j'eus la visite d'un de mes cousins. Nous allâmes discuter en ville. On parla de nos galères en voiture et en fumant un petit joint, puis en buvant quelques bières au DNA. On discuta encore quelques heures sur place, pour revenir vers minuit à l'appartement de mes grands-parents. Bien sûr, avec les médocs, j'étais proche d'être bourré. Le lendemain fut dur pour le réveil !

Le dernier jour de travail, le nouvel album de Korn sortait. Comme j'avais une avance sur salaire, je fonçai l'acheter avec Aurélia qui venait passer le week-end à la maison. Ce serait le

dernier. La soirée se déroula normalement, jusqu'à ce qu'on aille se coucher. Elle était indisposée, alors je pris mes médocs. Mais chose inattendue, elle voulut faire l'amour et au beau milieu de l'acte, mes médicaments ont commencé à faire effet. Je n'en étais donc vraiment plus capable. C'est là que tout se mit à foirer. Elle commença à pleurer, car cela lui rappelait de mauvais souvenirs. On discuta encore un petit moment, moi, ayant les idées de moins en moins claires à cause des médocs. Elle disait qu'elle ne savait plus trop où elle en était.

Le lendemain, je voulus reprendre la conversation. C'est là qu'elle m'annonça en pleurant presque que c'était fini. Je n'ai jamais très bien compris pourquoi elle avait décidé de rompre. Après l'avoir ramenée à la gare, je ne quittai plus ma chambre. Je me sentais perdu, j'avais perdu mon âme sœur, ma confidente, et pendant longtemps, je n'ai pu éprouver des sentiments aussi puissants envers quelqu'un, c'était

comme si une partie de moi s'en était allée.

Nous nous revîmes quelques jours plus tard nous rendre nos affaires respectives, et là elle me dit qu'elle-même ne savait pas très bien pourquoi elle avait rompu. J'étais encore plus bouleversé, car elle se le demandait elle-même, mais ne voulait pas reprendre notre histoire. Je perdis le contact avec elle à ce moment-là. Elle m'avait demandé quoiqu'il arrive qu'on reste amis, c'est ce qu'elle voulait à fond, mais c'est elle-même qui a coupé les ponts. Je reviendrai là-dessus un peu plus tard, parce que dans un sens, et je m'en suis toujours voulu, j'ai pensé, et pense encore maintenant, que c'était de ma faute.

Le dernier week-end d'août, j'allai me changer les idées. Xavier m'emmena avec son cousin au festival Pukkelpop. Il y avait Deftones qui jouait. On passa un super week-end, ça me fit pas mal du bien, ça m'évitait de penser à Aurélia, mais ce qui m'effrayait le plus était la rentrée scolaire qui se profilait.



J'allais déjà mieux, mais ce n'était toujours pas la forme. Mes angoisses étaient encore très présentes, mais à ce moment-là j'arrivais plus ou moins à les surmonter. Je me préparais à la rentrée scolaire. Au départ, je pensais changer d'école, car je pensais que changer d'environnement serait le plus propice. Quitter Wavre. Mais l'inconnu me faisait extrêmement peur. Je me suis donc réinscrit en cinquième à la Providence. Ce fut une belle erreur.

## **27 La dernière rentrée**

Début septembre, me voilà à nouveau sur les bancs de classe. La plupart des personnes avec qui j'étais en première commençaient leurs études universitaires, et les autres étaient en Rhéto, hormis quelques rares qui avaient doublé. La rentrée ne se passa vraiment pas bien. Je me suis

vite senti à nouveau mal, le temps de midi j'étais souvent seul, des rares fois avec les rhétos. Je passais la plupart de mes temps libres à la Brasserie du Commerce. Le patron de l'établissement était quelqu'un d'extraordinaire. J'ai un excellent souvenir de lui. Lorsque j'y allais avec ma famille, mes petites sœurs étaient traitées comme des reines. Je ne suivais plus des masses les cours, je n'y arrivais toujours pas. Mon laxisme reprenait le dessus.

Je ne me sentais à ma place nulle part. Je n'arrivais pas à me mêler aux autres élèves de ma classe. Avec ce que je venais de vivre, ma vision de la vie, mes préoccupations n'étaient plus du tout les mêmes que les autres élèves. Je trouvais beaucoup de leurs préoccupations gamines, superficielles. Et l'isolement, même si j'en suis le premier responsable, me fit beaucoup de mal. J'ai encore du mal à aller vers les autres, même en 2015. J'ai comme une gêne. Lorsque je dois présenter mes projets, mes écrits, je les minimise,

ou je dis simplement que c'est mauvais. Mais je me soigne, comme le dit si bien l'expression, même si je manque souvent de répondant, dans les conversations, cela va nettement mieux. Un avantage, aussi, est que comme je parle moins, j'écoute beaucoup. Il me faut parfois digérer ce que j'entends, lorsqu'on parle d'informations, mais on me dit souvent que j'ai une oreille attentive. Mais ne mettons pas la charrue avant les bœufs.

Mes blessures n'avaient pas cicatrisé. Revoir certaines personnes, surtout M., mais aussi Isabelle, m'était extrêmement douloureux. Chaque fois que je revoyais M., mes sentiments passés me revenaient en pleine poire le temps d'un instant. Et je n'arrivais plus à lui parler. On discutait, mais plus rien n'était comme avant. Je ne pouvais plus me confier à elle, lui dire ce que je ressentais. Ce n'était plus une amie, elle était devenue une simple copine, et cela me faisait mal.

L'ambiance à la maison n'était pas au beau fixe

non plus. En plus de devoir gérer la dépression et l'anxiété de son fils, ma mère devait gérer le combat du divorce, et s'occuper de mes deux petites sœurs encore en maternelle.

L'attitude de mon père me répugnait. Il dénigrait ma mère, mon grand-père. Par moment, il ne payait pas les pensions alimentaires, voulant à tout prix se lancer dans des affaires que je trouvais irréfléchies[24]. Je voulais savoir ce qui se passait. Ma mère me fit lire les déclarations et témoignages dans le dossier du divorce. J'étais révolté. On traînait ma mère dans la boue, que ce soit mon père ou mes oncles et tantes, avec des tissus de conneries et mensonges. Ils disaient que ma mère ne s'occupait jamais de moi, ce qui était totalement faux ! Mon père n'était jamais à la maison, et lorsqu'il y était ne pensait qu'à son propre bien être, sans s'occuper de nous (ou alors pour me gueuler dessus).

Je décidai alors de témoigner, de rétablir la vérité et d'expliquer mon vécu et ce que je

ressentais. La réponse ne se fit pas attendre : j'étais manipulé, on m'avait demandé de répondre de cette manière, et j'en passe. Pourtant, c'était bien ma propre initiative. Je trouvais totalement injuste toute cette histoire, cela me mettait hors de moi.

La cocotte minute qu'était Greg était à nouveau sur le point d'exploser. Malgré tous les médocs, le Temesta pris constamment et les neuroleptiques du soir, mes crises d'angoisse commençaient à reprendre le dessus. Je recommençais à ne plus tenir sur ma chaise en classe. C'était impossible de rester assis des heures à écouter le professeur ou me concentrer.

Le soir, dans cette grande chambre à l'écart de toute la maison, je me sentais seul et vraiment mal. Mon cutter n'avait pas disparu, il était toujours là avec des traces de vieux sang séché sur la lame. Je recommençai à me tailler les bras. Je pensais beaucoup à M. Mes sentiments revenaient, par moment. Un soir je me suis taillé un M. Sur mon

avant-bras droit. Je le masquais avec une ligne en plus, pensant naïvement que ce ne serait pas flagrant.

La situation ne pouvait plus durer, et mon psy me fit reprendre contact avec la Ramée. Seulement, le docteur Schaffer n'y travaillait plus. Ce serait un autre médecin qui s'occuperait de moi durant l'hospitalisation. L'entrée fut planifiée pour le 18 octobre. Entre temps, je ne savais plus rester à l'école. Je restais de nouveau à la maison.

Il y a cependant quelques événements à souligner avant de rentrer à l'hôpital. Un jour, M et moi allâmes prendre un verre pendant qu'elle n'avait pas cours. Ce fut notre dernière longue conversation avant un bon moment. Elle vit la marque sur mon bras. Elle ne dit rien, mais je voyais bien qu'elle avait compris. Pourtant, je ne lui parlais pas des sentiments que je croyais avoir pour elle à ce moment-là.

Quelques jours avant de rentrer à l'hôpital, je reçus un coup de fil. C'était Aurélia, en pleurs.

Alexis, son frère, venait de décéder. Il était en traitement pour se soigner, son corps n'avait pas supporté. Cette annonce me fit comme un gros coup de massue. J'étais complètement sonné, je n'arrivais pas à trouver les mots pour la reconforter. En plus, il était tard, il m'aurait été impossible d'aller jusque Bruxelles pour la soutenir. Elle voulait que je vienne à l'enterrement. Malheureusement, celui-ci était planifié pour le jour où je devais rentrer à l'hôpital. On tenta de négocier avec le médecin, pour que je puisse d'abord aller à la cérémonie, refus catégorique de sa part. Je venais à l'heure prévue ou je ne venais pas du tout. Je n'avais pas le choix. Je m'en suis voulu pendant des mois, car après cela, j'ai totalement perdu le contact avec Aurélia. Je m'en veux encore maintenant. Si seulement j'avais été là, je me demande si bien des choses ne se seraient pas passées différemment[25].

Quelques jours ou la veille de mon hospitalisation, je ne saurais plus dire, les

souvenirs sont devenus flous plus de quinze ans après ces événements, ma mère m'emmena à la Brasserie du Commerce. Valentino nous demanda ce que nous prenions comme apéro. Je demandai une vodka orange. Valentino, toujours prévenant, me dit que je n'avais pas dix-huit ans. Ma mère insista pourtant, disant qu'elle était avec moi. Elle dit d'emblée que je rentrais à l'hôpital, qu'on ne savait pas quand je sortirais. Je me rappelle encore sa réponse : « Raison de plus pour que je ne te la serve pas !, mais quand tu auras ta majorité, ton verre t'attendra ». J'étais estomaqué. Quand on partit, il me prit dans ses bras, me souhaita bonne chance.

## **28 Retour à la Ramée**

Me voilà donc de retour à l'hôpital, avec le docteur No[26], à la place du docteur Schaffer.



Dès que j'arrivai à l'accueil, je reconnus une tête familière. Cécile, ma première conquête à Erasme, m'accueillit donc pour ma deuxième hospitalisation. On fit les paperasses, puis on me conduisit à ma chambre, composée de quatre lits. Lorsque j'installais les affaires avec ma mère, quelqu'un sortit de la salle de bain : c'était John, mon ancien voisin de chambrée ! On était à nouveau dans la même chambre. Le plus drôle, c'est lorsqu'on allait sortir de la voiture, ma mère et moi, elle me dit :

« Chiche que tu seras dans la même chambre que John.

— Peut-être », avais-je répondu en n'y croyant pas vraiment.

Eh bien, oui, c'était le cas ! On rit un bon coup ma mère et moi, puis je discutai à mon aise avec Fabrice sur les raisons de mon retour et lui du sien lorsque ma mère fut partie. Il y avait deux autres personnes dans la chambre, mais je ne sais plus pourquoi ils étaient là. Il y a avait Michel, qui

allait devenir plus tard un futur collègue, et Mohamed. L'ambiance était bonne dans la chambre, on s'entendit tous tout de suite très bien.

On était à peine le premier soir qu'une fille vint me trouver : Mélanie. Elle était dans la chambre de Cécile, qui voulait me dire quelque chose qu'elle n'osait pas m'avouer. Les sentiments qu'elle avait éprouvés à Erasme envers moi refaisaient surface. Cela me revint en tête. Ces quelques jours où l'on s'était échangé des bisous-bisous, qui s'étaient soldés par un arrêt de ma part lorsqu'elle s'était à nouveau tailladé les bras. Je ne pouvais pas dire oui. Je continuai cependant à parler avec cette fille, Mélanie, et on fit plus ample connaissance. Elle avait sept ans de plus que moi, était là pour des problèmes d'anorexie-boulimie et de dépression. Malgré son problème, elle n'avait pas de réel surpoids et était vraiment très jolie. On commença à passer beaucoup de temps ensemble, au grand dam de Cécile qui m'adressa à peine la parole à partir de ce moment-

là.

Je repris tout de suite ma place de rédacteur du journal. L'équipe n'avait pas eu de journal de meilleure qualité après mon passage, et tous les jeunes demandèrent que je mette en page les suivants. J'étais en quelque sorte chapeauté par un éducateur. On travaillait à deux sur le journal, et on s'enfermait des heures dans le local informatique en mettant la musique à fond. C'est d'ailleurs lui qui me fit découvrir Placebo. Nico m'avait déjà fait écouter, mais je ne m'étais pas attaché aux paroles ni à quoi que ce soit, je trouvais en plus leur musique trop calme. Pendant un petit temps, les disques de ce groupe n'ont pas arrêté de tourner, surtout le soir avant de dormir.

Cependant, la relation avec le psy se passait très mal. Elle était incapable de comprendre quoi que ce soit de ma personne. Elle n'était jamais à l'écoute. Si je me sentais mal, je devais batailler pour la voir, et généralement elle me gavait de Temesta plutôt que de m'écouter. La relation

empira lorsque Mélanie et moi découvrîmes que nous avions des sentiments très forts l'un pour l'autre. Quelques jours après mon entrée, on commença à sortir ensemble. Mais les relations entre patients étaient interdites dans l'établissement. Nous nous cachâmes, mais cela arriva vite aux oreilles de l'équipe soignante. Et ce ne fut pas le seul problème. Mélanie m'avait caché un de ses problèmes, elle était cleptomane. Elle ne pouvait s'empêcher de chiper des choses à ses voisines de chambrée. Le résultat fut sans appel, elle fut virée de l'hôpital.

J'étais furieux, car rien ne prouvait qu'elle avait volé ces choses. Je faisais part de mes griefs, et chaque fois que j'étais en entretien avec le psychiatre, que ce soit à ce propos, pour moi-même ou d'autres questions sur les soins, cela finissait en joute verbale entre le docteur et moi. Elle ne me faisait en plus absolument pas confiance. Pouvant sortir le week-end de l'hôpital, chaque lundi je me faisais réveiller pour un test

d'urine. Elle restait persuadée que je profiterais des sorties pour prendre de la drogue.

Rester dans l'hôpital ne m'aidait pas, ne servait à rien. Je voulais sortir. Mon anniversaire approchait, j'allais fêter mes dix-huit ans. Je commençais à prendre conscience que légalement j'étais majeur et que quoi qu'on en dise, je pourrais prendre mes décisions tout seul sans que personne ne puisse s'y opposer à moins d'un passage au tribunal.

## **29 Dix-huit ans**

6 novembre 1998. Le jour de mon anniversaire. Dix-huit ans, je rentre dans la cour des grands. Généralement, on fête ça en grande pompe. J'étais toujours à l'hôpital, mais j'eus cependant une dérogation : je pouvais aller dîner au restaurant avec la famille. Ce fut un repas

tranquille : mon père et ma mère rangèrent leur guéguerre le temps d'une soirée pour qu'on soit tous ensemble. Je reçus également un cadeau assez rare encore pour un jeune de mon âge à l'époque : un GSM[27]. Mes parents me dirent que maintenant, comme j'étais souvent en vadrouille, c'était important que je puisse appeler en cas de problème. Le restaurant se trouvait à moins de cent mètres de chez le père d'Aurélia. Je ne pouvais m'empêcher de penser à cela durant tout le repas, j'avais peur de la croiser. Mais globalement le repas se passa bien. Après un bon dîner, retour à l'hosto, jusqu'au lendemain, où je pourrais sortir pour le week-end.

Ce fut une des rares fois où l'on fêta mon anniversaire. Je n'aime pas trop être le centre de l'attention. En fait, ce n'est pas que je n'aime pas, c'est que ça me gêne. J'ai encore et toujours l'impression énorme de ne pas mériter une telle attention. Pourtant, ma mère avait bien préparé le coup : Mélanie, avec qui je filais le parfait amour

nous attendit à la sortie de l'hôpital, et venait passer le week-end à la maison. Ma mère avait préparé une fête surprise à la Brasserie du Commerce. Mes quelques amis du secondaire étaient là : Marie, François et Maria (mais bien sûr, pas de M.). Comme promis, alors que j'étais toujours hospitalisé, Valentino m'accueillit avec mon verre de vodka. C'était une super soirée.

Bien sûr, le lundi matin, le pot pour le test d'urine était là à m'attendre. Mon sang ne fit qu'un tour : je demandai à signer une décharge pour sortir illico de l'hôpital. Le médecin me demanda de patienter un peu, de réfléchir à la question et d'en parler avec mes parents.

Il fallait aussi réfléchir à un autre problème : que faire de ma vie, maintenant ? Je ne me sentais pas apte à retourner à l'école. De plus, j'étais majeur. On ne pouvait plus m'obliger à y retourner. Mais que faire ? Avant de sortir, je rencontrai donc l'assistante sociale qui travaillait à l'hôpital.

Je me disais que ce qui me plairait, avec tout

mon vécu, serait d'aider d'autres personnes. Beaucoup de monde m'avait aidé d'une manière ou d'une autre, il était normal que je rende la pareille. L'AS me parla de ses études. Elle m'expliqua qu'il était possible de commencer les études sans avoir son CESS[28], diplôme du secondaire supérieur, moyennant la réussite d'un examen d'entrée. Elle me donna diverses adresses d'écoles, dont plusieurs à Bruxelles. Seulement, en début d'année scolaire, il était encore un peu tôt pour s'inscrire pour la rentrée qui serait dix mois plus tard. Mais arrêter l'école entraînerait des complications pour mon statut : perte des allocations familiales, je n'aurais pas droit au chômage comme je n'avais pas fini mes études. Je n'étais pas forcément apte à rentrer directement dans la vie active. On décida donc de me mettre sous certificat médical jusqu'à ce qu'on trouve une solution.

Je ne pouvais cependant plus rester dans l'hôpital. Comme je l'ai dit un peu plus haut, ça ne servait à rien. Discuter avec la psy devenait



impossible. Je devais faire des pieds et des mains pour la voir. N'en pouvant plus, je dus faire un sitting dans le hall de l'étage où j'étais hospitalisé, devant les ascenseurs pour qu'elle daigne me recevoir. L'équipe soignante voulait me déloger, que j'aille à table avec tout le monde. Mais je refusai. Cela faisait des heures que j'attendais que le médecin daigne me recevoir, prétextant chaque fois qu'elle devait traiter des cas plus urgents. Ce fut l'avant-dernier entretien. On décida que je sortirais quelques jours plus tard, exactement un mois jour pour jour après mon entrée à l'hôpital.

[22] La dernière fois que je l'ai vu, en 2004, c'était toujours le cas. Je n'ai plus eu de nouvelles de lui depuis, j'espère qu'il va bien.

[23] En 2003, lorsque j'ai écrit ces lignes, c'était encore le cas. Depuis quelques années, je dors bien mieux. J'en parle dans le dernier chapitre.

[24] Tiens, certains détracteurs dans la famille peuvent me la refaire celle-là : vouloir vivre ses rêves d'écriture sans se soucier des conséquences sur le reste de la famille.

[25] Voir l'épilogue.

[26] Désolé, je n'ai pas trouvé d'autre nom. Mais je pense que ce mot lui convient parfaitement : elle disait non à toutes mes demandes.

[27] Oui, en Belgique on ne dit pas téléphone portable. On dit tout simplement GSM qui est le nom du protocole de téléphonie mobile.

[28] Certificat d'Enseignement Secondaire Supérieur, équivalent du bac.

# Apprendre à remonter

## 30 Chercher sa voie

Enfin sorti. Enfin libre. Allait commencer le vrai travail maintenant. Savoir quoi faire de ma vie. Trouver des solutions pour m'en sortir, pour ne plus vivre ces crises d'angoisse et apprendre à les accepter et les gérer. Je ne savais pas cependant, que ce travail me prendrait encore un bon bout de temps.

Je filais le parfait amour avec Mélanie. Elle vivait loin de chez moi, il me fallait deux bonnes heures en train pour aller jusque chez elle. Elle dépendait du CPAS (l'aide sociale belge), avait un

petit appartement mais lorsque je n'étais pas chez elle, elle restait chez ses parents, qui vivaient à cinq minutes à pied de là. On se voyait le plus souvent possible, je restai parfois une semaine entière chez elle ou elle chez moi.

On cherchait des solutions. On nourrit même l'idée de créer un temple du rock : un magasin qui vendrait disques et toutes sortes de goodies liés au Rock et Metal, avec en plus des fringues. Bien sûr, ce projet ne resta qu'au stade de l'imaginaire, et je ne pense de toute façon pas que ça m'aurait plu à long terme. Seulement, elle ne faisait rien pour s'en sortir.

Il me fallut du temps pour m'en rendre compte, je me voilais la face. Pourtant, tous les signes étaient là. Quelques semaines après mon hospitalisation, j'arrêtai une grosse partie de ma médication. Il ne me restait plus que le Temesta, dont je n'arrivais pas à me défaire, ce qui n'aidait pas : j'étais presque tout le temps défoncé. Je prenais encore des médocs au soir, les fameux

Trazolan et Stilnoct, pour être bien calmé pour la nuit. Je cherchais des solutions pour m'en sortir, même si cela me prenait du temps, de la réflexion. Quant à elle, elle se complaisait dans sa situation. Rien n'évoluait. Je pensais que ça viendrait avec le temps, mais rien ne changeait.

Une relation entre deux personnes en plein mal-être, ce n'est pas bon, et au bout de quelques mois, je n'en pouvais plus. J'avais l'impression de tenir le couple sur mes épaules[29]. Elle se gavait toujours autant et allait se faire directement vomir dans les toilettes, se gavait toujours autant de médocs et n'était pas suivie régulièrement par un psy. Je n'en pus plus. Je ne pouvais pas rester dans cette situation. Début avril, je coupai ma relation avec elle.

Pendant ce temps, je correspondais avec Max, qui était toujours dans son centre, bien loin à Thuin. Max adorait dessiner, il avait un talent incroyable. Il m'envoyait ses lettres sur des photocopies de ses dessins. On parlait de nos

galères, comment ça se passait. Sa correspondance me faisait du bien. On se promettait de se voir dès qu'il pourrait sortir.

Juste avant ou après, je n'en suis plus sûr, que je rompe avec Mélanie, j'eus droit à un sevrage forcé. Je n'arrivais pas à me passer de mes Temesta. J'en prenais matin, midi et soir. Dès que j'étais un poil contrarié, que je sentais un pic d'anxiété, j'avalais une pilule. Cela ne pouvait plus durer. Un beau matin, je me dirigeais vers la grande commode du salon, où je laissais mes médocs. Ils n'étaient plus là. Panique totale. Je sentais déjà l'angoisse qui commençait à m'envahir. Ma mère m'annonça que ça ne pouvait plus durer comme cela, et qu'elle avait planqué ma drogue.

Je hurlai ce jour-là, de colère. Pourtant, je savais qu'elle avait raison. Ce truc était en train de me bousiller. J'étais tout le temps défoncé. La première semaine fut tout simplement horrible. Impossible de dormir. J'étais tout le temps sur les

nerfs. Je dormais à peine malgré les autres sédatifs et somnifères. Mais petit à petit, les effets de manque se calmèrent. Psychologiquement, par contre, c'était difficile. L'envie ne partait pas. Dès que ça n'allait pas, dès que je sentais le stress monter, j'y pensais et j'avais du mal à me sortir cette envie de ma tête.

Quelques jours (ou semaines, les dates ne sont plus précises) après avoir rompu avec Mélanie, Daphnée passa quelques jours à la maison. Elle n'avait pas changé, elle était toujours aussi belle. Je pensais retomber amoureux. Le premier soir, je tentai déjà de l'embrasser, mais elle recula. Cependant, la deuxième nuit, c'était comme si on ne s'était pas quittés. On ne dort presque pas cette nuit-là. Je ne sais plus ce que je lui ai promis le lendemain, lorsqu'on l'a ramené chez elle. Je ne sais plus ce qu'on s'est dit. Le fait est que nous sommes pas ressortis ensemble. Je pense que de toute façon, je n'étais pas apte à recommencer une nouvelle relation. Et puis,

j'avais un sujet de préoccupation qui allait m'occuper pendant de longs mois : préparer ce fameux examen d'entrée.

Je retournai souvent à Wavre, voir mes quelques amis de la Providence pendant le temps de midi. C'est là que j'entendis parler de l'institut Cardijn. Certains de mes anciens camarades d'école iraient y poursuivre leurs études pour devenir Assistant Social. Ma mère et moi sommes donc allés nous renseigner. Oui, on pouvait bien poursuivre ces études sans diplôme, moyennant un examen d'entrée. On ne se fit pas prier, et on fit directement toutes les modalités : inscription à l'examen d'entrée, préinscription à l'école. C'est là que ma mère et moi se rendirent compte qu'il était difficile de venir en transport en commun de notre patelin. Elle me prit une chambre d'étudiant. Seule avec trois enfants, on avait une réduction, ce qui fait que ça ne revenait pas trop cher. J'eus même droit à une visite de ma future chambre, et fis déjà connaissance avec l'un de mes futurs



colocs qui gardait sa chambre pour l'année suivante. Maintenant, il ne me restait plus qu'à me préparer.

## **31 Quelques mois studieux**

On y était. J'avais plusieurs mois pour étudier. Les sujets de cet examen couvraient cependant pas mal de matière : l'ensemble des cours de Français, Géographie, Histoire et Mathématiques avec des lectures en plus. J'eus cependant énormément d'aide, venant parfois de personnes que je n'aurais même rien espéré.

Il y avait déjà mon ancien professeur d'Espagnol, dont je vous ai déjà parlé. Il me proposa tout de suite son aide, pour m'aiguiller dans mes études et lectures. Il me proposa aussi de venir l'aider, avec ses élèves, de préparer le décor de la pièce des Réthos. J'acceptai sans hésiter, ça

me permettait de revoir Marie, de ne pas rester tout le temps enfermé chez moi. Je reçus d'un de mes oncles avec qui je n'avais plus aucun contact, étant du côté paternel, des cours pour se préparer au jury central qui couvraient les matières d'Histoire et Géographie. Le père d'un des anciens copains scouts, qui était professeur, me donna des cours de Maths, qui était vraiment ma bête noire. Je reçus également pas mal de cours à prêter d'autres élèves de la Providence, dont M.

Je parcourais ses notes lorsque quelque chose me marqua profondément. Dans un de ses cours, il y avait une question : que recherchez-vous chez l'être qui partagera votre vie ? C'était une liste à répondre, avec des priorités. Tout ce qu'elle avait énuméré, lorsqu'on passait nos journées ensemble, était ce que je ressentais et ce que je pensais qu'elle avait apprécié chez moi. Lire cela, me fit énormément de mal. J'étais en colère contre elle : pourquoi n'avait-elle jamais dit oui, dans ce cas ? Je me suis remis à espérer quelque peu, car en

plus, je savais qu'elle allait également à Cardijn pour être AS.

Mais elle était en couple, si je me rappelle bien, déjà à cette époque. Les rares fois où on se parlait, c'était principalement pour ses problèmes de cœur. J'étais là à écouter, conseiller. Même si ça me faisait mal. Je ne pouvais juste pas lui dire. Et puis, avec tout le mal que je lui avais fait, jamais je ne me serais permis de m'immiscer ou de lui dire de me prendre à la place de son mec.

Pendant cette période studieuse, Max sortit de son centre de désintoxication. On commença à se revoir. J'aimais bien sa compagnie, même si par moment, j'étais vraiment mal à l'aise. Il continuait à picoler. Il buvait pas mal de bière, fumait pas mal de pétards. Je le suivais un peu, mais sans plus. Je ne savais pas tenir la cadence. Il s'était trouvé un petit studio à Bruxelles, et je passais de temps en temps. Finalement, il m'annonça que Metallica venait en Belgique, à Werchter, un festival avec plein d'autres groupes qu'on

appréciait tous les deux.

Seulement, je n'avais pas un balle. Je rêvais pourtant d'y aller. Voir ce groupe, que j'écoutais depuis mes douze ou treize ans, je ne voulais rater ça pour rien au monde. Contre toute attente, mes grands-parents me proposèrent un marché : on t'offre la place pour les trois jours, mais si tu foires ton examen d'entrée, tu nous rembourses. J'étais fou de joie. Max s'occupait de presque tout, je n'avais qu'à m'occuper de la tente.

Juste avant l'escapade à Werchter, c'était la proclamation des diplômes à mon ancienne école. La fin d'une période non seulement pour moi, mais pour les quelques amis qui me restaient. Il était donc normal que j'aie les soutenir. Ce fut avec un pincement au cœur que j'assistai à la proclamation des résultats. Ils avaient fini, ils avaient eu leur papier. Pas moi. Même si je savais que je pourrais continuer ma route, finalement, je n'étais pas comme eux. Je n'avais pas réussi. Je me suis pris une biture monumentale, lors du bal qui suivit. On

termina par picoler dans les bois, dans les hauteurs de Wavre, là où j'aimais aller lorsque je brossais. Il était tard, et comme bien d'autres élèves, je n'avais aucun moyen de rentrer chez moi. On alla tous dormir à l'étage d'un magasin tenu par la mère d'une des élèves. Lorsque je revins le lendemain à la maison, je me suis pris une belle engueulade. Ma mère était morte d'inquiétude. Je n'avais pas donné de nouvelles, elle n'en avait presque pas fermé l'œil de la nuit. Elle vit cependant mon regard triste, parce qu'ils avaient eu ce papier et pas moi.

Je me changeai les idées à Werchter, avec Max. Ce furent trois jours de défonce totale. Max avait pris avec lui trente grammes d'herbe. On fumait du matin au soir. Et on picolait comme des porcs. Il suffisait de ramasser quelques gobelets pour avoir une boisson gratos, ce qui fait qu'on ne déboursa pas un balle pour boire durant tout le festival. Bien qu'on fut totalement défonçés pendant les trois jours, j'ai gardé un excellent

souvenir de ce moment. J'étais ébloui par Metallica, qui maîtrisait comme nul autre la scène. Max étant plus âgé, il était resté à l'arrière. Mais je voulais les voir de près.

J'ai avancé, avancé. Mais je commençais à flipper. Je me retrouvais entouré de gros malabars, les gros stéréotypes du métalleux en veste de cuir et Santiags. Moi qui étais si petit ! J'allais me faire écrabouiller ! Pourtant, dès que le concert commença, avec ses pogos furieux, je me retrouvais dans mon élément. Je me défoulais. Dès que je n'avais plus de souffle, je tapotais sur l'épaule d'un des grands gaillards à côté de moi et il me propulsait sur les gens qui me portaient jusqu'aux barrières de sécurité. Grâce à cette technique, je pus voir le groupe plusieurs fois, à seulement quelques mètres de moi.

Quelques jours après le festival, je partis deux semaines à Clervaux, à l'abbaye. Ce serait plus facile pour me concentrer et étudier, bien au calme. C'était la première fois que j'y allais tout seul,

cela me faisait un peu flipper. Le soir, à 21heures précise, c'est le silence absolu. Plus aucun bruit, chacun est enfermé dans sa chambre. On ne respectait pas vraiment cette règle, mon grand-père et moi lorsqu'on y allait à deux. J'allais dans sa chambre et on papotait quelques heures. Seulement là, j'étais vraiment tout seul. Je commençais en plus à stresser : et si je n'y arrivais pas, qu'est-ce qui se passerait ? Comment est-ce que je ressentirais l'échec ? Par moment, ces questions m'empêchaient d'étudier. J'avais du mal à encore gérer mon anxiété sans Temesta. Au bout de deux semaines, je n'avais pas l'impression d'avoir avancé dans mon étude. Surtout que, lorsque je serais de retour, j'aurais une autre occupation qui allait me prendre pas mal de temps...

## **32 Déménagement**

Ma mère allait reprendre son boulot à temps plein. Elle devait partir très tôt pour aller à travailler à Bruxelles en évitant tous les embouteillages. Moi, je ne serais plus là pour l'aider si je réussissais mon examen d'entrée. Avec deux petites sœurs encore à l'école maternelle, c'était plus facile si elle déménageait et se rapprochait de son lieu de travail.

Elle avait trouvé un appartement à Bruxelles, plus précisément à Auderghem. Moi j'étais content. Non seulement j'allais avoir un kot[30], dans la ville étudiante de Louvain-La-Neuve mais en plus j'allais habiter dans cette ville que j'adorais.

Début août 1999, je fis mes adieu à cette chambre. Cette pièce isolée, à laquelle on ne pouvait accéder que par le garage dans cette maison de plain-pied. Cette chambre qui avait connu tant de souffrance. Ce fut dur de se séparer de tant d'affaires : j'allais vivre dans une chambre minuscule, alors que je vivais dans l'équivalent



d'un studio. Mais je m'en fichais. Changer d'air allait me faire le plus grand bien. Je n'avais pas besoin de beaucoup : il ne me fallait que mon pc, ma guitare et mes livres, c'était tout ce qui m'importait.

Généralement, je suis nostalgique quand je quitte un lieu dans lequel j'ai ressenti des émotions fortes et eu des tas d'expériences. J'ai besoin de repenser à ce que j'y avais vécu, de dire au revoir à ce lieu. Bizarrement, ici, je n'en eus pas besoin. Je ne me retournai pas une seule fois lorsque nous eûmes fini de tout débarrasser. La page la plus sombre de ma vie était en train de se tourner. Un nouveau chapitre allait bientôt commencer.

Entre quelques déballages de caisses et période studieuse, je me promenais en ville. Un matin, je croisais un punk qui faisait la manche. Tout en lui filant un peu de tabac, on tapa un peu la causette. Il me proposa de passer dans l'après-midi, non loin de là. Il rejoignait plusieurs de ses camarades pour passer le temps. J'acceptai sans

hésiter. Je ne connaissais pas grand monde en ville, ce serait l'occasion de rencontrer de nouvelles têtes.

Je ne me sentais pas super à l'aise. J'avais quelques amis punks, mais ce n'était pas pareil. C'étaient des vrais de vrais, qui ne vivaient plus chez papa-maman. Bien que tout le monde fut très accueillant, certains me faisaient un peu peur. À juste titre. On parla de nos vécus, de nos galères et déboires. Je ne sais plus comment c'est arrivé sur le tapis, je parlais de moi et je montrai mes bras, un peu pour éviter de me lancer dans trop d'explications. Je reçus une gifle. Bien violente, tellement rapide que je n'avais rien venu venir. Le mec en face de moi était rouge de colère.

« Qu'est-ce que tu en sais toi, sur la souffrance ? »

Il était prêt à me bondir dessus pour me filer une bonne correction. Ses potes le retinrent et l'emmenèrent se calmer plus loin. J'étais sonné. Je ne m'étais absolument pas attendu à ça. D'autres

me demandèrent de l'excuser. Il n'avait pas une vie facile. Voir des personnes qui avaient osé baisser les bras et l'exhibaient comme cela le mettait hors de lui.

Cette intervention me fit pas mal réfléchir : ma souffrance n'était pas plus importante, n'avait pas plus de valeur que celle d'un autre. Aucune souffrance n'est comparable : ce qui me paraît difficile, insurmontable sera peut-être une broutille pour un autre, et inversement. Dans un sens, j'étais quand-même un privilégié. C'est vrai que j'avais pas mal souffert, mais heureusement que des personnes telles que ma mère, mes grands-parents étaient là. J'avais toujours quelqu'un ou quelque chose à laquelle je pouvais me raccrocher. D'autres n'avaient pas cette chance, devaient se battre ne fut-ce que pour pouvoir vivre, avoir un toit. Depuis ce jour-là, je n'ai plus jamais jugé la souffrance d'autrui.

## 33 La dernière crise, et le moment de vérité

Je me rappelle que c'était un week-end, vers la mi-août. Mes sœurs devaient être chez mon père et ma mère s'était absentée. J'étais seul à l'appartement, à essayer d'étudier. Je commençai à sérieusement paniquer. Je n'arrivais plus à me concentrer. Ces questions me revenaient sans cesse, comme à Clervaux : « Et si je foirais ? ». Impossible de contenir cette sensation dans mon estomac. Le bide entièrement compressé. Je n'arrivais plus à respirer. Je perdis totalement le contrôle de moi-même.

Lorsque ma mère rentra, accompagnée de mon parrain, j'étais couvert de sang de la tête au pied. Je m'étais à nouveau mutilé. Je ne m'étais pas limité au bras. Mon corps comporte encore nombre de ses cicatrices : sur les jambes, sur mon bide.

Heureusement que les entailles, sur le visage, n'étaient pas profondes. Ils essayèrent de me raisonner, rien n'y faisait. J'étais en pleine panique. Ma mère commença à me faire des reproches, et je me dirigeai vers la balustrade de la terrasse. Je m'apprêtais à faire un plongeon de six étages. Ce fut mon parrain qui me retint de justesse.

Ils m'emmenèrent à l'hôpital faire soigner tout cela. Mon parrain travaillait aux urgences, et je fus traité assez rapidement, avec une bonne grosse dose de calmants. Mais bien sûr, on ne me laissa pas sortir, bien que toutes les blessures soient désinfectées et pansées. Il fallait que je voie un psy.

Lorsque celui-ci arriva, il parla illico d'hospitalisation. Je me mis à pleurer. Je ne pouvais pas me laisser enfermer. Pas si prêt du but ! On lui expliqua la situation : j'étais suivi par un psy qui dépendait du même réseau universitaire que l'hôpital, que j'avais cet examen très bientôt et

que certainement la pression m'avait fait craquer. Il me laissa sortir à la seule condition que je voie mon psy le plus vite possible. J'imagine que c'est avec lui qu'on trouva cette solution, car je ne m'en souviens plus : après cet accident, j'allais chez ma tante une bonne semaine, pour terminer de préparer mes examens.

Étude le matin, après-midi à picoler un peu avec le cousin et ses potes. L'horaire me convenait. Je bossais bien la matinée, et le reste de la journée, même si l'activité n'était pas spécialement saine, me permettait de me changer les idées. Le temps passa, vite beaucoup trop vite.

La veille de l'examen, je n'arrivais pas à dormir. J'étais excité comme une puce, mais à la fois inquiet. J'avais hâte de passer tout cela, d'avoir enfin la réponse, de savoir si j'étais capable d'arriver à quelque chose.

Finalement, on y arriva : début septembre 1999, le moment de vérité. Le moment où se jouait tout mon avenir. Malgré la dernière crise passée

quelques semaines plus tôt, j'étais assez confiant. J'avais vraiment bien étudié. J'émettais cependant des doutes pour les mathématiques, mais si je réussissais haut la main le reste, c'était bon. Par contre, il y avait un oral. Je ne sais plus s'il y avait de la matière pour celui-ci, certainement des questions sur mes lectures. Je me souviens bien par contre qu'il y avait toute une partie sur mes motivations à poursuivre ces études. L'oral me foutait sérieusement les jetons. Parler. J'avais vraiment difficile de m'exprimer en public, ça me faisait peur. Peur de ce que l'on allait penser de moi, peur des réactions de mes interlocuteurs et de ne pas savoir le gérer, de ne pas avoir assez de répondant[31].

Comme prévu, l'écrit se déroula comme sur des roulettes. Mais vint l'oral. En attendant mon tour, nous étions une petite dizaine à passer cette épreuve, je tentais de garder mon calme. Ce fut à moi de passer à l'échafaud. Mini panique. Je me retrouvais face à un jury de plusieurs personnes.

Malgré quelques bégaiements, je me lançai. J'expliquai un peu mon parcours, pourquoi j'avais abandonné mes études, et surtout pourquoi je voulais devenir assistant social. Bien que leurs voix, aux membres du jury étaient douces et n'émettaient aucun jugement, ils ne laissaient rien paraître. En sortant, je ne savais pas si je les avais convaincus.

L'attente était interminable. Plusieurs jours sans nouvelles. L'incertitude me rongea. Puis un beau matin, j'eus la réponse tant attendue : j'étais admis ! J'allais pouvoir commencer à préparer mes affaires, je recevais les clés de ma chambre le dimanche soir de la même semaine !

D'un coup, la chape de plomb, toute cette incertitude s'était envolée. Je n'étais pas au bout de mes peines, je savais bien que j'aurai encore beaucoup de travail à faire sur moi-même. Mais, au fond de moi, résonnaient ces quelques mots : c'est une nouvelle vie qui commence !



[29] Voir annexes

[30] Terme bien belge pour dire chambre d'étudiant.

[31] Pour le répondant, c'est encore un peu le cas maintenant, mais j'y reviens dans le dernier chapitre, dans la partie « s'écraser, se taire et mourir à petit feu ».

# Épilogue : arrivée en 2015

Je dus tâtonner encore longtemps afin de trouver ma voie. Je restai deux ans l'institut Cardijn. J'y passai de très bons moments, me fis des amis du tonnerre et je découvris une de mes plus grandes passions : le jeu de rôles. Je vécus ma première relation sérieuse, qui dura trois ans et demi, avec une femme formidable. Mais pour les cours, ce n'était pas encore ça.

La première session d'examens ébranla totalement la légère confiance en moi que je venais d'acquérir. Mon premier oral fut réussi, mais avec une côte de onze sur vingt. Bien que tout le monde me disait que c'était bien pour un premier essai, surtout avec ce prof-là, je me trouvais médiocre. L'examen suivant fut le pompon. C'était de la philo

morale. La prof, très spéciale, bégayait pendant les cours. Mais j'adorais ses exposés, ce fut d'ailleurs le seul cours que je n'ai jamais manqué.

L'examen commença et elle tira sa première salve : « vous êtes nouveau ? Parce que je ne vous ai jamais vu en cours ! » J'étais désarçonné. Je commençai néanmoins à répondre à la question de l'examen, mais arrivant presque au terme de la réponse, je perds les pédales. Panique totale, trou noir et je commence à bégayer. La prof crut que je me moquais d'elle alors que simplement, je paniquais, et bien que ma réponse était aux trois quarts bonne, je reçus la note de deux sur dix. Elle me rétorqua que j'étais immature, que j'avais étudié son cours par cœur et que je n'avais rien compris à ce qu'elle voulait m'enseigner.

Cette histoire me cassa tellement qu'au troisième oral, j'arrivai tremblant comme une feuille avec des difficultés à respirer. Le prof me renvoya chez moi en me demandant de prendre un certificat médical. Résultat : de nouveau une cure

de Temesta pour quelques semaines. Je ne pus terminer mes études d'AS, déjà pour ces petites raisons, mais surtout je n'étais pas prêt. J'étais trop proche des usagers. J'avais du mal à mettre une barrière, à prendre du recul. Je ressentais fort ce qu'ils étaient en train de vivre. Trop sensible, trop empathique avec les usagers pendant les stages, c'était trop difficile pour moi.

Je tentai alors l'impensable : les premières sections informatiques ouvraient en secondaire. À vingt-et-un ans, je me retrouvai sur les bancs de l'école, à côtoyer des gamins de seize et dix-sept ans. Presque tous les matins, je sortais tripes et boyaux, et quand cela ne se transformait pas en crise d'angoisse pure et simple, j'arrivais à me traîner jusqu'à l'école. Je découvris ce stress, mon corps qui me montrait que je ne faisais pas les bons choix. Vous l'avez deviné, je ne pus terminer mon année.

Je tentai par après l'apprentissage en informatique. Mais là encore, ce fut dur, j'eus mal.

Bien que j'adorais travailler dans ce petit magasin d'informatique, mon mal était toujours là. En plus, cette année-là, je rompis avec ma compagne, après trois ans et demi de vie de couple. Ce n'était pas facile, ni pour elle, ni pour moi, et même si la rupture était de mon initiative, il me fallut des mois pour m'en remettre.

Je commençai donc à vivre seul. Mais sans le sou, étant viré de l'école d'apprentissage pour mon absentéisme excessif, je n'avais droit à rien, pas de chômage, que dalle. Je n'avais même pas de quoi payer mon loyer. La solitude, pour couronner le tout, n'aida pas. Je replongeai pendant quelques mois, je retentai d'écrire, et commençai un carnet appelé les tourments de l'âme. Certaines pages sont d'ailleurs tachées de sang, parce que j'écrivais avec les bras ensanglantés. J'avais recommencé à me mutiler, ma douleur et ma solitude étant tellement forte. Je ne pouvais pas rester comme cela, sinon j'allais recommencer toutes mes conneries. À vingt-quatre

ans, je retournai vivre une première fois chez ma mère.

Durant cette période, en juin 2003, je commençai à discuter sur internet avec cette fille. Avec la bande d'amis de Louvain-La-Neuve, nous avons créé un site internet, l'atoll du web, où nous parlions tous de nos passions. Je m'occupais de la partie jeu de rôles avec un ami, nous rédigeons des articles et modérions la section du forum dédiée au sujet. Elle était venue s'inscrire sur le forum. Nous avons sympathisé, et quelques semaines après ma séparation avec mon ex, nous commençâmes à discuter sur Messenger, pendant une bonne année. En août 2004, je trouvai finalement un job, d'abord par intérim. Et avant que l'on me propose un contrat, cette demoiselle de Suisse vint me voir ici, en Belgique. Je me rappelle notre premier baiser. C'était le deuxième jour de sa visite, nous discussions en terrasse, et il vint tout seul, comme par magie.

Je signai mon contrat dans cette grande

compagnie vendant culture et technologie la semaine après la visite de ma chère et tendre. Je commençai comme stockiste, passant ma journée à coller des étiquettes sur des livres et les envoyer en magasin. C'était un travail certes pas très passionnant, mais au moins il était tranquille.

Durant cette première année de boulot, j'arrêtai le Trazolan, dernier médicament que je prenais (donc oui, vous avez vu, ça a duré encore longtemps). Je n'étais plus suivi par personne, hormis mon médecin traitant. J'arrêtai de mon propre chef, en baissant progressivement les doses, comprenant que je n'en avais plus du tout besoin. Ce fut une décision difficile, couper une habitude de plusieurs années me faisait un peu peur. Les premiers jours furent difficiles. Malgré la fatigue physique, je n'arrivais pas à dormir. Mais après quinze jours totalement clean, tout rentra dans l'ordre.

Une bonne année plus tard, je tentai un coup de maître. Je chipotais énormément à faire des sites

internet. La direction était en train de mettre en place son site d'e-commerce, ils semblaient chercher du monde. J'allai voir le directeur en proposant mes services. Je ne fus pas engagé pour travailler sur ce projet, mais à la place, on me fit tester des ordinateurs pendant deux heures, à diagnostiquer des pannes et problèmes de toutes sortes. Je fus catapulté comme seul technicien informatique, au Service Après-Vente du magasin de Bruxelles.

J'aimais beaucoup mon travail au début, et je fis part de mes expériences passées au directeur et à mon chef. Je pus un tout petit peu infléchir sur la politique de la clinique micro, parce qu'il était bien clair d'une chose : les managers n'y connaissaient rien. Que ce soit au niveau législatif, au fonctionnement du monde informatique, et du service informatique à la clientèle.

Je dus me battre pour mon travail. J'étais seul dans une équipe qui s'occupait de tout le reste du SAV. Et c'était un métier dur, très souvent, on se



retrouve insulté, traité de tous les noms. Un exemple parmi tant d'autre pour vous montrer ce quotidien : un client qui avait fait une mauvaise manipulation sur son ordinateur voulait même à un moment, porter plainte contre moi pour vol d'un fichier DLL. Il m'arriva d'éviter plusieurs fois l'envoi de téléphones dans la tronche, car les clients furax, ne comprenaient pas pourquoi leur appareil tombé dans l'eau était irréparable.

Je repris en 2008 des cours du soir. Je rêvais secrètement de monter ma boîte. J'adorais faire des sites internet. Je voulais en faire mon métier, même si j'avais encore beaucoup de choses à apprendre. Comme j'étais sans diplôme, j'étudiai la gestion, pour pouvoir monter entreprise. Ces cours duraient six mois, à raison de trois soirs par semaine. Ce ne fut pas facile, de conjuguer avec le boulot, mais je réussis la formation avec brio.

Au bout de quelques années, elles réapparurent. Les nausées matinales, les douleurs incessantes. Elles durèrent pas mal de temps, mais

je laissais courir, et tout devenait plus dur. Ma relation avec ma douce et tendre compagne devenait également invivable. On se parlait à peine. J'envoyai tout valser en juin 2009. Je fis une replongée fantastique dans l'univers des crises d'angoisse. Je fus de nouveau sous traitement, avalant Temesta sur Temesta. Je chassai ma compagne de la maison.

Malgré toute cette spirale, j'essayais de tout faire pour rester positif : pour moi, ce n'était qu'une mauvaise passe. Je devais virer tout ce qui me faisait du mal pour aller de l'avant. Cela incluait ma relation avec ma compagne, mon travail, et réfléchir à ce que j'allais faire pour vivre plus sereinement. Cependant, début septembre, le drame atteignit son paroxysme.

En arrivant au travail, je regardai par hasard mon fil Facebook sur mon téléphone. Et je vis des messages, un nombre incalculable de messages sur le mur d'Aurélia. Des mots de tristesse, des questions, des coups de colère. Elle était partie,

elle avait mis fin à ces jours. Bien que je n'avais plus énormément de nouvelles d'elle, cette annonce me dévasta. Alors que j'essayais de rester positif, de trouver un sens pour me battre et remonter, le fait d'apprendre son départ ruina en quelques minutes tous mes efforts.

Je m'en voulus énormément. Deux bonnes semaines avant, j'avais écrit à toutes ces personnes qui avaient beaucoup compté pour moi, qui m'avaient soutenu à un moment, ou partagé mes souffrances. J'expliquai ce qui se passait en moi, que je ferais tout pour me battre et m'en sortir. J'avais envoyé cette lettre à Aurélia. Même encore maintenant, je me sens responsable, même si je sais que des graves événements se sont produits dans sa vie. Mais cette pensée m'obsède, j'y pense souvent. Est-ce qu'elle serait encore là si je ne lui avais pas envoyé ce courrier ? Je pense que je n'aurais jamais de réponse à cette question.

Suite à cette nouvelle, je n'arrivais plus à rester positif, un gouffre s'était de nouveau ouvert

sous moi, et je plongeai dedans, sans regarder si la moindre chose pouvait me retenir. Je commençai à planifier. Un lundi matin, je rencontrai ma mère. Je lui donnai les clés de mon appartement, prétextant, comme ma compagne ne vivait plus avec moi, qu'il fallait que j'aie un backup si je perdais mes clés. Mais je savais ce que je comptais faire au soir. Cette nuit-là, j'écrivis une lettre annonçant mon départ. Je l'envoyai par mail vers minuit, pensant que personne ne verrait ce message avant le lendemain. Je me mis rassembler tous les médicaments que je pouvais, et commençai à les ingurgiter. Le téléphone sonna pendant qu'ils se mirent à faire effet. C'était un ami d'internet qui essayait tant bien que mal de me joindre. Au bout de plusieurs essais, je décrochai. Il réussit à me calmer, me fit aller chez ma voisine de palier qui appela l'ambulance. Je me rappelle juste être monté dans celle-ci, n'ayant plus aucun souvenir de la suite des événements.

Lorsque je me réveillai, j'étais aux soins intensifs, et un policier était là, à attendre. Il me posa quelques questions pour confirmer mon identité et s'en alla. Ma mère avait appelé la police, elle n'arrivait pas à me joindre, et je n'étais pas chez moi. Mes parents arrivèrent peu de temps après, mais impossible de sortir, bien que les infirmières confirmèrent que j'étais en état physique de le faire. Il fallait attendre la visite d'un psy qui déciderait si on me gardait ou pas. Il était hors de question, pour moi, de retourner à nouveau en unité psychiatrique. Pour moi, mes hospitalisations n'avaient servi à rien, je m'en étais nettement mieux sorti par moi-même, et je ne voulais pas rester enfermé, gavé de médicaments plutôt que d'avoir quelqu'un à qui parler. Je ne voulais pas me retrouver de nouveau avec des personnes qui ne faisaient que partager des expériences difficiles ou morbides, ou des personnes ayant des troubles plus sévères. J'avais déjà donné, cela n'avait rien arrangé.

Lorsque je vis arriver ce psy, je commençai à désespérer. C'était vraiment le stéréotype du psy « savant fou », les cheveux en batailles, un mélange de coupe à la Jackson Five et à la Einstein. Mais je discutai pas mal avec lui, racontant que je reprendrais contact avec mon ancien psy, et que j'irai vivre quelques-temps chez ma mère. Je ne savais plus m'occuper de rien de toute façon, et il me faudrait en plus plusieurs jours pour récupérer de la dose massive de médicaments que j'avais absorbée. Avec l'assurance que je retournerai chez ma mère, il donna son accord pour que je quitte l'hôpital.

La première chose que je fis, en arrivant chez ma mère, fut d'allumer mon téléphone. Ma messagerie était pleine, et je fondis en larmes. Les messages de détresse de mes proches, qui avaient essayé de me contacter, me donnèrent une grosse claque. Je dus affronter tout le monde, les semaines qui suivirent, et ce ne fut pas facile : encaisser leur colère, que je comprends, leur

tristesse et leur désarroi face à mon geste.

Je retournai donc vivre chez ma mère. Je ne pouvais plus rester seul dans cet appartement, à Bruxelles, et je n'arrivais plus de toute façon à faire front seul face à toutes les tâches quotidiennes. Je quittai mon travail, après une tentative de reprise de boulot qui ne dura que quelques jours. Je ne pouvais plus rester dans cette atmosphère, être pressé comme un citron. Mon départ se passa assez mal, la direction refusant de me donner un préavis, et comme je n'étais pas apte à négocier, pour qu'on en finisse au plus vite, j'eus un C4 médical. C'est comme cela maintenant, les grosses sociétés. Tu rapportes pas mal de fric, tu aides pour des gros contrats ou la compagnie se fait un max de blé, et le seul remerciement que tu en as c'est de finir le contrat sans même un merci ou une compensation.

Une fois au chômage, je me mis à chercher des formations, pour me parfaire en informatique, et je me lançai dans celles-ci : un peu de

développement web pour commencer, mais surtout en administration système Unix, où je rencontrais un pote du tonnerre, qui n'habite pas très loin de chez moi.

J'ai vraiment embrassé le logiciel libre à cette époque, bien que je le supportais déjà, ces formations me permirent de mieux connaître le milieu, et sa philosophie, qui pour moi, est synonyme d'avenir, de société plus juste, si on applique ces principes dans les autres domaines. C'est d'ailleurs aussi une des raisons pour laquelle tous mes écrits sont dans le domaine public. Que d'autres puissent en profiter et s'approprier ce que je fais, pour que le mot partage, le mot « bien commun » puisse avoir un sens dans une société où seul l'argent compte.

Je me rendis compte aussi de beaucoup de choses en retournant chez ma mère. Ma compagne, que j'avais envoyé balader me manquait de plus en plus au fur et à mesure que le temps passait. J'allais souvent chez elle, et un beau jour, comme



j'étais vraiment pas bien, ma mère me posa la question : est-ce que tu te vois faire des enfants avec elle ? C'est là que je compris, parce que oui, je me l'imaginai bien. Et depuis, elle m'a donné le plus magnifique des cadeaux, le meilleur remède moral par ses sourires, notre fils Henri. Il suffit qu'il coure vers moi, avec son si beau petit rire pour faire envoler le moindre petit souci et faire fondre mon petit cœur.

Avec le net, je commençai à bloguer. Timidement au début, faisant quelques trucs pas très intéressants. L'autre du Greg, mon site, connut d'ailleurs plusieurs versions avant d'arriver dans sa version finale telle qu'on la connaît maintenant. Je me renseignais aussi de plus en plus sur le monde, et je me rendais compte que mes sentiments d'ado étaient dans le juste. Le monde ne tourne pas rond. Je parlai pas mal de cette vision du monde sur Facebook, voulant essayer de sensibiliser d'autres. Mais j'eus souvent l'impression de parler à un mur, les gens ne

semblaient pas s'intéresser à cela, aux problématiques de société, préférant leur petit train-train quotidien, partageant des photos de chats ou des vidéos généralement stupides. Et un beau jour, j'ai trouvé des gens qui partageaient en grande partie ma vision de la société : les pirates. Je me sentais enfin compris, je me sentais moins seul.

Mais j'avais toujours du mal à savoir ce que je voulais réellement faire dans la vie. Retravailler dans un système que je n'approuve plus du tout, où je risquais de retomber malade, je n'en voulais plus. Chercher du boulot devint un calvaire, n'ayant jamais de réponse, ou alors des réponses types du genre que je suis sous-diplômé. Je voulais travailler dans l'associatif, me rendre utile à la société[32]. Mais même pour toutes les associations pour lesquelles je postulais, je ne recevais jamais aucune réponse.

La révélation se fit petit à petit. Mon blog commença à « cartonner » avec un billet coup de

gueule sur les stéréotypes du chômeur fainéant[33]. Je commençai à découvrir des auteurs libres, qui écrivaient sur leur blog des histoires, des nouvelles, montrant qu'écrire par ce biais était possible.

Le goût de l'écriture me revint et je me remis à écrire corps et âme, écrivant tous les jours, même si je ne mettais rien sur le blog. Mon rêve d'adolescent était revenu m'habiter. Devenir écrivain. Je ne m'estime pas encore réellement comme tel, car j'ai encore beaucoup de progrès à faire. Je n'en vis pas non plus, car je veux avant tout partager ce que je fais, que ce que j'écris soit accessible à tous. Cette idée hante mon esprit au quotidien, comme je l'explique dans plusieurs billets de mon blog. Peut-être qu'un jour j'arriverai à en vivre, car rares sont les « élus » qui vivent de leur art, encore moins les doux rêveurs utopistes tels que moi qui mettent tous leurs écrits en libre accès. En attendant, je fais enfin quelque chose que j'aime, et chaque fois que

je vois qu'un de mes textes touche quelqu'un, je sais que je n'écris pas en vain. Et ce sentiment, ces mots de remerciements et de soutiens pour mes écrits sont pour moi bien plus enrichissants qu'une simple monétisation. Ils sont la meilleure rétribution que l'on puisse avoir.

Je sais qu'il y a encore des cicatrices qui me font mal, que ces expériences ont laissé des traces. J'ai peur du regard des autres, suite aux moqueries et aux coups durs que j'ai subi par le passé. Mais tout doucement, avec le temps, ça se répare petit à petit, et je commence à prendre un peu confiance en moi. Ce n'est pas rose tous les jours, mais ma chère et tendre, mon petit fiston, les amis et une partie de la famille sont là. C'est ce que j'ai de plus cher au monde, c'est ce qui me rend si riche. Je ferai tout pour faire le bout de chemin le plus long possible avec eux.

Je sais que la voie que j'ai choisie n'est pas facile, que beaucoup de monde me regarde de travers lorsque je dis que je préfère aider les

autres plutôt que de bosser dans une grosse boîte avec un bon salaire. Je terminerai juste en écrivant ces mots : oui, la route est longue, mais la voie, elle, est libre.

[32] Cette pensée m'anime toujours. Je ne crois plus en ce système du tout à l'argent. Je rêve d'une société solidaire. Et j'axe toujours ma recherche d'emploi dans le non-marchand, quand des places semblent être disponibles.

[33] Si vous êtes curieux :

<http://www.antredugreg.be/mais-je-suis-faineant-coup-de-gueule-dun-chomeur/>

# Et maintenant ?

Lorsque je me suis replongé dans l'écriture de ce projet, je ne voulais pas simplement déposer mon récit. J'ai dû d'ailleurs réfléchir où arrêter mon histoire, car bien que, lorsque je sois rentré à l'institut Cardijn, j'allais globalement mieux, j'avais encore beaucoup de travail sur moi-même à accomplir. C'est pourquoi j'ai écrit l'épilogue, pour relater mon vécu jusqu'à aujourd'hui. Mais je pensais que ce n'était pas assez, qu'il manquait quelque chose. J'ai donc écrit ce petit chapitre intitulé « Et Maintenant ? »

Ce chapitre n'est pas construit comme un récit. Il s'agit de points de vue actuels sur certains épisodes de mon vécu. Sur ce que je pense de la vie, après toute cette aventure. Pour certains

points, je m'adresse non seulement aux personnes qui pourraient être en détresse, mais aussi aux personnes confrontées à quelqu'un en souffrance. Parce que parfois, on ne sait pas forcément bien comment réagir et l'on peut faire plus de mal que de bien. Que ce soit par vos paroles, vos regards, quelqu'un qui est mal va ressentir votre jugement comme un poids et risque de se refermer comme une huître.

## **Et M dans tout ça ?**

M. a été un intervenant majeur dans une grande partie de mon récit. Je pense donc qu'il soit normal que je commence par relater la fin de notre amitié avant de m'attarder sur l'essentiel. J'ai tenu mon amour pour elle (et par extension elle-même) responsable de ma déchéance. Cette rancœur est restée ancrée en moi pendant longtemps, jusqu'à un

jour de 2003 où j'ai appris à pardonner et demander pardon. Je pense sincèrement depuis maintenant longtemps que même si je ne l'avais pas connue, d'autres événements dramatiques auraient pu me conduire au même point. Mon amour à sens unique n'a été qu'une blessure parmi tant d'autres, et une autre blessure aurait très bien pu arriver au même résultat.

M. était donc à Cardijn, avec moi. Mais notre relation n'était plus pareille. Elle ne venait me voir que lorsqu'elle avait des problèmes de cœur, les premiers temps. C'était relativement frustrant d'ailleurs, de devoir être son confident pour tous ses petits problèmes. Je ne la voyais que pour ça, je n'étais devenu plus qu'un outil qu'elle contactait au besoin. Cela avait d'ailleurs énervé ma première copine, qui me voyait accourir comme un petit chien lorsqu'elle m'appelait, quand j'abandonnais tout pour aller l'aider. Mais au fur et à mesure du temps, on a commencé à s'éloigner l'un de l'autre.



Certains de mes nouveaux amis cardijnois m'avaient d'ailleurs fait part de leur écœurement, étant allés en soirée avec elle. Ils n'avaient pu comprendre comment j'avais pu être fou amoureux d'elle. La première chose qu'elle avait dite en arrivant était une phrase du genre « bon, on repère les grosses bagnoles ». Bien que ce ne soit qu'une rumeur, et je tentais donc de relativiser, cela m'avait fait énormément mal. Je me suis rendu compte que lorsque je l'écoutais parler de ses problèmes de cœur, les hommes qu'elle convoitait étaient souvent des garçons du genre fils à papa (l'un d'eux, je le connaissais assez bien d'ailleurs, on était aux scouts ensemble). Je me rappelle avoir été fort blessé, lorsque j'ai fait l'analogie avec son cours, en me disant que tout compte fait la première chose qu'elle regardait chez quelqu'un, c'était finalement l'argent, mais qu'elle ne se l'avouait même pas à elle-même.

En décembre 1999, je me mis en couple avec une femme extra-ordinaire. Mon amitié avec M. fut

totallement finie, et la dernière fois que j'eus une conversation seul à seul fut encore une fois parce que mademoiselle avait besoin de quelque chose, un cours pour sa seconde session. Elle est venue chez moi, est restée dix minutes, et bien que j'ai proposé qu'on prenne le temps de discuter un peu et prendre des nouvelles l'un de l'autre, elle n'a fait que rétorquer qu'elle n'avait pas le temps. Il m'a fallu d'ailleurs faire des pieds et des mains pour récupérer ce cours, car pour elle, c'était juste trop difficile de venir jusqu'à mon kot (logement d'étudiant), qui se trouvait à moins de cinq minutes à pied des auditoires.

Lorsque j'ai quitté Cardijn, le contact fut totalement coupé, je n'ai plus entendu parler d'elle pendant bien dix ans. Puis, Facebook est apparu, et un beau jour je reçois une demande d'ami de sa part. Bien que le temps avait fait son œuvre, les rancœurs, colères et sentiments cicatrisés, j'avais peur. Peur que tous ceux-ci, que le passé, refassent surface. J'ai mis des mois à me décider à accepter

cette demande. Et tout compte fait, c'est comme si elle n'était pas dans mes relations. Nous n'avons échangé qu'une fois par message privé. J'ai horreur de la messagerie de Facebook, ne l'utilisant que lorsque je ne sais pas faire autrement. Je m'étais connecté quelques minutes uniquement pour avoir une info urgente. Elle a voulu entamer la conversation, je n'avais pas le temps et j'ai dû écourter la discussion. Lorsque je lui ai répondu, au soir, et demandé des nouvelles, plus de réponse. J'ai tenté encore quelques-fois de lui envoyer des messages, pour lui souhaiter un bon anniversaire ou prendre des nouvelles, elle n'a plus jamais répondu. Un beau jour, j'ai simplement découvert qu'elle m'avait viré de ses amis. Comme quoi, je m'étais fait trop d'inquiétudes à ce propos, elle est partie, comme elle était venue : sans rien dire.

Cela ne m'a pas vexé, et c'est vrai que je pense que maintenant, nous n'avons pas grand-chose en commun. Cependant, il m'arrive

régulièrement de penser à elle, même si mes sentiments ne sont plus là. Je rêve encore d'elle de temps à autre, et le lendemain de ce genre de rêves, j'ai un peu de mal, je me sens un peu perturbé (tout comme c'est le cas lorsque je rêve d'Aurélia). Elle a occupé mes pensées pendant tant d'années, je pense que c'est un peu normal, et qu'avec le temps, ces sentiments continueront à s'estomper.

## **L'éternel amoureux devenu Papa**

Ah l'amour ! Cette chose si sublime qui pourtant peut être si douloureuse ! Pendant des années, j'ai considéré que c'était l'amour qui avait provoqué ma descente aux enfers. Et bien que je lui en voulais de m'avoir démoli de la sorte, je ne cessais de le chercher. Je voyais même mon parcours un peu comme une comédie romantique

américaine. Bien neu-neu, qui finit toujours bien, avec dans mon cas, la princesse charmante qui viendrait me sortir de ce mauvais pas.

Bien évidemment, je ne vois plus la vie comme une comédie à l'eau de rose. Chaque vécu est différent et ne comporte pas un schéma coup de foudre-dispute-réparation. Mais l'amour reste un sentiment essentiel dans ma conception de la vie. Je dirais même que c'est le plus important. Un être humain ne vit pas s'il n'aime pas. Peut-être est-ce pour cette raison que j'ai eu beaucoup de conquêtes, comme l'a laissé sous-entendre une de mes ex ? Inconsciemment, je cherchais cet amour plus fort que tout, que rien ne pourrait démolir ou casser. J'ai grandi depuis heureusement, mais même en étant adulte, il ne s'est pas passé un jour sans que je sois amoureux. Je ne sais pas concevoir la vie sans ce sentiment. C'était peut-être une amourette, une attirance, lors de mes périodes de célibat, il m'est impossible de passer une journée sans éprouver de l'amour envers

quelqu'un.

Je suis en couple maintenant depuis presque onze ans. Avec une juste une petite pause durant mon burn-out, où j'ai remis toute ma vie en question. Maintenant, je dirais que je ne suis plus monogame : avoir un enfant, ça change tout. Parce que je me suis rendu compte que je pouvais aimer d'une manière que je ne soupçonnais même pas. Je l'ai découvert une nuit de janvier 2013. Je le tenais dans mes bras, contre ma peau. Je voyais ce petit être. C'est arrivé d'un coup, dès le premier regard. Jamais je n'aurais cru que je pourrais donner autant d'amour avec tout ce passé derrière moi. Dans les pires moments de découragement, il me suffit de le regarder. Tous mes doutes et mes craintes s'envolent avec ce sourire dont il a le secret et qui ne le quitte pas.

Pourtant, je dois dire que j'ai beaucoup de doutes. Mon vécu y est pour beaucoup, mais ma vision de la vie est relativement atypique, mes valeurs sortent du cadre sociétal. J'ai envie

d'inculquer ces valeurs à mes enfants. Mais je me pose des questions, cela me fait peur.

J'ai envie qu'ils aient une enfance et une adolescence heureuses, pleines d'amis et non qu'ils vivent des sentiments de rejet, d'avoir l'impression d'être un extra-terrestre pour les autres, comme j'ai pu le ressentir de nombreuses fois.

Surtout que ce sentiment, il m'arrive de le ressentir encore maintenant. Je vais prendre un petit exemple peut-être anodin pour vous (ce n'en est qu'un parmi tant d'autres). Nombres de fois où l'on me regarde avec des yeux circonspects, parce que je dis simplement que je ne bois pas un certain soda, à cause des produits qui s'y trouvent, que des populations n'ont pas accès à l'eau potable à cause de sa production... Que non, je ne me satisfais pas de réponses telles que « le monde est fait ainsi », « tais-toi, arrête de penser et consomme ! »

Comment inculquer ce type de valeur à mon

enfant, sans pour autant qu'il vienne à en souffrir ? Comment lui expliquer que, non il n'aura pas ce ballon officiel de la FIFA parce que la personne qui l'a fabriqué doit déboursier un peu plus de deux mois de salaire pour pouvoir en ramener un chez elle ? Et comment vont prendre les autres enfants ce mode de vie ? Ils peuvent être très cruels et moqueurs lorsqu'ils sont entre eux. N'avez-vous pas connu, à un moment de votre parcours scolaire, un bouc-émissaire dans la classe tout simplement parce qu'il vivait, pensait différemment ou était tout juste différent ?

D'un autre côté, je me dis également qu'imposer des valeurs à une autre personne, c'est mal. On peut expliquer son point de vue, mais forcer quelqu'un à l'adopter, c'est du despotisme pur et simple. C'est vrai que si je reprends cette idée de boisson, dans ma petite tête je suis persuadé du bien fondé de ma pensée, et que tout le monde devrait faire pareil ; mais forcer quelqu'un à adopter ce point de vue, à penser



comme moi, est lui enlever tout libre arbitre, alors que ce qui m'intéresse le plus est que mes interlocuteurs se mettent à réfléchir, et se fassent une idée, une opinion, et qu'ils agissent en conséquence. En effet, je ne détiens pas la vérité, et je pense que personne ne la détient. Nous avons tous un certain point de vue, souvent dû à une manipulation de masse telle que la publicité, les informations dont nous sommes gavés... Et nous prenons donc pour vérité personnelle une opinion.

Je ne veux pas que mon fils reproduise entièrement mon schéma de pensée et mes valeurs, mais bien qu'il se renseigne et fasse sens d'esprit critique. Mais lorsque je vois les « jeunes » d'aujourd'hui, j'ai peur. Si tu n'as pas ton Ipod ou ta Playstation construites dans un camp de concentration en Asie du Sud-Est, eh bien tu n'es pas dans le coup et tu ne vaux rien. Si tu n'as pas joué à ce GTA interdit aux moins de dix-huit ans à tes douze ans, tu n'es qu'un petit gamin infréquentable. Si tu n'utilises pas What's app,

Facebook et autres, alors que tu expliques les dangers de ces outils pour sa vie privée, tu ne seras pas « hype » et n'auras aucune vie sociale avec les jeunes de ton âge.

Je me sens tiraillé entre mes valeurs et cette crainte que ma chère petite tête blonde vive de tels schémas. Car un acharnement d'un groupe d'enfants sur un autre, cela cause des dégâts qui sont toujours là des années après.

## **Hypersensible ?**

On m'a souvent demandé, en lisant certains de mes billets ou lorsque j'ai commencé à publier cette histoire sur Wattpad, si j'avais fait le test d'hypersensibilité ou pour voir si j'étais surdoué. C'est vrai que j'ai lu pas mal d'articles sur internet, et que je m'y retrouve dedans : cette sensibilité à fleur de peau, difficile à expliquer, le

fait que l'on ressent les choses différemment, qu'on voie simplement un petit changement dans le regard des autres, imperceptible pour la plupart des gens et qu'on sente que l'état d'esprit d'une personne n'est pas normal... Si vous lisez des billets sur les personnes hyper-sensibles, en gros vous avez une assez bonne description de ma personnalité. (oui, il m'arrive de pleurer pendant un film, oui, il m'arrive de poser des questions qui font tomber des nues, de remettre chaque décision en doute, etc.)

Cependant, non, je n'ai pas fait le test. Même si j'avais les moyens financiers, je ne le ferais pas. À quoi bon ? Au bout de toutes ces années, j'ai appris à m'accepter comme je suis. Que je suis conscient de mes forces et faiblesses et de ce sur quoi je dois encore travailler pour être pleinement épanoui. Peut-être que oui, le faire pourrait expliquer des choses, me donner une raison à tout ceci, à mon vécu.

Je me définis néanmoins comme hypersensible. Parce que je sais que j'ai une sensibilité à fleur de peau. Dire que je suis surdoué, je trouve cela présomptueux, et ce, même si un test me disait que je l'étais. Et dans ce cas, je dois dire que je ne me considère pas comme tel. Je sais bien que j'ai tendance à me dévaloriser (visiblement, c'est une caractéristique que j'ai lue dans certains billets sur les hypersensibles, encore un !), mais lorsque je me retrouve face à certaines personnes, je me sens vraiment bête. Que ce soit dans le fait de pouvoir exprimer ses idées oralement, mais aussi dans les connaissances et dans la manière de parler. Pourtant, il y a une chose qui permet de relativiser : oui, nous n'avons pas le même niveau d'études. Néanmoins, les quelques tests de QI que j'ai faits (j'en ai trouvé quelques-uns sérieux sur le net), me plaçaient légèrement au-dessus de la moyenne. Il faudrait peut-être que je fasse ce genre de test sérieusement un jour, pour voir. Mais cela revient à ma première pensée, sur le test

d'hypersensibilité. Je ne pense pas que cela changera quelque chose à ma vie. De plus, un QI ne remplace pas des années d'études. On peut simplement dire que j'ai un autre vécu qu'un parcours traditionnel. Les deux ne sont juste pas comparables.

Et puis, dans le cas où je me définis comme hyper-sensible selon la définition médicale, ou surdoué, et que je passe le test : si je ne le suis pas, quelles seraient mes réactions ? Je ne sais pas. Si on me met martel en tête, que j'accepte cela et que finalement un test me donne une réponse inverse, je risque d'être déçu et de me poser des tas de questions en me demandant alors quel est le sens de tout ceci.

J'ai appris à me connaître. J'ai encore du mal à gérer certaines de mes réactions, mais je fais avec, et j'apprends encore maintenant à mieux les maîtriser. Je pense que c'est cela qui est important : ne pas se faire cataloguer comme étant X ou Y, mais bien d'être en accord avec soi-même

et accepter son soi intérieur.

## **Greg et l'écriture**

Je n'écris plus de poèmes. Mes poèmes étaient sombres, reflétaient mon passé, les pensées d'un amoureux torturé. J'ai arrêté l'exercice en 1999. J'en ai réécrit quelques-uns en 2003 et 2009, pour coucher certains sentiments qui m'animait. J'ai créé un recueil de tous ces poèmes, que j'ai simplement intitulé « Poèmes d'ado ». Je pense que si certains textes peuvent aider quelqu'un, le fait que celui-ci puisse ressentir qu'il n'est pas seul dans ce cas, j'aurai eu raison de le publier.

Par contre, je ne pourrais plus écrire de tels vers. Je pense que si cela devait se reproduire, il y aurait des questions à se poser. Je veux que mes textes reflètent plus ce que je pense maintenant : notre monde dispose d'une part sombre, c'est vrai,

mais il y a tellement d'initiatives positives, de lumières, que c'est cette part si magnifique que j'ai envie de montrer.

Certains de mes textes sont d'ailleurs bien inspirés de mon vécu ou de cette dualité : que ce soit avec « le gars qui voulait changer le monde » ou « la planète bleue », je décris ces aspects. J'ai encore mes moments de découragement, où je vois la vie de manière plus sombre. Mais rapidement, la lumière reprend le dessus.

Globalement, j'essaie toujours de placer des éléments sur ma vision de la vie dans mes écrits. C'est peut-être fait de manière un peu gauche, je le concède. Je me considère d'ailleurs comme « Apprenti Auteur », et je ne demande qu'à m'améliorer. C'est une des raisons pour lesquelles j'écris presque tous les jours. J'ai tellement de messages à faire passer. Même « Opération Bombe Humaine » est bourré d'avertissements, que ce soit sur le danger que peuvent apporter les technologies si elles sont utilisées à mauvais

escent, mais aussi sur un des plus grands maux de notre époque : le corporatisme qui prend petit à petit le pouvoir sur nos instances « démocratiques ». La seule exception à cette règle est ma saga d'Heroic-Fantasy que j'ai commencée en novembre 2014 (mais qui nécessite encore tellement de boulot que rien n'a encore été officiellement publié).

Ensuite, je voudrais parler un peu de ma démarche d'écriture, même si j'en touche déjà un mot dans l'épilogue. Pour moi, le partage est une notion essentielle. Dans un monde où tout se vend, tout se monnaie, cette notion a été oubliée. Pourtant, la culture, l'enrichissement, le savoir sont pour moi des choses qui ne peuvent être marchandées. Le savoir et la culture doivent être accessibles à tout le monde. Ils appartiennent à l'Humanité. Nos idées nous sont inspirées par le quotidien, par d'autres artistes. Elles ne nous appartiennent pas. La seule chose qui nous appartient, peut-être, est la manière dont nous



l'avons mise en forme.

Avec l'émergence du numérique, la propagation de la culture a explosé, bouleversant notre « consommation ». Internet a permis le partage des œuvres en grand nombre. Je vois certains d'entre vous venir avec vos gros sabots me dire que le piratage est une plaie, pourtant quoique vous disiez, la copie a toujours existé. Alors pourquoi ne pas mettre la technologie à profit ? Pourquoi continuer à mettre des cadenas sur tout ce que nous créons ?

Mes créations sont donc disponibles avec le partage comme mot d'ordre. Tout le monde peut les télécharger, les lire, les modifier. Parce que c'est cette vision du monde, avec des valeurs telles que partage et solidarité, que je voudrais voir se réaliser. Et plutôt que d'attendre que quelqu'un le fasse à ma place, que les mentalités changent, j'ai décidé d'agir. D'ailleurs, Gandhi le dit si bien : « sois le changement que tu veux voir dans le monde ».

J'ai beaucoup réfléchi avant de lâcher mes créations dans la nature. Peur que des compagnies s'approprient mes créations pour en faire une masse de pognon. Au début, j'avais mis des cadenas, en n'autorisant que la copie et les modifications sans but commercial derrière. Mais mettre des cadenas empêche la propagation, le partage du savoir et de la culture. C'est l'enthousiasme de Pouhiou qui m'a réellement convaincu de franchir le pas. Tous mes écrits sont donc maintenant dans le domaine public. Mon écriture, même si elle n'est pas parfaite et doit encore s'améliorer, est ce que j'ai de mieux à donner à ce monde.

Mes œuvres sont libres de vivre leur propre vie. Je dois dire que je suis curieux de voir le chemin qu'elles vont emprunter. Même si avoir fait ce choix me fait encore un peu peur. Mais je ne le regrette pas.

# De l'addiction

Si on s'arrête à la première partie du récit, on pourrait croire que je suis devenu totalement anti cannabis. Eh bien non. En fait, je dois bien vous le dire, il m'arrive encore de fumer un pétard épisodiquement, même si ça devient de plus en plus rare au fil du temps. Je suis même d'ailleurs partisan de la légalisation du cannabis.

Le cannabis est une plante et peut être utilisée de bien des manières. Elle soigne des tas de maladies ou les soulage. Rassurez-vous, je ne vais pas vous faire tout un exposé sur l'herbe, ce n'est pas le but de mon récit. Le problème n'est donc pas la plante en soi, mais bien l'usage que l'on en fait. Fumer comme je l'ai fait, lorsque j'étais adolescent, était symptomatique de mon mal-être, et ne m'a aidé en rien, bien au contraire. En consommant de cette manière, on se voile la face.

On dit que ça soulage la douleur, mais on ne fait que postposer ses problèmes qui continuent à s'accumuler.

Lorsqu'on dit que le cannabis ne crée aucune dépendance, là aussi je dois dire que mon avis est mitigé. Je pense que cela dépend de la psychologie de la personne qui en consomme. Dans mon cas, oui, j'ai eu des crises de manque. Pas comparable à quelqu'un dépendant d'héroïne ou d'autres drogues dures, mais plus comme la cigarette. Chaque fois que je consommais énormément pendant une grande période, la première semaine était infernale : le corps est habitué à recevoir une substance qu'il n'a plus. Et chaque fois, pendant une semaine, je ressentais des difficultés à dormir, j'étais extrêmement irritable, je me réveillais en sueur. Je ne suis pas le seul dans ce cas : plusieurs amis qui fumaient quotidiennement ont vécu le même phénomène.

Pour le psychologique, je dirais qu'il y a une légère dépendance. Bien sûr, je parle de mon cas

personnel, et je pense que cela dépendra d'une personne à l'autre. Il m'arrive encore maintenant, même après plusieurs années, lorsque j'ai un coup dur, que je ne me sens pas très bien, d'avoir une envie énorme de fumer. Cette envie est telle que ça me cause une poussée d'anxiété et que j'ai du mal à penser à autre chose. Généralement, ça passe au bout de quelques heures.

Comme je le disais, il m'arrive encore de fumer de temps en temps. Mais mon rapport est tout autre. Je fume avec des copains, comme si j'allais boire un verre, et on passe un bon moment. Jamais je ne pourrais fumer comme avant, être dans les vapes en permanence. Je veux être au taquet, comme on dit, et ressentir les choses sans avoir l'esprit altéré. Et puis, il y a mon fils. J'ai envie de profiter un maximum des moments que je passe avec lui, en étant juste moi-même.

Cette partie est consacrée à l'addiction. Simplement, car le cannabis n'est pas la seule drogue que j'ai prise. Mais seulement, dans la tête

des gens, lorsqu'on est sous médication, que ces médocs sont prescrits par un toubib, on ne fait pas l'amalgame.

J'ai donc clairement été toxicomane. Le Temesta est un calmant très puissant, faisant partie de la famille des benzodiazépines. Ces médicaments provoquent de graves dépendances. Il m'a fallu des années pour m'en défaire. Et on replonge très vite. En 2009, lorsque j'ai eu mon burn-out, mon médecin traitant m'a remis sous Temesta. J'ai tenu deux semaines : la première consultation, j'avais refusé de prendre l'ordonnance. J'avais trop peur de retomber dedans. Mais mes crises d'angoisse ne faisaient qu'empirer. Lorsque je retournai voir la toubib, elle insista pour que je reprenne ce médoc.

Il me fut impossible de m'en défaire. J'étais à nouveau à quatre ou cinq comprimés par jour. Ce n'est qu'une bonne année et demie plus tard que je réussis à arrêter totalement. Ma compagne et moi déménagions et changions de cadre de vie. Comme

j'étais vanné par les efforts physiques du déménagement, j'en profitai pour m'en passer. Je n'en ai plus repris depuis, mais l'année suivante, suite à un très gros stress, je m'étais coincé le dos. Impossible de bouger correctement. À l'hosto, le médecin ne trouva rien de mieux que de me donner du Myolastan, un décontractant musculaire de la même famille de médicaments. J'étais vert. Je me suis alors tourné vers le seul décontractant que je connaissais qui ne m'avait pas autant rongé que ces merdes : le cannabis. C'est d'ailleurs les seules fois que j'en consomme plusieurs fois d'affilée : lorsque je suis si tendu que mes muscles sont tellement contractés qu'on dirait du béton armé.

Je n'ai plus touché un seul médoc depuis cette aventure, en 2011. Je cherche systématiquement des produits naturels aux bobos, rhumes et autres. Je ne suis même plus retourné chez un médecin traitant (bon, je n'en ai pas réellement eu besoin non plus, de toute manière).

Pourtant, je remarque beaucoup, sur les réseaux sociaux entre autre, que le cannabis a toujours mauvaise presse. Le bashing dont il a été l'objet pendant des décennies par les gouvernements et la presse, ont rendu la population méfiante envers une simple plante. À contrario, les campagnes de sensibilisation de toujours les mêmes acteurs avec les lobbys pharmaceutiques, rendent normales et acceptables les dépendances aux médicaments. À croire que, lorsque la télévision annonce quelque chose et le ressasse sans cesse, la population perd tout sens critique et ne cherche pas à se renseigner plus[34].

Pour illustrer cet exemple, je voudrais parler d'une autre de mes expériences. Ma mère est une de mes confidentes, elle a toujours été là pour moi. Lorsque j'étais à Cardijn, je ne lui ai pas caché que j'avais recommencé à fumer. Elle a totalement paniqué. Elle avait peur que je refasse un méga plongeon dans l'enfer que j'avais vécu durant mon adolescence. J'ai tenté de la rassurer. Je lui



expliquais que tout allait bien, qu'elle n'avait pas de mouron à se faire. Mes mots n'arrivaient cependant pas à l'apaiser. Mais durant cette période, on commençait à parler de changer la loi en Belgique, en faisant passer le cannabis comme « infraction mineure ». Cela provoquait un sentiment de panique chez bien des adultes. Un journaliste belge avait écrit un livre sur le sujet, le cannabis étant très populaire chez les jeunes. Je lui fis donc lire « le cannabis expliqué aux parents »[\[35\]](#). Tout était bien expliqué en détails. Ma mère était déjà plus rassurée. Et lorsqu'elle vit que je ne faisais plus aucune connerie, elle comprit bien que le cannabis n'était qu'un symptôme et non une cause de mes problèmes.

Je terminerai juste ce petit paragraphe par un peu de moralisation (il risque d'en avoir encore un peu dans les prochains sujets) : gardez l'esprit critique. Avant de paniquer sur le cannabis, renseignez-vous, lisez. Contentez-vous de plusieurs points de vue, et regardez les études

scientifiques sur cette problématique. Comme pour presque tout, vous vous rendrez compte que ce n'est pas une consommation normale qui pose problème, c'est juste l'abus. Vous aimez boire votre petit verre de vin de temps en temps, ça ne fait pas de vous un alcoolique pour autant, non ?

Pour les jeunes qui me liraient, je voudrais juste dire une chose : ne vous enfermez pas si vous vous sentez mal. Parlez (voir le chapitre qui traite de ce sujet). Mais ne vous réfugiez en aucun cas dans l'herbe ou autre chose si vous vous sentez mal. Parce que j'ai encore eu de la chance, j'aurais encore pu tourner plus mal. Parlez, et si vos vieux vous semblent ringards, incapables de comprendre, prenez quelqu'un avec qui vous avez plus de distance.

## **Greg et son paternel**

Les relations avec mon père ont évolué, dans le bon sens, depuis toute cette histoire. Il en a fallu du temps.

Avec toutes ses exactions, ses dires et ses actes, mon mal-être ne s'arrangeait pas. Je ne vais détailler tout par ici, sinon je pense que je pourrais encore écrire des pages et des pages sur le sujet. Mais ça n'a vraiment pas été rose tous les jours. J'ai, sur le conseil de mon psy, et à raison, coupé les ponts avec lui pendant plusieurs années. Jusqu'en 2009, ma compagne ne l'avait d'ailleurs croisée que deux ou trois fois, et il ne venait pas à la maison.

Je pensais lui avoir pardonné, même si une certaine rancœur était encore présente. Je n'oubliais pas ce que j'avais subi, même si lui ne semble pas se souvenir de tout. Nos interactions se limitaient à un bonjour/au revoir lorsque je le croisais chez ma mère.

Notre relation a changé en 2009, avec ma dernière tentative de suicide. Il est venu me voir à

l'hôpital, était présent lorsque je faisais mes affaires pour retourner vivre chez ma mère.

À partir de ce moment-là, j'ai laissé la porte ouverte. On a commencé à se reparler, à se revoir. Difficilement au début. Et souvent, lui attendait un geste de ma part, prétextant que c'était à moi à faire les pas. Je maintenais le contraire, disant que la balle était maintenant dans son camp. Pendant plusieurs années, même si cela allait mieux, notre relation n'avancait pas beaucoup.

Elle se reconstruit lentement. Les rapports vont mieux au fil du temps. Je pense que l'arrivée de mon fils a joué aussi. Mais je n'arrive pas à lui parler, à dire ce que je ressens au fond de moi, de dire combien tout ce qu'il a fait a pu me blesser. Cela reste bloqué, je n'arrive pas à sortir tout cela.

Il y avait quelque chose qui continuait à me blesser. Je ne cache pas mon rêve d'écrire, de peut-être pouvoir un jour en vivre. Jamais, je n'ai eu le moindre soutien de sa part. Une seule fois, j'ai eu un message sur mon blog me disant qu'il

aimait bien mon histoire (celle du Père au Foyer). Mais jamais il ne m'a soutenu, encouragé. Certains membres de son côté de ma famille me dénigraient dans mon dos. Disaient que c'était scandaleux, que j'étais père, que je devais penser à autre chose. Bien sûr, sans s'intéresser une seule seconde à ce que je fais. Même lui, visiblement trouvait que ce que je faisais était insignifiant. Autant ma mère m'encourage, parle de moi, partage ce que je fais, teste des solutions pour supporter des artistes, lui et sa famille, c'est peau de néant.

Mais dernièrement, j'ai eu une bonne surprise. Mon père avait payé un voyage à New-York à mes sœurs, et il m'avait proposé de venir avec eux. Il était vrai qu'il m'avait promis ce voyage depuis mes dix-sept ou dix-huit ans. Seulement, aller aux USA, ne me tentait pas le moins du monde. Après ce voyage, il est venu à la maison, et me proposa de partir une semaine en Camargue. Je répondis à la rigolade que ce qui m'intéressait, c'était d'aller à Paris, à un festival nommé Geekopolis. Contre

toute attente, il me proposa de m'y emmener.

Nous sommes donc allés à Paris. C'était pour moi l'occasion de lui montrer un peu mon univers, l'univers de ceux que l'on appelle les Geeks. Je pense que ça a dû faire un déclic chez mon papa. Il s'est rendu compte, par les diverses rencontres que l'on a faites, que ce que j'écrivais était apprécié. Au retour, il m'a même proposé de m'accompagner dans d'autres salons et festivals, me disant que c'était comme cela que je pourrais avancer.

Même si ce qu'il m'a dit m'a réellement fait plaisir sur le moment, j'ai du mal à y croire. Il m'a tellement fait de promesses qu'il n'a pas tenues que je suis réticent. Mais au moins, il a pu voir. Ressentir mon univers, se rendre compte que je ne parlais pas dans le vide sur Facebook. Pour le reste, on verra avec le temps. Mais je pense que maintenant, la hache de guerre est enterrée. Il faut juste qu'on réapprenne à se parler, qu'on sorte « nos tripes », même si j'appréhende le jour où on

le fera.

## **S'écraser, se taire et mourir à petit feu**

Justement, on va enchaîner sur le fait de parler. Quelques semaines après que je me sois remis à travailler sur ce projet, un artiste que j'admire beaucoup, Pouhiou, mit en ligne une vidéo sur sa chaîne Youtube appelée « Le silence tue »[\[36\]](#). Sa vidéo m'a bouleversé. Parler de son vécu, comme il l'a fait, demande beaucoup de courage. Elle m'a donné des points de réflexion supplémentaires, qui je trouve se complètent bien avec celles que j'émettais en écrivant mon histoire, à force de repenser à mon vécu.

Je ne sais pas quand j'ai arrêté de parler. Je me rappelle des tas de coups durs, et je sais que quand j'étais petit je n'avais pas ma langue en

poche, je ne me laissais pas faire. Je me rappelle avoir passé toute une récréation accroché à un porte-manteau. J'avais tenu tête aux grands. Alors, quand est-ce que ça a merdé ?

Est-ce que ce sont les brimades constantes, qu'elles soient à la maison, à l'école en primaire ? Je ne sais pas. Je ne sais plus. Pourtant, j'en suis bien conscient, parler est essentiel. Lorsqu'on tait nos sentiments, nos moments de colère et de révolte, une petite partie de nous s'éteint. On meurt à petit feu. Un manque se creuse en nous, des blessures se taillent et ne se renferment pas.

Parler. On peut dire que je parle de moi, mais généralement ce ne sont que des platitudes, des nouvelles. Je parle de ce qui se passe dans ma vie, de mes projets. Mais pas de ce que je ressens au fond de moi. Je n'y arrive pas. Est-ce que j'ai peur ? Certainement, le regard des autres, bien que je dise que je m'en fous, me touche. J'ai peur des réactions de mes interlocuteurs. Peur de les blesser, de les mettre en colère. Peur qu'on se



moque de moi. Peur de revivre les sentiments d'humiliation de mon enfance.

On pourrait dire que je parle, en écrivant, et c'est vrai, en grande partie, écrire est un bon exutoire. Mais je pense que ce n'est pas suffisant. Il y a quelque chose qui reste en nous, qui ne sort pas. Écrire ne permet pas forcément que le message atteigne la bonne personne. Avoir son interlocuteur en face permet d'être sûr que le message passe, soit compris, et permet un dialogue.

Je vous l'ai dit dans le chapitre précédent, j'appréhende la discussion avec mon père. Pourtant, plus le temps passe, plus je me dis qu'il faudra bien qu'un jour il sache ce que je ressens réellement. Qu'il sache à quel point j'ai souffert. Ce n'est pas seulement pour mon père, mais pour toutes ces petites blessures qui nous arrive au quotidien. Les dénigrement constants parce que je n'ai pas de boulot, que je m'occupe mal de mon fils parce que je n'ai pas de salaire suffisant. Le

fait de démolir ce que je fais, mes rêves, sans prendre même le temps de me connaître réellement, de comprendre ce qui m'anime et de s'intéresser à toutes les choses pour lesquelles je milite.

Pourtant, j'ai envie de crier. Leur dire d'arrêter de regarder le monde avec des œillères. D'arrêter de me dénigrer sans même porter un regard à ce que je fais. Que tous ces actes et paroles me blessent, mais lorsque ces personnes souffrent, ont des problèmes, je suis un des premiers chez qui on accourt pour avoir un conseil ou une oreille attentive. Que contrairement à eux, je ne répète pas leurs problèmes, je ne les dénigre pas, je ne me moque pas de leurs aspirations. Que malgré toute leur bassesse, ma porte est toujours ouverte.

Mais dire toutes ces choses, je n'y arrive pas. Je dois apprendre, réapprendre à parler. Parce que je sais que le dialogue est essentiel. Se taire, se fermer, n'apporte rien de bon. Cela ne fait à

nouveau qu'augmenter notre rancœur.

C'est d'ailleurs pareil pour la vie de couple : lorsque ma compagne et moi nous sommes remis ensemble après mon burn-out en 2009, on s'était promis de ne plus laisser envenimer notre vie de couple par les non-dits. Ils avaient été omniprésents, et je pense en y réfléchissant bien, que mon couple précédent s'est terminé à cause de cela. J'ai trop tu ce que je ressentais, et si j'avais exprimé ce qui me faisait mal, me causait du souci, on aurait pu trouver des solutions. C'est marrant, hein, malgré qu'on en ait conscience l'histoire est un éternel recommencement.

Mais avec le temps, ma compagne et moi avons de nouveau commencé à ne plus dire nos ressentis. Et lorsqu'on les ressort, c'est un amas de ressentiments qui explosent au visage de l'autre. Au lieu de régler les problèmes directement, on les amasse au fond de soi, nous meurtrissant le cœur, tuant notre relation à petit feu. Pourtant, je l'aime plus que tout. Il faut réellement qu'on se reparle,

avant que ces meurtrissures achèvent notre relation.

Le grand paradoxe du Greg : parler. Car aussi bizarre que cela paraisse, en y réfléchissant bien, j'ai beaucoup plus facile d'exprimer mes ressentis à quelqu'un qui n'est pas dans mon entourage proche. C'est peut-être la solution, pour sortir toutes ces pensées et blessures, comme j'imagine que certains voient un thérapeute dans cette optique. Mais évacuer de cette manière ne résoudra pas tout.

Je pense que je suis loin d'être le seul dans ce cas, bien au contraire. Notre société de consommation détruit les relations humaines, nous rendant bien seul, avec l'illusion par les réseaux sociaux et autres activités, d'être bien entouré. Mais dès qu'on sort du cadre, qu'on exprime des sentiments ou des idées qui dérangent, on se retrouve généralement face à un mur de silence ou de déni et de rejet. C'est à nous, humains, de recréer ce climat de confiance. Laisser la parole à

tout le monde, sans émettre de jugement, de réapprendre à écouter et conseiller.

## **S'isoler mais en vouloir au monde**

J'ai écouté beaucoup de gens qui étaient très mal dans leur peau. Que ce soit à l'hosto, où je vivais avec eux en permanence, mais aussi d'autres personnes de mon entourage proche ou un peu plus éloigné. Peut-être que mon vécu les encourage à se confier à moi plus facilement qu'à quelqu'un d'autre.

Une de mes premières constatations, que ce soit de mon propre vécu ou d'autres personnes, est que, lorsqu'on est mal, on a tendance à s'isoler.

On a l'impression que le monde ne comprend pas, ne veut pas comprendre. Dans un sens, on ne peut pas donner tort à cette affirmation : souvent, on reçoit des conseils à deux balles (si j'étais

toi...), voire des accusations comme quoi on fait la comédie, ou simplement des remarques du genre : « ressaisis-toi ! », « ne te laisse pas à aller, c'est facile... » C'est vrai que l'on n'a pas forcément envie d'entendre ce genre de choses. Ensuite, le regard des autres nous pèse également, que ce soit par du mépris, de la pitié, de la condescendance... c'est le genre d'actes ou paroles dont on n'a pas vraiment besoin, et qui au contraire renforce ce sentiment d'isolement.

Alors on s'enferme, on s'isole encore plus. C'est pourtant la dernière chose à faire dans ces cas-là. On ne veut plus sortir de chez soi, principalement à cause de ces paroles ou regards.

On vient à en vouloir au monde entier. Parce que personne ne semble comprendre (j'insiste sur semble), on continue à se refermer sur soi-même et son mal-être. C'est un putain de cercle vicieux.

Au bout d'un certain temps, j'ai compris une chose. On peut recevoir tous les meilleurs conseils du monde, ils ne marcheront pas. Il est pourtant

cependant important d'être entouré, mais pas pour recevoir des conseils qui de toute façon rentreront d'une oreille et ressortiront par l'autre. Si vous avez dans votre entourage quelqu'un qui est vraiment mal, soyez-là pour lui. Soyez une oreille attentive et non qui prodigue des conseils. Écoutez, montrez que vous comprenez ou que vous faites tout ce que vous pouvez pour comprendre.

Essayez de voir le point de vue de la personne en souffrance. Parce qu'en réalité, pour s'en sortir, la solution ne peut venir que d'une personne : soi-même. Tant qu'un certain déclic ne se fera pas à l'intérieur de soi, on restera dans ce gouffre, dans cette spirale. Il y a aussi une autre chose à savoir : la « guérison » ne se fera pas en un claquement de doigt. Cela prend du temps, c'est un énorme travail à faire sur soi. Il m'a fallu des années. Même encore maintenant, et j'imagine que vous le comprenez également en lisant ces lignes, certaines blessures sont encore trop fragiles et nécessitent un travail ou une acceptation.

# L'attaque du tigre

« Mais qu'as-tu donc à tes bras ? Qu'est-ce qui s'est passé pour que tu aies de telles marques ?

— Tu sais, il y a bien longtemps, lorsque j'étais un grand baroudeur-aventurier, je me suis fait attaquer par un tigre ! »

Cette réponse, à force d'être questionné par l'état de mes bras, est devenue machinale. Elle est automatique, et même sans y penser, je la ressors, Comment expliquer, à un jeune enfant, que durant bien des années, j'ai ressenti une immense souffrance au fond de moi, une douleur si horrible, que, la seule échappatoire qui nous semble possible, est de se faire mal pour tenter d'oublier la première ? Que, plusieurs fois, ce gouffre de douleur, l'absence de lueur au bout du tunnel, fait que la seule solution possible semble être de terminer son existence sur cette planète ?



Bien des années après, j'ai encore énormément de mal de parler de ces expériences. Ici aussi, j'ai du mal à coucher tous ces sentiments. Même face à des adultes, quelqu'un qui a tenté de mettre fin à ses jours se heurte à un mur d'incompréhension et de colère. Je me suis fait traiter de lâche, de faible, et j'en passe. Mais je ne les blâme pas. J'ai compris leur douleur et leur colère.

Avec le suicide d'Aurélia, j'ai moi aussi été confronté à cette douleur, à cette colère et ce sentiment d'impuissance. Je m'en suis même voulu. Mais je ne l'ai pas blâmée pour son geste. Parce que je sais qu'à un moment, ce désespoir peut être si profond que le monde autour de nous n'existe plus. Que même le meilleur ami le plus fidèle n'arrivera pas à soulager et porter un peu de cette douleur.

Je ne sais pas comment expliquer ces expériences à des jeunes enfants. Trouver les bons mots, et, tout en expliquant ce qui est arrivé, pouvoir les rassurer. Le suicide, et les tentatives

de suicide, provoquent une douleur telle à son entourage, que rien que le fait d'en parler cause tristesse et colère. Mais je n'ai pas honte des marques sur mon bras, et je ne les cache pas. C'est une partie de moi, une partie de mon vécu. Et même si ce furent des moments pénibles, cela m'a aidé à me forger. J'ai rencontré des gens extraordinaires, j'ai pu partager une part de souffrance avec d'autres personnes ressentant des douleurs similaires. Je me suis rendu compte que l'être humain qui nous semble le plus froid peut dégager une intense chaleur humaine, qu'il possède cette chose magique en lui, qu'il peut montrer, contre toute attente, compassion et bonté. J'ai pu me rendre compte que la vie est un bien nettement plus précieux que ce que l'on pourrait penser, et cela m'a conforté dans une bonne partie de ma vision du monde : ce qui compte le plus, ce n'est pas la carrière, le salaire... C'est le bonheur que nous partageons avec nos proches, nos amis et ce que nous réalisons pour rendre ce monde meilleur.

# Apprendre à pardonner et à demander pardon

Apprendre à pardonner. Quoi qu'on dise, ce n'est pas aussi facile qu'on le pense. Pourtant, c'est extrêmement important. Si on garde tout cela en nous, on se met à vivre avec une rancœur qui nous ronge de l'intérieur. Et on ressasse, on repense à ces actes, ces événements qui nous ont démolis à un moment donné. De telles pensées ne nous apportent rien de bon, elles ne font qu'accentuer notre ressentiment.

Il m'a fallu énormément de temps pour pardonner. Je pense même que le plus important n'est pas de dire je te pardonne, mais bien de ressentir ce sentiment au fond de soi.

J'ai pardonné en 2003. J'ai beaucoup réfléchi pendant cette période, lorsque je me suis retrouvé seul quelques mois. J'ai enlevé toute cette

rancœur, cette colère envers les personnes qui m'avaient fait souffrir. Pour certains, j'ai viré ce sentiment de vengeance qui était tenace, qui me bouffait de l'intérieur (Par exemple, pour la personne qui avait fait de fausses déclarations à la gendarmerie).

J'ai écrit des lettres à la plupart des personnes à qui j'ai demandé pardon. J'expliquais que je m'étais rendu compte à quel point j'avais pu leur faire mal par mes actes. Je me rappelle ne pas les avoir toutes envoyées. Je ne sais plus qui les a reçues ou non, certaines lettres, j'avais simplement postposé leur envoi, et avec le temps je les ai égarées. Je me rappelle juste que Daphnée m'avait répondu. Que cette lettre lui avait fait beaucoup de bien. Aurélia, quant à elle, l'a reçu par internet lorsqu'on a repris timidement contact.

Enlever tout ce poids, toute cette rancœur m'a fait énormément de bien. Je pense que c'est un processus essentiel pour progresser dans la vie. Comme je le dis dans plusieurs points de ce

chapitre, tous ces sentiments néfastes que l'on garde enfouis bien profondément en soi nous rongent de l'intérieur. Tous ces coups durs subis, même si on ne le remarque pas au premier regard, lorsqu'on est dans la mouise, nous grandissent. Ils nous aident à nous forger, à nous faire réfléchir sur la vie. Il faut juste s'en rendre compte, ce qui n'est pas forcément facile. Je dis donc merci à toutes ces personnes, même quand leurs actes étaient de la méchanceté gratuite. Parce qu'ils ont aidé à me fortifier, à me conforter dans mes idées.

## **Vivre avec des regrets**

Je me suis régulièrement demandé comment serait ma vie si j'avais eu mon diplôme de secondaire, si j'avais lutté différemment contre ma dépression et mes angoisses. Si j'avais pris un autre chemin, terminé mes études d'AS. De me

dire que la vie aurait été plus facile si je n'avais pas baissé les bras à un tel moment de la vie.

On peut vite en arriver à vivre avec des regrets. Les regrets, c'est comme cette colère, ces ressentiments qu'on enfouit au fond de soi. Ils nous bousillent de l'intérieur. Je tente de les chasser le plus possible.

Lorsque je bossais, j'étais relativement fier de mon vécu. Qu'après avoir été si bas dans ma vie, j'ai pu remonter la pente tout seul, d'être arrivé comme technicien informatique sans avoir le moindre diplôme. D'être arrivé là par moi-même, sans piston.

Mon état d'esprit a changé depuis. Depuis, je pense que je n'étais qu'un ado comme un autre, certes plus sensible, qui a peut-être fait des mauvais choix dans sa vie. Quand j'ai quitté mon emploi, je me suis dit que dès que je sortirais de mon burn-out, que je serais reposé, je retrouverais vite un job. J'ai vite déchanté. Lorsque j'ai une réponse, généralement, on me pointe mon absence

de diplôme. Dans ces grands moments de découragement, j'en viens à regretter de ne pas avoir terminé mes études. Et si je ne chasse pas ces pensées, des idées noires, plus malsaines arrivent vite à prendre le dessus. C'est pourquoi je chasse toutes ces idées dès qu'elles ont tendance à vouloir prendre le dessus.

Je reste convaincu qu'un diplôme ne fait pas un homme. Mais notre société ne pense pas comme moi. On juge la capacité d'un homme sur un bout de papier, et non sur sa volonté, son vécu, et ce pour quoi il se bat. Pour moi, c'est pourtant cela le plus important. Ce n'est pas un job, une fonction, un salaire qui définit une personne. C'est ce qui le fait vibrer, ce qu'il sème autour de lui.

Je n'ai pas à rougir de mon parcours. Il est différent de beaucoup de monde, certes. Mais dans un sens, c'est ce qui rend notre monde si riche. Des tas de vécus, d'expériences différentes. Avec mon histoire, je peux apporter mon point de vue à d'autres, des choses qu'on n'apprend pas sur les

bancs de l'école ou de l'université. Et si j'arrive à faire réfléchir quelqu'un sur un sujet donné, c'est déjà ça de gagné. Tout comme un universitaire, par son savoir peut m'apporter des précisions, sur un sujet que je connais moins bien.

Ne pas regretter. Apprendre de son vécu et de son passé. Éviter de commettre les mêmes erreurs. Car après tout, la vie n'est qu'un moment d'apprentissage.

## **Ne pas oublier qui on est, d'où on vient et vivre ses rêves**

Plusieurs personnes m'ont dit que j'étais cinglé de publier cette histoire, surtout que je suis en pleine recherche d'emploi. Ma compagne, qui d'habitude me soutient, m'a annoncé qu'elle ne partagerait pas mes morceaux d'histoire pour éviter qu'elle n'arrive chez un recruteur potentiel.



C'est peut-être cela le gros problème de notre société, dans le tout numérique. Nous ne pouvons plus être nous-même, dans une société où le paraître est devenu le maître-mot. Nous devons correspondre à une certaine image imposée par une société devenue superficielle. Lors de séances de coaching pour de la recherche d'emploi, on nous apprend à nous vendre, à donner cette image recherchée. On nous conseille de cacher nos aspirations, nos moments de vie, pour éviter de refroidir l'employeur. Apprendre à se vendre, comme si un être humain n'était devenu qu'une simple marchandise, un bien que l'on peut jeter, remplacer à souhait.

Peut-être que je me ferme des portes, que cette histoire, peut refroidir un futur employeur. Mais j'ai simplement décidé de rester moi-même, de ne pas paraître. Dans cette société où la superficialité est devenue la norme, nous oublions qui nous sommes, qui nous étions enfants ou adolescents pour correspondre à un moule. On a mis nos rêves

de côté pour pouvoir simplement vivre. Maintenant, étant adultes, nous perdons notre vie à la gagner[37].

Je n'ai pas oublié l'adolescent qui était en moi. Ce petit gars rêveur, qui aspirait au bonheur, à une société meilleure. Pourtant, pendant des années, je l'ai enfermé à double tour au plus profond de mon cœur, pour être comme les autres, pour être conforme à ce que la société attendait de moi. Et en 2009, il a tambouriné si fort que je m'en suis senti mal. Je me suis rendu compte que ce que je faisais n'était pas la vie à laquelle j'aspirais. Que j'avais perdu mon temps, que j'avais mis mes rêves de côté. Il m'a fallu cependant attendre encore un bon bout de temps avant que j'accepte que cette partie de moi vienne me ré-habiter.

Durant quatre ans, je me suis à nouveau cherché. Je savais ce que je ne voulais plus : un travail qui ne sert à rien. Il m'a fallu quatre ans pour que ce rêve revienne me hanter : écrire. Je réalise dès à présent mon rêve. Pas comme je

l'entendais étant ado, je ne suis pas un écrivain renommé et je n'enseigne pas les lettres à l'université, mais j'écris. Je partage ce que je fais. Certes, ce n'est pas facile tous les jours. Je cherche un job en même temps, car je ne veux pas que mon fils manque de quoi que ce soit. Je ne veux pas être une copie de mon père qui a mis à un moment donné le confort de ses enfants de côté pour réaliser son rêve de business en Afrique. Mais je continue de rêver. De rêver que cette société puisse changer, qu'elle redevienne plus humaine. Je me bats pour cela. Parce que je veux laisser un monde meilleur à mes enfants. Pour qu'eux aussi, puissent réaliser leurs désirs et leurs rêves les plus fous.

[34] Cette impression/opinion est générale et ne se limite pas qu'à ce cas de figure. Elle l'est pour tous les sujets en général. La télévision est devenue omnisciente et l'esprit critique a tendance à disparaître, selon moi, dans nos sociétés.

[35] Lallemand, Alain, Le cannabis expliqué aux parents, Édition Luc Pire. ISBN : 978-2874150708

[36] Je vous invite à aller la regarder, elle est magnifique. Même si le vécu n'est pas le même, l'idée générale reste que le fait de ne pas parler, de ne pas s'exprimer nous tue de l'intérieur :  
<https://www.youtube.com/watch?v=xjiUFVj3brM>

[37] Cette formulation n'est pas de moi. Je ne sais par contre plus qui l'a écrit. Je trouve qu'elle correspond assez bien à notre mode de vie.

# Un dernier mot, pour la route

Je voulais terminer ce petit livre en exprimant mon ressenti sur cette aventure. Écrire ce livre et le publier a été un bon exercice pour moi. Pourtant, ce travail n'a pas été facile. Le fait de se replonger dans cette histoire que j'avais mise de côté a fait ressortir beaucoup de sentiments et de souvenirs. Lorsque je travaillais dessus, je me suis rendu compte que je respirais mal, comme avant, lorsque j'étais rongé par l'anxiété. J'étais pris de douleurs dans la poitrine, j'avais l'estomac comprimé. J'avais du mal à rester assis sur ma chaise.

Terminer cette histoire a été en quelque sorte une obsession. Pendant des mois, cette idée ne me

quittait pas, surtout depuis l'été 2014, où j'ai commencé à en parler dans le cadre du challenge Summer Of Fail. Je me disais qu'il était important de terminer ce projet, de montrer que je pouvais le mener à son terme. C'est pour cela que j'ai mis de côté la majeure partie de mes projets pour le clôturer. En le publiant sur Wattpad, je ne pouvais plus faire marche arrière. Pourtant, j'ai constamment été rongé par le doute. Presque tous les soirs, je me demandais comment ce serait accueilli, comment je devrais gérer les critiques négatives ou moqueries si elles arrivaient. Pour l'instant, on peut dire que j'ai eu de la chance, car les rares témoignages que j'ai eus n'étaient que des encouragements. Pourtant, à force de lire et relire cette histoire, je me demande pourquoi la publier. Je ne la trouve pas hors du commun. Je la trouve mal écrite. J'avoue que ce n'était pas facile de faire un plongeon dans mon passé, que certains passages ne reflètent pas bien ce que je ressens. Quant à la partie écrite ado, on remarque

clairement l'écriture d'un jeune de dix-sept ans, avec un style assez gauche. Mais j'ai tenu à aller jusqu'au bout.

Et maintenant, on y est. Je pose les dernières lignes de mon histoire. Je dois dire que j'en suis heureux. Un peu comme un poids qui se détache. Je me sens un peu grandi. Me replonger dans tout ce maelström de souvenirs et de sentiments, a été douloureux. Mais m'a fait énormément réfléchir. Une partie de ces réflexions, vous les trouvez déjà dans ces annexes. Je me rends compte que finalement, j'ai encore du chemin à parcourir pour guérir certaines blessures. Avant de me lancer dans cet exercice, je pensais pourtant que toute cette histoire était déjà loin derrière moi. Je pense que ma réflexion ne s'arrêtera pas encore tout de suite. Mais je suis soulagé, je suis fier d'avoir tenu jusque-là.

Je voudrais terminer cette histoire en vous parlant d'un point que je n'ai pas abordé : la gratitude. Pourtant, c'est un sentiment extrêmement

important à mes yeux : éprouver de la gratitude rend notre vie bien plus belle et plus agréable. J'essaie généralement le soir avant de dormir, de me focaliser sur ce qui m'est arrivé de positif dans la journée. D'éprouver ce sentiment de gratitude et de remercier « l'univers » pour les belles expériences qui me sont arrivées. Ce sont peut-être des petites futilités ou que vous allez trouver cette manière de faire quelque peu « bisounours », mais lorsque je fais ce genre de pratique, je trouve le sommeil plus facilement et dors nettement mieux. Je n'ai cependant rien inventé, cette technique je l'ai trouvée dans un livre, et pourtant moi qui ai un esprit réfractaire aux méthodes Coué et consort, cela fonctionne à merveille. J'essaie d'éprouver de la gratitude aussi pour les moments difficiles. Parce qu'ils nous construisent et nous rendent plus fort. C'est parfois un exercice difficile, mais je pense sincèrement que cela fait partie de notre apprentissage.

Alors je vous dis merci de m'avoir lu. Merci



pour vos mots d'encouragements, vos retours sur les réseaux sociaux. Merci d'avoir échangé avec moi vos ressentis et expériences. Cela m'a conforté dans ma décision de vous partager mon histoire.

# Remerciements

Il était inconcevable de ne pas terminer ce livre en remerciant spécialement diverses personnes, qui à un moment m'ont aidé, étaient là pour moi. Car ce sont grâce à elles que vous pouvez tenir ce livre entre vos mains.

— Ma petite maman : tu as toujours été là pour moi, malgré toutes mes frasques. Tu ne m'as pas jugé, mais fait tout ton possible pour soulager mes souffrances. Je t'aime plus que tout.

— Yves : pour toutes vos relectures, votre soutien en dehors du cadre scolaire et vos encouragements. Merci.

— Annelore : pour tes relectures et conseils, merci !

— Olivier, Marie-Agnès et Marie-Isabelle :

vous m'avez soutenu pendant si longtemps. Vous me manquez. Merci.

— Sacha : tu as toujours été là quand j'en ai eu besoin, merci.

— Alain-Yves : tu m'as hébergé, supporté mes coups de mous pendant si longtemps. Merci.

— Grand-Pa : tu es le premier à m'avoir donné le goût de l'écriture. Tu m'as écouté, sans juger, parfois sans bien comprendre mes préoccupations de « jeune ». Tu me manques tellement. Encore merci pour tous ces bons moments.

— Carol : tu partages ma vie depuis onze maintenant. Je t'en ai fait voir de toutes les couleurs, tu es toujours près de moi. Je t'aime plus que tout. Encore merci.

— La CDL : sans vous, je ne serai plus là. Merci.

— Une dernière mention spéciale à Ploum et Pouhiou : vous m'avez ouvert la voie. Vous m'avez inspiré, par vos idées, par vos aspirations. Merci.

— AnSo : Merci pour toutes ces années

passées ensemble.

— M. : Je ne sais pas si tu liras ce livre. Mais je tenais à te dire merci pour toutes ces années, pour ton amitié.

— Merci à vous qui tenez ce livre entre ces mains.

# Du même auteur

**En livre, sur Lulu :**

Une journée type d'un père au foyer et autres  
histoires bloguesques  
Poèmes d'ado

\*\*\*

Vous pouvez également suivre les histoires du  
Greg sur Wattpad :

<https://www.wattpad.com/user/LeGreg>

Son blog :

<http://www.antredugreg.be/>

Atramenta

<http://www.atramenta.net/authors/le-greg/37438>

Scribay :

<https://www.scribay.com/author/83>

Pour rester au courant de ses publications ou activités :

<http://www.facebook.com/antredugreg/>

[http://www.twitter.com/Le\\_\\_Greg/](http://www.twitter.com/Le__Greg/)

<https://www.framasphere.org/legreg>

# Soutenir ma démarche d'écriture

Mes textes sont placés sous la licence CC0, le domaine public vivant. Vous pouvez donc copier, modifier, partager, élaguer, enrober toutes mes petites histoires. Je vous donne mes textes, parce que mes écrits sont ce que j'ai de mieux offrir à ce monde.

Afin de pouvoir consacrer plus de temps à l'écriture, vous pouvez me soutenir dans ma démarche : que ce soit par un don, dans un tel cas vous pouvez vous rendre sur mon blog qui explique en détail ce que je vous propose. Vous pouvez bien sûr me soutenir également en achetant mes livres papiers. Vous pouvez aussi me soutenir

via Tipeee, une plate-forme de financement participatif pour les artistes, et recevoir ainsi mes textes avant leurs publications :

<http://www.tipeee.com/le-greg>