

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LE DÉSERT DU RÉEL
SUIVI DE
VINGT MILLE LIEUES SOUS LA CHAIR
OU LES FABULATIONS DU JE HONTEUX

MÉMOIRE
PRÉSENTÉ
COMME EXIGENCE PARTIELLE
DE LA MAÎTRISE EN ÉTUDES LITTÉRAIRES

PAR
NICOLAS HARVEY

FÉVRIER 2023

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.04-2020). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

À Marc André Brouillette, merci pour ta disponibilité, ta bienveillance et la justesse de tes conseils.

À Renaud, Laurianne, Julie et Kevin, merci pour votre amitié inébranlable. Merci pour le soutien et les fous rires dans les moments difficiles qui ont ponctué l'écriture de ce mémoire.

À Maude, merci pour ton amour. Merci d'être cette personne extraordinaire qui, chaque jour, me pousse à persévérer.

À Élise, merci pour les bons mots et les encouragements. Merci d'avoir trouvé le temps et l'énergie de m'aider.

À mon père, ma mère, Marie-Philippe, Jean-Christophe et Emmanuelle, merci pour mille et une choses que je n'énumérerai pas ici afin d'éviter de m'éterniser et, de surcroît, devenir trop sentimental.

Finalement, merci à tous ceux qui, de près ou de loin, ont inspiré mon travail. C'est, entre autres, pour vous (et grâce à vous) que j'écris.

TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ	v
LE DÉSERT DU RÉEL	1
1.....	4
2.....	15
3.....	20
4.....	28
5.....	36
6.....	43
7.....	52
8.....	67
9.....	77
10.....	88
11.....	95
12.....	108
13.....	122
VINGT MILLE LIEUES SOUS LA CHAIR ou Les fabulations du Je honteux .	124
I.....	126
Être la honte.....	128
II	133
Écrire la honte	135
III.....	140
Les masques de la honte	142
IV.....	146
(Dé)voiler la honte.....	148

V	154
(Dé)construire la honte	156
VI.....	161
Partager la honte	163
VII	169
BIBLIOGRAPHIE	171

RÉSUMÉ

Le volet création de ce mémoire est un roman autofictionnel intitulé *Le désert du réel*. Divisé en fragments, le texte est entrecoupé de souvenirs épars et des morceaux de vie reconstitués dans le désordre de la mémoire et de l'imagination. Après un court séjour en psychiatrie, le protagoniste tente de comprendre, par le biais de l'écriture, les raisons du mal-être qui le ronge et le pousse à vouloir mourir. Il cherche à retracer quelques bribes d'une enfance atypique, caractérisée par une écoute excessive de films, une mère Témoin de Jéhovah, un père fantôme, ainsi que par un sentiment de honte aussi étrange que profond. Progressivement, il saisit son incapacité à traduire sa douleur. C'est alors qu'il s'enfonce dans ses mensonges et ses fantasmes, inventant auprès de ses proches un malheur tangible : un cancer duquel il pourrait – même s'il est fictif – ne pas sortir vivant. Le roman raconte divers épisodes intimes tirés autant d'événements lointains que récents dans la vie du protagoniste.

Le volet essayistique de ce mémoire, *Vingt mille lieues sous la chair ou Les fabulations du Je honteux*, propose une réflexion sur l'écriture de la honte. Partant du principe que ce sentiment dévastateur provoque chez le sujet la suppression de sa personnalité, je postule que le travail scriptural, notamment dans le cadre de la création d'une autofiction, pourrait lui permettre de la rebâtir. Alors que le récit, *Le désert du réel*, raconte une existence tourmentée par la honte, l'essai réfléchit à la manière d'aborder ce sentiment (voire peut-être de s'en libérer) grâce à l'invention littéraire. Pour ce faire, je m'intéresse, entre autres, aux théories de la honte proposées par Cyrulnik, Gaulejac et Tisseron, ainsi qu'à la notion d'identité narrative élaborée par Ricœur. Dans cet essai, j'explore d'abord les conséquences néfastes de la honte et définis cet affect en le distinguant d'un autre sentiment avec lequel il est souvent confondu : la culpabilité. Je réfléchis ensuite aux obstacles psychologiques qui pourraient nuire à celui qui souhaite écrire sa honte, ce qui m'amène à me questionner sur les contradictions du genre autofictionnel et la façon dont celles-ci peuvent être salutaires pour le honteux. Finalement, j'examine la portée universelle des autofictions, me demandant si l'écriture d'un vécu personnel ne serait pas une manière, non seulement de se réapproprier sa propre identité, mais de permettre également à tous les honteux de ce monde d'emboîter le pas sur la voie de la résilience.

Mots-clés : Honte, identité, autofiction, autobiographie, mémoire, mensonges.

LE DÉSERT DU RÉEL

À celles et ceux dont la « vraie vie »
ne suffira jamais.

Le souvenir est le début de l'écriture et l'écriture est, à son tour, le commencement de la mort.

- Roland Barthes, *Le degré zéro de l'écriture*.

On parle souvent de la douleur de vivre. Mais ce n'est pas vrai, c'est de la douleur de ne pas vivre qu'il faut dire.

- Albert Camus (dans une lettre adressée à René Char).

Bienvenue dans le désert du réel.

- Morpheus, *La Matrice*.

1.

Écrire sa vie, ce n'est jamais une bonne idée.

*Quand on est célèbre, c'est prétentieux.
Quand on n'est personne, c'est insignifiant.*

Si je n'ai jamais écrit sur ma propre vie, ce n'est pas par peur que quelqu'un tombe sur mes textes et y découvre des secrets inavouables. C'est plutôt par peur de manquer de contenu. Par peur de n'avoir tout simplement rien à raconter. D'ailleurs, si je me lance aujourd'hui dans ce type de projet, ce n'est certainement pas par excès d'histoires personnelles à partager. Bien au contraire.

Au moment où tu franchis les portes bleues, c'est dans un autre univers que tu débarques. Une autre dimension se déploie. Ta vie ne se déroule soudainement plus en un fil continu, le cours du temps prend une forme éclatée. Une suite de scènes saccadées. Interrompues. Tu es dans un espace-temps désarticulé, rempli d'ellipses et de flash-back. On dirait un film déconseillé aux épileptiques.

Les êtres humains que tu rencontres ne sont plus des êtres humains. Ou c'est toi qui n'en es plus un. Tu ignores qui est quoi, mais ce qui est sûr, c'est que tu n'es pas leur semblable. Les médecins et infirmières vêtus de blanc brillent comme des petits dieux. Infaillibles. Intouchables. Tandis que toi, tu es faible. Tu es une anomalie. Une

erreur, peut-être même. Tu es un extraterrestre enfermé à Area 51, et tu attends patiemment qu'on t'ouvre le crâne juste pour voir comment il fonctionne. Rectification: voir à quel point il ne fonctionne pas.

La plupart de mes souvenirs ne sont pas faits de grand-chose. Ils n'éveillent en moi que des sensations diffuses. Différentes pensées se succèdent de manière incohérente. Ce sont de vieilles idées. Rarement géniales. Des associations que je ne comprends pas. Des moments imaginés et des anecdotes impossibles. Quelques paroles, mais très peu. Des images aussi, parfois. Mais très peu. Des morceaux de moi ou d'un autre, qui apparaissent et disparaissent, à chaque instant, comme dans un flash.

On te confisque tes effets personnels : portefeuille, clés, téléphone, vêtements et même tes chaussures. Tu protestes. Tu veux garder au minimum tes chaussures, mais il faut absolument te les prendre. Va savoir ce que tu pourrais faire avec tes lacets.

On t'oblige à mettre une affreuse jaquette bleue que tu n'arrives pas à enfiler comme du monde, parce que celui qui a conçu cet accoutrement, te dis-tu, est un sadique qui a choisi d'installer l'ouverture à l'arrière. Si au moins c'était une jaquette Hugo Boss ou quelque chose du genre, tu pourrais préserver un semblant de dignité. Mais non, elle est juste bleue et laide. Il ne manque plus qu'un courant d'air pour

devenir une version beaucoup moins glamour de Marilyn Monroe. Tu te dis qu'un bonnet d'âne aurait été moins humiliant. Encore mieux : un bonnet d'âne Hugo Boss.

Quand je pense à mon enfance, je pense d'abord à beaucoup de bruit. Un vacarme insupportable. Affolant. Je pense ensuite à des lumières qui clignotent. Des lumières qui scintillent et qui m'aveuglent. Et si je persiste à creuser dans le souvenir, les lumières finissent par s'éteindre. Il s'installe alors un silence insupportable. Étouffant. Et, contre toute attente, naît en moi le profond désir que les lumières et le bruit reviennent.

Tu entends une voix, et ce n'est pas la tienne ni celle de l'un des petits dieux. Quelqu'un d'autre est là, sur le lit d'à côté. Une femme aux cheveux rasés d'un côté et teints en vert de l'autre. Le corps couvert de tatouages, même sur le visage. Elle demande à des infirmières où sont les enfants. On lui répond qu'il n'y a pas d'enfants. Elle s'affole, elle hurle. « QU'EST-CE QUE VOUS AVEZ FAIT DES ENFANTS!?! » Elle frappe une infirmière, un coup de poing au visage. Elle agrippe son chignon et menace tout le monde de son index qu'elle pointe dans tous les sens. On se jette sur elle et on lui fait une piqûre. Tu te dis : voilà une semblable.

Je suis né quelque part entre le décès d'Audrey Hepburn et la sortie du film *Jurassic Park*. Si j'ai parfois l'impression d'avoir beaucoup de souvenirs d'enfance, je n'ai qu'à feuilleter un vieil album photo pour me rendre à l'évidence: je ne me souviens de rien. Les photographies m'inspirent toutes un sentiment d'étrangeté. Je ne reconnais pratiquement jamais l'événement. Pratiquement jamais l'endroit ni même les gens qui m'accompagnent. Je ne me reconnais pas. J'ai peine à croire que ce garçon blême à l'air triste et égaré est bel et bien moi.

Tu vois ta mère qui approche, et elle pleure. Le mascara coule sur son visage comme un déversement pétrolier. Elle ne comprend pas ce qu'elle a fait de mal pour que tu en sois arrivé là. « Où est-ce que je me suis trompée? », répète-t-elle, comme une cassette brisée. Tu tentes de la rassurer en lui disant que ça n'a rien à voir avec elle, mais elle n'écoute pas. Elle culpabilise pour tous les maux de la Terre.

Son téléphone sonne. C'est ta sœur au bout de la ligne, elle est en chemin vers l'hôpital. Celui où tu te trouves. Tu tends l'oreille et remarques le ton de voix très enthousiaste; elle vient de perdre ses eaux.

J'ai beau faire un effort pour me rappeler mon enfance, je ne retrouve que des éclats. Je retrouve ces patins que mon père attachait avec aisance, ces lacets sur lesquels il tirait et qui n'opposaient pas la moindre résistance. Je tirais comme lui sur mes propres

lacets, aussi fort que je pouvais, mais mes patins demeuraient louses. Mes lacets bougeaient à peine.

Je retrouve l'arbre au loin, celui qui était plus grand que tous les autres et qui, depuis la fenêtre de ma chambre, avait la silhouette d'un tyrannosaure.

Je retrouve la dizaine de pissenlits que j'avais cueillis pour les offrir à l'amie d'une cousine. Elle avait dix ans de plus que moi. C'était la première fois que j'avouais à une fille que je la trouvais belle, et tout le monde a ri.

Je retrouve les buttes de terre dans le boisé, tout près de chez moi. Ces buttes qui ressemblaient à d'immenses tortues ensevelies sous la terre, comme Morla dans *L'histoire sans fin*.

Je retrouve le maillot de bain que je portais à un pool party, ce maillot jaune que ma sœur a baissé pour faire une blague, et tout le monde a ri.

Le psychiatre s'assoit en face de toi, comme on s'installe devant une pile de vaisselle sale. C'est-à-dire avec l'air démotivé. Écœuré. Tu perçois un peu de dégoût sur son visage. Il doit avoir hâte que sa journée termine. Au lieu de s'asseoir en face de toi, il préférerait s'installer devant la télé. Comment lui en vouloir.

Sans prendre le temps de dire bonjour, il te demande « pourquoi tu veux mourir ». Tu figes, tu te pétrifies. Après un atroce silence, le psychiatre poursuit : « As-tu un plan pour te suicider? » Tu deviens un bloc de béton qui rêve de tomber en poussière. Tu ne t'attendais pas à des questions aussi directes. Tu bégayes et tu bafouilles, mais tu ne

réponds pas. Tu n'y arrives pas. Le psychiatre te dévisage, et tu te sens comme un crétin. Tu as l'impression de passer une entrevue d'embauche et de la floper.

Peut-on vouloir mourir, tout en ignorant la raison? Bizarrement, ce questionnement ne fait qu'accroître chez toi l'envie de te tuer.

Je retrouve les flotteurs que ma mère m'obligeait à enfiler quand j'allais me baigner, ces flotteurs dont tout le monde se moquait, ces flotteurs que je portais aux bras, m'imaginant qu'ils étaient les biceps musclés de Popeye pour atténuer autant que possible l'humiliation.

Je retrouve la toilette sur laquelle j'étais assis, rêvant, divaguant et chantant la chanson thème de *Lucky Luke*. De l'autre côté de la porte, évidemment, tout le monde a ri.

Je retrouve quelques-uns des moments que je passais, couché par terre, à jouer avec mes figurines *Star Wars*. Ces moments à plat ventre en train de m'inventer des mondes. Des histoires.

Je retrouve cet anniversaire d'une amie au primaire durant lequel elle m'avait fait remarquer que j'avais une grosse tête. Elle m'avait appelé « l'hydrocéphale ». Je ne savais pas ce que ça voulait dire, mais j'ai pleuré, et tout le monde a ri.

Après cette courte discussion avec le médecin, on juge que tu n'es pas une menace, ni pour toi-même ni pour les autres. On te laisse partir. Pour ne pas dire : on t'oblige à partir. Tu retournes chez toi, quelque peu déboussolé, avec une prescription entre les doigts et une petite tape dans le dos. On te dit: « inquiète-toi pas, tu vas être correct ». Tu t'informes pour savoir si c'est possible de prendre un rendez-vous avec un psychologue dans le réseau public : deux ans d'attente. Tu as pensé adopter une plante afin de pouvoir te confier à quelque chose, mais tu trouves qu'il y a des limites à ton pathétisme. Tu te résignes donc à appeler au privé et à payer cent dollars de l'heure pour regarder une personne acquiescer machinalement à tout ce que tu dis.

Assis en face d'une grande dame austère, tu déblatères un tas d'insignifiances en espérant découvrir pourquoi tu veux mourir, mais plus tu parles, plus tu te trouves ridicule. Tu commences même à te sentir coupable de monopoliser une psychologue pour si peu. Après tout, tu n'es pas en phase terminale d'un cancer des os; tu n'as pas perdu toute ta famille dans un génocide; tu n'as pas passé ton enfance dans le sous-sol d'un pédophile, enchaîné à un chauffe-eau... Tu ne sais même pas pourquoi tu es malheureux.

Par chance, tu n'as pas l'impression que la psy t'écoute. Elle a les yeux rivés sur son bloc-notes. La position de celui-ci t'empêche de voir ce qu'elle écrit ou même de voir si elle écrit véritablement. Mais peu importe ce qu'elle fait, ça semble beaucoup plus intéressant que tout ce que tu peux raconter. Peut-être joue-t-elle au sudoku ou dessine-t-elle des bonshommes pendus. Peut-être est-elle sur le point de battre un record personnel au jeu *Fruit Ninja* sur son téléphone.

Je retrouve les croquis de superhéros et les bandes dessinées que je confectionnais avec du papier construction et des cure-pipes pour relier les pages.

Je retrouve ce spectacle de fin d'année pour lequel on avait jugé que le meilleur rôle pour moi était celui de l'arbre. Je n'avais aucune réplique, mais je désespérais de dire quelque chose. Alors, durant la représentation, je m'étais mis à balancer doucement mes branches, tout en imitant le bruit du vent avec ma bouche. Le prof d'art dramatique, alors caché en coulisse, s'est précipité vers moi pour me cracher un énorme « CHUT! ». La foule a ri.

Je retrouve cette bagarre que je n'ai pas su déclencher en pleine classe. David me traitait de crétin, tout en me donnant de petites tapes derrière la tête. À bout de patience, je l'ai saisi par le collet. Je l'ai menacé pour qu'il arrête de m'achaler, mais il ne m'a pas pris au sérieux. Au contraire, il s'est mis à rire. Et tout le monde aussi.

Et tu te trouves con de payer une personne cent dollars de l'heure pour acquiescer machinalement à tout ce que tu dis. Tu te demandes si tu es seul à ce point-là, seul au point de n'avoir personne à qui confier tes états d'âme. En même temps, tu ne veux pas emmerder personne avec ça. Tu devrais peut-être juste fermer ta gueule, ça rendrait service à tout le monde.

Tu te rappelles avoir lu un article sur Facebook à propos de gens au Japon qui se louent des amis pour prendre des photos ensemble et faire croire sur les réseaux sociaux qu'ils ont une vie sociale trépidante. Tu te rappelles t'être dit que c'était la chose la plus pathétique que tu n'aies jamais vue. Mais soudain tu te demandes quelle est la différence entre ces Japonais et toi. Eux se louent des amis et toi, une oreille pour

écouter tes bêtises. Ce sont les deux choses les plus pathétiques que tu n'aies jamais vues dans ta vie.

Je retrouve quelques-unes de ces fois où je pleurais de manière incontrôlée. Je pleurais jusqu'à avoir des haut-le-cœur, et même parfois jusqu'à vomir. Je pleurais, alors que je ne voulais pas, entouré de tous ces adultes qui me regardaient et me répétaient que ma réaction n'avait aucun sens. Je devais arrêter de faire mon bébé, arrêter de leur faire honte.

Je retrouve les épingles à linge que je pinçais les unes contre les autres pour faire de petits vaisseaux spatiaux et le bordel que je foutais chez grand-maman quand je construisais une cabane avec les coussins de son sofa. Mais on me laissait faire, parce que, jusqu'à un certain âge, un enfant qui fout le bordel, c'est mignon.

Je retrouve cette enseignante de 3^e année, Madame Denise, qui avait versé une partie de son verre d'eau dans le lavabo de la classe; elle voulait nous montrer la différence entre l'optimiste et le pessimisme. Après s'être exécutée, elle a donc demandé à tout le monde si on percevait le verre à moitié vide ou à moitié plein. J'ai levé la main pour dire que je croyais le verre à moitié vide, étant donné qu'elle venait tout juste de retirer la moitié de l'eau. « Mais si vous aviez ajouté de l'eau, Madame Denise, et aviez arrêté le remplissage en cours de route, on aurait pu dire que le verre est à moitié plein », ai-je expliqué dans des mots sûrement plus enfantins. En guise de réponse, Madame Denise m'a dévisagé, et un élève a crié que je n'étais ni pessimiste ni optimiste, juste autiste. Tout le monde a ri. Madame Denise aussi.

La psy lève les yeux de ses notes et t'interrompt. Elle te complimente sans raison apparente. Elle t'assure que tu es une bonne personne avec un grand cœur, elle va même jusqu'à dire qu'elle admire ta « grandeur d'âme ». Comment peut-elle dire ça sans même t'avoir écouté? Tu es mal à l'aise. Tu ne connais cette personne que depuis vingt minutes à peine, et, à ton sens, c'est très peu de temps pour parvenir à mesurer une âme. En plus, tu ne lui fais pas confiance. Comment croire les compliments de gens que tu payes pour t'écouter?

La psy te demande : « Depuis combien de temps as-tu des idées noires? » Tu réponds : « L'âge de douze ans environ. » « Est-il arrivé quelque chose de significatif à cette époque qui a pu déclencher ça? » Spontanément, tu te mets à lui mentir. C'est plus fort que toi. Tu ne sais pas quelle vie tu lui racontes, mais ce n'est pas la tienne.

Elle t'écoute cette fois. Et semble même intéressée.

Je dis ne retrouver que des éclats, mais ce n'est tout à fait pas vrai. Sans parvenir concrètement aux événements auxquels ils sont associés, je retrouve certains affects. Il m'arrive de ressentir à nouveau la douleur.

Remonte en moi le désir de fuir dans le jeu.

Mes organes qui se contractent et s'écrasent, comme s'ils étaient dans un compacteur à déchets.

L'air ambiant qui se refroidit et se glace alors que ma peau et ma chair se liquéfient, bouillent et gonflent. Cherchent à exploser.

Les rires qui résonnent dans ma tête. Les rires de ces adultes qui se moquent, s'esclaffent et s'amuse, assurent-ils, sans méchanceté.

2.

*Si tu inventes en parlant, tu es fou.
En écrivant, tu es écrivain.*

La psy te conseille d'écrire tes pensées et tes souvenirs dans un carnet qu'elle pourra ensuite analyser. Elle te conseille également de la consulter toutes les semaines : « Le jeudi à 17h? Est-ce que ça vous va? » Tu dis « C'est parfait! », mais l'idée de lui offrir, de manière hebdomadaire, une portion non négligeable de ton salaire te fait remonter un petit vomi acide dans la bouche. Tant qu'à faire des dons, tu aurais aimé que ce soit pour une cause plus honorable que celle visant à aider une baby-boomer à acquérir un chalet au Mont-Tremblant. Tu décides donc de ne jamais retourner voir la psy, mais, avant de rentrer chez toi, tu arrêtes dans une bouquinerie pour acheter un carnet. Tout noir. Tu aimes l'idée de te confier à une entité sans visage.

Je retrouve ces nuits passées à pleurer, parce que je voulais être pris au sérieux. Ces nuits passées à m'en vouloir d'être seulement un enfant. Je me trouvais niais d'avoir huit ans. J'avais honte de ne pas être né une décennie plus tôt, de ne pas être plus grand, de ne pas avoir la voix rauque ni du poil au menton. Je voulais avoir l'âge de conduire. Je voulais avoir l'âge de posséder une grosse maison. Une BMW ou une Audi. Un métier qui impose le respect. À huit ans, j'aurais tout donné pour qu'on m'appelle monsieur.

Je passais mes nuits à pleurer, et plus je pleurais, plus je me détestais. Je me frappais même au visage pour essayer de stopper les larmes, parce que pleurer était, pensais-je, rien que pour les enfants.

Tu repenses aux insignifiances que tu déblatères sans arrêt. Tu repenses aux Japonais qui se louent des amis. À la maudite jaquette bleue impossible à mettre ou à porter avec dignité. Et aussi, tu repenses au fait que tu n'es que de la vaisselle sale. Probablement même pas une assiette. Juste une fourchette. Tu repenses à la psy, aussi. Tu te demandes si elle a finalement battu son record à *Fruit Ninja*. Est-ce que tu réussirais à le battre, *toi*, son record? Sûrement pas. Tu aurais peut-être plus de chance de gagner contre elle à *Super Smash Bros*. Tu jouais souvent à l'université. Tu jouais à une version alcoolisée du jeu ingénieusement rebaptisé: « Super Smash vire une brosse ». Les règles étaient simples: chaque fois qu'un joueur tombe en bas du tableau et meurt, il doit boire un shooter et s'il est projeté au loin, à la manière de la team Rocket dans *Pokémon*, il doit caler une bière.

Il faudrait que tous les jours soient comme dans « Super Smash vire une brosse ».

Mon père disait qu'il vaut mieux que les gens rient *avec moi* que *de moi*. Le problème avec ce conseil, c'est que les deux sortes de rires ont exactement le même son.

Vers la fin du primaire, j'ai fini par me dire que le mieux, c'était de constamment provoquer le rire. De cette façon, je ne pouvais pas me tromper. J'évitais d'être la proie des moqueries; j'en devenais le chasseur.

Pour mieux disparaître, je suis devenu le centre d'attention. Il n'y avait plus une fois où je levais la main en classe pour dire autre chose qu'une connerie. Plus une photo de moi qui se prenait sans que je grimace. Plus un exposé oral qui se déroule devant moi sans que je fasse un bruit de pet avec mes dessous de bras. Mes profs me demandaient continuellement de me taire et de m'asseoir. D'arrêter de niaiser et de crier. Arrêter de grouiller et de faire le bouffon.

Durant les récréations, les élèves s'attroupaient autour de l'escalier extérieur et attendaient avec excitation le moment où j'allais m'y élancer pour débouler. Mes amis m'aimaient, mais ne connaissaient pas mon nom. Ils m'appelaient « hey, t'es pas game de... ». Rien n'était à mon épreuve. Je faisais le singe sur les poteaux de ballon-poire, des culbutes, la tête première dans le sable. Je montrais mes fesses sur commande et sautais, à la guise de mes camarades, en bas de n'importe quel module de jeux. Je relevais tous les défis et plus j'avais de chance de me blesser, mieux c'était.

Tu bois pour oublier et écris pour retrouver. Un cocktail explosif. Une écriture Molotov. Il paraît que c'est normal d'oublier certaines choses. Mais, toi, tout ce qui est normal, ça t'inquiète. Tu ne comprends pas, d'ailleurs, pourquoi personne ne s'affole face à cette amnésie collective qu'impose Dame Nature. Tu n'as pas envie de passer ta vie à accumuler des souvenirs pour que, peu à peu, tout soit relégué aux oubliettes. Pour qu'il n'y ait que des retailles qui perdurent dans ta tête presque morte. Tu aimerais

pouvoir retrouver chaque parcelle de ton existence, mais tu ne peux pas, alors tu te débouches une autre bière. Tu aimerais pouvoir emboîter les morceaux de ta vie, comme s'il s'agissait de morceaux de casse-tête. Un casse-tête qui, une fois terminé, pourrait être encadré et accroché à un mur, même s'il est laid. Sauf que tu as perdu la boîte avec la photo sur le dessus. Alors, le casse-tête, tu le reconstitues à l'aveuglette. Tu le fais sans savoir s'il y a réellement une image à retrouver, quelque chose de concret à dénicher dans ce bric-à-brac qu'est ta tête. Excepté un passé altéré. Dénaturé. Cisailé et rafistolé. Tu n'es pas censé boire et prendre des pilules, le pharmacien a été clair à ce sujet. Mais tu t'en fous, tu te débouches une autre bière. Il ne faut pas penser que la mémoire est un grand entrepôt où il suffirait de tendre la main pour attraper ce qu'on veut. Il y a toutes les chances que ta tête soit, comme ton écriture, à l'image d'un marché aux puces : remplie de contrefaçons.

Quand je jouais au cascadeur et me faisais mal, Véronique riait. Mais contrairement à celui des autres, son rire m'était agréable. Presque mélodieux. Je me suis même déjà ouvert la tête pour l'entendre. Douze points de suture. Le plus drôle, je pense, ce n'était pas les larmes que je versais après avoir chuté. C'était les petites roches coincées dans les écorchures.

Un soir après l'école, j'ai dérobé la toilette qu'un voisin avait mise au chemin. Je l'ai posée sur une planche à roulettes et me suis assis dessus. Casque sur la tête, j'ai dévalé une pente abrupte à toute vitesse. J'ai terminé ma course dans une voiture stationnée. Une performance qui m'a permis de récolter une belle collection d'éraflures et d'ecchymoses. Possiblement, une commotion cérébrale. Assurément, une facture salée à remettre à mes parents. Au moins, Véronique avait beaucoup ri.

Tu écris, comme tu jouais, petit, aux blocs Lego. Tu places ensemble un tas de pièces dépareillées, sans trop savoir où ça mène. Tu n'arrives pas une seule seconde à structurer ta pensée, tout comme tu n'as jamais été capable de construire un bateau de pirate sans lui ajouter des ailes ou des roues. Et tu t'énerves contre tous ceux qui disent avoir de la difficulté à « suivre le fil de ta pensée ». Tu arrêtes d'écouter systématiquement toutes les séries Netflix où un des personnages utilise l'expression « train of thought ». Tu n'arrives pas à concevoir que ces formules préfabriquées puissent avoir quelque relation que ce soit avec le fonctionnement d'un cerveau humain. Toi, tes pensées, elles ne se déplacent absolument pas sur une ligne. Jamais. Dans ta tête, il n'y a pas de rails, mais un champ de mines. Un tapis de fakir où les clous ont été remplacés par des blocs Lego. Tes pensées ne sont pas cordées en rang d'oignons, elles sont éparpillées et éclatées. Elles bougent même. Elles viennent comme bon leur semble et repartent dans tous les sens. Mais elles ne te quittent jamais. Et s'il arrive qu'elles fassent semblant de partir, c'est pour mieux revenir te hanter après. Elles tournoient autour de ta tête et te piquent et te brûlent, comme un essaim d'abeilles en feu.

3.

*Pour illustrer l'éphémère,
certains font des métaphores de comètes.*

Moi je préfère les bananes.

On n'avait pas beaucoup de fruits à la maison, mais on avait des bananes. Maman en achetait systématiquement chaque fois qu'elle faisait l'épicerie. La plupart noircissaient avant qu'on ait le temps de les manger. Alors, elle les mettait au congélateur et les ressortait assidument la fin de semaine suivante pour cuisiner des gâteaux ou des muffins.

Un jour, ça a changé. Il y a eu une première fin de semaine sans gâteau ni muffins. Puis, une deuxième et une troisième. Et s'en est suivi un nombre incalculable. Les bananes noires se sont accumulées, si bien qu'elles ont fini par prendre toute la place. J'étais comme le petit garçon du *Sixième sens*, à la différence près que, moi, c'était des bananes que je voyais. Des bananes noires, mortes et gelées. Partout.

Ton four à micro-ondes a brisé la semaine dernière. Ça faisait à peine un an que tu l'avais. Pourtant, l'annonce sur le site de Canadian Tire affirmait que c'était un « Super achat ». Tu pensais, en revenant de travailler, appeler la compagnie pour te plaindre, mais malheureusement il n'y a pas que les électroménagers qui soient touchés par une obsolescence programmée: tes relations aussi.

Ta blonde s'est autoproclamée « ex-blonde », elle a changé la serrure de la porte, a jeté ton four à micro-ondes dans le conteneur, mis tes affaires dans trois boîtes qu'elle a laissées dans la ruelle et a vidé le contenu d'une valise pleine de tes vêtements depuis le balcon au moment où tu passais dessous. Une pluie de boxers Tommy Hilfiger, de t-shirts sales et de jeans troués. D'une certaine manière, tu trouvais ça beau. Une scène de *La guerre des mondes*, mais sans les gens qui se volatilisent en cendres.

À cinq ans, je faisais semblant de regarder la télévision. Une émission pour enfant jouait, j'ignore laquelle et, pour être honnête, à ce moment-là, je m'en foutais complètement. Je ne pourrais même pas dire où ma sœur était, ou même si elle était assise à côté de moi. Elle était probablement assise à côté de moi. Je ne sais pas. Mon attention était ailleurs, dirigée vers mes parents dans l'escalier.

Ma mère cherchait à descendre les marches, alors que mon père l'en empêchait. Ma mère était magnifique. C'est vrai qu'elle était toujours bien mise, mais cette fois-là, il me semblait qu'elle avait fait un effort particulier. Je me rappelle qu'elle était juchée sur de grands talons hauts qui lui donnaient des airs de funambule. Elle avait son manteau sur les épaules et ses clés de voiture dans les mains. Elle voulait se rendre je-ne-savais-où. Mon père, quant à lui, venait tout juste de passer la dernière heure à pelleter la galerie. Tuque de laine trouée sur la tête et grosses bottes brunes aux pieds, il ne voulait pas que ma mère s'en aille. C'était la première fois que je les voyais autant en colère. Tous les deux. Ils parlaient d'une réunion. D'un Royaume. Je ne comprenais pas. Mon père disait à ma mère qu'elle était en train de détruire la famille, et ma mère répliquait que c'était *lui*, qui ne comprenait rien, comme toujours.

Ma mère cherchait à contourner mon père, mais rien à faire, il refusait de céder le passage. Il était un mur. Ma mère a essayé de le pousser. Impossible. Mon père, pesant presque deux fois plus qu'elle, n'avait aucun mal à résister à ses assauts. Impuissante, elle s'est mise à hurler.

C'est à ce moment-là, je crois, que je me suis levé du divan. Je suis allé me planter au pied de l'escalier et, instinctivement, je leur ai demandé si je pouvais aller jouer dehors. Encore aujourd'hui, je ne sais pas pourquoi je leur ai demandé une telle idiotie. Ça devait être la première chose qui m'est venue en tête. J'imagine que je croyais que ce serait une bonne diversion; s'ils acceptaient, l'un d'entre eux allait devoir sortir dans la cour pour me surveiller, pendant que j'allais faire comme si j'avais envie de bâtir un fort ou tracer un ange dans la neige. J'imagine que c'était ça mon plan: les séparer par une porte-patio.

Tu as trouvé une chambre sur Kijiji. Tu vis maintenant dans un quatre et demi avec Myriam, une libraire de trente-trois ans. Elle est adepte de jeux vidéo, de chats (même si elle n'en a pas) et de bières locales (de ça, elle en a beaucoup). Lorsqu'elle ne travaille pas, elle ne quitte jamais sa robe de chambre rose *Hello Kitty*. Partout dans l'appartement, ça sent le pot à plein nez. Un vrai foutoir. Au moins, les murs du salon sont couverts de livres. D'ailleurs, c'est eux qui t'ont convaincu d'emménager – les livres et la peur de vivre dans la rue.

Dans ta chambre, tu défais les quelques cartons contenant l'ensemble de tes affaires. L'ensemble de ta vie. Un peu de vêtements. Un peu de livres. Beaucoup d'objets de collection : une figurine du Pingouin (le vilain dans *Batman*), le casque de Iron Man, la cape de Superman et autres décorations qui donnent à ta chambre les airs

d'un restaurant Planet Hollywood. Tu as même des armes. Des vraies. Des répliques réalistes de l'épée d'Aragorn et du katana d'Uma Thurman dans *Kill Bill*. Leurs lames métalliques scintillent dans la petite pièce sombre. Myriam, se tenant près de la porte, te demande : « Pourquoi tu as tout ça? C'est pas dangereux? » Et sans te donner le temps de répondre, elle ajoute, railleuse : « Au moins, si jamais on se fait attaquer, on aura de quoi se défendre. » Tu penses : qui ferait une invasion de domicile dans un appartement aussi merdique?

En vidant la dernière boîte, tu tombes sur ta copie du roman *La femme qui fuit* de Anaïs Barbeau-Lavalette. Ton ex le lisait quelques jours avant votre rupture. À l'intérieur, une note écrite de sa main: « J'espère qu'un jour tu seras capable d'aimer. »

Mais les plans des enfants de cinq ans sont rarement infaillibles. Mes parents criaient si fort qu'ils ne m'ont pas entendu. J'ai répété en élevant la voix, toujours sans résultat. Puis, je me suis mis à crier moi aussi : « J'VEUX ALLER JOUER DEHORS! »

Mes parents se sont arrêtés d'un coup et m'ont regardé, muets d'étonnement. Après quelques secondes, mon père a brisé le silence de sa voix grave avec la force d'une masse: « Ben oui, vas-y jouer dehors! » Puis, il a fait un geste brusque de la main pour m'indiquer d'aller plus loin.

Depuis que tu es là, tu passes la majeure partie de ton temps cloîtré dans ta chambre. Tu ne réponds plus au téléphone. Tes amis t'appellent, mais tu fais le mort. Parce que chaque fois qu'on t'appelle, on te demande comment tu vas et le simple fait qu'on te pose la question te rappelle que tu vas mal. En plus, tu as toujours l'impression qu'on se fout un peu de la réponse. C'est comme si on cherchait plutôt à faire sa B.A. de la semaine. On coche sa liste. On prend des nouvelles de son ami qui sort tout juste de psychiatrie et on s'assure ainsi d'être une bonne personne. On raccroche satisfait de soi-même. Comme si on venait de faire du bénévolat. Un don à l'UNICEF.

Au bout d'un moment, à force de ne pas répondre, le téléphone cesse de sonner. Il n'y a que ta mère qui persévère. Qui t'appelle plusieurs fois par semaine. Elle te laisse des textos, des messages vocaux. Elle te supplie de la rappeler, car elle s'inquiète et espère que tu vas mieux. Mais comme tu ne veux pas lui mentir, tu maintiens le silence radio. Parfois, il y a aussi ta sœur qui t'appelle. C'est sans doute votre mère qui la supplie de t'appeler. Mais tu ne réponds pas. Tu sais que rapidement la conversation dévierait sur sa nouvelle maison. Son nouvel enfant. Et bien que tu aimes ta sœur et que tu sois content pour elle et ses accomplissements, ce tête-à-tête ne ferait que souligner ton statut de raté.

Tu aimerais pouvoir ne pas répondre à ton père aussi, mais lui ne t'appelle pas.

L'être humain avec lequel tu as le plus d'interactions, c'est ton livreur *Uber Eats*. Même Myriam, tu ne lui as presque pas parlé. Tu dis avoir besoin d'espace pour pleurer, mais tu ne pleures pas. Tu lis des livres, écoutes des films et écris dans ton carnet des souvenirs d'enfance. Parfois réels. Souvent inventés. Et quand tu oses sortir de ta tanière, tu ne fais que parler de cinéma. Tu récites en boucle des répliques de films. Myriam te reproche souvent cette habitude qu'elle juge énervante, ce à quoi tu ripostes : « Frankly my dear, I don't give a damn! »

La dispute a repris de plus belle, et je suis allé me rasseoir sur le divan sans rien dire. J'ai fixé la télé, j'ai essayé d'écouter l'émission, sans en être capable. Ils criaient. Leurs mots devenaient de plus en plus violents, de plus en plus méchants. La plupart, je ne les connaissais pas, mais je devinais leur sens.

J'aurais voulu m'évader. Partir. J'aurais voulu rentrer dans la télé, aller rejoindre Scooby-Doo et ses amis déambulant dans leurs folles aventures. Mais non. La réalité me collait à la peau. Les cris de mes parents me frappaient comme autant de gifles m'empêchant de rêver.

Tu as tant de lignes de films gravées dans le crâne que, mises bout à bout, elles pourraient composer un roman. Myriam te dit que tu aurais dû être acteur. Pourtant, toi, tu trouves que tu l'es déjà. Mais, quand tu y réfléchis, c'est vrai qu'en faire un métier aurait été intéressant.

Le temps des tournages, incarner un personnage aurait pu ressembler vaguement à un jeu, et non à une malédiction.

Le temps des tournages, tu aurais pu te fondre au décor, rester caché paisiblement.

Le temps des tournages, tu te serais senti moins seul dans ta fiction. Un réalisateur t'aurait dit quoi faire, comment bouger, où aller, quelle attitude adopter, quelle émotion

dégager. Un scénario t'aurait dit quoi dire. Tu aurais été entouré d'autres acteurs, d'autres gens qui font semblant. Comme c'est peut-être déjà le cas.

Par réflexe, j'ai saisi un coussin qui trainait tout près, je me suis agrippé à lui, comme à une bouée. Ma mère a levé une main en l'air avec, visiblement, l'envie de la foutre contre la joue de mon père. Mais elle a hésité une seconde de trop avant de mettre ses intentions à exécution, et mon père a profité de ce temps mort pour lui saisir le poignet. Puis, il s'est servi de sa prise pour lever maman de terre et la prendre sur son épaule, comme un sac de patates. Elle pleurait. Elle criait. Elle martelait le dos de papa à coups de poing. Malgré ça, il ne bronchait pas. Il a monté l'escalier sans difficulté, emportant maman avec lui. Une fois dans leur chambre, il a refermé la porte dans un claquement. Les cris et les pleurs ne se percevaient plus qu'en sourdine.

Une fois seul, j'ai recommencé à respirer et j'ai relâché le petit coussin pour qu'il en fasse autant.

Tu aurais dû être acteur, te dit Myriam, mais toi, ce que tu aurais voulu vraiment, c'est vivre dans un film. Tu aurais voulu être un archéologue qui combat le nazisme avec un accessoire sadomasochiste. Tu aurais voulu t'appeler Maximus Decimus Meridius et avoir ta vengeance dans cette vie ou dans l'autre. Tu aurais voulu porter un bijou susceptible de réduire la Terre du Milieu à l'esclavage. Être seul sur une île

déserte, entouré de boîtes *FedEx*, et t'arracher une dent en utilisant la lame d'un patin. Vivre dans un monde numérique et être capable d'éviter des balles de fusil avec tes talents au limbo. Tu aurais voulu te battre contre ton ami imaginaire dans le sous-sol d'un bar miteux. Crier que tu es le roi du monde à la proue d'un bateau, juste avant de crever pendant le naufrage. Tu aurais voulu que ton oncle et ta tante soient morts carbonisés par l'Empire pour que tu puisses ensuite aller te battre au sabre laser dans l'espace. Que tes trois frères aient été tués à la guerre et que Tom Hanks et son équipe se fassent chier pour venir te sauver à l'autre bout de la Normandie. Tu aurais voulu t'émerveiller devant des brontosaures, parce qu'ils se déplacent en troupeaux. Te déguiser en chauve-souris la nuit sans avoir l'air ridicule. Tu aurais voulu discuter tranquillement de hamburgers, puis exécuter un homme en récitant des passages bibliques.

Tu aurais voulu vivre dans un film, parce que dans un film, tout a toujours un sens.

4.

*Quand la mémoire s'éclaircit,
la fiction œuvre.*

Myriam te montre des vidéos de gens qui se font mal sur YouTube et c'est censé te remonter le moral. Un homme saute depuis le toit de sa maison et s'écrase à côté de sa piscine. Un autre s'assoit sur une rambarde, mais tombe sur le dos. Une femme fait du pole dancing sur un poteau de signalisation et se casse les dents sur le bitume.

Tu ne ris pas, mais *elle*, elle s'esclaffe bruyamment et n'arrive pas à croire que tu puisses rester de marbre face à autant de drôleries. Pour rectifier la situation, elle annonce « son arme ultime », le genre de vidéo qui fait fondre tous les cœurs, assure-t-elle.

On y voit un chat roux qui tire la chasse d'eau d'une toilette et ouvre seul un robinet. Un chat gris qui joue avec un homard. Un chat noir qui essaie de sauter sur un divan, mais qui rate son coup.

Tu ne réagis toujours pas, et Myriam te dit que tu dois être un vampire. « Je pense que t'es mort en dedans », ajoute-t-elle, un sourire aux lèvres.

Mon père, ma sœur et moi étions seuls dans le salon. J'avais tout juste six ans. Ma sœur, à peine deux ans. Nous dévorions mon repas d'anniversaire. Je demandais le

même tous les ans : du macaroni au fromage Kraft Diner. Et chaque fois mon père était dégoûté : « Ark! C'est chimique à l'os c't'affaire-là! » Mais, ça ne me dérangeait pas qu'il lève le nez sur mes petites nouilles cylindriques couvertes de fromage en poudre. Ça en faisait plus pour moi et, de toute manière, j'ignorais ce que le mot *chimique* voulait dire.

Mon père était assis sur le sofa et ne mangeait rien. Au lieu de ça, il nous observait, ma sœur et moi. Il avait les yeux larmoyants. L'air pensif. Il disait ne pas avoir faim et, à la blague, soutenait que mon « macaroni toxique » lui avait coupé l'appétit. Mais je voyais bien que quelque chose n'allait pas. Depuis qu'on était là, assis ensemble, il ne s'était pas lâché la moustache. Il la frottait sans cesse, comme s'il cherchait à apaiser un petit hamster au bord de la crise de cœur.

De temps en temps, il me grimaçait un sourire entre deux frottements de moustache.

Myriam jongle avec l'idée d'adopter un chaton et, comme c'est ta fête dans quelques jours, elle te dit que tu n'aurais pas à contribuer aux vingt dollars que ça coûte à l'animalerie d'en face. L'idée te plait. Tu te dis qu'un animal ajoute de la vie, et la zoothérapie, il paraît que ça fonctionne.

Mais, rapidement, l'envie s'estompe. Vous tombez sur la vieille pub de nourriture féline où un comédien porte un col roulé et fait semblant d'être un chat. Ça vous rappelle à quel point ces boules de poils peuvent être insupportables. « Tant pis, pas de cadeau pour toi », dit Myriam en riant.

Puis, elle te demande quel a été le pire anniversaire de ta vie. La question te surprend, mais tu réponds sans réfléchir. « Celui de mes onze ans. Hagrid n'est pas venu cogner à ma porte pour m'annoncer que j'étais un célèbre sorcier. » Par contre, tu te rappelles t'être consolé en te disant qu'une mutation génétique, qui permettrait idéalement de cracher de l'acide ou te transformer en métal, se déclare rarement avant l'adolescence. « L'Institut Xavier, ce n'est pas Poudlard, mais c'est un bon prix de consolation », expliques-tu. Malheureusement, cette mutation, tu l'attends encore.

Ma mère n'était pas très loin. Elle attendait dans la cuisine et refusait de venir nous rejoindre. Elle m'avait expliqué, plus tôt dans la journée, qu'à cause de sa nouvelle religion, elle ne pourrait pas fêter ma fête, ni même être avec moi. Elle devait rester dans la cuisine et attendre que mon sixième anniversaire se termine.

J'ai longtemps eu du mal à comprendre pourquoi son Jésus n'aimait pas les fêtes, mais je me disais qu'il devait avoir de bonnes raisons. Peut-être était-ce parce que ce Jésus-là n'avait jamais eu la chance de célébrer son propre anniversaire? Ou peut-être était-ce parce que les soupers d'anniversaire lui rappellent trop son dernier repas? Moi aussi, si j'avais mangé avec mes amis et qu'ils m'avaient trahi et condamné à mort, j'aurais quelques réticences à accepter la prochaine invitation.

C'est ton vingt-cinquième anniversaire, Myriam te propose d'aller prendre un verre. Immédiatement, tu soupçonnes que ce tête-à-tête doit être une excuse pour te conduire à un party surprise. Généralement, tu détestes les anniversaires, surtout les tiens, et encore plus les surprises. Mais ce soir-là, tu as le goût de te saouler.

Avant de partir, tu cales deux bières dans le but de calmer ton anxiété, mais aussi de préparer ton organisme à ingérer des litres et des litres d'alcool.

Tu arrives à l'heure prévue. La soirée est encore jeune, il fait clair dehors et le chansonnier n'a pas commencé à jouer. En sourdine, une vieille chanson rock d'un groupe retraité, dont tu ne te souviens plus le nom. Au premier coup d'œil, l'endroit semble vide. Il n'y a que quelques trentenaires éparpillés qui sirotent leur consommation. Personne que tu connais à l'horizon, mais tu te souviens que le bar a un deuxième étage. C'est probablement là que tout le monde se cache, te dis-tu.

Nous étions encore seuls dans le salon. Et ma mère, je ne pouvais ni la voir ni l'entendre. Aucun bruit de vaisselle ne cogne, aucune viande ne crépite dans un poêlon. Absolument rien. J'ignore ce qu'elle faisait exactement dans cette cuisine pendant tout ce temps. J'imagine qu'elle n'était pas adossée au comptoir, les bras croisés, fixant l'horloge et comptant les minutes. J'aime plutôt penser qu'elle était aussi triste que moi qu'on ne puisse pas partager ce moment ensemble.

Il est vrai qu'elle aurait pu partir. Aller ailleurs, n'importe où. Elle aurait pu aller voir une amie ou faire des commissions. Mais elle a choisi de rester là et d'attendre. Je n'avais jamais vraiment réfléchi à ça avant d'écrire ces lignes, mais maintenant que j'y

pense, c'est peut-être le meilleur compromis qu'elle ait pu trouver entre ses nouvelles convictions et son envie d'être avec son fils pour son anniversaire. En ce moment, c'est ce que j'aime penser.

Une fois nos macaronis terminés, mon père nous a servi chacun un *Joe Louis*. Dans le mien, une chandelle rose était plantée. Je me rappelle avoir trouvé l'idée rigolote. Même ma sœur a émis un petit ricanement aigu. Mon père, lui, ne riait pas. Lorsqu'il a commencé à me chanter « Joyeux anniversaire », j'ai senti sa voix chevrotante, comme s'il allait éclater en sanglots. Puis, avant la fin de la chanson, il s'est arrêté, comme étouffé. Il n'a pas versé une larme ou, s'il l'a fait, il l'a essuyée rapidement sans que je ne la remarque. Je me suis levé et je l'ai pris dans mes bras. Je lui ai dit de ne pas s'en faire. Que maman n'était pas très loin, qu'elle était juste là dans la cuisine et que nous allions pouvoir la revoir aussitôt nos *Joe Louis* terminés.

En montant les marches du bar, tu fixes le sol. D'abord pour cacher ton enthousiasme et ensuite pour éviter de croiser prématurément un regard. Tu ne voudrais pas reconnaître quelqu'un avant le moment où, dans un éclat de joie, tout le monde s'écrit « surprise! ». Bien que tu saches cela impossible, au fond de toi, tu espères une mer d'invités dans laquelle tu pourras nager jusqu'à te noyer. Après tout, vingt-cinq ans, ce n'est pas rien.

Soudain, quelques *Bonne fête* fusent en canon. Seulement, ils ne proviennent pas d'une mer d'invités. Loin de là. Tu lèves les yeux et aperçois Myriam avec sa blonde et deux de leurs amies. Deux filles que tu as croisées une ou deux fois, mais c'est tout. Aucun de tes propres amis n'est là. Évidemment, à force de ne pas répondre à leurs

croisé

la meilleure amie de ton ex

essayé de la ramener

chez toi

baiser

faire chier

le doorman qui arrive

black-out.

D'un coup, il fait froid, c'est humide et gluant. Ça pue aussi. Tu te réveilles seul dans ton lit, le visage enfoncé dans ton oreiller imbibé de vomi. Il y en a sur les draps, le couvre-lit et même sur le plancher.

Quelques heures plus tard, tu écris sur Facebook :

Hier, party de fous aux 2 Pierrot! Merci à tout le monde d'être venu.

#25ans #BestBirthdayEver

Tu passes le reste de la journée à rafraichir la page toutes les minutes pour vérifier si des « likes » s'ajoutent.

5.

*Il faudrait être grand comme un signet
pour se faufiler entre les pages d'un livre.*

Il y a de ces rêves qu'on ne peut pas oublier. Mon père court au milieu de la rue. Il sprint comme s'il était pourchassé. Moi, je ne suis qu'un enfant, je suis petit. J'ai deux ou trois ans. Je trotte péniblement derrière lui. Je lui tends la main. Je voudrais qu'il la saisisse, mais il ne le fait pas. Au lieu de ça, il me jette des regards. Il voit bien que je n'arrive pas à le suivre, mais il ne ralentit pas la cadence. Ses pas sont gigantesques, et moi, j'arrive à peine à mettre un pied devant l'autre. L'espace entre nous deux s'agrandit au même rythme que sa silhouette rétrécit. Inévitablement, il finit par disparaître...

Tu trouves dans la bibliothèque de Myriam *Drama Queens*, un livre de Vickie Gendreau. Tu penses au fait que cette autrice n'a jamais atteint ton âge. Elle est morte à vingt-quatre ans d'un cancer du cerveau.

Tu lis le roman et, dans un passage, la narratrice parle de bananes. Il est écrit que *les bananes sont difficiles à gérer, parce qu'elles meurent trop rapidement*. Tu te dis que si Vickie Gendreau avait été un fruit, elle aurait été assurément une banane.

Et, bien que tu trouves son histoire infiniment triste, tu te mets à l'envier, parce qu'elle a publié un magnifique roman de son vivant, et deux autres posthumes. Son ami,

Mathieu Arsenault, lui a même consacré un livre intitulé *La morte*. C'est beau. Tu aimerais qu'on parle de toi de cette façon. Tu aimerais être La morte. Mais personne ne parle de toi de cette façon. Personne ne parle de toi, tout court. Tu crains de disparaître dans le silence. Tu crains de disparaître sous la surface, sans créer de vague ni le moindre remous. Étrangement, tu réalises qu'il y a un peu de ça dans ton envie de mourir. Il y a la peur de ne rien vivre, de ne rien faire. Tu crains d'arriver au bout du chemin, de te retourner et de te tenir face au vide. Face à un tas d'insignifiances. Tu crains de bénéficier de tout ce temps et d'être incapable de le mettre à profit. Respirer durant les soixante prochaines années, puis disparaître dans l'indifférence. Ou pire encore : t'effacer, alors que tu es toujours en vie, comme ces vieillards assis seuls sur des bancs de parc, regardant le temps et les gens qui passent.

Mourir jeune te donnerait une excuse pour n'avoir rien accompli. Pour n'être rien du tout.

L'année de mes sept ans, mon père a fait une patinoire dans la cour arrière. Il a même construit des bandes de hockey pour la ceinturer. Durant l'été, il m'a appris à faire du vélo et à plonger. Nous sommes allés à la pêche, aussi. Et, à l'automne, il a entrepris de me confectionner un costume d'Halloween. J'étais un chevalier. J'aimais particulièrement le casque qu'il m'avait fabriqué, orné d'une belle plume rouge découpée à même une vieille bouteille de Coke en plastique. Puis, dans le temps des fêtes, ça s'est un peu gâté. Ma mère refusait que mon père décore l'extérieur de la maison pour Noël, probablement par peur que d'autres Témoins de Jéhovah ne lui fassent des remarques. Révolté par cet interdit, mon père a installé plus de décorations qu'à l'habitude. Des lumières multicolores. Des guirlandes. Des couronnes en sapin.

Des rennes et des bonhommes de neige en plastique dans tous les coins. Notre terrain est devenu voyant depuis l'espace, au point où nous aurions pu le convertir en piste d'atterrissage pour traineau volant.

L'année suivante, tout s'est assombri. Mon père a rangé ses décorations et s'est effacé peu à peu. Ses contours ont pâli jusqu'à ce qu'il ne devienne qu'une ombre. Un fantôme. Il rentrait de travailler tard le soir, longait les murs de la maison et repartait le matin aux petites heures avant que je ne sois debout. Même le samedi. Je crois qu'il voulait surtout éviter les disputes, les cris et les pleurs. Sans le vouloir, il m'évitait aussi.

Tu te regardes dans le miroir et tu as l'impression que tout se résume à *ça*. Au fait d'être *ça*, de n'être rien de plus que *ça*. De vouloir être autre chose que *ça*, tu ne sais pas quoi, mais assurément plus que *ça*.

Tu as l'impression que tout le monde est médecin ou avocat, et a engendré un troupeau d'enfants (et par « tout le monde », tu penses surtout à ta sœur qui est maintenant mère et cardiologue) alors que tu partages un logement pourri avec une inconnue, tu gagnes un salaire de crève-faim et ton plaisir principal consiste à t'asseoir dans le fond de ta douche pour jouer au fœtus.

J'aurais voulu voir ce que faisait mon père quand il n'était pas là. Il disait devoir beaucoup travailler. Il disait être désolé et que bientôt les choses changeraient, les

choses se placeraient. Et chaque fois qu'il disait ça, j'opinais de la tête en faisant semblant de le croire.

Quand on est petit, on ne pense pas que les choses peuvent changer. On n'a pas connu le changement, alors on croit que tout est là pour durer. Puis, quand les changements surviennent et se succèdent interminablement, on finit par en conclure qu'on avait tout faux : rien ne dure jamais.

Quand on te demande ce que tu fais dans la vie, tu te trouves con de répondre spontanément par ta job – bien que tout le monde ait le même réflexe. Comme si la job était l'élément central de l'existence. Comme si tu n'étais rien d'autre.

Tu espères plus que tout être autre chose, mais tu n'en es pas certain.

Ceci dit, quand on te pose cette fameuse question, tu ne réponds même pas la vérité. Tu dis que tu es enseignant. Tu as un diplôme en enseignement, un permis pour enseigner. Tout ça, c'est très vrai. Mais tu n'as jamais réellement enseigné. En sortant de l'université, tu n'as pas cherché d'emploi dans une école. À la place, tu es allé porter ton CV chez un distributeur littéraire et maintenant, jour après jour, tu places des boîtes de livres dans un gigantesque entrepôt.

Il y avait par contre les dimanches matin où mon père allait me conduire à l'aréna pour ma pratique de hockey. Le fantôme qu'il était reprenait alors des formes humaines.

Il venait me réveiller très tôt, et nous nous rendions ensemble à la cuisine sans un bruit. Nous mangions en silence pour ne réveiller personne. Il se faisait un café brûlant dans lequel il trempait ses toasts au beurre de peanuts. Je faisais pareil, mais avec un croissant au Nutella dans un verre de lait froid. Je n'aimais pas particulièrement la texture du pain mouillé, mais je persistais à l'imiter. Je ne sais pas pourquoi. Je pense que, comme ça, j'avais l'impression que nous nous parlions sans nous parler. Nous communiquions en silence.

Puis, sur la route, nous ne parlions toujours pas. La radio restait éteinte. Il n'y avait plus aucune raison de rester muet, mais nous l'étions quand même. À vrai dire, le silence ne me dérangeait pas. Je le trouvais reposant, réconfortant.

De temps à autre, depuis la banquette arrière, j'observais mon père à son insu. Il avait l'air sérieux, la bouche cachée sous sa moustache. Des petits yeux verts plissés comme ceux de Clint Eastwood et un front dégarni surmonté d'un toupet en broussaille.

Quand il jetait un coup d'œil vers moi, à travers le rétroviseur central, au lieu de lui sourire, je détournais le regard au plus vite, espérant qu'il ne m'ait pas vu.

Tu as toujours écrit. C'est en littérature que tu aurais aimé étudier, mais quand le temps des inscriptions à l'université est arrivé, tu as pris peur. Tu craignais les regards. Tremblais à l'idée de rester bouche bée face aux gens qui potentiellement allaient te demander ce qu'on peut bien faire dans la vie avec un diplôme comme celui-là.

Tu voudrais avouer que tu écris. Mais, tu le sais trop bien, viendraient alors les yeux empreints de jugement et les inévitables questions...

« Tu écris quoi? »

« De la poésie? »

« Un roman d'amour? »

« D'espionnage? »

« D'aventures? »

« C'est quoi l'histoire? »

Et tu ne veux pas répondre à ça. Tu ne sais pas quoi répondre à ça. À chaque question, tu viens la bouche sèche, les jambes molles et la colonne encore plus molle. Tu aimerais être capable de dire simplement que tu écris des mots, dire que tu écris ta tête et voir les visages de tout le monde s'illuminer, mais généralement, c'est le contraire qui se passe. Les gens perdent leur sourire. Les visages s'assombrissent. Alors, tu te tais.

Les gens veulent une histoire bien articulée. Une intrigue finement conduite. Une fin surprenante. Toi aussi, tu aimerais pouvoir écrire comme ça, mais tu n'y arrives pas. Ce n'est pas toi. Les gens te disent d'écrire des blogues ou, mieux, faire des vidéos sur YouTube : « Anyway, personne n'aime lire et Stéphanie, ma nièce, a réussi à devenir pas mal populaire juste en donnant des conseils de maquillage. »

Les gens te disent que pour écrire, il faut absolument faire un best-seller qui serait exposé en vitrine des librairies, entre les livres de recettes et ceux de développement personnel. Il faut recevoir des prix littéraires prestigieux, monter sur la scène du Salon du livre de Montréal et s'asseoir avec les autres lauréats : Marilou, Jérémie Demay et Peter MacLeod.

Un soir, pendant un match, j'ai compté sans faire exprès dans mon propre but. C'était certainement une erreur banale, mais ça m'a paru comme une faute monumentale. Je me souviens encore, lorsque je suis revenu sur le banc, de l'incompréhension dans tous ces yeux qui m'entouraient. M'emmuraient. Les yeux des autres joueurs, ceux de mon coach et, finalement, ceux de mon père. C'était physiquement douloureux. Des regards qui me brûlaient comme si des rayons laser en sortaient.

En rentrant à la maison, j'ai dit que je ne voulais plus y retourner. Mon père a accepté ma décision sans chercher à m'en dissuader. J'ai abandonné le hockey, nos dimanches matin passés ensemble se sont arrêtés, et le fantôme s'est évaporé un peu plus.

6.

*Écrire, c'est mentir.
Tout en essayant de ne pas éluder la vérité.*

Il y a de ces fois où tu te laisses porter. Par une impulsion. Une idée. Tu poses un geste sans peser les conséquences, juste pour voir où cela va te mener. Quelles seront les répercussions. Certains appellent ça de l'inconscience. D'autres, une maladie mentale. Toi, tu préfères dire qu'il s'agit de péripéties.

J'ai commis un meurtre et je ne m'en souviens pas. Je ne voulais pas en parler, mais le sujet s'impose. J'ai commis un meurtre et, en fait, je ne m'en suis même pas rendu compte. J'étais comme inconscient. D'ailleurs, personne n'en a fait de cas. Une vie s'est éteinte, par ma faute, dans le plus grand des silences. L'indifférence quasi générale.

S'il est vrai que les écrans détériorent la vue, il est étonnant que tu ne sois pas aveugle à l'heure qu'il est. Lorsque ton cellulaire sonne au matin pour te réveiller, c'est comme le cri d'un enfant qui t'appelle. La première chose que tu fais en te levant, ta tournée

officielle : Facebook, Snapchat, Tumblr, Tinder, Bumble, Instagram, LinkedIn, Tik Tok, Twitter, etc. Au fur et à mesure que tu fais défiler ton écran, tu as cette désagréable sensation que c'est toi qui te défiles devant ta vie.

Tous les matins, tu te sens relativement bien. Tu as l'impression qu'il peut se passer quelque chose de grandiose au cours de ta journée. « Aujourd'hui qui sait, c'est peut-être le premier jour d'une nouvelle vie. » Et tous les soirs, la déprime revient à la charge, alors que tu constates que rien ne s'est passé. Encore une fois.

La majorité de tes « amis » virtuels, tu ne les as pas vus depuis dix ans ou tout simplement jamais vus. Rien de ce qu'ils affichent sur leur profil ne t'intéresse vraiment, mais tu regardes quand même. C'est comme ça.

Tu essaies d'oublier la platitude de ton existence en espionnant celle des autres.

J'ai commis un meurtre et je ne m'en souviens pas. Mais on m'en a beaucoup parlé. Constamment durant l'enfance, puis à l'adolescence, plus rien. Plus un mot. Comme si tout le monde avait oublié ou comme si, tout à coup, on s'en foutait.

Tu vas dans un café pour écrire. Tu commandes un café filtre. « Du lait et du sucre? », te demande la serveuse. Tu réponds : « Non. Je l'aime noir. Noir, comme mes idées, s'il vous plait. » Elle rit, croyant que tu blagues, alors que tu essayais d'être sincère. Tu

t'installes à une table près d'une fenêtre. Tu te persuades que tu as choisi cet endroit pour *l'inspiration*, alors que tu sais très bien que c'est pour la *distraction*. Tu aimes regarder les passants et tu aimes qu'ils te voient écrire. Tu t'imagines qu'ils s'imaginent que tu fais quelque chose de constructif. Quelque chose d'important.

On vient te porter ton café. Tu es fin prêt, disposé à rédiger, mais tu n'écris pas. Tu perds ton temps et ton esprit encore une fois sur ton téléphone, déambulant dans les méandres du Web, tel un Thésée avec un déficit d'attention qui a oublié son fil d'Ariane.

Tu ne sais plus comment ta vie était avant d'être affichée sur le Web. Ce que tu sais, en revanche, c'est que rien ne t'intéresse plus d'une minute.

J'ai commis un meurtre et je ne m'en souviens pas. Pendant plusieurs mois, j'ai partagé un même placenta avec un autre enfant. Puis, sans qu'on ne sache vraiment pourquoi, l'équilibre s'est rompu; je me suis mis à recevoir une quantité démesurée de sang par rapport à celui que recevait l'autre enfant. Je prenais tout et ne lui laissais rien, provoquant chez lui une anémie sévère ainsi qu'une hypotrophie.

Tu lis des articles de journaux en ligne. La plupart du temps, tu lis seulement le titre et l'en-tête. Ça te prend environ cinq secondes. Ensuite, tu te rabats une vingtaine de

minutes sur les commentaires des internautes sous l'article. Tu détestes lire les commentaires, mais tu le fais quand même. Tu ne peux t'empêcher de t'attrister devant la colère et l'indignation qui se cachent derrière la plupart de ceux-ci, dont beaucoup frôlent ou tombent carrément dans la misogynie, le racisme, la xénophobie ou l'homophobie.

Tu cliques sur le profil des utilisateurs, qui émettent les commentaires les plus violents, et ne trouves pourtant que des photos de chats, de voitures ou de paysages. Des citations soi-disant inspirantes sur lesquelles on peut lire : « Pour être irremplaçable, il faut être différent » ou encore « La beauté commence au moment où vous décidez d'être vous-mêmes ». Décidément, le web est schizophrénique.

J'ai commis un meurtre et je ne m'en souviens pas. Ma mère, le ventre douloureux, s'est rendue à l'hôpital et, quelques heures plus tard, cet autre enfant mourait. Les médecins ont dû procéder à une césarienne d'urgence, alors que j'étais enfermé avec un petit cadavre dans un utérus qui était devenu tant un berceau qu'un tombeau.

Ça fait deux heures que tu es assis au café. Tu essaies d'écrire, mais ce sont toujours les mêmes mots qui reviennent. Sur ta feuille. Et dans ta tête. Tu entends un tintement électronique provenant de ton cellulaire. Heureux, tu crois qu'il s'agit d'un ami qui t'envoie un SMS, mais tu te trompes. Ton téléphone t'informe que le temps que tu lui

alloues a encore augmenté cette semaine; il atteint désormais une moyenne de cinq heures et quarante-quatre minutes par jour.

La plupart des autres clients ont un ordinateur portable ouvert devant eux. Ils ont l'air de travailler fort. Ils pianotent sans arrêt sur leur clavier. Ils ont tous des piles de documents qui les entourent. Ils surlignent des passages, prennent des notes sur des cartons. Dehors, les gens marchent d'un pas pressé. Habillés proprement avec une mallette dans les mains. Et toi, qu'est-ce que tu fous? Tu passes la moitié de ta journée dans la lune et l'autre moitié, perdu dans ta tête à te demander ce que tu fais sur Terre. Tu te caches dans un café sombre pour réécrire mille fois les mêmes phrases. Tu te caches derrière ton écran de cellulaire, tes lunettes, tes cheveux longs et ta barbe. Tu te caches dans un entrepôt, derrière des milliers de boîtes de livres. Tu fuis dans les films. La télé. Les bas-fonds d'Internet. Les jeux de fruits qui se font trancher à coups de katana et ceux où Yoshi casse la gueule à Luigi. Tu fuis constamment, mais te retrouves dans l'écriture. C'est du moins ce que tu prétends. C'est ce que tu espères.

J'ai commis un meurtre. J'ai tué cet enfant qui n'avait pas encore de nom, et c'est tant mieux. Pendant toute mon enfance, j'ai été persuadé, que s'il avait vécu, il aurait été bien mieux que moi. Il aurait eu de meilleures notes, il aurait été plus talentueux, plus drôle aussi et aurait sorti avec les plus belles filles de l'école. Il aurait été tout ce que je veux être, mais que je n'arrive pas à être parce que je suis moi.

Ça fait un moment que tu n'as rien posté en ligne. Au fond, la dernière fois c'était à ton anniversaire. Tu devrais remédier à la situation bientôt. Tu angoisses, tu as peur qu'on t'oublie. Les gens vont croire qu'il ne se passe rien dans ta vie. Correction : les gens vont *savoir* qu'il ne se passe rien dans ta vie.

Facebook te demande tout bonnement à quoi tu penses comme si cette interrogation était banale. Tu penses à mourir. Bien évidemment. Tu penses à te pendre. Te trancher les veines avec le katana de *Kill Bill* accroché sur ton mur de chambre. Te foutre en bas d'un pont ou devant un autobus. Mais ça ne se dit pas. C'est trop brutal. Trop violent. Peut-être trop vrai. Là où tu peux en parler, c'est ici dans ton carnet. Les gens n'ont pas envie d'entendre ça. Pas envie d'entendre : je suis malheureux. J'ai envie de mourir. Je vais probablement finir par me suicider. On ne comprend que la douleur physique. Celle qui émane d'une fracture ouverte. D'une plaie d'où jaillit le sang. Une blessure détectable par un appareil médical. À la limite, on peut comprendre, dans certains cas, un épuisement professionnel. Un entrepreneur, quelqu'un qui a du succès et qui tombe malade en travaillant cent heures par semaine. Ça, c'est possible. Si la pause ne s'étire pas trop, c'est normal. Ça peut même être valorisé. Mais comment comprendre le malheur de quelqu'un qui travaille à temps partiel dans un vieil entrepôt? Qui n'a pas d'enfant. Pas de blonde. Pas de responsabilité. On est malade de quoi dans ce temps-là?

J'avais huit ans et, à l'heure du coucher, ma mère me lisait des récits bibliques. Je retrouve cette histoire entre deux frères qui apportent à Dieu des offrandes. Voyant que

le Seigneur préfère les cadeaux du plus jeune frère, l'aîné devient jaloux, furieux. Le jour suivant, il demande à son cadet de le suivre dans un champ. Une fois là-bas, il se jette sur lui et l'étrangle à mort.

Tu repenses à cette psychologue qui trouvait tes problèmes sans intérêt et jouait à *Fruit Ninja* en faisant semblant de t'écouter. Tu repenses à ce psychiatre qui ne te croyait pas que tu voulais mourir. Ses yeux te jugeaient et insinuaient : « tu nous fais perdre notre temps, tu cherches l'attention. » Pour être pris au sérieux, il aurait peut-être fallu que tu te présentes avec des ecchymoses et une corde autour du cou. Tu penses à ces couteaux de cuisine que tu fais danser sur tes poignets de temps à autre, sans jamais te taillader, donnant ainsi raison à tout le monde.

Je ne me souviens plus si c'est en entendant l'histoire de Caïn et Abel ou dans les jours suivants que je suis devenu triste. J'y pensais et y repensais tout le temps. Je pensais à Abel qui avait fait confiance à Caïn en se rendant dans les champs. Je pensais à Caïn qui haïssait son frère jusqu'à vouloir qu'il meure. Je pensais à cet enfant à qui j'avais volé son sang. Cet enfant que j'avais vidé comme un torchon qu'on essore. Je pensais à lui en me disant que mes parents l'auraient peut-être préféré à moi et que si je ne l'avais pas tué dans le ventre de ma mère, je l'aurais sans doute fait à l'extérieur.

Alors que tu t'apprêtes à avaler ta dernière gorgée de café, un homme se plante près de toi et te regarde avec étonnement. Tu ignores de qui il s'agit, mais visiblement lui te reconnaît. « Hey! Ça fait longtemps! Qu'est-ce que tu deviens? » Son ton de voix nasillard te dit quelque chose, mais tu ne le replaces pas malgré tout. Peut-être l'ami d'un ami. Quelqu'un avec qui tu es allé au secondaire. Peu importe. Voulant couper court à la conversation, tu réponds sèchement : « Rien ». Ton interlocuteur ne semble pas le moins du monde déstabilisé par ton manque d'élaboration. « T'as beaucoup maigri, félicitations! Tu fais du sport? Un régime? » Tu penses : « Non, je ne fais aucun sport. Je ne dors pas la nuit. Je ne me nourris plus que d'alcool et de caféine. Je me métamorphose peu à peu en un cadavre ambulante, c'est pour ça que je perds du poids. » Tu aimerais l'envoyer chier pour sa question déplacée, mais tu n'as pas le courage. En revanche, la réponse suivante sort spontanément : « J'ai un cancer. C'est la chimiothérapie, mon régime. » Son sourire niais s'effondre en morceaux. « J'en savais rien, vraiment désolé! » Fier de ta riposte, tu ne le lâches pas des yeux alors qu'il quitte lentement avec son air déconfit.

Tu t'étais promis de ne pas beurrer ta vie de fiction, mais il semble que tu ne puisses pas faire autrement. Ta vie est déjà couverte de fiction, même lorsqu'elle n'est pas écrite. Ta réalité est fictive. Tu es un menteur compulsif. Ou un écrivain – ça dépend de la perspective.

Même s'il est mort avant d'avoir vécu, il m'arrive de jalouser mon frère. Je n'aime pas parler de lui. En fait, je n'aime pas dire qu'il est *mon* frère. C'est un autre enfant. Un étranger. Je ne veux plus en parler.

Il y a de ces fois où tu te laisses porter. Par une impulsion. Une idée. Tu poses un geste sans peser les conséquences, juste pour voir où cela va te mener. Quelles seront les répercussions. Certains appellent ça de l'inconscience. D'autres, une maladie mentale. Toi, tu préfères dire qu'il s'agit de péripéties.

Sur Facebook, tu écris :

Je rentre de l'hôpital et le verdict est sans appel : cancer du cerveau. Mes traitements de chimiothérapie devraient commencer très bientôt. Pour l'instant, mon état est stable. Mais dans l'éventualité que le pire survienne, sachez que je suis en paix avec l'idée de partir. S'il vous plait, gardez en tête tous les beaux moments que nous avons passés ensemble, même si, tôt ou tard : « all those moments will be lost in time, like tears in rain... »

En relisant ton message, tu espères que l'on reconnaisse la citation du film *Blade Runner* et non une mauvaise traduction de la chanson de Mario Pelchat. Habituellement, tu aurais rafraîchi régulièrement la page pour voir les réactions en direct. Mais pas cette fois. Appréhendant de plus en plus les conséquences de ton geste, tu mets ton téléphone en mode « avion ». Adviene que pourra.

7.

*Le récit de soi peut-il être sincère?
Le récit inventé peut-il être autre chose que biographique?*

Tu te souviens de la première fois où tu as voulu mourir, tu n'étais encore qu'un enfant. Et même à cet âge précoce, tu n'aurais pas su expliquer ton mal. Tu voulais que les lumières s'éteignent. Que les cris s'étouffent. Tu voulais que ça cesse. Que tout cesse. Mais rien n'a cessé, rien ne s'est adouci. Au contraire. À partir de douze ans, les pensées suicidaires se sont installées dans ta tête de manière permanente. Indélogeables. Ancrées dans un coin de ton cerveau, tels de petits parasites qui chuchotent sans répit.

Les enfants sont des figurants. Des observateurs passifs qui subissent le spectacle des grands. Qu'il soit plaisant ou non. Il n'y a que dans les histoires qui leur sont adressées que les enfants sont des héros. Plus j'écris et plus je me demande si mon enfance m'appartient. Je me demande si je peux en toute impunité la coucher sur le papier. Est-ce que le simple fait d'avoir vécu quelque chose me donne le droit de l'écrire? C'est peut-être l'histoire des autres. C'est assurément l'histoire des autres.

Depuis six mois, tu fais incessamment le même rêve. Non, ce n'est pas vrai. Ce sont toujours des rêves différents. C'est la fin qui reste inchangée : tu meurs. La plupart des gens ne se voient jamais mourir en rêve. Ils se réveillent juste avant le coup fatal. Pas toi. Chaque fois, tu te vois.

J'avais une montre brisée. Je ne sais plus qui m'avait offert cette montre ni pourquoi elle était brisée, mais je me souviens que je m'obstinais à la porter. Bien que ma mère m'ait proposé à plusieurs reprises de la faire réparer, chaque fois je refusais. Je ne voulais pas d'une simple montre, je voulais celle-là, telle qu'elle était. Ma mère ne comprenait pas mon entêtement et insistait pour que je la retire avant de me laver. Encore là, j'étais récalcitrant. Pourquoi l'enlever? L'eau ne pouvait pas affecter davantage son mécanisme, il était déjà hors d'usage, me disais-je. Une fois seul dans la salle de bain, à l'abri des regards, je grimpais donc dans la douche, montre brisée au poignet.

Tu marches paisiblement. Tu ne sais pas où tu es. Il y a comme un voile ambiant. De la brume peut-être. Soudain, tu sens une présence derrière toi. Tu te retournes, mais il n'y a rien. Tu ne vois personne. Pourtant, c'est indéniable, quelqu'un est là. Tu le sens qui s'approche. Qui accélère le pas. Et, d'un coup, il te pourchasse. Alors tu te sauves.

Tu cours. Tu voudrais jeter un coup d'œil par-dessus ton épaule, mais c'est impossible parce que toute ton énergie se canalise dans tes jambes qui ne doivent pas perdre une seconde. Tu cours à en rendre jaloux Forest Gump. Tu as tellement peur. Derrière toi, c'est peut-être un tigre affamé, une horde de morts-vivants sanguinaires. Peut-être que ce n'est rien de tout ça. En même temps, plus la peur s'intensifie, moins l'identité de ton poursuiveur a d'importance. Tout ce qui compte, c'est courir. Sauver ta peau. Rapidement, tu te rends compte que tu n'avances pas. Comme si tu courais sur la glace. Au moment où tu sens qu'on va t'empoigner, le sol se dérobe, un précipice se creuse. Le gouffre t'avale. Tu tombes. Vite. De plus en plus vite. Le fond de l'abysse approche à une rapidité effrénée. Tu voudrais hurler, mais avant même d'ouvrir la bouche, tu t'écrases.

Enfant, je m'ennuyais beaucoup. Je trouvais le temps tellement long. Je fixais les aiguilles inertes de ma montre, espérant qu'elles se mettent en marche. Je ne voulais rien savoir de faire réparer ma montre, parce que je voulais qu'elle s'active d'elle-même. Comme par magie. Mais ses aiguilles restaient immobiles. Tout comme moi.

J'attendais.

J'attendais qu'il se passe quelque chose. Quelque chose de surnaturel. Un farfadet, un lutin, une fée, un loup-garou ou un dragon qui se présente à moi et m'annonce que je suis l' élu. L' élu de quoi? L' élu de n'importe quoi. Je m'en foutais.

J'attendais de faire une rencontre extraordinaire et qu'on m'emmène dans une grande aventure. Avoir vu un lapin répétant sans cesse qu'il est en retard, je l'aurais suivi sans hésitation jusqu'au fond du terrier.

En fixant ma montre, j'attendais mon rendez-vous avec le merveilleux.

La lumière verte de ton cadran t'indique qu'il est 5h44 du matin. Tu ne te souviens pas d'avoir rêvé, mais en même temps, tu sais très bien que c'est le cas. Tu le sais à la manière violente dont tu t'es extirpé du sommeil. Comme quelqu'un qui sort la tête de l'eau après avoir failli se noyer. Des larmes sur tes joues. La respiration haletante. Une migraine. La mâchoire crispée et les poings engourdis à force d'être serrés.

Allongée à tes côtés, une inconnue. Ton affolement la réveille. Elle se frotte péniblement les yeux : « As-tu fait un cauchemar? » Tu as l'impression d'avoir six ans. Afin de préserver un peu d'amour propre, tu dis : « Oui, j'ai rêvé que Radio-Canada lançait une nouvelle saison de *Virginie*. » Elle rit, te frappe les jambes avec un oreiller en poussant un « t'es con » et se retourne dans le lit. Son rire t'apaise. Tu l' observes se rendormir, alors que tu essaies de retrouver son nom.

Dans les films, les histoires d'amour commencent toujours par une rencontre fortuite. Incroyable. Un accident. Un sauvetage. Ici, ça n'a rien à voir. D'ailleurs, ce n'est pas une histoire d'amour. Ce n'est qu'un visage rencontré au bar du coin. Tu étais seul au comptoir en train d'écrire et elle fêtait avec ses amies. Après une courte conversation, un peu de complicité et beaucoup de gin tonic, vous êtes rentrés chez toi. Vous avez essayé de baiser, mais ton érection ne s'est jamais présentée. Tu t'es excusé et tu as blâmé ton taux d'alcoolémie, alors que tu savais très bien que ce sont tes antidépresseurs qui ont assassiné ta libido.

Elle décide de rester pour dormir malgré tout. Ses cheveux roux sont éparpillés sur ton oreiller. On dirait un petit incendie. Son corps nu est parsemé de centaines de

grains de beauté. Des petites tumeurs bénignes plus attachantes les unes que les autres. Ils envahissent ses bras, son ventre, ses seins, ses joues et même ses pieds. Dans ta tête, tu donnes des noms à ces constellations brunâtres qui ornent son épiderme. Secrètement, tu es jaloux. Tu voudrais toi aussi être tapissé de la sorte. De cette manière, tu aurais peut-être eu plus de chances de développer un véritable cancer.

Gêné d'avoir oublié son nom, tu lui en inventes un nouveau. Un nom que tu n'utiliseras jamais à voix haute : Mary Gin Monroe. Tu l'enlances en cuillère. Elle se cambre le dos pour épouser ton corps. Elle sourit.

Alors que tu te demandes si tu auras le courage de la rappeler, tu remarques, à la base de son annulaire gauche, une alliance. Si la vue de cet objet pourrait refroidir la plupart des amants, chez toi, il provoque l'effet inverse. Ce n'est pas qu'il t'excite, mais il te reconforte. C'est toi tout craché : te coller à l'impossible. À ce qui n'a pas de lendemain. C'est moins engageant. Moins stressant. Il n'y a aucune angoisse de performance face à ce qui ne peut se solder que par un échec. La vérité, c'est que tu t'attaches trop rapidement. Et tu te lasses trop rapidement. Dans les bras de l'inaccessible, tu es bien. Ses cheveux sentent le melon d'eau, et l'existence est presque supportable.

Son téléphone sonne. C'est son alarme. « Fuck! Fuck! Je vais être en retard. Je dois passer chez moi avant d'aller travailler. » Elle se lève en quatrième vitesse, enfile ses jeans en sautillant. Elle t'embrasse avec des lèvres pincées et juste avant de sortir de ta chambre, elle se retourne en disant : « Bonne chance avec la chimio! » C'est étrange, tu ne te souviens pas de lui avoir parlé de ça. Qui sait ce que tu lui as raconté ou non.

Elle te sourit une seconde et part presque en courant, comme si ses cheveux étaient finalement devenus un vrai incendie. Elle abandonne derrière elle ses chaussettes.

Les femmes qui dorment avec toi abandonnent souvent leurs chaussettes. Tu commences à en avoir une belle collection.

À huit ans, je voulais vivre dans mon lit. Je voulais y bâtir tout un village. Population : un seul habitant, moi et seulement moi. Les couvertures et les oreillers semblaient les matériaux adéquats pour ériger un tel refuge. Un abri encore plus solide que la maison de briques du cochon dans le conte. Les lits du monde entier étaient pour moi de petites îles paisibles disséminées dans un océan déchaîné.

Même quand je jouais à la cachette chez des amis, c'était ces îlots de tranquillité que je privilégiais pour me dissimuler. Je ne me cachais pas sous les lits, mais bien dedans. Je retirais la couette, défaisais les draps. Je roulais le tout en boule et me contorsionnais à l'intérieur du tas. Plus la montagne de couvertures était lourde et écrasante, mieux c'était. Je voulais me fondre au matelas. Je voulais que jamais on ne me trouve.

Tu fixes le faux plafond. Depuis que tu as emménagé, des cernes de moisissure brune, presque noire, s'y sont formés. Si Myriam les découvre, c'est sûr, elle va t'engueuler. Mais, bien honnêtement, tu n'avais pas remarqué que c'était si humide que ça dans ta chambre. Peut-être que c'est dû à tes longues douches. La vapeur peut-elle parvenir jusqu'ici? De toute manière, les cernes ne te dérangent pas. Tu les trouves même beaux. Ces cercles concentriques te font penser à des rizières vues du ciel. Les rizières te font

voyager. En Asie. Tu y vois des cultivateurs à quatre pattes dans leur plantation. Tu y vois un endroit exotique où personne ne te connaît. Où tu pourrais devenir n'importe qui. Tu voudrais voyager partout, mais tout ce que te permet ton budget, c'est, depuis ton lit, fixer le plafond moisi et imaginer des rizières.

Mon refuge n'était pas à toute épreuve. Même barricadé sous les draps, j'entendais les cris. Le claquement des portes. Le bruit d'objets qui tombent et celui de verre qui se casse.

Impossible de dormir. Lampe de poche en main, j'ai saisi un livre. Je n'en avais pas plus d'une dizaine dans ma petite bibliothèque en rotin, mais cette mince collection représentait tout de même pour mon refuge (et pour moi) une fortification supplémentaire.

Habituellement, je préférais les romans. Surtout ceux dont j'étais le héros. Mais cette nuit-là, mon choix s'est arrêté sur un livre avec des illustrations. Quand on a un besoin urgent de plonger dans l'imaginaire, les images offrent un certain tremplin.

J'ai pris cette vieille encyclopédie sur l'univers de *Star Wars*. Le brouhaha à l'étage s'intensifiait. Lampe de poche entre les jambes, j'ai commencé à parcourir le bouquin, tout en essayant tant bien que mal de me couvrir les oreilles, d'un côté avec la main et de l'autre avec l'épaule. Je suis tombé sur une photo qui laissait voir le mécanisme interne d'un sabre laser. Dans la description, on y apprenait que la couleur de la lame – souvent bleue, verte ou rouge – dépend des cristaux utilisés dans la conception du manche.

J'ai commencé à faire tourner ma lampe de poche comme si c'était une épée de Jedi. Mais avec une lame aussi diffuse et vaporeuse que ce jet de lumière, je me doutais bien que mon cristal n'était pas de première qualité. Je me doutais que ma fugue hors du réel était fragile.

Tu sors prendre l'air. La ville émerge lentement de la nuit. Tu marches seul dans les rues toujours désertes, observant les premières lueurs du jour qui transpercent l'horizon. L'air frais du matin te picote la peau du visage. Sur ton chemin, tu ne peux pas faire autrement que de regarder ton reflet dans les fenêtres des voitures et les vitrines des commerces. C'est un réflexe. Depuis l'enfance que tu es à la recherche de surfaces réfléchissantes. On pense toujours que c'est un geste narcissique, comme si tu t'aimais trop et devais constamment t'admirer. Mais c'est le contraire. Si tu as cette habitude, c'est parce que tu espères, un jour, en te regardant, apercevoir quelqu'un d'autre.

Dans le miroir de ma chambre, je regardais mon corps d'enfant maigrelet. Ce corps impuissant et vulnérable. Je me demandais quand viendrait le moment où j'allais être grand et fort. Avoir la charpente d'un superhéros. Je me demandais comment faire face au monde, advenant le cas où ça n'arrive pas.

De plus en plus de tapage au-dessus de ma tête. Je voulais intervenir et me sentais coupable de ne pas trouver la force. De ne pas savoir comment faire. Je me

disais qu'avec des muscles et une voix grave, ce serait facile. Je pourrais monter les marches et rugir comme un lion. Faire trembler la maison. Trembler la terre.

Mais je n'étais qu'un enfant et les enfants ne sont pas des héros. Je ne parlais pas fort. Je ne savais pas comment. Je ne sais toujours pas. Mes parents, eux, ne s'exprimaient plus que de cette façon : ils criaient ou ne disaient rien.

Quand tu écris, tu le fais souvent devant la glace. Il t'arrive de passer des heures à te regarder. Parfois, des journées entières. Tu vois bien cet homme dans la vingtaine, mais tu ignores qui il est. Tu scrutes ses yeux rouges et irrités à force de fuir. Ses dents malmenées par l'anxiété. Ses cheveux blancs perdus dans sa crinière brune. Ses mains sèches et râpeuses comme du papier. Ces plaques d'eczéma qu'il enterre sous des couches et des couches de crème corticoïdale, ces plaques rouges et rugueuses qui reviennent sans cesse à la charge quand il est nerveux, comme pour lui rappeler des choses qu'il ne veut pas entendre. Qu'il ne veut pas comprendre.

Tu te touches les joues, tu les écrases, tu les gifles, comme si tu cherchais à retirer un masque.

Jusque-là, les cris étaient étouffés. Bloqués par le plancher et les portes qui me séparaient de mes parents. J'avais parfois l'impression que c'était le son de la télé allumée. Pour être honnête, j'espérais que ce soit le cas, malgré le fait que je

reconnaissais très bien les voix. Je commençais à être habitué à entendre ces dernières teintées de colère et de détresse.

Soudainement, une brisure au déni. Un cri aigu bien perceptible, comme une aiguille dans mon tympan. J'ai cru qu'il s'agissait de ma mère, mais en me retournant vers la porte de ma chambre, j'ai aperçu le visage de ma sœur dans l'entrebâillement. Son visage d'enfant démonté. Désarmé. Elle tenait aussi une lampe de poche entre ses petits doigts délicats. Le même modèle que moi. Maman en avait planqué dans chaque pièce après la crise du verglas.

Ma sœur a couru jusqu'à mon lit et s'est faufilée sous mes draps pour m'y rejoindre. Les joues humides, elle gémissait comme un chiot en cage.

Il m'est venu à ce moment-là un souffle de courage inexplicable. Dans un élan intrépide, je me suis levé. Ma sœur m'a retenu par le bras, mais, comme un soldat s'appêtant à monter dans le train vers la guerre, je me suis dégagé de sa prise et lui ai dit que je devais le faire. Faire quoi? Je ne savais pas encore.

J'ai grimpé plusieurs marches en calculant soigneusement l'endroit où je posais le pied, évitant ainsi que l'escalier ne se lamente sous mon poids. Rendu à mi-chemin, je me suis arrêté. Mon visage à peine plus haut que le niveau du sol, je voyais mes parents entre les barreaux de la rambarde. À la base, je n'étais pas là pour espionner, mais maintenant que la scène se présentait à moi, maintenant que l'hypothèse de la télévision à plein volume ne tenait plus la route, je ne pouvais pas m'empêcher d'écouter.

Dissimulé dans l'ombre, j'ai levé une main vers eux. Je me suis concentré dans l'espoir que, tel un Jedi, j'arrive à utiliser la force de mon esprit pour les arrêter. Je voulais que cesse la dispute et revienne le silence nocturne habituellement apaisant.

Si ma vie avait été un film, c'est à ce moment-là que la montre se serait mise en marche. Que mes pouvoirs se seraient enclenchés et que le rôle de héros m'aurait été accordé.

Les lumières des commerces s'allument. Les cafés ouvrent leurs portes. Les employés installent chaises et tables sur les terrasses. Des tableaux sur pieds où y sont inscrits les spéciaux de la semaine. Les premiers clients ne tardent pas. Tu les observes et leur inventes une vie. Un peu comme tu inventes la tienne. Tous t'ignorent, les œillères pointées vers la journée qui se dresse devant eux.

Une mère porte son bébé dans un grand tissu enroulé en bandoulière. Lui, il te regarde. Tu lui fais une grimace, puis il ricane.

Autant tu fuis les gens, autant leurs sourires te font un bien fou. Même si ce n'est que celui d'un poupon. Quand tu fais rire quelqu'un, quand tu sens de la fierté ou de la considération à ton égard, l'exaltation qui monte en toi est indescriptible. C'est presque de l'euphorie. En contrepartie, la tristesse te déchire. Le mépris te paralyse. Le rejet te fait trop mal. Les yeux qui dévisagent te font trop mal. Le silence qui suit une blague ratée te fait trop mal. Tout ce qui n'est pas de l'amour te fait trop mal.

Mon père tenait une petite carte qu'il brandissait près du visage de ma mère : « T'es sérieuse, là? Es-tu sérieuse? J'y crois pas! Tu peux pas avoir signé ça sérieusement. Es-tu tombée su'a tête? »

Ma mère restait muette et statique, alors que mon père gesticulait, fou de rage : « Un refus de transfusion sanguine! Réalises-tu ce que ça veut dire? Ça veut dire que s'il t'arrive quoi que ce soit et que t'as besoin de sang, tu meurs! Tu meurs! Le comprends-tu? » Ma mère, droite comme une planche, a fini par répondre d'une voix hésitante : « Je comprends, je sais ce que je fais ». Mon père, l'air complètement décontenancé : « Ça te dérange pas de mourir? Ça te dérange pas de mourir, alors que tu pourrais vivre? Les enfants, là-dedans? Moi, là-dedans? As-tu pensé à nous avant de signer ça? »

Ma mère a pris un temps et a dit : « Si on fait les choses comme Dieu le veut, on va tous se retrouver au paradis. » « Eille! Lâche-moi avec ton paradis! », l'a-t-il coupée. « C'est là qu'on est en vie! Ici et maintenant! Tout ça pour un ostie de bonhomme imaginaire qui est supposément pas d'accord avec le don de sang. Je l'ai lu, moi, *ta* Bible. Sais-tu où ça en parle que c'est mal le don de sang dans Bible? Nulle part! Ça existait pas Héma-Québec v'là 2000 ans! Faque là, tu vas arrêter tes niaiseries, pis tu vas jeter ça, cette carte-là. » La lèvre de ma mère s'est mise à trembloter, ses yeux se sont remplis d'eau, sans déborder. Puis, elle a pris une grande respiration, et un petit mot est sorti de sa bouche. Un petit mot qui a tout changé : « Non ».

Tu erres et attends qu'il arrive quelque chose, mais il ne se passe rien. Tu attends une histoire de cul qui ne finirait pas en ghosting. Tu attends une histoire d'amour qui ne

finirait pas en pleurs. Tu attends une histoire, tout court. Tu attends un peu d'action. Te faire voler ton portefeuille ou même te faire poignarder. Te faire écraser par une voiture. Tirer dessus. Une balle perdue en pleine poitrine. Un coup de machette dans la nuque. Tu attends la tempête. La fin du monde. Les cavaliers de l'Apocalypse. Tu attends n'importe quoi, mais rien n'arrive.

Tu fantasmes souvent sur la fin du monde. Une météorite percutant la Terre et annihilant toute trace de vie. Une crevasse fissurant l'univers et gobant tout ce qui existe. Parfois, tu fais plus que fantasmer, tu appelles la catastrophe de tous tes vœux. « Si seulement, si seulement. S'il vous plait, rien qu'une Apocalypse. Une seule. » Tout serait plus facile. Tu n'aurais pas à fermer les lumières toi-même. La nature s'en chargerait. D'autres fois, tu te dis que non. Il ne faut pas que tout le monde disparaisse en même temps. On doit se souvenir de toi. Si tu étais victime d'un meurtre, un incident isolé, ce serait mieux. Tu rêves d'une mort mystérieuse. Une mort qui resterait inscrite dans les annales. L'imaginaire collectif. Qui inspirerait les théories du complot, comme Marilyn Monroe ou JFK. Tu rêves d'une mort de roman. Des funérailles comme dans les films. Sous la pluie. Tout le monde habillé de noir. Avec un type au visage dissimulé, qui observe de très loin, et s'en va sans rien dire à personne.

Le visage de mon père a changé. Cette fois, il n'y avait plus de colère dans ses traits, mais une profonde tristesse. Il a déchiré la carte, laissant tomber les morceaux un à un, comme des flocons de neige. Puis, il a retiré son alliance et l'a déposé doucement sur le comptoir de cuisine. Sans rien dire. Il a contourné ma mère. Sans la regarder. Il est passé tout près de ma cachette. Sans me voir. Il a pris son manteau et ses clés. A mis ses bottes. Il est sorti et a commencé à déneiger sa voiture. J'arrivais encore à le voir

par la fenêtre étroite qui longeait la porte d'entrée. Il a ouvert la portière du conducteur, rangé le balai à neige et pris place dans l'habitacle. Il a mis le contact, mais la voiture avait peine à démarrer – sûrement à cause du froid. Le moteur gémissait. Les phares clignotaient et, au bout de quelques secondes, ils se sont allumés totalement. Ils m'aveuglaient en plein visage. La voiture a reculé dans la rue, puis a disparu dans la nuit.

Ma mère, qui n'avait jusque-là pas bougé d'un pouce, est passée devant moi. Je suis presque certain qu'elle m'a vu, mais elle a fait comme si ce n'était pas le cas. Elle a marché d'un pas lent jusqu'à sa chambre, péniblement, comme si la mécanique de son corps était rouillée. Usée. Sur le point de s'éteindre.

Après cela, plus rien. Plus une lumière. Plus un son. Le silence. Mais pas un silence apaisant. Tout le contraire.

Tu sens une larme couler sur ta joue. Un signe de tristesse qui te fait sourire parce qu'enfin, te dis-tu, ta peine se manifeste. C'est peut-être le vent frais du matin qui provoque ce larmoiement. Tu as envie de pleurer. Tous les jours. Tout le temps. Mais tu en es incapable. Les larmes se butent contre le coin de tes yeux, comme si ces orifices étaient bouchés. Il n'y a qu'endormi que tu arrives à pleurer.

Tu repenses souvent à ces adultes qui te reprochaient, enfant, de pleurer si souvent. Voilà que tu as retenu la leçon; tout ce que tu fais maintenant, c'est retenir. Contenir. Ton corps est une digue. Un rempart qui empêche aussi bien quoi que ce soit d'entrer que d'en sortir. Mais ton barrage n'est pas infaillible. Il s'effrite petit à petit, à mesure que tu te remplis.

Avant d'entrer dans ma chambre, j'ai stoppé net sur le pas de la porte. J'ai levé la tête vers ma sœur qui était toujours là, dans mon lit. Emmitouflée dans mes couvertures, elle me fixait nerveusement, attendant que je dise quelque chose. Elle voulait évidemment savoir ce qui s'était passé. J'ai saisi ma lampe de poche et, en l'allumant, j'ai fait le bruit d'une épée laser avec ma bouche. Elle m'a souri. S'est précipitée sur sa propre lampe de poche et m'a imité. Nous avons combattu valeureusement jusqu'à tomber d'épuisement.

8.

*Est-il vraiment possible de se retrouver dans l'écriture?
Est-il possible de s'y perdre?*

J'ai un sentiment de fiction. C'est comme si tous mes souvenirs étaient faux. Construits ou manipulés. C'est comme si je n'avais rien vécu. Dans l'écriture, je croyais redevenir maître de mon histoire. Mais, plus souvent qu'autrement, je sens que c'est elle qui me modèle.

Tu as la profonde conviction d'être brisé. Atteint d'un dysfonctionnement quelconque, une anomalie biologique peut-être, qui n'a sans doute rien à voir avec une tumeur, mais qui expliquerait pourquoi il t'est impossible de vivre comme un humain normal. Tu ne connais pas le contentement. Tu manques de caféine. Tu manques de nicotine. D'alcool. De vitamine. De lumière. De sommeil. D'énergie. De repos. D'affection. De connexions profondes. De légèreté. De liberté. D'action. De quiétude. Chaque acquisition entraîne un nouveau désir. Chaque jour, une nouvelle déception.

C'était l'hiver. Nous étions en voiture. Nous roulions vers un petit chalet que mon oncle avait eu la générosité de nous prêter pour le week-end. Maman portait un gilet vert foncé avec des pantalons jaunes. Ma sœur, son manteau mauve préférée. Je me souviens qu'elle était triste parce que la coiffeuse lui avait coupé les cheveux un peu trop courts à son goût. Pour tenter de la consoler, ma mère lui avait dit qu'elle ressemblait à Blanche Neige. Malheureusement, la tentative a échoué, étant donné que, selon ma sœur, il s'agissait de « la princesse la plus laide ».

J'ignore pourquoi j'ai retenu ces détails. Des détails inutiles, pourrait-on dire. En écrivant, je me rends compte que toute ma vie est constituée de ces morceaux de rien. Ces petits bouts de vie qu'on oublie volontiers. Des moments sans importance. Ceux qu'on ne prend pas en photos. Ces micro-anecdotes que l'on ne prend pas la peine de raconter. Des non-événements, qui coulent au fond de la mémoire comme une pierre dans la rivière.

C'est peut-être pour ça que j'écris : faire flotter toutes les pierres.

Après de longues minutes d'hésitation, tu désactives le mode « avion » de ton téléphone. Quelques secondes plus tard, les messages et les notifications commencent à rentrer. Ding. Ding. Ding. Ça n'arrête plus. Les sons de cloche. La vibration. Ton cellulaire est possédé.

Il était déjà tard. Cela faisait une bonne heure que nous roulions sur l'autoroute quand est survenue une tempête de neige. Ma mère, au volant de sa vieille Dodge Caravan, bravait les intempéries glaciales de décembre, comme un saumon remontant la rivière. Une nature aussi belle que déchaînée se donnait en spectacle. Les bourrasques faisaient vaciller le véhicule. Soulevaient la poudrerie. Malgré le fait que les essuie-glaces se débattaient avec acharnement, la visibilité restait quasi nulle. Les flocons de neige nous enveloppaient. On se serait cru dans le Faucon Millenium alors qu'il navigue entre les étoiles à la vitesse de la lumière.

L'emballement de ton cellulaire stoppe net au moment où tu as l'impression qu'il va exploser. Tu le prends. Il est chaud, comme si tu l'avais oublié au soleil. Tu allumes l'écran. 47 textos non lus. Environ autant de messages dans la boîte vocale. Sur Facebook, tu as reçu plus d'une centaine de réactions à ta publication et trois fois plus de commentaires.

C'est étrange. Tu devrais te sentir comme un monstre d'avoir menti ainsi. Pourtant, tu ne peux t'empêcher d'étirer le coin des lèvres.

Sur la banquette arrière, ma sœur et moi étions plus ou moins inquiétés par la tempête. Je ne sais plus exactement ce que nous faisons pour passer le temps. La route était longue. Nous étions peut-être en train de rire. De nous engueuler. De pleurer. Je

ne sais plus. Sans doute que j'étais en train de l'agacer à propos de son horrible coupe de cheveux.

En revanche, je me souviens très bien que, lorsque le véhicule a dérapé, nous nous sommes tus simultanément.

Tu ne voulais pas faire d'appel à l'aide. Téléphoner à un centre de prévention du suicide ou à un ami, en pleurant, au milieu de la nuit. Tu ne voulais pas qu'on te prenne pour un fou. Un cinglé. Ou pire, un enfant. Tu ne voulais pas séjourner en psychiatrie, encore une fois. Tu ne voulais pas blesser. Faire de peine à qui que ce soit. Ni créer de frustrations inutiles. Tu ne voulais pas qu'on te dise que la vie est belle et qu'elle vaut la peine d'être vécue. Tu ne voulais rien de tout ça. Tu voulais simplement que les gens sachent que tu as mal. Que tes douleurs vont peut-être finir par te tuer. Alors tu as inventé une histoire de cancer. Un mal-être saisissable. Concret. La prolifération de cellules cancéreuses. La formation d'une masse qu'on appelle tumeur maligne. L'invasion des métastases. Les gens comprennent qu'on puisse souffrir de ça. Ils pardonnent le fait qu'on puisse mourir de ça.

La voiture s'est mise à tourner sur elle-même. L'extérieur s'est transformé en une masse informe pleine de halos lumineux filant à l'horizontale. Nous étions désormais

à bord d'une toupie géante fonçant à vive allure sur l'autoroute. Les spirales infernales du véhicule créaient une force centrifuge puissante qui nous collait aux fenêtres.

J'ai encore souvenir de la douleur. La ceinture de sécurité qui me pressait contre la poitrine, comme si elle cherchait à la traverser.

Personne n'a paniqué. Personne n'a crié. Personne n'a émis le moindre son. Face à notre impuissance, nous étions réduits au silence. Complètement paralysés. Nous nous préparions mentalement à l'impact.

Tu es enfermé dans ta chambre, et Myriam frappe à ta porte comme si elle cherchait à l'enfoncer. Tu ouvres. Brusquement, elle te saute dans les bras. Son étreinte est si forte qu'elle t'empêche de respirer. Tu ne l'as jamais vu dans cet état. Elle pleure comme une Madeleine et n'arrive pas à y croire. D'ailleurs, c'est ce qu'elle répète incessamment : « Je n'arrive pas à y croire, je n'arrive pas à y croire ». La phrase sort et ressort de sa bouche sans arrêt, si bien qu'elle finit par sonner faux. Alors tu commences à être inquiet. Peut-être que réellement elle ne te croit pas. Sinon, pourquoi toujours répéter ça?

Quand on est soi-même un personnage, faire confiance aux autres n'est pas chose aisée. Comment savoir si leurs actions ne sont pas des stratégies? Comment savoir si leur peine et leur joie ne sont pas, comme les tiennes, calculées?

Myriam tente de te questionner : « Comment...? Depuis quand...? Pour... Je... je... » Mais l'émotion l'étrangle. Au bout d'une minute, elle abdique et revient à la seule chose qu'elle réussit à dire : « Je n'arrive pas à y croire. »

La voiture tournoyait rapidement, mais mes pensées allaient encore plus vite. Je nous imaginais défoncer le garde-fou, déraciner tous les arbres sur notre passage, faire des tonneaux en dévalant la pente qui bordait la route. J’imaginai ma mère se heurter la tête contre le volant, j’imaginai une plaie sanguinolente apparaître sur son front, le sang couler comme une chute d’eau, j’imaginai un arbre briser le pare-brise et les branches pénétrer la chair de ma mère et de ma sœur comme autant de poignards. Et même si mon père n’était pas avec nous, j’entendais sa voix, sa voix grave, son ton frustré et inquiet : « S’il t’arrive quoi que ce soit et que t’as besoin de sang, tu meurs! Tu meurs! »

Le lendemain au déjeuner, l’ambiance est lourde. Myriam mange ses céréales en silence. Le lait dans lequel flottent ses Cheerios commence à être dilué de larmes. Tu pensais que ton mensonge te libérerait, mais c’est tout le contraire. Si tu avais déjà l’impression d’avoir le poids d’un camion sur les épaules, voilà que le camion vient d’être chargé d’une cargaison de briques.

Tu dis : « Pleure pas, là. Le médecin a dit que j’avais toutes les chances de m’en sortir. Pis en plus... » Elle te coupe : « Je vais organiser un party, okay? Ça va être un ostie de gros party! Pis ça va être en ton honneur. » Surpris par la proposition impromptue, tu refuses sur le champ. Tu lui assures que ce n’est pas nécessaire. Tu inventes même deux ou trois mauvaises excuses, mais elle insiste : « Mais oui! Je te

dois bien ça après l'anniversaire de cul que je t'ai organisé! Je te jure que tu vas trouver ça le fun! Ça va te faire du bien. Ça va *me* faire du bien. Le meilleur remède contre tout, ça reste le plaisir! » Tu trouves sa dernière phrase plutôt maladroite. Le plaisir, c'est peut-être un bon remède contre la petite déprime automnale, mais certainement pas contre le cancer. Mais bon. Tu n'es pas réellement malade et tu te dis que c'est vrai que ça pourrait te faire du bien. « C'est bon. » Elle sourit tristement et conclut : « C'est toujours aux personnes les plus gentilles qu'adviennent les pires merdes. »

Nous sommes finalement arrivés à bon port. Le chalet était minuscule. Plus une cabane qu'un chalet. Il n'y avait aucune chambre fermée. Seulement un lit dans un coin du salon, près du foyer. Ma sœur allait donc être obligée de dormir sur le sofa. Moi, sur un matelas de sol. C'était bientôt l'heure de se coucher, et ma mère nous lisait une histoire biblique :

Autrefois, il eut un homme appelé Job. On disait de lui qu'il était riche. Il était heureux. Il était un bon père de famille. Et par-dessus tout, il aimait Dieu.

Un jour, Dieu dit à Satan : « Vois comme cet homme est pieux. Vois comme il m'aime. Vois comme il mène une vie juste et vertueuse. » Satan le dévisagea un instant, puis rétorqua qu'il était bien facile de n'avoir que des bons mots pour le Tout-Puissant, si ce dernier ne faisait qu'envoyer à Job chance, grâce et bonheur. « Fais donc souffler le vent dans l'autre sens », insista le Diable. « Envoie à Job le malheur, envoie-lui la maladie, envoie-lui la mort et tu verras qu'il te tournera le dos. » Sans hésiter, Dieu accepta le pari. Il laissa le destin de Job entre les mains du Malin.

Dès le premier jour, les champs de Job furent dévastés. Il perdit fortune et honneur. Ses serviteurs moururent les uns après les autres. Les bêtes de son bétail aussi. Ses animaux de compagnie. Même, ses enfants. Puis, vint la maladie. Les pustules douloureuses et suintantes. Les ulcères partout sur son corps. Les abcès de Job étaient si souffrants qu'un jour il agrippa un morceau de pot cassé, et il s'en servit comme d'une lame, d'abord pour se gratter, ensuite pour arracher ses furoncles un à un.

Job a souffert, mais il a passé le test. Jamais il n'a maudit le nom de Dieu. Et de cela, ce dernier fut très heureux.

Puis ça commence à tourner dans ta tête. Des scénarios. Des dizaines de scénarios. Plus inquiétants les uns que les autres.

Un party.

Rempli de gens.

Que tu connais.

Mais à quoi as-tu pensé? Comment vas-tu faire pour mentir à ce point? Incarner le mourant en phase terminale devant tout le monde, et ce, sans faire de faux pas. Que vas-tu dire si on te pose des questions pointues? Si on se rend compte d'une incohérence ou qu'on essaye de te coincer? Que vas-tu faire si le pot aux roses est découvert? Parmi tous les scénarios que tu élabores mentalement, il n'y a rien de doux. Rien d'heureux.

Tu ne sais pas comment tout ça va se dérouler. Par contre, tu sais une chose : ça va mal finir.

Ma mère a rangé le livre d'histoires bibliques. Elle m'a souhaité une bonne nuit, m'a embrassé sur le front. Elle a fait pareil avec ma sœur, puis elle a éteint la lampe de lecture et s'est dirigée vers son lit. Mais juste avant qu'elle ne s'y allonge, j'ai demandé : « Pourquoi c'est Dieu, le gentil? » Aussitôt, elle m'a regardé, l'air décontenancé. « Mais qu'est-ce que tu racontes? » J'ai dit : « Dans la Bible, c'est écrit que Dieu est Amour et Pardon, mais c'est pas vrai. Dès qu'Il est pas content, Il tue plein de gens. Quand Il a fait le déluge, presque tout le monde sur la planète est mort. Et après en Égypte, il a fait toutes sortes de catastrophes qui ont encore tué des gens. J'ai jamais entendu, ou presque, une histoire dans laquelle le Diable tuait quelqu'un. Pourquoi c'est Dieu, le gentil? » Ma mère, abasourdie : « Mais voyons! Et dans l'histoire que je viens juste de te lire? Lucifer a tué toute la famille de Job. » « Mais oui, mais c'est Dieu qui a dit que c'était correct. C'est bizarre, non? » Ma mère – peut-être à court d'arguments – m'a sommé de ne plus jamais dire de telles inepties. « Dieu fait *toujours* ce qui est bon, et tu n'as pas à remettre ça en question. » Alors qu'elle tentait à nouveau de se coucher, j'ai encore une fois retenu son geste avec une question : « Pourquoi Il brise notre famille alors? » Ma mère s'est retournée lentement. L'irritation, qui avait renfrogné ses traits quelques secondes plus tôt, s'était effacée : « De qui tu parles? » « De Dieu. C'est Lui qui brise la famille. Avant qu'Il n'arrive dans nos vies, tout allait très bien. Maintenant, papa et toi vous vous chicanez tout le temps. Dieu a tout gâché. » D'une voix douce, elle a dit : « Mais voyons, ce n'est pas de sa faute. En plus, elle n'est pas brisée, la famille. Tout va s'arranger. » Je me suis mis à pleurer à chaudes larmes. Elle s'est approchée et a fait glisser une main rassurante dans mes cheveux : « Dieu veut notre bien. La preuve : Il nous a sauvés en voiture aujourd'hui. Tu n'as pas à être inquiet. » Puis, elle m'a pris dans ses bras. Elle a invité ma sœur, restée silencieuse, à rejoindre notre étreinte. « Il n'y a rien qui puisse

briser notre famille », a renchéri ma mère. L'émotion m'étranglait, mais j'ai tout de même réussi à formuler une dernière question : « Est-ce que tu jures que Dieu va toujours nous sauver? »

9.

*Peu à peu, tu disparais.
Dans l'obscurité d'un entrepôt,
comme dans l'encre de ton carnet.*

À neuf ans, je ne mangeais plus. Ou presque pas. Ma gorge refusait les aliments qui s'y présentaient. Elle se contractait violemment, empêchant toute nourriture de passer ou projetant vers l'extérieur celle qui réussissait tant bien que mal à s'insérer dans le tuyau. Le goût des repas n'était pas en cause. Je n'arrivais tout simplement pas à manger.

Aussi, je commençais chaque journée en pleurant. Tous les matins, en ouvrant les yeux, une immense tristesse s'emparait de moi, et il m'était alors impossible de retenir mes larmes. Ma mère avait beau tenter de me reconforter, j'étais inconsolable.

Il est tôt. Tu arrives au centre de distribution où tu travailles. Ou plutôt, celui où tu es employé, parce que pour ce qui est du travail, on ne peut pas dire que tu t'y attèles comme un forcené.

La bâtisse est gigantesque, mais complètement déglinguée. Plusieurs de ses fenêtres sont fissurées; d'autres, condamnées par des planches de bois clouées de manière rudimentaire. Les briques d'un rouge défraîchi s'émiettent à vue d'œil. Le tout tient à peine debout au milieu d'un désert de ciment. Sans fleur, ni arbre, ni pelouse.

De l'extérieur, on pourrait croire à un immeuble abandonné. À l'intérieur, ce n'est pas tellement plus vivant.

Je me souviens, à cette époque de ma vie, avoir l'impression d'être dépossédé de mon corps. Comme s'il était un autre. Un étranger. Il avait des réactions sur lesquelles je n'avais aucun contrôle. Des réactions dont j'avais honte. Tellement honte. Quand je refusais de manger, mon père se fâchait et criait. Quand je pleurais, ma mère pleurait aussi.

Ceci dit, lorsque mes parents concentraient leur énergie sur moi, ils ne se chicanaient plus. Pour un moment, du moins.

À chacun de tes pas, un nuage gris se soulève. L'air est sec et goûte la poussière. Au-dessus de ta tête, les néons crépitent et s'éteignent une seconde quand tu passes. Il t'arrive aussi de voir des souris filer d'un côté à l'autre des allées. Ces corridors décorés avec soins par des centaines d'araignées.

Il te faut marcher plusieurs minutes avant d'atteindre la section du fond, là où se trouve ton poste de travail. C'est la partie la plus sale et la plus sombre de la bâtisse. Encore pire que le reste – si c'est possible. C'est là que sont disposés tous les livres dont on ne sait plus quoi faire. Ceux qui ne se vendent plus, qui attendent patiemment, comme des condamnés à mort, que leurs éditeurs décident de les faire pilonner. C'est

là que les mots de ces auteurs vont pour mourir. Pour moisir. Ils accumulent la poussière en ta compagnie, dans cette section que tous les employés appellent « le cimetière ».

C'est difficile de concevoir que les gens qu'on aime le plus au monde ne s'aiment plus.

Quand je pense à l'été de mes neuf ans, je retrouve cette pancarte à vendre plantée devant la maison.

Je retrouve mon père qui emballe ses affaires et les emporte dans une autre maison qui, malgré le fait qu'elle ne se trouvait qu'à une vingtaine de minutes de route, m'apparaissait reculée et insaisissable. Tout comme mon père.

Je retrouve cet appartement exigu que ma mère avait déniché dans les petites annonces. Ma sœur et moi étions ravis de l'emplacement, car sa proximité nous permettait de rester à la même école. Par contre, le logement ne comptait qu'une seule chambre. Ma sœur dormait avec ma mère, et moi, dans le salon sur un lit rabattable.

La petitesse de l'endroit réjouissait ma mère. C'est, du moins, ce qu'elle prétendait. « On ne perdra plus un temps fou pour faire le ménage, on va pouvoir profiter de la vie, ensemble. » Au début, je la croyais. Je voyais ce changement, comme elle nous l'avait vanté, c'est-à-dire comme un nouveau départ. La chance de se fabriquer un petit bout de bonheur. Mais j'ai rapidement déchanté.

Tu te déplaces avec méfiance dans cet entrepôt, comme si tu étais un espion. Ton attitude n'a rien à voir avec l'aspect lugubre de l'endroit. C'est plutôt parce que tu ne veux croiser aucun collègue, qui pourrait poser des questions sur ton récent statut Facebook. Mais, étant donné la taille des lieux, ce n'est pas un si gros défi.

L'entrepôt est immense. Démesuré. Les multiples couloirs et intersections sont aussi nombreux qu'identiques. De quoi rendre fou un scout, même muni d'une boussole. Il y a des dizaines d'allées, des centaines d'étagères industrielles quatre fois plus hautes que toi, qui abritent près de huit millions de livres. Livres auxquels on ne peut avoir accès – en principe – qu'avec un charriot élévateur.

Mais, de temps à autre, au lieu de travailler, tu escalades l'une de ces étagères à la manière de King Kong sur le World Trade Center. Sur le palier le plus élevé, tu rejoins un tas de boîtes que tu as empilées méthodiquement. Une forteresse de carton dans laquelle tu te terres. Une fois à l'abri du monde entier, tu éventres une boîte abandonnée et en sors un roman au hasard.

Quand je pense à cet appartement, je retrouve surtout ma mère enfermée dans la salle de bain. Elle parle à mon père au téléphone, elle fulmine et elle pleure. Elle lui reproche ses retards. La froideur de ses propos. Son manque d'empathie. Son entêtement. Et j'imagine que, de son côté, il fait pareil.

Je retrouve ces échanges de regards entre ma sœur et moi. Ce besoin partagé d'écouter, chacun l'oreille appuyé contre le mur ou la porte de la salle de bain.

Tu scrutes leurs couvertures rigides, leurs cœurs blancs tachés de mots. Tu pèles ces ouvrages page par page. Tu voles de petites marques noires en petites marques noires. Ces traces indélébiles qui murmurent des secrets en vain. Tu te demandes pourquoi écrire dans un monde qui ne raffole que d'images. Pourquoi chercher le sens dans un récit long et peaufiné, alors que la réalité se morcèle.

Tous ces livres oubliés te le rappellent. Vous êtes des milliers dans la solitude. Peut-être des millions ou des milliards. Maigre consolation. Il n'y a qu'ici, parmi les livres, que le sentiment d'isolement s'estompe un peu. Tant d'écrivains te devinent. Tant de romans mettent le doigt sur ton ressenti.

Un déchirement t'habite. D'un côté, l'inquiétude de t'enfoncer dans un sable mouvant et, de l'autre, le réconfort de t'y sentir à ta place. Entre les murs de cet entrepôt, tu es hors champ. Hors temps. C'est comme si tu pouvais mettre ton existence sur pause et, par le fait même, préserver tous les possibles. Ici, rien n'est encore joué. La fin du récit reste incertaine. Parfois, tu te dis que tu ne devrais jamais quitter cet endroit.

Au fond, tu rêves d'être le personnage central de tous les films; un jeune homme menant une vie triste et ordinaire jusqu'au jour où il est conduit à accomplir de grandes choses. Tu as presque atteint ton but; il ne manque que les grandes choses.

Souvent, tu te dis qu'il n'y a pas de meilleur endroit. Tout pourrait se terminer ici. Et maintenant. Quoi de mieux qu'un cimetière pour mourir? Tu regardes avec une attention exagérée la lame de ton exacto. Tu te dis que ce serait facile. Si facile d'en finir. Une affaire de quelques minutes à peine.

Même après avoir raccroché, ma mère avait pris l'habitude de rester longuement dans la salle de bain – parfois jusqu'à tard dans la nuit –, profitant du vacarme de la laveuse et de la sècheuse pour enterrer celui de ses sanglots. Elle devait s'imaginer ne pas être entendue. Seulement, elle arrivait rarement à s'arrêter au moment où les machines stoppaient. Et comme je dormais tout près, chaque fois que le tambour de la laveuse cessait de tourner, sa peine redevenait audible. Tangible. À ce moment-là, il était inutile d'appuyer l'oreille contre quoi que ce soit pour être témoin de la tristesse de ma mère. Même la tête enfoncée sous un oreiller, on ne pouvait y échapper.

Tu espères encore l'explosion. La déflagration qui te pousserait hors de la banalité. Tu ne veux pas avoir un emploi sérieux, « être placé », comme disent les gens, et gagner un bon salaire, si c'est pour enfiler une chemise et une cravate, comme un boulet à ta cheville. Tu ne veux pas écouter des collègues se plaindre du comportement inacceptable de Hubert Lenoir à l'ADISQ. Accumuler des REER. Acheter une maison. À l'épicerie, faire tomber une canne de conserve qui roulerait jusqu'aux pieds d'une femme. Se marier, comme tout le monde. Dire ses vœux, juste là, entre la nourriture non périssable et les produits congelés. Faire des enfants. De préférence deux, parce que c'est plus pratique, ça rentre mieux dans la voiture.

Durant le jour, ma mère ne laissait rien paraître. Son malheur était son secret. Son fardeau. Elle n'avait pas l'air heureuse, mais elle ne semblait pas triste non plus. Elle vaquait à ses occupations et responsabilités de manière mécanique. En silence. Elle arborait constamment ce visage figé, presque sans vie. Une façade de plâtre. Et même lorsque, ma sœur et moi tentions de la faire rire en répétant des blagues de Jean-Marc Parent entendues à la télé, le vernis ne craquait pas. Elle ne riait pas. Elle se contentait d'étirer légèrement la commissure des lèvres, comme pour nous remercier d'avoir essayé. Pour nous montrer qu'elle était toujours vivante sous ces traits inexpressifs.

Même si elle ne souriait pas de bon cœur, elle ne pleurait pas non plus. Jamais devant nous. Ses larmes, elle les réservait pour la salle de bain.

Tu te sens parfois comme si l'introversion était une maladie. Un mal à combattre à tout prix. Il t'arrive de te forcer à interagir avec des gens que tu n'aimes pas. Des collègues sur l'heure du midi, par exemple. Mais les gens parlent trop fort. Ils rient trop fort. Vivent trop fort. Si bien que ça en est douloureux. Tu ne peux pas supporter d'être là, au milieu de la foule, sans rien dire. Sans être capable de signaler ta présence. Tu voudrais crier, mais rien ne sort. Jamais. Tu voudrais être l'humain le plus bruyant sur Terre. Celui qui accapare tout l'espace. Celui qui rit à gorge déployée et qui raconte des anecdotes hilarantes. Celui qui est exubérant. Presque fatigant. Celui qui fait des mimiques, des grimaces comiques et qui, par accident, dans un élan d'excitation, renverse son Coke. Mais à la place, tu es celui qui s'assoit à l'écart. Celui qui est

immobile. Invisible. Celui qui sourit bêtement pendant que les autres font des blagues de mauvais goût. Tu n'aimes pas la confrontation. Souvent, tes interactions sociales se limitent à t'excuser. Tu t'excuses d'avoir éternué, de respirer trop fort et de faire craquer les lattes du plancher. Tu t'excuses quand tu te fais bousculer dans la rue. Tu n'as pas de voiture parce que tu serais le genre de conducteur à te laisser rentrer dedans, simplement par peur d'insulter quelqu'un en klaxonnant. Tu es celui qui ne s'esclaffe pas suffisamment. Celui qu'on tape sur l'épaule pour provoquer un rire plus convaincant. Qu'on somme de sortir de sa coquille. Celui à qui on crie : « Tu es trop coincé! As-tu un manche à balais dans le cul? Ha! Ha! Ha! » Celui sur qui on donne des coups de plus en plus fort. Paf. PAF. PAF! Comme s'il était une vieille télé déréglée sur laquelle on pouvait frapper pour rétablir l'image. « Coudonc, ça va pas? Pourquoi tu ris pas? Tu nous trouves pas drôles? » « Si, si, vous êtes très drôles, je m'excuse. »

Toutes les nuits, je voulais aller voir ma mère pour la consoler, mais, comme elle se cachait, quelque chose me retenait. J'avais peur de la gêner ou qu'elle se fâche contre moi. Peur qu'elle se trouve naïve d'avoir cru que j'ignorais ce qu'elle fabriquait dans cette pièce, toute seule, tous les soirs, prétextant faire du lavage alors qu'il n'y avait peu ou pas de vêtements à nettoyer.

Je crois que c'est cette année-là que j'ai cessé de pleurer. Devant les gens. Mais aussi seul, la nuit. Je ne pouvais tout simplement plus me le permettre. Je devais être fort. Un adulte. Je restais allongé dans mon lit de fortune, silencieux et attentif aux gémissements. Dans l'obscurité, je devais tout entendre. Tout absorber, comme si la peine pouvait m'être transférée. Comme si je pouvais intérioriser la douleur de ma mère

et lui permettre ainsi de s'en affranchir. Je restais là immobile, les yeux clos, et j'écoutais.

À neuf ans, je n'avais pas peur des monstres sous mon lit, j'avais peur que jamais ma mère ne cesse de pleurer.

Tu penses à cette fois où Pierre-Luc, le gars des ressources humaines, est tombé en burn-out. La discussion avec les autres collègues.

« Ouin, mais Pierre-Luc... y'est pas normal, normal, non plus. »

« Moi, je pense qu'il est juste paresseux. »

« J'ai entendu dire que, adolescent, il pratiquait l'automutilation. »

« Je l'ai vu pleurer dans cafétéria, l'autre jour. »

« C'est lourd, sérieux, ce pleurnichage-là. »

« Ça, c'est ben la génération d'aujourd'hui. »

« Jamais content de rien. »

« Toujours en train de brailler. »

« Des enfants rois qui ont grandi. »

« Des drames. »

« Des crises. »

« Pis des larmes. »

« Une gang de drama queens. »

« Moi aussi, j'ai des problèmes, pis je prends pas de vacances pour ça. »

« Je me botte le cul. »

« C'est de ça que certains auraient besoin... »

« Un coup de pied dans le cul. »

Ils ont enchaîné avec leurs recettes personnelles pour garder le moral. Jogger. S'entraîner. Faire des cabanes à oiseaux. De la mécanique. Manger des légumes verts. « Le malheur, c'est entre les deux oreilles », assurait l'un, alors que l'autre se targuait d'avoir chassé l'ombre d'une dépression simplement en faisant du karaté le mardi. On pourrait, selon ce dernier, parvenir à une sérénité absolue, grâce à une série de katas effectués sur la trame sonore du film *The Karate Kid*. Eh bien.

Tous les matins, je croisais les doigts pour que ma mère arbore enfin un sourire – et un vrai sourire, pas celui qu'elle affichait péniblement en sortant de la salle de bain, les yeux rougis et les paupières enflées –, sauf que ça n'arrivait pas. J'aurais voulu prier, demander à une puissance supérieure de me venir en aide, mais je ne savais pas à qui, à quoi demander. J'aurais aimé parler à Dieu ou à Jésus, mais mon père me disait qu'ils étaient des inventions. J'aurais aimé parler au père Noël ou à la fée des dents, mais ma mère me disait qu'ils étaient des inventions. J'aurais aimé parler à mon grand-père ou ma grand-mère décédés, mais à ce moment-là, j'étais convaincu que tout ce qui était invisible relevait de l'invention. Et aussi convaincu que les inventions, c'était mal de leur parler.

Parmi tout ce qu'il y a d'épouvantable entourant cette conversation, le plus désolant reste ta réaction. C'est-à-dire aucune. Tu es resté planté comme un piquet, hochant la tête. Un sourire stupide étampé au visage. Et même quand quelqu'un a conclu : « Dans le fond, bon débarras! », tu as continué d'opiner, présentant un air serein et zen, tel un moine bouddhiste sur le Prozac. Pourtant, tes pensées bouillaient. Hurlaient. Dans ta tête, persistait un cri strident et intenable, comme des ongles sur un tableau noir.

Tu rêves, dans ces moments-là, d'apercevoir une source de chaleur. La flamme d'une chandelle. Un rond de poêle rougeoyant. Juste pour y mettre la main. Te brûler. Et ainsi, peut-être, parvenir à te défiger. Reprendre le contrôle de ton corps. Peut-être faudrait-il tenir jusqu'à l'embrassement. Jusqu'à l'incendie. Peut-être faudrait-il t'immoler devant tout le monde.

10.

*Ce qui est bien :
écrire neutralise les mauvais souvenirs.*

*Ce qui est dommage :
écrire neutralise également les beaux.*

Ton existence est empreinte de départs. Marqué au fer par ce qui s'en va. Les amitiés que tu as perdues dans la brume. Les amours qui t'ont tourné le dos. Et principalement celles que tu as toi-même abandonnées de peur d'être rejeté. Il y a tant de gens qui sont sortis de ta vie. Tu es devenu un professionnel de la coupure relationnelle. Un expert pour faire comme si les vides laissés derrière ne te dérangent pas. Mais que ce soit toi ou les autres qui prennent la porte, chaque départ t'arrache un morceau. Comme un bateau qui quitte le port sans se détacher du quai. Les gens ne sont que de passage. Tu n'es pas une destination, mais un point de ravitaillement. Une escale. Aussi, tu doutes continuellement de la sincérité de ceux qui prétendent t'aimer. À chaque phrase qu'ils prononcent, tu t'attends à ce qu'ils t'avouent : « Hey! Tout ça n'était qu'une blague. En fait, je te méprise. » Même quand une jolie fille t'aborde, ton premier réflexe est de penser qu'il s'agit d'une erreur. Elle t'a mal regardé ou te prend pour un autre. D'ici une minute, elle va le réaliser et quitter subitement. C'est évident. C'est écrit dans le ciel. C'est écrit ici.

Après le divorce, je voyais mon père une fin de semaine sur deux. Le vendredi après l'école, il venait nous chercher, ma sœur et moi. Nous devions faire nos valises. Aller chez papa était un voyage. Un événement spécial. Il ne fallait pas le gâcher.

Il t'arrive d'afficher cet air confiant, ce faciès particulier que présentent tous ceux qui se foutent de tout. Mais c'est un mensonge. Une carapace. Subtilement, tes yeux balaient l'horizon, cherchant désespérément une porte de sortie, une issue par laquelle t'échapper, comme un chien de prairie hors de son trou.

Les gens s'imaginent que la tristesse est un état passager, voire un caprice qui, tôt ou tard, cède sa place à la joie et l'allégresse. Dans ton cas, la mélancolie n'est pas une attitude. C'est une partie intégrante de ta personnalité. Le visage souriant a toujours été la façade.

Si, en classe, j'aimais faire des singeries pour amuser mes camarades, chez mon père, c'était une autre histoire. C'est à peine si je demandais un verre d'eau quand j'avais soif. Encore plus sage qu'une image, j'étais sage comme une absence. Je voulais être là, mais invisible. Je marchais sur la pointe des pieds pour ne pas être remarqué. Comme un intrus. Je ne brisais jamais le silence plus fort qu'un chuchotement. Et quand ma sœur faisait un bruit, mon cœur s'arrêtait de battre une seconde.

Ces jours-ci, tu joues le mourant en phase terminal. C'est un rôle qui te va plutôt bien. Plus besoin de sourire constamment, tu as désormais une raison qui explique ton état perpétuel de tristesse. Par contre, ce n'est pas toujours facile. Il faut être un maître de l'improvisation. En cas d'incohérence, Yvan Ponton ne te donnera pas de carton rouge. Non. Les conséquences pourraient être bien plus graves que ça.

Myriam te demande souvent la date de ton premier rendez-vous en chimiothérapie. Tu as commencé par dire que tu ne savais pas trop, qu'il faudrait que tu fouilles pour retrouver le papier et que, pour l'instant, tu préfères ne pas y penser. Mais après quelques jours, l'excuse est devenue louche. Alors tu as dit une date. Pas trop éloignée, pour ne pas éveiller davantage les soupçons. Mais pas trop près non plus, pour qu'on ait le temps de l'oublier. Évidemment, Myriam s'est proposée pour t'accompagner. Tu as refusé poliment, alléguant le fait que ta mère venait déjà avec toi.

Mon père était pour moi une sorte de rockstar. Il m'impressionnait. M'intimidait. Il était quelqu'un que j'admirais, mais de loin.

Attablé avec ses amis, il était souvent le centre de l'attention. Il se mettait une napkin sur la tête pour faire des imitations. Il connaissait toutes les blagues au monde, débutant par « Une fois, c'est un gars... ». Je ne savais pas si mon père était le plus fort, mais il était assurément le plus drôle.

Les soirs où nous n'étions que lui, ma sœur et moi à la table, l'ambiance était moins désopilante. Assis les uns en face des autres, c'était le moment de discuter. C'était le moment de rire et partager, mais je n'y arrivais pas. Je ne pouvais pas parler. Mon père faisait pourtant un effort, il posait des questions sur l'école, la vie avec maman, mais je ne répondais qu'avec des mots isolés. « Bien. » « Correct. » C'est comme si la parole, aussitôt entamée, cherchait à s'interrompre. Je mangeais lentement pour ne pas avoir à parler. Je mastiquais mollement ma nourriture, comme si ma mâchoire avait été anesthésiée par un dentiste.

Myriam se tient droite comme une barre au milieu du salon et présente un air étrange. Les mains derrière le dos, elle dit qu'elle a une surprise pour toi. Agitée comme une enfant la veille de Noël, elle sort une affiche plastifiée du film *Le Show Truman*. Elle l'installe sur un mur, pique les quatre coins avec des punaises, puis se place devant, les mains sur les hanches. L'air triomphant, elle dit : « C'est beau, hein? Je l'ai trouvée dans les poubelles des voisins. J'ai pensé que pour ton party, on pourrait faire une thématique cinéma! Genre mettre plein de posters de films, pis le monde vient déguisé en leur personnage préféré! » Tu trouves l'idée quétaine. Voyant que tu ne réagis pas, elle brandit les bras, comme un naufragé sur une île déserte : « Ouhou! Des films! T'es pas content? T'aimes ça, toi, les films! » Après de longues secondes de silence malaisant, tu finis par dire : « Oui, oui, j'aime ça. C'est cool. » « Bon parfait! Une bonne chose de réglée! » Satisfaite, elle avale une poignée de chips. La bouche pleine, elle dit : « C'était tellement bon *Le Show Truman*. Tu te souviens? Eille, t'imagines! Te faire observer comme ça tous les jours. Ça doit être fou, pareil? Je me rappelle quand j'étais petite, après avoir vu ce film-là, je paranoïais ben raide. Je pensais que ma vie était une télé-réalité, moi aussi. Pendant des mois, je cherchais partout les petites

caméras. J'écoutais toujours les conversations de tout le monde, pensant qu'ils allaient peut-être s'échapper, pis dire quelque chose qui prouverait que je suis filmée à mon insu. » Tu fais semblant de rire. Tu acquiesces en disant que cette situation doit être effroyable, alors que tu penses le contraire.

Pour toi, découvrir que ta vie est une télé réalité serait rassurant. C'est la perspective que ton existence ne soit rien du tout que tu trouves inquiétante.

Ma sœur parlait. Elle racontait sa semaine sans prendre son souffle, avec dans le regard une excitation que je ne lui avais vue qu'à de rares occasions. J'aurais aimé me sentir comme ça. J'aurais aimé, les fois où j'avais mon père en face de moi, profiter de ce court laps de temps pour lui dire n'importe quoi. Tout ce qui me passait par l'esprit. Mais mes paroles se bloquaient dans ma gorge, comme quand on est malade et qu'on se retient pour ne pas vomir en public.

La vérité, c'est que je n'ai jamais su parler à mon père. Encore aujourd'hui, à chaque conversation, je me sens comme un funambule titubant sur un fil de verre. Toujours peur de placer un mot de travers. Toujours peur qu'il soit en désaccord ou déçu par mes propos. Non pas parce que c'est un homme colérique, prêt à mettre un poing dans un mur si on le contredit. Pas du tout. Simplement parce que j'ai l'impression que mon père n'est jamais vraiment redevenu l'homme qu'il était. Dans ma tête, il est resté en partie une ombre. Un fantôme volatil. Et, c'est bien connu, les fantômes ont le pouvoir de disparaître pour de bon.

Si on pouvait confirmer que ton existence est orchestrée par une équipe de télévision, un poids immense s'enlèverait de tes épaules. Enfin, tu sentirais que tu sers à quelque chose. Enfin, tu comprendrais pourquoi tout le monde autour de toi semble en toute circonstance parfaitement à l'aise, naviguant avec finesse dans les aléas de la vie, alors que tu as l'impression de te débattre comme un morse estropié gigotant sur la banquise. Enfin, tu comprendrais pourquoi tu es le seul qui a toujours l'air de ne pas savoir quoi dire, pas savoir quoi faire. Tu es le seul qui n'a pas lu le scénario.

Le dimanche soir, papa nous ramenait chez maman et je ne voulais jamais descendre de la voiture. Je voulais prolonger le week-end, mais il était pressé de repartir. Je me trouvais alors idiot de ne pas avoir réussi à parler. Je descendais de la voiture avec l'impression d'avoir créé une nouvelle fissure dans cette famille déjà craquelée à l'excès.

L'hiver, alors qu'un immense abri Tempo cachait la porte extérieure du bloc d'appartements où vivait ma mère, j'avais le mandat, une fois rentré, de faire clignoter les lumières éclairant la façade de l'immeuble. C'était le signal. Mon paternel pouvait s'en retourner, sachant que ma sœur et moi étions en sécurité dans la bâtisse. J'attendais toujours quelques secondes en fixant l'interrupteur. J'attendais avant d'y poser le doigt. Je prenais une profonde respiration et comptais jusqu'à dix.

Si tu étais dans *Le Show Truman*, les gens que tu aimes ne pourraient pas partir; ce serait leur travail d'être avec toi. Ou s'ils partaient, tu pourrais te reconforter avec l'idée que ce n'est pas de ta faute, tu n'as probablement rien fait de mal. S'ils quittent, ce n'est pas leur choix. C'est une décision de la production ou des scénaristes. Ils ont dû avoir une réunion durant laquelle ils se sont tous mis d'accord : te voir attristé par un autre départ serait payant dramatiquement.

11.

*Le défi n'est pas d'écrire des mots.
Mais de faire face au sens qui s'en dégage.*

Il te revient en tête cette histoire entendue dans ton enfance. Peut-être lue dans un vieux *Sélection du Reader's Digest*. L'histoire d'un type qui, seul dans sa maison de campagne, s'est tiré une balle dans la tête. Il croyait ainsi qu'il serait emporté vers le repos éternel en une fraction de seconde, et ce, sans souffrir. Mais le coup de feu ne l'a pas tué. Seulement paralysé. Incapable de bouger le moindre membre, le pauvre homme est resté allongé durant des jours sur son plancher de cuisine, jusqu'à ce que le facteur l'aperçoive par la fenêtre. Tremblotant. Baignant dans son sang. Il a ensuite passé les dernières années de sa vie dans un centre de soins, prisonnier d'un fauteuil roulant, d'un corps inutile et d'une vie encore pire qu'avant.

Tu ne veux pas finir quadriplégique. Ni être découvert dans un bain, les veines ouvertes et la peau ratatinée. Pas plus que tu ne veux qu'on te trouve dans une forêt, accroché à un arbre, la langue sortie et les yeux exorbités. C'est trop banal. Trop triste. Trop laid. Ça fait déjà longtemps que tu meurs à petit feu, que tu te tortilles dans un amas de braises à peine rougeoyantes. Presque froides. Tu te dis que la dernière flamme avant d'étouffer doit être fulgurante. Spectaculaire. Tu veux un boum à couper le souffle. Des feux d'artifices qui explosent, qui pétardent, qui balaient tout sur leur passage. Tu veux que les gens n'aient en tête que la manière saisissante avec laquelle tu es parti. Une fin hollywoodienne et rien de moins.

Mon père était farouchement opposé au fait que ma mère nous emmène, ma sœur et moi, à la Salle du Royaume. « C'est du brainwashing », disait-il souvent. Mais, de temps à autre, en cachette, elle nous y trainait quand même. Il le fallait. Il fallait parfaire notre éducation spirituelle. Il fallait que nous puissions avoir accès à la vie après la mort. Il n'y a que les Témoins de Jéhovah qui pourront pénétrer le royaume de Dieu. Et à quoi bon aller au paradis, si c'est sans ses enfants?

Si tu as tant envie de disparaître, c'est peut-être pour que tout le monde t'aime. Règle générale, les gens aiment ceux qui ne sont plus là. En particulier les morts. Ils sont toujours parfaits, les morts. Par exemple, les artistes. À la seconde où la nouvelle de leur décès tombe, ils se métamorphosent en génie. Leurs ventes sur iTunes explosent. Leurs films médiocres deviennent des classiques. Et c'est la même chose pour les gens ordinaires. Aussi désagréables et mesquins ont-ils été tout au long de leur existence, une fois morts, ils se métamorphosent en êtres aimables et généreux. On prononce de beaux discours aux funérailles. On évoque des souvenirs, et tous ces événements passés, qui ont attisé la haine à l'époque, deviennent des anecdotes cocasses.

Un mort n'est jamais « un foutu trou de cul ». Il est « tout un personnage ».

Je détestais ces rencontres interminables. Une fois là-bas, ma sœur – excusée par son jeune âge – avait la permission de s’affairer dans ses livres à colorier, alors que je devais rester attentif aux discours. Ces discours infinis auxquels je ne comprenais rien.

Il y a bien un passage par contre qui m’est resté en tête : cette analogie entre un casseau de fraises et le monde entier. Un vieil homme à l’avant marmonnait dans un micro. Il disait qu’il fallait gérer nos relations sociales, comme si nous étions tous des fraises. « Au milieu de bonnes fraises, si un seul de ces petits fruits est contaminé, la pourriture se propagera en un rien de temps. Évitions les non-croyants, comme nous évitions les fraises moisies. Autrement, nous risquons tous de pourrir. »

Mes amis étaient donc tous des fraises moisies. Mon père aussi. Peut-être ma sœur était-elle, encore une fois, excusée par son jeune âge. Mais, moi, j’étais certainement une fraise moisie dans ce casseau de bons croyants.

Tu te demandes souvent si tu es fou. Mais, au fond, qui sont les fous? Qu’est-ce qui les différencie des gens soi-disant normaux?

Si être fou, c’est dire tout ce qui nous passe par la tête, alors tu es loin de l’être.

Si être fou, c’est laisser libre cours à ses émotions, jusqu’à en perdre le contrôle, alors tu es loin de l’être.

Si être fou, c’est laisser ses certitudes guider sa vie, alors tu es loin de l’être.

Te voilà l’homme le plus lucide sur Terre.

J'étais toujours stressé chez les Témoins de Jéhovah. Je m'y sentais comme un intrus. J'avais onze ans et peur qu'on se rende compte de mon imposture. Même sous ma chemise, je ne portais rien qui puisse trahir ma couverture. Pas même un t-shirt des Power Rangers. Après tout, c'est une émission violente, me disait-on. Les personnages ont des armes et se battent contre des monstres.

Avant de partir, je devais enfiler le déguisement officiel. Un veston et des pantalons bien repassés. Des cheveux gominés. Je détestais particulièrement mes énormes chaussures en cuir marron qui me donnaient l'impression d'avoir de gros cailloux à la place des pieds.

Il m'arrivait, en route, de prier pour qu'on ait une crevaison ou un accident. Par contre, je prenais bien soin de préciser dans mes souhaits que la perte de contrôle du véhicule ne survienne pas en passant sur le pont. S'il advenait que la voiture tombe dans la rivière, avec ces machins dans les pieds, j'allais, à coup sûr, couler tout au fond.

Parfois, tu te fais peur. Cette facilité avec laquelle tu enfiles des masques t'effraie. Tu as tellement fait semblant dans ta vie que maintenant, peu importe comment tu agis, tu te sens imposteur.

Tu penses à ton séjour en psychiatrie. À cette fille cherchant des enfants qui n'existaient pas. Elle était prête à se battre pour eux. Elle avait un feu à l'intérieur. Une tempête. Toi, tu étais assis dans ton lit d'hôpital, l'observant passivement comme une mèche mouillée. Et, évidemment, c'est toi qu'on a laissé sortir.

Si tu as retenu une chose de cet épisode, c'est que les fous ne cherchent pas à bernier. Ce sont les gens normaux qui se mettent en scène. Le secret de leur allure saine, c'est qu'ils savent quoi taire et quoi dévoiler.

Juste avant que ne débutent les réunions, les adultes s'agglutinaient autour de moi. Je me rappelle qu'il y en avait beaucoup et que je les trouvais tous très grands. Effrayants. En relevant la tête, j'apercevais à peine leur visage. Je ne voyais que des cravates et l'intérieur de dizaines de narines. Et toutes ces narines me mitraillaient de questions, des questions auxquelles je ne pouvais pas répondre sincèrement :

« Pourquoi ne viens-tu pas aux trois réunions par semaine? »

« Lis-tu la Bible, au moins? »

« Aimerais-tu suivre des leçons privées? »

« En apprendre plus sur Jésus? »

« Appliques-tu dans ta vie les enseignements du Christ? »

Même parmi les enfants de mon âge, je ne me sentais pas plus à l'aise. Ils portaient tous leur habit, leur robe et leurs souliers brillants avec désinvolture. Cravate au cou ou chaussures à talon haut dans les pieds, ils jouaient à la tague dans le stationnement, en effectuant des mouvements fluides et décontractés, pareils comme s'ils portaient des joggings et des espadrilles. Pour ma part, je me sentais dans mon costume, comme dans une camisole de force. Coincé et ridicule.

Un extérieur qui ne montre aucune peur. Un intérieur qui se fait de la bile. D'aussi loin que tu te souviennes, tu as toujours eu mal au ventre. Toujours senti ces gargouillements inconfortables te presser contre l'abdomen et s'intensifier à mesure que les journées avancent. Tu as toujours dû t'accommoder des remontées acides dans ta gorge, des brûlures d'estomac, des maux intestinaux. Pire, tu as toujours agi comme si de rien n'était. Ne pas passer pour un anxieux était important. Ne pas passer pour un faible. Être imperturbable. Solide. Avec le temps est venue la pratique. Et le perfectionnement de la technique. Désormais, tu feins l'aisance comme pas un. En toute circonstance, tu sembles à l'aise comme un poisson dans l'eau, alors que tu te noies.

Pour moi, la Salle du Royaume s'apparentait davantage à une salle d'attente qu'à un royaume. D'ailleurs, je n'ai jamais très bien compris cette appellation : Salle du Royaume. Il n'y avait, à mon sens, rien de très royal là-bas. Ça ressemblait beaucoup à l'auditorium de mon école. Quoique ce dernier me paraissait élégant. Au moins, il comportait une large scène, un éclairage sophistiqué et des sièges repliables comme dans les cinémas. Il y avait sur le mur du fond, une fresque gigantesque peinte par d'anciens élèves. On y voyait un enfant volant parmi les nuages et les oiseaux. Je la trouvais tellement belle. Souvent, durant les spectacles, c'est elle que je regardais.

En comparaison, la Salle du Royaume était sobrement décorée – pour ne pas dire négligée. Il n'y avait aucune peinture dans laquelle m'évader. Rien pour accrocher

mon regard. Des teintes de gris verdâtre se superposant dans tous les coins; sur les murs, les tapis, le revêtement des chaises et même les habits des gens. Un décor qu'on aurait cru conçu pour rendre à l'aise les daltoniens. Une ambiance de salon funéraire, aussi monotone et ennuyante que le ton de voix du vieux bonhomme dissertant à l'avant.

Pour ne pas embarrasser ma mère, je jouais le jeu. Je faisais comme si j'étais le parfait petit Témoin de Jéhovah. Je prétendais ne pas passer l'Halloween et être fier de ne pas recevoir de cadeaux de Noël, alors que je continuais à célébrer ces fêtes avec mon père. Je disais prier avant tous les repas, même les midis à l'école, et aussi le soir avant de me coucher. Je jurais être persuadé que Dieu était le créateur de tout, alors que je n'en avais aucune idée.

Et une fois en face de mon père, c'était à son tour de m'interroger :

« Alors, es-tu allé à leur réunion? »

« Dis-moi la vérité! »

« Combien de fois? »

« De quoi ont-ils parlé? »

« Les crois-tu? »

« Est-ce qu'ils veulent te baptiser? »

« Veulent-ils que tu apprennes leur Bible? »

« Tu leur as dit non, j'espère? »

Pour le rassurer, je disais ne pas avoir vraiment écouté les discours et que j'allais là-bas seulement pour faire plaisir à maman. Je disais que ça ne m'intéressait pas de devenir un Témoin de Jéhovah, alors que je n'en avais aucune idée.

Ton cerveau te fâche. Tu voudrais faire taire les parasites, mais c'est impossible. Et plus ils parlent, plus tu les écoutes. Lentement, mais sûrement, ils gagnent. Tu voudrais tellement pouvoir fermer les yeux et faire apparaître les beaux souvenirs, ce qu'il y a de réconfortant dans ton passé. Mais tu focalises sur les mauvais moments et les détails inutiles. Ce qu'il y a de beau flotte au loin, au large de ta mémoire. Ils dérivent, s'assombrissent. Ils se perdent.

Lors d'une période de récréation, Julien, un grand de 6^e année, racontait une anecdote survenue le week-end précédent. Une dizaine d'élèves attroupés autour de lui, il relatait comment son père avait accueilli des Témoins de Jéhovah venus cogner à sa porte. « Mon père sortait de la douche, faque il avait juste une serviette autour de la taille, pis là il est allé ouvrir la porte de même. Vous auriez dû voir leurs faces à la gang de niaiseux, dehors. La bouche grande ouverte, comme des vaches. Pis là, c'est pas toute. Mon père les a invités à rentrer pour prendre un café. Eux autres, y'étaient pas sûrs, t'sais. Ils hésitaient. Mon père était comme *Nonon, venez, venez! Aillez pas peur! On va en parler de Jésus.* Pis là, juste comme ils sont entrés, mon père a laissé tomber sa serviette! La graine à l'air! Eille, ils capotaient! C'était vraiment trop drôle! »

En entendant la chute de l'histoire, tout le monde est devenu hilare. J'ai dû faire pareil, j'ai dû rire moi aussi.

Il paraît que la mémoire est un muscle et qu'on peut l'entraîner. Paraît que l'écriture ravive les souvenirs. Le problème, c'est qu'on ne choisit pas les ruines que l'on fait émerger. Et toi, tu ne retrouves que des moments tristes ou des scènes de films. Tu ne retrouves presque plus les voyages en famille. Ni les soupers où vous avez ri. Presque plus les bons conseils ni les encouragements. Les jeux dans la cour d'école. Les blagues avec les amis. Même la première fille que tu as embrassée n'a plus de visage. Seulement une tête ronde et chevelue, et deux grands yeux noirs déformés par l'oubli.

À l'école, je ne parlais jamais du fait que ma mère était membre des Témoins de Jéhovah. Quand mes amis me demandaient s'ils pouvaient venir jouer chez moi, j'inventais systématiquement une excuse; je disais que ma maison était en rénovation, je disais que ma mère n'aimait pas les étrangers ou je prétextais une visite chez grand-maman ou un entraînement sportif quelconque. Maintenant que j'y pense, peu importe le sujet, je mentais très souvent.

Je me souviens prétendre avoir sauvé un loup de la noyade. Puis, l'avoir apprivoisé. Je me souviens avoir dit qu'il vivait toujours dans les bois, mais parfois, la nuit, il aimait me rendre visite. Je me souviens avoir dit également que j'avais voyagé partout dans le monde. J'avais vu les pyramides d'Égypte, la tour Eiffel, le Grand Canyon et plus encore. Je disais que ma mère était actrice de cinéma et que j'allais bientôt commencer à jouer dans des films, moi aussi. Je disais avoir réussi un triple saut périlleux depuis le toit du chalet de mon oncle. Et quand on me demandait de refaire la cascade, je disais en être incapable dans l'immédiat à cause d'une petite blessure à la cheville.

Souvent les adultes, au lieu de me dire d'arrêter de mentir, utilisaient la formule suivante : « Arrête de faire ton intéressant! ». Ce que j'ai compris de leurs interventions : mentir me rend intéressant.

J'ai tant menti enfant que, aujourd'hui, je ne sais plus quelles histoires sont véridiques et lesquelles sont inventées.

Ton corps te fâche. Il te semble que tu ne l'habites jamais complètement. Tu es comme une âme perdue, flottant au-dessus et refusant de le réintégrer. Refusant d'accepter qu'il s'agisse bien du tien. Qui plus est, le seul que tu auras à jamais. Il n'est pas laid et tu le sais, mais ça ne change rien. Tu te sens dépossédé de lui. Ton corps appartient aux regards. À la bouche de ceux qui le commentent. Ceux qui disent que tu es beau. Que tu as l'air fatigué. Que tu as pris ou perdu du poids.

Quand tu respirez, ce n'est pas ton souffle. Quand tu fermes les poings, ce ne sont pas tes mains. Ton corps est un autre. Et, comme les autres, tu le juges. Constamment. Sévèrement. Tu te demandes c'est quoi cette démarche, cette manière chiant de parler, cette position corporelle avec la colonne voutée, les bras qui pendouillent nonchalamment. Tu te demandes ce que tu racontes. « Pourquoi tu as dit ça? Pourquoi? POURQUOI! » Parfois, tu aurais dû penser davantage avant de parler. D'autre fois, tu penses trop. La phrase sort trop étudiée, trop songée. Jamais dans le mille.

Si ton corps est l'acteur de ta vie, ton esprit est le réalisateur et il n'est pas satisfait de la performance.

Je me souviens très bien de la première fois où j'ai accompagné ma mère dans ce que les Témoins de Jéhovah appellent « le service ». Il s'agit de deux ou trois heures de porte-à-porte durant lesquelles, accompagné de quelques membres de sa congrégation, il faut prêcher « la bonne nouvelle ». C'est-à-dire annoncer à un maximum de gens que la fin des temps approche et que, si l'on souhaite être protégé, il faut devenir un Témoin de Jéhovah. Une *excellente* nouvelle, quoi.

Un trajet en minivan. Une recherche d'un quartier résidentiel adéquat pour mettre en branle notre « mission ». Ma mère et les autres Témoins de Jéhovah discutaient entre eux. Ils parlaient de l'importance de faire du porte-à-porte. De l'importance de sauver le plus de gens possible de la damnation éternelle. Ils disaient que ce n'était pas toujours facile, que les gens étaient rarement réceptifs. « Ils sont parfois méchants, même violents », avouaient-ils.

La femme assise sur le banc devant moi a raconté qu'elle s'était déjà fait pointer une arme à feu en plein visage. « Mais je n'avais pas peur », a-t-elle précisé. « J'ai senti une présence, c'était Dieu ou un ange venu me protéger. » Après son histoire, elle s'est retournée vers moi en disant que cette fois-ci, ça allait sûrement bien se passer. « C'est rare qu'on se fasse crier des insultes quand on a un enfant avec nous. »

La voiture s'est arrêtée à quelques coins de rue seulement de mon école. Je savais pertinemment que plusieurs élèves de ma classe habitaient le quartier et que nous avions toutes les chances de cogner à leur porte. Je me voyais déjà essayer de leur expliquer ce que je faisais, expliquer pourquoi j'étais habillé de cette manière ridicule.

Je les voyais déjà en train de rire de moi, rire de ma mère et de ses croyances. Et pire encore : répéter ça à tout le monde à l'école.

À chaque maison, j'avais l'impression de faire un pas sur un champ de mines. D'autant plus que c'est moi qu'on envoyait au front. On me disait : « Va devant! Sonne. Les gens seront plus sympathiques s'ils voient d'abord un enfant. » Une fois sur deux, je faisais semblant d'appuyer sur la sonnette en mettant le doigt à côté. Je me suis surpris à prier : « Mon Dieu, si vous existez, faites que personne ne réponde. »

Tu te dis que tout le problème repose juste là. Il repose sur toi. Sur ton corps. Tout revient toujours au corps, comme s'il n'y avait que lui d'important. On te dit : « Le malheur, c'est entre les deux oreilles. » On essaie de te convaincre que cet espace est un vide insignifiant. Un brouhaha que l'on peut ignorer. Tandis que le corps, la matière, *ça*, c'est important. Ce maudit corps. Tout le temps. Les pensées, les sentiments, ça ne compte pas vraiment. C'est secondaire. Tu te dis que tout serait plus simple si tu n'en avais pas, de corps. Si tu n'étais qu'un esprit, un amas d'énergie immatériel. Sans poids ni sensation. Tu n'aurais pas à te soucier de ton allure ni de la douleur. Pas plus que des jours qui passent et qui te font vieillir. Des rides qui se dessinent peu à peu sur ton visage. Tu ne te sentirais plus pressé par le temps qui s'écoule et qui te rapproche de la fin. Tu ne te sentirais plus constamment écartelé entre deux désirs; celui de vivre à fond et celui de mourir sur-le-champ. Tu n'aurais qu'à te mouvoir sur Terre et profiter de la vue.

Au bout de la rue, nous sommes arrivés en face d'une petite maison blanche et j'ai vu Véronique passer derrière la fenêtre. D'un seul coup, l'angoisse a laissé place à la panique. Je sentais mon cœur enfler et battre si fort qu'il me donnait l'impression de s'être dédoublé; une partie me malmenait la poitrine et l'autre, le crâne. J'ai fait demi-tour spontanément avec l'intention d'aller me cacher dans la voiture, mais ma mère m'a saisi par le bras. « Tu vas où comme ça? » a-t-elle dit, irritée. « J'ai trop envie de pipi, je peux pas y aller. » « Justement, si tu as envie, on va cogner à la porte et leur demander si on peut utiliser la toilette. »

Ma gorge se serre, m'étrangle, m'empêche de respirer et me fait braire comme un âne.

Véronique m'aperçoit par la fenêtre, ses yeux interrogateurs me fixent, ma peau devient rouge, écarlate, ma peau brûle comme si j'étais couvert de cire chaude.

Une envie d'uriner subite passe de *inconfortable* à *insupportable* en deux secondes, ma vessie gonfle et me presse dans le bas du ventre comme un bébé alien qui cherche à s'extirper de mes entrailles.

Je me tords de douleur, je gesticule sous l'effet de la panique jusqu'à ce que, à quelques mètres de la porte, je ne puisse plus me retenir et sente le liquide chaud me couler le long de la jambe.

12.

*Comparer un livre à une fenêtre est un cliché.
N'empêche qu'on s'y jette avec la même intention.*

Deux jours sans dormir. Deux jours sans manger. En fait, deux jours sans rien faire du tout. Tu n'as pas bougé de ton lit. Tu n'arrives plus à parler. Même respirer est pénible. Tu as l'air malade. Tu te sens malade. Pourtant, tu n'es atteint d'aucune maladie. Tu as chaud et tu as froid. Tu sues à grosses gouttes. Tu te tortilles dans tes draps détrempés, comme un ver sur le trottoir pendant une averse. La moindre parcelle de lumière te fait mal aux yeux. Le moindre bruit fait accélérer ton rythme cardiaque déjà trop rapide pour quelqu'un couché dans un lit.

Il y a une nuit où, à l'âge de douze ans, tout aurait pu finir.

Nous venions tout juste d'emménager dans une maison carrée en bordure de la ville. Elle n'était pas très grande. Ni très belle. Mais c'était la nôtre. J'avais ma propre chambre. Ma sœur aussi. Ma mère souriait souvent. Et ce qui motivait ses sourires m'apparaissait comme une joie sincère. L'avenir était porteur d'une aura lumineuse. Pourtant, tout ce que tout ce que je voyais, c'était cette ombre que je projetais derrière moi. Un trou noir qui défigurait l'espace et le temps. Un vide prêt à m'avaler.

Tu pleures. Tu n'arrêtes pas de pleurer. Les vannes sont ouvertes et impossible de les refermer.

Inquiète, Myriam te demande si elle devrait appeler une ambulance. « À l'hôpital, ils vont savoir quoi faire. C'est peut-être ton cancer qui te met dans cet état. J'ai lu sur Internet que ça pouvait créer des changements d'humeur brusques. » Entre deux soubresauts, un « non » ferme fuse d'entre tes lèvres. Tu ravales tes larmes et reprends ton souffle juste le temps de dire : « C'est juste un p'tit breakdown. Je suis correct. Je te jure, ça va. »

Vers les trois heures du matin, je suis sorti par la fenêtre de ma chambre avec l'intention de grimper sur le toit. Évidemment, je savais qu'un simple saut depuis ce perchoir de quatre ou cinq mètres n'était pas suffisant pour réaliser une chute mortelle. Mais ce n'était pas grave. Je voulais avant tout me blesser. Je voulais qu'on sache enfin que j'avais mal. Faire taire, ne serait-ce qu'un instant, les parasites qui chuchotaient dans ma tête.

Myriam se couche près de toi et te flatte les cheveux en chantant à voix basse. Tu ne reconnais pas la mélodie. Pour cela, il te faudrait être capable de l'écouter. Mais tes pensées sont trop bruyantes. Maintenant, les parasites ne chuchotent plus. Ils s'époumonent en canon, créant dans ta tête une sorte de chorale infernale.

Alors que ta colocataire tente de se relever, ta crise de larmes s'amplifie. Ta bouche se met à hurler. Ton corps, à faire le bacon. Tu as l'impression d'avoir reçu une décharge de pistolet électrique. Cinquante-mille volts en plein cœur. Probablement que Myriam s'attend à ce que ta tête commence à faire des rotations complètes d'une minute à l'autre. Malgré ta vue brouillée par les larmes, tu parviens à discerner l'émotion dans son regard. Elle est perturbée. Effrayée. Ses lèvres remuent. Visiblement, elle te parle, mais tu n'entends rien.

Je m'étais dit qu'avec un peu de volonté et un bon élan, je réussirais certainement à me causer quelques dégâts considérables. L'option de tomber dans un coma ne m'apparaissait pas si dramatique, non plus. En fait, je l'espérais. J'avais déjà entendu dire qu'il arrivait que des gens sortent de cet état végétatif avec une tout autre personnalité. Une mémoire altérée. Des goûts modifiés. Et même parfois, une orientation sexuelle différente, un accent exotique ou un nouveau talent. Me réveiller dans la peau d'un autre, voilà une idée que je trouvais très attrayante.

Le lendemain, tu te sens mieux. Tu te sens même très bien. Trop bien pour une personne qui a passé les derniers jours sans dormir ni manger. Tu ne ressens même plus ces besoins. Comme si ton corps avait éradiqué la faim et le sommeil pour laisser place à une sensation de bien-être. Non, d'euphorie. Les parasites ont cessé de crier. Ils te susurrent désormais des mots doux. Ce qui au départ te paralysait d'angoisses s'est transformé en une extraordinaire légèreté.

Comme ma chambre était située au deuxième étage, debout sur le cadre de ma fenêtre, j'arrivais à atteindre la gouttière attachée au sommet de la maison. Une fois agrippé, me disais-je, il ne me resterait plus qu'à me hisser.

Tu sors de ton lit, comme on rentre dans un rêve. À la table de cuisine, Myriam déjeune. Tu t'assois avec elle. Tu veux discuter. Plutôt : tu veux parler et ne jamais t'arrêter. Les mots se bousculent dans ta bouche, comme des clients au Walmart durant un Black Friday. Tu as mille idées. Mille projets en tête. Tu penses laisser ta job et partir en voyage. Lancer ta propre entreprise. Aider des enfants malades en Afrique. Acheter un lopin de terre et y construire un orphelinat. Tu dis : « J'ai envie de changer les choses, profiter de chaque seconde qu'il me reste sur Terre. Je veux redonner au suivant. Et comme premier pas dans ma nouvelle vie, tu sais ce que je vais faire? Le ménage! Ça va être propre ici d'dans, tu croiras pas à ça! » Toi qui n'avais jamais rien nettoyé depuis ton arrivée, tu deviens Monsieur Net en personne. Pour ajouter un peu

d'ambiance, tu fais jouer dans le tapis « Happy » de Pharrell Williams. Tu montes sur la table du salon et, serpillière en guise de micro, tu chantes comme un fou. Myriam rit nerveusement. Elle te demande si tu as consommé quelque chose. Du tac au tac, tu réponds : « Bien entendu! » Son rire cesse soudainement. Le malaise perdure jusqu'à ce que tu t'exclames : « Le bonheur, Myriam! Je consomme le bonheur! » Puis, tu te remets à chanter de plus belle : « *My level's too high to bring me down! Can't nothing, bring me down, I said!* »

Au moment où je me suis suspendu à la gouttière, la structure n'a pas supporté mon poids. Le tout s'est arraché dans un boucan d'enfer. Le morceau de ferraille est allé s'écraser tout en bas dans les plates-bandes de ma mère, manquant de près de me faire tomber moi aussi. Apeuré, je me suis dépêché de rentrer dans ma chambre et me suis lancé dans mon lit pour me cacher. En boule sous les draps, les paupières et les dents serrées, j'avais l'espoir absurde que personne n'ait rien entendu.

Vers la fin de la journée, la sonnette retentit dans l'appartement. La voix de Myriam traverse la porte de la salle de bain : « Peux-tu aller répondre s'il te plait? Je suis comme un peu occupée! » Tu te précipites donc vers l'entrée et, sur ton chemin, tu as l'impression que le plancher se transforme en nuages. Tu touches à peine sa surface. Tu flottes. Tu lévites comme si tu avais les pieds sur un hoverboard, la planche (sans roulettes) dans *Retour vers le futur*.

Tu ouvres la porte avec entrain, prêt à accueillir n'importe quel quidam. La lumière du soleil couchant est vive et aveuglante. Tu plisses les yeux et cherches tant bien que mal la silhouette d'un être humain. Sans succès. Pensant qu'il s'agit de la blague d'un enfant, tu t'apprêtes à refermer, mais Myriam apparaît à côté de toi, comme par magie, et t'empêche de poursuivre le geste. Elle te demande : « Es-tu bien certain qu'il n'y a personne? » Décontenancé, tu sors vérifier. Une main au-dessus des sourcils, tu jettes un coup d'œil vers le trottoir et tu les aperçois. Des dizaines de personnes. Tous déguisés en personnage de films. On dirait qu'ils se cherchent un lift pour le Comiccon de Montréal. Confus, tu lâches un « What the ...? » Les gens se mettent à rire. Et, soudain, tu les reconnais. Ce sont tes amis. Ils sont tous là. Venus pour toi. Pour ton party. Il y a enfin une mer d'invités réunis en ton honneur. Tu verses des larmes de joie alors qu'ils t'applaudissent.

Ma mère a fait irruption dans ma chambre, prête à sauter sur un voleur. Elle a demandé : « C'était quoi ce bruit? » J'ai ouvert les yeux et me suis redressé lentement, en étirant les bras et en bâillant, comme si je m'extirpais d'un profond sommeil. Je lui ai affirmé ne rien avoir entendu. Ce mauvais jeu d'acteur n'aurait sans doute pas mérité l'Oscar, mais il a été suffisant pour convaincre ma mère.

À petits pas hésitants, elle s'est approchée de la fenêtre et a constaté la gouttière qui gisait au milieu de ses poinsettias. « Ben voyons donc? Comment ça a pu se détacher ce truc-là? » Elle ne posait pas la question à moi. Elle se la posait à elle-même, élaborant à voix basse quelques théories qui expliqueraient ce bris inopiné. Elle a soulevé plusieurs options : un coup de vent puissant, un gros oiseau posé là, des vis

rongées par la rouille, etc. Mais jamais la possibilité d'un fils qui voulait mourir n'a été mentionnée. Jamais cette idée ne lui a effleuré l'esprit.

« Tu es certain de ne rien avoir vu? » J'ai fait non de la tête.

Tu te sens déjà très saoul. Tu ignores le nombre de consommations que tu as ingérées. Cinq? Dix? Mille? D'ailleurs, tu ignores aussi depuis combien de temps la fête a commencé. Le soleil n'est pas encore couché, mais ça reste difficile à dire. Ta notion du temps est aussi confuse que ton discours. Les gens essaient de converser avec toi, mais ta bouche molle n'a à offrir aucune réponse cohérente. Il faut dire que, dès le début de la soirée, tu t'es assuré de saboter le bon fonctionnement de ton cerveau. Tu t'es dit qu'on ne pourrait pas te poser de questions sur ton « diagnostic », si tu es sur le bord d'un coma éthylique. Comme dirait la voix de femme de l'ordinateur dans l'Enterprise, le vaisseau dans *Star Trek* : « séquence d'autodestruction activée ».

Au moment où tes amis sont entrés dans l'appartement, tu avais déjà le nez planté dans l'armoire où Myriam entrepose ses bières de microbrasserie. Elle avait dû faire le plein pour l'occasion. Le meuble débordait, et pas que de bières : vodka, rhum, gin et compagnie. Parfait. Ni une ni deux, tu as servi des shooters à tout le monde. « Santé! » as-tu crié comme un adolescent vivant sa première beuverie. Et sans laisser le temps à quiconque de respirer, tu as offert une deuxième, puis une troisième tournée.

Au fond de toi, tu espérais que les gens seraient suffisamment malaisés pour ne pas aborder ton « cancer » en plein party, mais la première allusion n'a pas tardé : « En tout cas, t'as l'air en forme! C'est le fun! Ça doit être bon signe! », a commenté quelqu'un que tu n'as pas reconnu parce que tu n'as pas osé tourner les yeux dans sa

direction. Ignorant complètement la remarque, tu t'es pris une bière que tu as calée en deux secondes, juste avant de t'éloigner en ouvrant une autre.

J'aurais tellement aimé qu'on me devine. Que ma mère le voie dans mes yeux que je mentais. Que ça n'allait pas. J'aurais aimé être capable d'envoyer un signal d'alarme. Une parole. Un geste. Une fusée éclairante. N'importe quoi. J'aurais aimé verser une simple larme pour que ma mère réalise ce qui se passe, qu'elle s'asseye avec moi, me prenne dans ses bras et ne me laisse pas me rendormir avec mes parasites intracérébraux. Je me sentais comme Rose à la fin du film *Titanic*, flottant seule sur son morceau de bois. Sauf que moi, je n'avais pas le courage de me jeter à l'eau pour prendre le sifflet et appeler à l'aide.

La musique est forte. L'endroit prend les airs d'une boîte de nuit. Ou plutôt (étant donné l'espace restreint) une boîte de sardines de nuit. Alors que les Avengers entament une partie de beerpong, Darth Vader joue au disc-jockey. Wonderwoman commande de la pizza chez Marconi, et Indiana Jones te demande si tu ne devrais pas y aller mollo sur l'alcool. « Je pense pas que c'est recommandé de boire quand... » « Yeah! », coupes-tu le sermon de l'aventurier-archéologue. Tu cris au chef de l'Empire galactique de monter le son, plaidant qu'il s'agit de ta chanson préférée. Au milieu du salon, tu écarter un peu les gens pour qu'ils forment un cercle autour de toi. Dans ton élan pour dévoiler ton incroyable imitation (selon tes dires) de Michael Jackson dans

« Thriller », Myriam t'intercepte par le collet. Elle gueule près de ton oreille : « Peux-tu te calmer un peu, s'il te plaît? Je te trouve intense! » D'un mouvement de tête, tu fais mine d'accepter la requête, alors que celle-ci te fâche. C'est la première fois depuis des mois que tu ressens du plaisir, comment peut-on te demander de te calmer? Ta colocataire ajoute : « Ah! J'oubliais! Peux-tu aussi ranger les épées et les autres cossins tranchants dans ta chambre? Je voudrais pas que quelqu'un tombe là-dessus et s'empale avec par accident. Merci! » « Pfff! La personne la plus susceptible de finir embrochée, c'est moi en me faisant seppuku », ne dis-tu pas en effectuant le pire moonwalk de tous les temps vers ta chambre.

Après que ma mère est disparue derrière le cadre de la porte, je suis resté longtemps assis au bord de mon lit, me demandant si je devais poursuivre mon projet funèbre.

Je me suis levé et me suis approché du vide. Je pleurais. Je me sentais lâche de vouloir mourir, mais encore plus lâche d'être incapable de sauter.

En ressortant de ta chambre, tu fais signe à Darth Vader d'éteindre la musique. Des regards perplexes sont échangés. La confusion est générale. Avec le plus grand sérieux du monde, tu proposes de jouer à *Fruit Ninja*. En vrai. Tu lèves un poing en l'air, comme le rebelle dans *The Breakfast Club*, à la différence près que tu tiens dans ce poing ton katana. Le même qu'Uma Thurman dans *Kill Bill*. La lame scintille : signe,

penses-tu, d'une idée brillante. Les regards confus se changent rapidement en regards inquiets. Plusieurs expriment leur opposition, mais tu t'en fous. Tu veux jouer et tu vas jouer. Tu en as assez de demander la permission. Assez de t'excuser et de respirer en silence. Assez d'être une décoration dans un coin qui prend la poussière. Cette fois, tu prends le contrôle. Tu deviens quelqu'un. Et, à ce moment précis, dans ton esprit, *être quelqu'un* implique avoir une épée de ninja et faire face à une multitude de fruits exotiques lancés dans ta direction.

En regardant vers le ciel, j'ai aperçu les étoiles. Je me souviens m'être dit que si, en sautant, j'avais pu m'envoler, jamais je n'aurais hésité.

Monsieur Spock s'empresse d'aller chercher le panier de clémentines qui traîne au fond du garde-manger. À la manière d'un joueur de baseball, il te lance un premier projectile. Ta lame fend l'air et touche l'agrume à une vitesse ahurissante. Une coupe nette en plein centre. Le jus et la pulpe éclaboussent dans tous les sens. Stupéfaction totale. Personne ne s'attendait à ce que tu aies des talents de samouraï. Toi inclusivement. C'est dans une explosion de joie collective que tu lèves à nouveau le poing en l'air. La proposition qui, quelques secondes plus tôt, paraissait stupide et dangereuse, devient soudainement très excitante.

« Qu'est-ce que tu fais là? »

« C'est quoi ton problème? »

« T'es-tu devenu fou ou quoi? »

« C'était drôle tantôt, mais là t'exagères! »

on s'approche pour te prendre ton sabre

mais tu fous un coup de pied en l'air

places la lame du katana sous le menton

de ton assaillant

on casse une bouteille de bière

sur un meuble

te présente l'extrémité tranchante

à cinq centimètres du visage

tu essaies tant bien que mal de t'éloigner

t'adosser à un mur

tu te dis que bientôt quelqu'un va appeler la police

des lumières bleues et rouges

vont inonder la pièce

les agents vont entrer

en défonçant la porte et les fenêtres

vont hurler

tenter de te mettre à l'arrêt

tu résisteras

ils vont finir par t'abattre

le torse criblé de balles

tomber à genoux

lâcher ton katana

ton dernier souffle

t'écrouler au sol

dans une mare de sang

un sourire aux lèvres

puis le générique.

13.

*Il y a des gestes que l'on pose sans réfléchir.
Sans s'en rendre compte.
On y est poussé, un peu comme dans un rêve.*

Au moment où j'ai franchi pour une deuxième fois les portes bleues, j'ai entendu le craquement. J'ai senti le sol se dérober sous mes pieds, et je me suis écrasé contre la réalité.

La vie n'a désormais plus rien d'un film. Le bon côté des choses, c'est que le psychiatre prend enfin ma détresse au sérieux. Ça a peut-être à voir avec le fait que je suis menotté à mon lit d'hôpital.

Assommé par les médicaments, je m'endors lentement. Dans mes derniers instants de conscience, j'espère voir apparaître mes parents et ma sœur qui accourent. M'enlacent. M'embrassent sur le front. J'espère qu'on puisse danser ou même juste jaser. Pleurer tout ce qu'on n'avait pas pleuré encore.

Dans mon demi-sommeil, je me retrouve chez ma mère. Elle me joue dans les cheveux. Chante des chansons de *La mélodie du bonheur*. Elle me met du gel et me coiffe de toutes sortes de drôles de manières. On rit. On rit beaucoup.

Je me retrouve en face de ma sœur dans un café. On se raconte nos vies sans chercher à les comparer. On parle. On s'écoute. On se prend dans nos bras. On s'aime.

Je me retrouve près de mon père. Il me promet de m'apprendre à conduire manuel. Me dit qu'il n'y a rien d'humiliant dans le fait d'avoir vingt-cinq ans et de ne pas savoir comment. Il me sourit. Il ne fait rien d'autre que me sourire. Et moi, je lui souris à mon tour. Plein d'espérer. Je suis capable. De sourire et d'espérer.

Je me retrouve au fond d'un placard en train de fouiller. Je retrouve une boîte à souliers dans laquelle est cachée une tonne de vieilles photos. Des moments de joie, dont seule la pellicule des images garde un souvenir.

Au-dessus de la pile, il y a ce polaroïd. L'image est pliée. Un peu jaunie. Elle s'écaille. Ce qui surprend, c'est que, malgré l'usure, la scène reste éclatante. Empreinte d'une beauté imparable. Au centre, je vois mes parents. Je ne les reconnais pas vraiment, mais je sais que ce sont eux. Ils sont resplendissants de jeunesse. Minuscules dans le paysage ambiant. Mon père me tient dans ses bras. J'ai trois ou quatre ans. Ma mère est enceinte, une main sur son gros ventre rond. Nous nous tenons à l'extrémité d'un quai. Le lac nous encercle. Il reflète comme un miroir embué les montagnes pleines de sapins qui bordent l'arrière-plan. C'est simple. C'est beau. Mes parents observent avec émerveillement l'horizon tandis que je les observe *eux* avec le même sentiment au fond des yeux. Autant en dehors qu'à l'intérieur de la photo.

Ce souvenir, qui n'en est pas un, est mon préféré.

VINGT MILLE LIEUES SOUS LA CHAIR

ou Les fabulations du Je honteux

Quel est le sceau de la liberté acquise? Ne plus avoir honte de soi-même.

– Friedrich Nietzsche

Devant un choix si douloureux, la fiction devient un bon moyen de rendre le réel supportable en en faisant un récit d'aventures.

– Boris Cyrulnik

Vous êtes venus surprendre un secret que nul homme au monde ne doit pénétrer, le secret de toute mon existence ! Et vous croyez que je vais vous renvoyer sur cette terre qui ne doit plus me connaître ! Jamais ! En vous retenant, ce n'est pas vous que je garde, c'est moi-même !

– Capitaine Nemo

I

J'écris.

J'ai l'impression d'avoir toujours écrit. Pas nécessairement sur du papier, mais dans ma tête, je me racontais des histoires. Je pense que j'écrivais avant même d'apprendre l'orthographe et les règles de grammaire. Avant même de connaître mon alphabet. Très jeune, dans des carnets à dessin, je ne me contentais pas, comme les autres enfants de mon âge, de représenter des personnages statiques, impliqués dans aucune action. Dans aucun récit. Dès mes premiers dessins, je créais des histoires sous forme de bandes dessinées. Des dragons qui vivent sous les lits. Des enfants qui se retrouvent loin de chez eux, surmontent toutes sortes de défis et reviennent, au bout d'un moment, parmi les leurs, complètement changés. Aussi, en cachette, j'attendais que vienne mon tour. J'attendais mon aventure héroïque.

Vers la fin du primaire, je suis devenu obsédé par un livre : Vingt mille lieues sous les mers de Jules Verne. Je le trainais partout où j'allais, le relisant constamment. J'aimais, dans des cahiers d'écolier, écrire des nouvelles aventures au capitaine Nemo. Et chaque fois, ne pouvant résister à l'envie de l'accompagner dans ces périple que je lui inventais, je m'insérais dans le récit. Ainsi, devenant un membre de l'équipage du Nautilus, j'incarnais tout ce que je souhaitais, tout ce que je n'étais pas : un aventurier fort et courageux.

D'aussi loin que je me souviens, je me suis toujours mis en scène dans mes histoires. Écrites ou dessinées. Même dans les scènes les plus farfelues, les moins réalistes, j'étais là. Acteur d'une épopée qui n'allait jamais m'arriver. Sans en avoir conscience, dès l'enfance, je pratiquais quelque chose qui s'apparentait à l'autofiction.

On pourrait dire que c'est parce que j'évoluais dans un cadre familial instable que j'ai senti le besoin de créer un espace où je pouvais devenir maître de ma vie. On

pourrait dire que c'est parce que j'étais un enfant particulièrement passif et effrayé que j'ai senti le besoin d'avoir un endroit où m'évader et, de cette manière, ne plus subir les remous de la réalité. On pourrait dire que, impuissant, je rêvais d'une emprise sur quelque chose, n'importe quoi, avoir le contrôle, même si ce n'était que sur des fictions. Même à l'âge adulte, ce besoin de m'éloigner de moi-même en incarnant un personnage a perduré. Persiste encore une certaine honte lorsque je ne suis que moi. Une honte qui, plus que de m'assaillir, me recouvre, me pénètre jusqu'aux os, sans que j'en comprenne explicitement l'origine. « Le plus dur, [c'est] d'avoir honte de soi. Et de ne pas savoir pourquoi¹ ».

La fiction a longtemps constitué, pour moi, un refuge. Un abri contre ma personne. J'ai mis du temps à comprendre qu'elle pouvait être beaucoup plus que ça.

¹ Christophe André, *Psychologie de la peur : craintes, angoisses et phobies*, Paris, O. Jacob, 2004, p. 66-67.

Être la honte

La honte, c'est comme une seconde peau. La honte, c'est une manière d'être. Une manière de vivre.

— Édouard Louis

Vous baissez la tête. La chaleur grimpe. Le cœur panique. Votre peau devient écarlate. Un mal-être profond s'empare de vous, et vous n'avez qu'une seule envie, celle de disparaître. Aucun doute, c'est la honte qui vous assaille. Bien plus intense que la gêne et plus énigmatique que la culpabilité, la honte s'apparente davantage à un état qu'à un sentiment. Elle s'incruste au plus profond du sujet et va jusqu'à altérer la personnalité de celui-ci. Voire la briser. Dans un colloque sur l'écriture de la honte, Annie Ernaux a dit : « *J'ai honte parce que je suis honte* : une sorte d'indignité générale envahit le moi, fonde une étrange identité² ». De ce point de vue, la honte a un aspect vampirique. Tel un parasite, elle s'immisce à l'intérieur de son hôte et tâtonne d'abord subtilement les pensées, puis, lentement mais sûrement, prend le contrôle sans retenue. C'est d'ailleurs ce que confirme Vincent de Gaulejac, pour qui la honte « s'enracine dans ce qu'il y a de plus intime, dans le sentiment d'exister comme être unique, différent des autres, ayant une singularité propre. [...] Tous les aspects de l'identité sont bouleversés³ ».

J'en comprends que celui qui a honte est littéralement arraché à son individualité. Il aimerait parler, il aimerait vivre comme bon lui semble, dire qui il est, le crier même, mais il ne le peut pas, tant le regard des autres lui est insupportable. En

² Annie Ernaux, « La honte, manière d'exister, enjeu d'écriture », dans Bruno Chaout (dir.), *Lire, écrire la honte : actes du colloque de Cerisy-La-Salle, juin 2003*. Lyon, Presses universitaires de Lyon, 2007, p. 313.

³ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, Paris, Éditions du Seuil, 1996, p. 142.

guise de protection, le honteux enfile des costumes qu'il modifie au fil des rencontres, des conversations. À la manière d'une bête métamorphosable, il change constamment d'apparence pour adopter celle qui convienne, une image appréciable pour celui qui se tient en face de lui. Dans ce processus, soutient Gaulejac, inévitablement le sujet finit par se perdre :

[Ce dernier] est déchiré par des tensions contradictoires entre la tentative pour sauvegarder son unité et l'impossibilité d'y parvenir sans rejeter une part de lui-même. Il est confronté à une dénégaration de ce qui constitue tout ou partie de son être profond. Ce déchirement produit une conflagration psychique. La cohérence qui fonde les jugements de valeur est prise en défaut. Le bien et le mal, le juste et l'injuste, l'intériorité et l'extériorité se confondent. La confiance en soi se perd. L'amour-propre devient désamour. La relation au monde se transforme [...].⁴

À la question en apparence simple *qui suis-je?*, il semble que le honteux ne puisse pas y répondre, car la honte conduit inéluctablement vers une déstructuration de la personnalité. Albert Cicconne et Alain Ferrand stipulent que cet état profond de honte est imperceptible puisque ses ravages ne sont qu'internes. À ce stade, la honte « est d'essence catastrophique globale. Elle touche la totalité de l'être et ouvre sur la disparition de la personne⁵ ». Les auteurs la comparent à un meurtre, puisqu'une part de la personnalité du honteux finit, tôt ou tard, par succomber : « la disparition de soi-même au regard d'autrui et à son propre regard inclut le délitement du lien social⁶ ». Cette dépersonnalisation de l'individu honteux est également évoquée par le psychiatre et psychanalyste Serge Tisseron :

[L'angoisse de la honte] est si catastrophique que, pour y échapper, nombreux sont ceux qui sombrent dans la confusion. La dissolution de l'identité est un rempart efficace contre les menaces de la honte. Dans la

⁴ *Ibid.*, p. 129.

⁵ Albert Cicconne et Alain Ferrand, *Honte, culpabilité et traumatisme*, Paris, Dunod, 2008, p. 17.

⁶ *Ibid.*, p. 16.

confusion, le sujet se “débranche” en quelque sorte de son monde intérieur.⁷

Dans ce cas de figure extrême, les souffrances perturbent le sujet au point où il est conduit à refouler les raisons de son malheur. Il aura alors l'impression que la honte n'a plus d'objet, elle ne fait que lui « coller à la peau⁸ ». C'est ce que Gaulejac appelle « l'intériorisation de la honte⁹ ».

À la différence de la culpabilité, qui est du registre de l'action, la honte se situe du côté de l'être. Autrement dit, ce ne sont jamais les gestes que l'on pose qui sont honteux, mais l'essence de l'individu : « Dans le monde intime d'un honteux habite un détracteur lancinant qui ne cesse de murmurer : *Tu es minable*, alors que dans le monde intérieur d'un coupable siège un tribunal qui le condamne sans cesse : *C'est ta faute*¹⁰ ». La culpabilité surgit suite à une transgression de ce qui est considéré comme la ligne de bonne conduite alors que, dans le cas de la honte, aucun geste transgressif n'est nécessaire. Seuls les regards extérieurs posés sur soi le sont. Dans une entrevue radiophonique, Alexie Morin, autrice du roman *Ouvrir son cœur*, explique : « La culpabilité a un objet. Elle implique qu'on est coupable ou présumé coupable de quelque chose, alors que la honte n'a pas nécessairement d'objet précis. [...] C'est pratiquement la naissance [qui est la faute]¹¹ ». Ainsi, dans la culpabilité, on regrette d'avoir mal agi, alors que, dans la honte, on se sent petit, incompetent, ridicule, humilié ou impuissant.

⁷ Serge Tisseron, « De la honte qui tue à la honte qui sauve », *Le Coq-héron*, n°184, 2006, p. 25, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/cohe.184.31>>.

⁸ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 54.

⁹ *Ibid.*, p. 53.

¹⁰ Boris Cyrulnik, *Mourir de dire : la honte*, Paris, O. Jacob, 2010, p. 26.

¹¹ Serge Bouchard (anim.), Jean-Philippe Pleau (anim.) et Alexie Morin (invitée), « La honte, deuxième partie », *C'est fou*, émission du 22 décembre 2019, [radio], Ici Première Radio-Canada.

Le corps, « premier lieu de manifestations¹² » de la honte, devient source de dédain. Voire de haine. Comme le dit Pierre Ancet :

La honte d'exister colle à la peau, elle est comme une seconde peau, sous l'épiderme, une peau malodorante, qui n'inspire que le dégoût. Elle a en elle quelque chose de scatologique. Mais il ne s'agit pas ici d'un dégoût contextuel, lié à une situation embarrassante, comme une puanteur organique. C'est l'existence tout entière qui est malvenue. C'est soi-même dans son ensemble que l'on ne peut pas sentir.¹³

La honte du corps est en fait imbriquée à toutes les formes de honte, à un point tel qu'il arrive que celle-ci absorbe les autres sources. Les humiliations fondatrices, plus profondes, s'évaporent de la mémoire du sujet et ne persiste chez lui qu'une « sensation d'enfermement dans la corporéité¹⁴ ». Comme un boulet que l'on traîne avec soi, le corps se change en fardeau. Être vu, respirer, parler, bouger; tout est torture. L'existence même devient insoutenable.

Malheureusement, le temps ne change rien à l'affaire. On ne peut pas oublier les hontes ni les pousser sous le tapis. Même enfouies, celles-ci ne disparaissent pas. Elles ne font que former un socle toujours plus solide, renforçant le « terrain¹⁵ » sur lequel des hontes toutes neuves peuvent grandir : « Chaque nouvelle raison d'avoir honte réactive les hontes anciennes. Il y a un effet de résonance comme dans une chambre d'écho. Les sentiments sont "enchaînés" les uns aux autres. La honte s'installe par coulées successives qui se renforcent¹⁶ ».

¹² Frédérique Collette, « Violette Leduc : écrire le corps, écrire la honte », *Postures, La disparition de soi : corps, individu et société*, n°26, 2017, en ligne, <http://postures.aegir.nt2.uqam.ca/sites/postures.aegir.nt2.uqam.ca/files/collette_26_0.pdf>, consulté le 23 mars 2022.

¹³ Pierre Ancet, « La honte d'exister ». *Champ psy*, n°62, 2012, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/cpsy.062.0113>>.

¹⁴ Jean-Pierre Martin, *La honte: réflexions sur la littérature*, Paris, Folio, 2006, p. 18.

¹⁵ Friedrich Nietzsche, *Humain, trop humain*. 2ième partie, Paris, Mercure de France, 1902, p.344. « [...] c'est précisément sur le terrain de la honte, au milieu des immondices, que, [...], poussent rapidement des germes nouveaux. »

¹⁶ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte, op. cit.*, p. 30.

Toujours là, nous recouvrant, nous les honteux et les honteuses. Nous possédant. La honte harcèle notre image. Quand on se regarde dans un miroir, on ne voit plus un visage, mais *elle*, la honte. La simple confession ou l'aveu ne sont d'aucun secours. Pas plus que ne l'est la perspective qu'offrent les années qui s'écoulent. Bon an, mal an, la honte s'accroche. Jean-Pierre Martin, dans un essai littéraire sur le sujet, écrit :

Les hontes vieillissent bien, elles aiment le temps qui passe. Vous ne les remarquez pas? Peu leur importe. En attendant que l'heure sonne, elles veillent, montent la garde, intactes, souterraines, clandestines. [...] Les hontes s'enchaînent et s'emboîtent, se succèdent et se cumulent, solidaires entre elles de mille liens secrets [...].¹⁷

Dans ce contexte plutôt sombre, est-ce que cela signifie pour autant que les chances de guérison du honteux sont nulles? Il semblerait que non. Mince peut-être, mais subsiste l'espoir. Pour se départir de cette « deuxième peau », la « honte nécessite, indique Gaulejac, une transformation de soi-même¹⁸ ». Il faut donc, comme le lézard, muer. Comme la chenille, se métamorphoser.

Comment entreprendre une telle transformation quand la honte fait partie intégrante de notre personnalité? Comment combattre son objet, si on a en oublié sa nature?

¹⁷Jean-Pierre Martin, *La honte: réflexions sur la littérature*, op. cit., p. 34.

¹⁸Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 142.

II

J'écris.

J'ai l'impression d'avoir toujours écrit. Aujourd'hui, j'écris une autofiction ainsi qu'un essai sur la honte.

Étrangement, au début, lorsque l'on me questionnait sur ces projets, je mentais systématiquement. Je ne prononçais jamais le mot « autofiction » et encore moins celui de « honte ». Pour répondre aux curieux, je choisisais toujours une réplique teintée d'humour pour que le rire de mes interlocuteurs me donne le temps nécessaire pour trouver un autre sujet à discuter.

Durant plusieurs mois, je me suis demandé ce qui m'empêchait d'expliquer franchement ma démarche. J'ai eu beau faire mille et un détours dans ma tête, tout me ramenait à une conclusion très simple : j'avais peur qu'on me juge.

J'ai souvent l'impression que, dans la vie quotidienne, la question de la honte est minimisée. Réduite à un petit drame personnel ou une sensibilité mal placée. « Franchement! Pourquoi donc avoir honte? Il suffit de relever la tête et faire fi des autres! ». Ce qui m'apparaît dérangent avec ce genre de conseils, c'est que, même lorsqu'ils sont partagés avec de bonnes intentions, ils suggèrent que tout serait au fond une question d'attitude. Ils renforcent cette idée reçue selon laquelle la honte émanerait finalement d'une faiblesse de l'esprit et que, pour la combattre, il suffirait « simplement » de se concentrer sur le bon côté des choses. Celui qui en est incapable n'aurait d'ailleurs qu'à se bâtir une carapace plus coriace. Nul besoin d'enquiquiner autrui avec ses états d'âme, puisque le vrai problème, au fond, ce n'est pas la honte. Ce sont les honteux.

Même si je suis en profond désaccord avec cette façon de concevoir la honte, il en reste que celle-ci est si répandue qu'elle crée en moi de petites marques. Jusqu'à

récemment, j'ai pensé qu'il était préférable de garder ses hontes pour soi. Après tout, faire preuve de retenue, de maintien et de contrôle ne sont-ils pas des aptitudes habituellement considérées comme la preuve d'une maturité émotionnelle?

Étant un homme, je me suis aussi demandé si cette perception négative vis-à-vis le dévoilement de la honte n'était pas exacerbée chez moi par les clichés associés à mon genre. Dans l'imaginaire collectif, un homme ne devrait-il pas avoir naturellement une capacité optimale à encaisser les coups et les humiliations sans broncher? Ne devrait-il pas ne jamais parler de vulnérabilité? Encore moins de la sienne. Ni à une femme, ni à un autre homme. Pas même à soi-même. Le problème avec les stéréotypes de ce genre, c'est que, même s'ils sont généralement faux et souvent risibles, ils influencent sournoisement nos perceptions.

J'écris une autofiction ainsi qu'un essai sur la honte. Et, ironiquement, j'en ai eu presque honte.

Écrire la honte

S'il n'y a pas cette honte, il n'y a pas de raison de faire de l'Art.

– Gilles Deleuze

La honte « est, par nature, un sentiment dont on ne parle pas¹⁹ ». Il ne semble pas exister de honte assumée – cela relève plutôt de l'oxymore. Pas de honte que l'on divulgue sans avoir l'impression d'en mourir. Geoffrey Bennington écrit :

La honte préfère tout (même le crime, même la mort, en tout cas la culpabilité) à elle-même : la honte est crainte de la honte, honte déjà d'une honte possible à venir. La honte serait donc [...] retenue de la honte, de sa propre exposition, honte d'avoir honte ou d'avoir à avoir honte : la honte cherche à se garder de soi, se garder pour soi, à rester secrète, même au prix de me rendre coupable et criminel reconnu, déclaré, moi présent, sur la place publique.²⁰

D'une certaine manière, se dévoiler, c'est aussi se mettre en danger, car la « honte relève de la perte du sentiment de sécurité²¹ ». S'ouvrir, c'est se soumettre aux jugements de l'autre, et ainsi se rendre vulnérable. En partageant sa honte, on force généralement notre interlocuteur à nous observer, mais aussi à s'observer lui-même, examiner sa vie et la comparer à la nôtre. Nous pourrions facilement imaginer une situation où celui-ci nous répond gentiment : « Oui, je te comprends. » Ou encore mieux : « Moi aussi, je vis avec la même honte que toi ». Dans ces cas de figure, il va sans dire que le partage de l'émotion peut être libérateur. On se sent acceptés. Accueillis. Et, avec un peu de chance, compris. Cependant, l'interlocuteur pourrait tout

¹⁹ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 23.

²⁰ Geoffrey Bennington, « L'Invincible honte », *Géographie et autres lectures*, Paris, Hermann, 2011, en ligne, <<https://www.cairn.info/geographie-et-autres-lectures--9782705680206-page-121.htm>>, consulté le 11 juin 2022.

²¹ Albert Ciccone et Alain Ferrant, *Honte, culpabilité et traumatisme*, op. cit., p. 85.

aussi bien rétorquer : « Non, pas du tout », humiliant du même coup celui qui a osé parler. Lorsqu'il y a partage de la honte, il s'opère une perte de contrôle de sa propre image. C'est-à-dire que le honteux, qui jusqu'ici se présentait derrière une fausse image de soi, une carapace, s'expose finalement à son interlocuteur sans savoir où le mènera cet élan. « Serai-je accepté et réconforté? Ou, au contraire, rejeté et humilié? » Celui se confiant ne peut prévoir la réaction de son interlocuteur, ce processus est souvent perçu comme une forme de dépossession de soi. Le honteux abandonne sa forteresse pour s'exhiber, puis ferme les yeux en attendant la réponse de son confident, qui peut autant lui présenter un poignard qu'une caresse. C'est ce que Ciconne et Ferrant nomment une expérience de « décamponnement²² ».

Il peut paraître étrange d'éprouver ce besoin d'écrire ses hontes. Ou tout simplement l'envie d'écrire sur la honte elle-même. Si l'on tient pour acquis, comme le soutient la psychanalyste Monique Selz, que « parler de la honte, c'est parler de soi²³ », pourquoi donc se placer ainsi volontairement sous le regard des autres? La solution apaisante ne serait-elle pas, au contraire, de se cacher? C'est que même si le honteux ne peut pas parler, il ne peut pas se taire non plus. Le danger qui le guette dans le silence n'est pas négligeable. Cyrulnik affirme que rien « n'épuise plus un organisme que l'inhibition, la contrainte à ne pas bouger, à ne pas dire, comme un gibier dans une position d'alerte²⁴ ». Et si, au départ, le silence représente une défense légitime, lentement mais sûrement, « ce mutisme se transforme en agresseur²⁵ ». Aussi contradictoire que cela puisse paraître, la honte doit se dire. Si elle est contenue, elle agit comme un gaz prenant de l'expansion dans un lieu clos. D'une manière ou d'une autre, la pression doit descendre. Cela peut se faire de façon graduelle et contrôlée, ou de manière violente et subite.

²² *Idem.*

²³ Monique Selz, « Être ou avoir la honte ? », *Dialogue*, n°190, 2010, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/dia.190.0055>>.

²⁴ Boris Cyrulnik, *Mourir de dire : la honte, op. cit.*, p. 23.

²⁵ *Idem.*

Comme la honte découle du traumatisme²⁶, nulle surprise de constater que tous deux portent les mêmes conséquences sur la mémoire. L'individu humilié, qui n'arrive pas à faire face à la douleur psychique, élude parfois totalement le souvenir malheureux, refoulant ses affects sous ce qu'il est commun d'appeler des « souvenirs-écrans ». C'est-à-dire des histoires fabriquées de toutes pièces qui préservent la sensibilité de celui qui se souvient. C'est un mécanisme de défense permettant de tenir la route. Sauver les apparences. Pourtant, ce subterfuge ne peut se solder que par un échec. Tôt ou tard, la honte réapparaît dans une explosion : « un jour, au moment où on s'y attend le moins, [les hontes] resurgissent, telles des sources oubliées. Elles jaillissent, éclaboussant tout sur leur passage²⁷ ».

Il est évident que partager l'objet de sa honte peut provoquer un autre type de honte, une peur, peut-être, de faire plonger avec soi son interlocuteur dans la souffrance, ou encore pire de faire remonter en soi toutes ces émotions que l'on terrait tant bien que mal. Cyrulnik précise que, en revanche, le partage d'un malheur n'est pas synonyme de transmission de l'émotion, particulièrement lorsque le récit est écrit, car « le choix des mots, l'agencement des souvenirs, la recherche esthétique entraînent la maîtrise des émotions et le remaniement de l'image qu'on se fait de ce qui nous est arrivé²⁸ ». Ainsi, la fiction crée un certain détachement face à un événement empreint de honte et amenuise, du même coup, l'émotion douloureuse. Écrire sa honte ne ferait donc pas éprouver nécessairement plus de honte. Au contraire, ce geste serait « un moyen de témoigner des humiliations subies, de transformer l'expérience douloureuse de la honte en la rendant communicable, en lui donnant un sens²⁹ ». De cette manière,

²⁶ Liliane Daligand le souligne : « Tout trauma peut entraîner une modification de l'image du moi traduisant une atteinte dans l'ordre symbolique et se cristallisant sous un affect : la honte ». Liliane Daligand, « Violences conjugales », *Le Journal des psychologues*, n°255, 2008, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/jdp.255.0049>>.

²⁷ Jean-Pierre Martin, *La honte: réflexions sur la littérature*, op. cit., p. 32.

²⁸ Boris Cyrulnik, *Le murmure des fantômes*, Paris, O. Jacob, 2003, p. 49.

²⁹ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 261.

le honteux peut, semble-t-il, enfin combattre cette image négative de lui-même, celle qui l'empoisonne en silence.

Heureusement, l'écriture, le théâtre, le roman ou toute représentation maîtrise l'émotion pour lui donner une forme artistique qui permet une liaison intime avec des étrangers. Voilà pourquoi la confiance est plus facile, plus légère avec un inconnu qu'on ne reverra jamais qu'avec un proche autour duquel on organise notre existence. Le poids des mots n'est pas le même.³⁰

Le geste d'écriture n'a en fait pas grand-chose à voir avec l'action de parler. Il arrive que celui qui a été humilié ou blessé ne parvienne pas à se confier d'un seul coup, tout en disant les choses telles qu'elles le sont. Le travail scriptural permet alors de prendre son temps et d'agencer les événements afin de rendre l'humiliation plus avouable. Aussi, comme la plume ne s'adresse pas à une personne particulière, mais à un « lecteur idéal, un lecteur invisible, à l'autre moi³¹ », l'impression de danger, qui bloque souvent l'aveu, est amoindrie. Jean-Pierre Martin décrit ainsi cette propriété de l'écriture : « Dans l'espace de la fiction, la mémoire peut respirer, le passé, se relativiser, la honte et l'insatisfaction, s'ironiser. Un autre temps se déroule au cœur de l'écriture³² ».

À propos de sa pratique d'écriture, Annie Ernaux indique : « il s'agissait pour moi d'écrire ce qu'il serait le plus difficile et le plus dangereux d'écrire. On peut y voir là [...] un désir de honte retournée, écrire ce qui est pour moi le plus honteux, encore indicible, aller plus loin dans ce qui est l'effroi de la réalité³³ ». Cette notion de « honte retournée » ne vise pas simplement à annuler les effets de la honte, mais à transformer celle-ci en un sentiment positif : la fierté. Dans la honte retournée – ou ce que Ciconne et Ferrant nomment le « retournement-exhibition » –, « le sujet réalise l'inverse du

³⁰ Boris Cyrulnik, *Mourir de dire : la honte*, op. cit., p. 22.

³¹ Boris Cyrulnik, *Le murmure des fantômes*, op. cit., p. 119.

³² Jean-Pierre Martin, *La honte: réflexions sur la littérature*, op. cit., p. 38-39.

³³ Annie Ernaux, « Annie Ernaux ou l'autobiographie en question », entretien réalisé par Philippe Vilain, *Roman 20/50*, Paris, Presses Universitaires du Septentrion, n°24, 1997, p. 146.

raptus honteux. Il revendique le trait honteux comme une spécificité originale, et d'une certaine façon, admirable, qui exige la reconnaissance et convoque le regard³⁴ ». L'exemple le plus évident est sans doute celui de la *Gay Pride* (« La fierté gay »), dont le but est justement de revendiquer avec fierté une sexualité qui a longtemps été jugée honteuse par la société.

Si avouer ce qui fait honte agit comme une sorte de « dé-cramponnement » – pour reprendre un terme vu précédemment –, il s'avère que la honte retournée représente, quant à elle, une tentative de « re-cramponnement³⁵ ». Dans son article « Honte et transparence : écrire sa honte, de Rousseau à Genet », Chloé Vettier souligne un passage du roman de Jean Genet, *Journal d'un voleur*, dans lequel il est possible de remarquer ce procédé. Alors que le narrateur décrit le moment le plus misérable de sa vie, il dit : « déchiré le voile de la pudeur, montrées les parties honteuses, je connais, le feu aux joues, le besoin de me cacher ou de mourir, mais je crois qu'en affrontant ces pénibles malaises et m'y maintenant, je serai par l'impudeur mis au fait d'étranges beautés³⁶ ». Le principe de « honte retournée » suggère qu'il est possible par le biais de la création littéraire de se réapproprier sa blessure, voire peut-être d'être fier de ce l'on tentait jusqu'alors de dissimuler. Cependant, un questionnement demeure : ce passage de « la honte à la fierté », ne nécessite-t-il pas une transformation du vécu? Autrement dit, est-il possible d'écrire sa honte sans dénaturer son passé?

³⁴ Albert Ciccone et Alain Ferrant, *Honte, culpabilité et traumatisme*, op. cit., p. 86.

³⁵ *Idem*.

³⁶ Jean Genet, *Journal du voleur*, Paris, Gallimard, 1949, p. 184., cité dans Chloé Vettier, « Honte et transparence : écrire sa honte, de Rousseau à Genet », *Journée d'études, « Ombres et transparences »*, Université Sorbonne, 2018, en ligne, <<https://f-origin.hypotheses.org/wp-content/blogs.dir/1773/files/2020/10/Article-C.-Vettier.pdf>>, consulté le 20 avril 2022.

III

À l'automne 2019, dans le cadre d'un séminaire de maîtrise, j'ai tenté d'écrire un récit relatant une honte personnelle. De cette expérience d'écriture, je retiens surtout les heures passées, les jours perdus, devant une page blanche. Les mots se tordaient dans ma bouche, se retournaient entre les parois de mon crâne, puis se butaient contre le papier quand venait le temps de m'asseoir à ma table de travail. Comme je l'ai déjà mentionné au début de cet essai, d'aussi loin que je me souviens, je me suis toujours mis en scène dans mes histoires. Or, cette fois, je n'arrivais pas à m'insérer dans le récit. Je n'y trouvais pas ma place.

Je me souviens que, dans les premiers fragments que j'ai rédigés pour ce texte, j'ai tenté de me coller le plus près possible à mes souvenirs – ce que je croyais être la réalité. J'y incorporais un maximum de détails. De paroles. De gestes. Ayant la certitude que la honte émanait des événements, je voulais être fidèle à leur déroulement. Mais force est de constater que, nonobstant le temps passé à écrire, les souvenirs honteux n'arrivaient pas à prendre forme. Soit l'angoisse paralysait complètement le geste d'écriture, soit j'altérais les faits pour laisser place à une histoire dépouillée de toute honte. Alors j'effaçais et recommençais dans l'espoir dérisoire de broser un portrait juste. Un récit qui représenterait parfaitement mon sentiment. Des dizaines de tentatives. Peut-être une centaine. Toutes plus vaines les unes que les autres.

À la mi-session, je devais lire, devant la classe, une partie de mon projet d'écriture. J'ai présenté un texte étrange, s'apparentant à une longue tirade sans queue ni tête. J'abordais le thème de la monstruosité. Du visage. De la laideur. De la stigmatisation. Je faisais même référence à la judéoscopie et à la religion chrétienne. Mais jamais je n'évoquais un quelconque souvenir lié à mon sentiment de honte – ce que j'avais pourtant annoncé.

Au fil de ma lecture, je sentais la confusion grandir autour de moi. Mes camarades de classe se demandaient, avec raison, quel lien entretenait cette curieuse dissertation avec mon idée de départ. La période de discussion, qui a suivi, n'a d'ailleurs pas été tendre à mon égard. On a relevé les caractères « absurde », « incohérent » et même « maladroit » de mon texte. J'aurais pu me sentir insulté, mais j'ai ressenti un grand soulagement. Parce que personne n'avait eu accès à cette portion de mon existence imprégnée de honte que j'avais eu initialement l'intention de dépeindre. La cible des commentaires n'avait pu être que ce narrateur omniscient, un pseudo-scientifique un peu ridicule, derrière lequel je m'étais caché.

Une part de moi ne voulait pas se révéler.

Les masques de la honte

On ne devrait écrire des livres que pour y dire
des choses qu'on n'oserait confier à personne.

– Emil Cioran

Les récits autobiographiques semblent, depuis toujours, traversés par un même désir : écrire ce qu'on ne peut dire autrement. D'ailleurs, l'envie de se dévoiler par l'écriture et le sentiment de honte qui interrompt ce geste semblent inextricables : « Témoin inquiet de sa propre désubjection, partagé entre l'humilité et l'orgueil, l'homme de lettres ressemble étrangement à l'homme de la honte³⁷ ». De son côté, Vettier note que c'est le cas de l'un des précurseurs du genre, Jean-Jacques Rousseau, chez qui la honte apparaît comme un thème récurrent. Elle précise que cet affect serait d'ailleurs, dans ses célèbres *Confessions*, « l'ultime obstacle à franchir pour pouvoir se dire³⁸ », soulignant que la mise en scène de ce sentiment devient, au fil de la narration, le « gage d'une sincérité³⁹ ». Autrement dit, selon le philosophe français, une fois le seuil de la honte franchi, un dévoilement total serait possible.

Or, si la honte est ce qui, plus que toute autre chose, « retient ou interrompt un mouvement vers la vérité⁴⁰ », comment croire un énonciateur qui se dit honteux ? Peut-être s'agit-il d'une stratégie ? La honte évoquée est-elle sincère ou représente-t-elle un leurre, un masque supplémentaire dissimulant la honte véritable ?

³⁷ Jean-Pierre Martin, *La honte: réflexions sur la littérature*, op. cit., p. 22.

³⁸ Chloé Vettier, « Honte et transparence : écrire sa honte, de Rousseau à Genet », *Journée d'études*, « *Ombres et transparences* », Université Sorbonne, 2018, en ligne, <<https://f-origin.hypotheses.org/wp-content/blogs.dir/1773/files/2020/10/Article-C.-Vettier.pdf>>, consulté le 20 avril 2022.

³⁹ *Idem.*

⁴⁰ Geoffrey Bennington, « L'Invincible honte », loc. cit.

Le mensonge protège, c'est pourquoi il est si alléchant pour celui dont l'image est amochée. Mentir permet au honteux, sans l'ombre d'un doute, d'éviter « de révéler ce *rien* qu'il a le sentiment d'être⁴¹ ». Mais cette jouissance est éphémère. Qui plus est, le danger est grand. Celui qui ment sur son succès risque à tout moment de se faire prendre. Le cas échéant, la douleur sera doublée : non seulement le honteux devra faire face au retour du réel accablant, mais aussi composer avec l'humiliation d'avoir menti⁴².

Comme le souligne Tisseron, en faisant référence aux théories freudiennes, tous les sentiments sont susceptibles d'être « déplacés⁴³ », et cette logique n'échappe évidemment pas à la honte. Parfois, ce déplacement s'effectue du côté de l'ambition. Ayant été meurtris par la douleur de l'humiliation, certains honteux se font une promesse : plus jamais on ne se moquera de moi. Ils développent alors « une addiction à la réussite sociale, au travail, à la recherche des décorations diverses⁴⁴ ». Il faut cependant apporter une nuance importante : si ce genre d'ambitieux donne l'impression d'être guidé par un sentiment de supériorité, c'est en fait la honte qui reste aux commandes. À ce propos, Cyrulnik écrit :

L'ambition est un excellent masque de la honte [...]. Ce sursaut compensatoire donne à l'humilié la force de se réhabiliter. Mais dans cette légitime défense, la honte demeure la référence. Le honteux ne se dégage pas de ce poison. Il a simplement trouvé un contrepoison nécessaire et couteux. [...] En ne parlant que de victoires, il masque les défaites qui l'empoisonnent en silence.⁴⁵

Le second masque de la honte est bien plus subtil. Il revient à l'image de l'arbre se cachant au beau milieu de la forêt, c'est-à-dire la honte dissimulée derrière une fausse honte. Tisseron le confirme : il y a « des gens qui disent avoir honte d'une chose,

⁴¹ Michèle Bertrand, « Mensonge pathologique et clivage du moi : une question d'identité ». *Revue française de psychanalyse*, n°79, 2015, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/rfp.791.0108>>.

⁴² Boris Cyrulnik, *Le murmure des fantômes*, *op. cit.*, p. 126.

⁴³ Serge Tisseron, « De la honte qui tue à la honte qui sauve », *loc. cit.*

⁴⁴ *Idem.*

⁴⁵ Boris Cyrulnik, *Mourir de dire : la honte*, *op. cit.*, p. 38.

mais, au fond, c'est une autre qui leur fait honte. Ils se sont inventés à eux-mêmes une fausse cause de leur honte. [...] Il ne faut pas les croire et continuer de réfléchir avec eux. Une honte peut toujours en cacher une autre⁴⁶ ».

Le dévoilement de la honte ne peut jamais s'effectuer sans qu'un doute ne plane. Dans « Autofiction et inavouable », Georges-Arthur Goldschmidt remet justement en question la fiabilité du discours de Rousseau au sein de ses *Confessions*. Il affirme que si celles-ci « sont à ce point palpitantes, c'est parce qu'on sait à chaque page qu'il [Jean-Jacques Rousseau] ne cesse de mentir, mais on ne sait pas comment⁴⁷ ». La confession devient, croit-il, une manière de mieux cacher ce que l'on fait semblant d'avouer. Traiter de la honte, surtout dans un cadre autobiographique, provoque, selon Vettier, au moins deux problèmes : « celui de dire la honte et surtout, celui de se dire⁴⁸ ». Dans les deux cas, « on aspire à saisir par le langage un objet – le moi ou la honte – qui résiste, par essence, à tout discours épistémologique, c'est-à-dire, tout discours qui aurait pour but de *faire connaître*⁴⁹ ». Or, faire connaître, c'est justement l'objectif d'une autobiographie classique.

Par définition, ce genre littéraire est, selon Philippe Lejeune, un « discours véridique⁵⁰ ». Dans *Le pacte autobiographique*, le théoricien explique qu'il existe au sein de l'autobiographie un pacte tacite entre le lecteur et l'auteur dans lequel ce dernier s'engage à raconter sa vie (ou un épisode de sa vie) avec une honnêteté absolue. Par conséquent, l'autobiographe qui cherche à transposer sa honte sur papier se retrouve en plein paradoxe. Vettier précise : « D'un côté, il se doit de se raconter sous le mode

⁴⁶ Serge Tisseron, « De la honte qui tue à la honte qui sauve », *loc. cit.*

⁴⁷ Georges-Arthur Goldschmidt, « Autofiction et inavouable », dans Claude Burgelin, Isabelle Grell et Roger-Yves Roche (dir.), *Autofiction(s)*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 2010, en ligne, <<https://books.openedition.org/pul/3597?lang=fr>>, consulté le 21 septembre 2021.

⁴⁸ Chloé Vettier, « Honte et transparence : écrire sa honte, de Rousseau à Genet », *loc. cit.*

⁴⁹ *Idem.*

⁵⁰ Philippe Lejeune, *Le pacte autobiographique*, Paris, Points, 1996, p. 145.

de la transparence. De l'autre, comment ne serait-il pas tenté de suivre le mouvement spontané de la honte, en taisant, masquant son objet?⁵¹ »

Est-il possible d'écrire le soi honteux? Peut-on, dans ces conditions, profiter des effets libérateurs qu'offre en principe l'écriture?

⁵¹ Chloé Vettier, « Honte et transparence : écrire sa honte, de Rousseau à Genet », *loc. cit.*

IV

J'écris une autofiction sur la honte. Mais, pour être honnête, avant de me lancer dans ce projet, je me souviens avoir pensé que l'écriture de ce sentiment était impossible. Le simple fait de chercher à se dévoiler signifiait sans doute que la honte était passée. Je me disais qu'écrire sur soi demandait nécessairement de la perspective et, par conséquent, la blessure décrite ne pouvait qu'être dénaturée. Et si par miracle, on parvenait à se raconter au moment de la douleur, j'étais convaincu que jamais on ne pourrait cerner la honte. Cette dernière se débattrait inlassablement sous la plume de l'écrivain, comme un animal indomptable. Après tout, n'est-ce pas cela l'une des conséquences de la honte : altérer les capacités à réfléchir, à décrire l'expérience? Comment serait-il possible de parler du bâillon qui nous recouvre la bouche?

*Puis, un livre m'est revenu en tête. Un roman de George Perec, *W* ou le souvenir d'enfance. L'écrivain français revisite le peu de souvenirs de jeunesse qui lui reste. Avec difficulté et mettant l'accent sur les « tours » possibles que peut lui jouer sa mémoire⁵², il plonge en lui pour tenter de retrouver son enfance perdue qui a notamment été marquée par la perte de ses parents, la guerre (pendant laquelle son père est mort) et les camps de concentration (là où sa mère est morte). Régulièrement, le récit est troué, comme si la parole était coupée dans son élan, faisant ainsi état d'un témoignage inexprimable. Une pensée indicible. Mais là où l'autobiographie s'interrompt, un second récit prend le relais : l'histoire d'un déserteur, Gaspard Winckler, qui doit se rendre au large de la Terre de Feu sur une île nommée *W*, un endroit entièrement dédié aux sports. Il s'agit d'un récit d'aventures initialement écrit par Perec à l'âge de treize ans. Concrètement, cette fiction est la seule trace qui subsiste de son enfance et, bien qu'elle ne témoigne d'aucun événement réel, elle*

⁵² « Je ne sais pas si j'ai réellement vécu cet accident ou si, comme on l'a déjà vu à d'autres occasions, je l'ai emprunté ou inventé » George Perec, *W ou le souvenir d'enfance*, Paris, Denoël, 1975, p. 27.

demeure pour lui un morceau de puzzle important dans le processus de reconstitution de son passé. Perec écrit :

*W ne ressemble pas plus à mon fantasme olympique que ce fantasme olympique ressemble à mon enfance. Mais dans le réseau qu'ils tissent comme dans la lecture que j'en fais, je sais que se trouve inscrit et décrit le chemin que j'ai parcouru, le cheminement de mon histoire et l'histoire de mon cheminement.*⁵³

W ou le souvenir d'enfance ne traite pas explicitement de honte, mais de trauma. Cependant, dans les mots de Perec, je reconnais une mécanique familière. Cette asphyxie qui serre la gorge et contraint la parole. Je reconnais ce voile opaque qui enveloppe la mémoire et empêche l'individu meurtri d'accéder librement à ses souvenirs. Je reconnais ce besoin de se raconter, malgré l'impossibilité.

Je suis retourné voir les « œuvres » que j'avais réalisées enfant. Dans mes anciens carnets, j'ai relu avec étonnement ces histoires que j'avais rédigées vers la fin du primaire, notamment ces fabuleux voyages que j'inventais au capitaine Nemo, dans lesquels je m'imaginai l'accompagner. Malgré toutes ces fabulations, j'ai eu le sentiment de me retrouver face au plus fidèle des journaux intimes. L'impression d'avoir accès à une portion de moi-même encore plus significative que tout ce que j'aurais pu observer sur une photographie ou dans une vidéo souvenir, c'est-à-dire le monde psychique de mon enfance.

⁵³ *Ibid.*, p. 18.

(Dé)voiler la honte

Une fiction est toujours un mensonge. C'est un mensonge qui touche à la vérité.

— Paul Auster

La définition la plus utilisée de l'autobiographie reste aujourd'hui celle proposée par Philippe Lejeune : « récit rétrospectif en prose qu'une personne réelle fait de sa propre existence, lorsqu'elle met l'accent sur sa vie individuelle, en particulier sur l'histoire de sa personnalité⁵⁴ ». En lisant celle-ci, je ne peux faire autrement que penser qu'il est impossible pour un honteux de s'adonner à un tel type d'écriture. Comment pourrait-il relater « l'histoire de sa personnalité » dans le cas où celle-ci est dénaturée – ou, dans certains cas, totalement supprimée – par la honte? Comment pourrait-il faire « le récit rétrospectif de sa propre existence », alors que tous les moments, qui sont à l'origine de sa souffrance, se sont hypothétiquement évaporés de sa mémoire⁵⁵?

Cependant, pour Serge Dobrovsky, il semble qu'il n'y ait pas que pour les honteux que la rédaction d'une autobiographie classique représente un travail laborieux. Depuis la découverte de l'inconscient, soutient-il, la finalité de ce type de littérature ne peut plus être la connaissance de soi, puisque le Moi, par nature insaisissable et changeant, se dérobe à toutes tentatives lucides de représentation⁵⁶. Dans *Le livre brisé*, il témoigne justement du caractère fuyant de sa propre identité :

JE ME MANQUE TOUT AU LONG... DE MOI, je ne peux rien apercevoir. À MA PLACE NÉANT... un moi en toc, un trompe-l'œil...

⁵⁴ Philippe Lejeune, *Le pacte autobiographique*, *op. cit.*, p. 14.

⁵⁵ Comme l'indique Serge Tisseron, « le souvenir de l'expérience de honte peut être facilement effacé ». Serge Tisseron, « De la honte qui tue à la honte qui sauve », *loc. cit.*

⁵⁶ Serge Dobrovsky, « Autobiographie/Vérité/Psychanalyse », *L'Esprit Créateur*, n°20(3), 1980, en ligne, <<http://www.jstor.org/stable/26283821>>, consulté le 15 juin 2022.

Si j'essaie de me remémorer, je m'invente... JE SUIS UN ÊTRE FICTIF...
Moi, orphelin de MOI-MÊME.⁵⁷

Vers la fin des années 1970, Doubrovsky introduit le terme *autofiction* afin de désigner un nouveau type d'écriture du Moi. La quatrième de couverture de son roman *Fils* décrit son œuvre comme suit : « Fiction, d'événements et de faits strictement réels; si l'on veut, autofiction, d'avoir confié le langage d'une aventure à l'aventure d'un langage en liberté⁵⁸ ». Alors que durant des siècles, l'autobiographe aspirait à faire connaître des moments de sa vie à ses lecteurs, l'autofiction a fait prendre une nouvelle orientation à la littérature personnelle, en rendant compte d'un caractère insaisissable de l'essence individuel.

Sachant que les souvenirs n'ont que peu à voir avec la réalité, il est effectivement difficile de prétendre, comme Rousseau le faisait, être capable de créer le « portrait d'un homme peint exactement d'après nature et dans toute sa vérité⁵⁹ ». Lorsqu'on se souvient, stipulent Marc et Jean-Yves Tadié dans *Le sens de la mémoire*, « on retrouve moins qu'on construit⁶⁰ ». L'oubli et l'imagination forment des parties intégrantes du fonctionnement de la mémoire, c'est pourquoi le réel est chaotique. Les images mentales sont floues. Parfois, contradictoires. Les événements se superposent, les personnages se confondent. Aucune reconstitution honnête du passé ne peut prendre place dans un récit cohérent et linéaire qui aurait un début, un milieu et une fin. Une telle histoire est nécessairement louche : « Il semble que dans l'écriture, il faille à tout moment faire des choix et introduire des perspectives, qu'il n'existe pas de faits sans interprétation, ni de vérité ou de réalité sans manipulation⁶¹ ». De ce point de vue, difficile de considérer les autobiographies comme une entité totalement différente des œuvres de fiction. Camille Laurens va jusqu'à affirmer que « l'autobiographie est

⁵⁷ Serge Doubrovsky, *Le livre brisé*, Paris, Grasset, 1989, p. 212.

⁵⁸ Serge Doubrovsky, *Fils*, Paris, Galilée, 1977, quatrième de couverture.

⁵⁹ Jean-Jacques Rousseau, *Les Confessions I*, Paris, Folio, 1977, p.31.

⁶⁰ Jean-Yves Tadié et Marc Tadié, *Le sens de la mémoire*, Paris, Gallimard, 1999, p. 9.

⁶¹ Sam Dresden, *Extermination et littérature*, Paris, Nathan, 1997, p. 39.

toujours une fiction. Dès qu'on utilise des mots pour raconter sa vie, on fait entrer de l'imaginaire, la mémoire infidèle, des procédés narratifs tels que la condensation, l'ellipse⁶² ».

L'autofiction semble incarner l'outil d'une quête identitaire visant à découvrir et à interpréter ce qui échappe à l'écrivain lors d'une représentation de lui-même dite consciente : « La lecture du texte autofictif repose sur l'analyse et la démonstration qui permettent au lecteur de comprendre, peut-être mieux que l'intéressé, la logique de l'inconscient⁶³ ». Les sentiers de la réalité factuelle étant inatteignables, celui qui s'écrit est invité, par l'entremise de l'autofiction, à s'engager dans une « aventure ». À l'intérieur de celle-ci, il doit s'en remettre au langage; autrement dit, lui « confier » les rênes de l'écriture. Inévitablement, l'entreprise accorde une place prépondérante à l'invention, rendant ainsi les souvenirs évoqués suspects – lorsqu'ils ne sont pas ouvertement faux. Cependant, rien n'empêche le récit autofictionnel d'avoir un caractère heuristique en proposant une image de soi à analyser. Tout porte à croire que, pour celui qui s'écrit, la fiction se situe parfois très près du réel, plus près que ne pourra jamais le faire une tentative de la réalité objective.

Si pour s'affranchir de la honte, il faut d'abord se remémorer son origine, si pour combattre sa violence, il faut plonger en soi, l'autofiction semble être le moyen tout indiqué pour effectuer ce travail. En effet, si l'on considère ce genre littéraire comme « une autobiographie de l'inconscient, où le moi abdique toute volonté de maîtrise⁶⁴ »

⁶² Annie Ernaux et Camille Laurens, « Toute écriture de vérité déclenche les passions », entretien réalisé par Raphaëlle Rérolle, *Le Monde*, 2011, en ligne, <[⁶³ Awatif Beggar, « L'autofiction : un nouveau mode d'expression autobiographique », *Analyses*, Vol. 9, n°2, 2014, en ligne, <<https://doi.org/10.18192/analyses.v9i2.1003>>.](https://www.lemonde.fr/livres/article/2011/02/03/camille-laurens-et-annie-ernaux-toute-ecriture-de-verite-declenche-les-passions_1474360_3260.html#:~:text=Toute%20C3%A9criture%20de%20v%C3%A9rit%C3%A9%20qu,%22%20ou%20%22moi%20jamais%22.>, consulté le 3 février 2022.</p>
</div>
<div data-bbox=)

⁶⁴ Laurent Jenny, « Méthodes et problèmes : L'autofiction », Département de français moderne, Université de Genève, 2003, en ligne, <<https://www.unige.ch/lettres/framo/enseignements/methodes/autofiction/afintegr.html>>, consultée le 4 avril 2022.

et laisse parler ses pulsions intérieures, force est d'admettre que l'autofiction possède possiblement la capacité de mettre des mots là où la parole et le récit factuel échouent.

Selon Vincent de Gaulejac, réhabiliter « la partie de soi qui a été invalidée⁶⁵ » constitue une étape cruciale dans le cheminement du honteux qui s'engage sur la voie de la guérison. Bien que l'amnésie partielle ou le déni que peut entraîner la honte soit un système défensif permettant de survivre à la honte, il n'est jamais une manière de s'en dégager. Or, reconstituer son histoire et revaloriser son identité au sein de cette histoire est un moyen d'y arriver. Alors que la honte se cultive dans le silence, le fait d'imaginer sa vie par l'écrit représente, au contraire, une manière de rendre l'expérience douloureuse communicable :

Mettre des paroles là où la honte engendre le silence, permet de développer ses capacités de symbolisation et d'opérer une reconstruction de l'histoire [...]. Travail délicat puisqu'il s'agit de repérer les différents éléments qui ont provoqué la honte, de comprendre en quoi ils sont reliés.⁶⁶

Évidemment, l'écriture d'un Moi fictif ne révélera jamais la source d'une honte de manière claire et précise. En revanche, en sculptant une image de soi, les mots ont le potentiel de dévoiler – si le travail d'analyse est rigoureux – quelques morceaux de souvenirs refoulés.

Un premier réflexe pourrait être de considérer – à l'instar du mensonge, de l'ambition et de l'aveu d'une fausse honte – l'invention littéraire comme un masque supplémentaire de la honte, c'est-à-dire une stratégie permettant de dissimuler celle-ci. Cependant, dans *L'éthique de la psychanalyse*, Jacques Lacan soutient que « la dimension de ce qui enchaîne l'homme [...] se trouve tout entière du côté du fictif, pour autant que le "fictif", en effet, n'est pas par essence ce qui est *trompeur*, mais, à proprement parler, ce que nous appelons le symbolique⁶⁷ ». La fiction n'aurait donc,

⁶⁵ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 261.

⁶⁶ *Ibid.*, p.262.

⁶⁷ Jacques Lacan, *L'éthique de la psychanalyse (1959-1960)*, Paris, Seuil, 1986, p. 22.

selon lui, rien d'illusoire; elle donnerait plutôt une voie d'accès à l'inconscient en reprenant sa logique : « l'inconscient [est] structuré en fonction du symbolique⁶⁸ », écrit-il. On retrouve d'ailleurs chez André Green, pour qui « l'œuvre littéraire trouve sa source dans l'inconscient⁶⁹ », une hypothèse semblable à celle de Lacan. Il existerait, en effet, dans le texte une panoplie « de liens non-apparents » qui sont, pour Green, autant de « détails qui paraissent n'avoir qu'un rôle accessoire et qui pourtant, mise en relation les uns avec les autres, révèlent certains aspects [rattachables] à l'inconscient⁷⁰ ». En d'autres termes, un individu incapable de révéler son intériorité – comme c'est le cas du honteux – peut théoriquement, grâce à l'imagination, laisser entrevoir les indices d'une intimité autre que celle formulée par la simple confession.

À cette réflexion, Serge Doubrovsky apporte une nuance importante. Il indique que l'autofiction ne peut servir à révéler une « vérité » d'un sujet dans le sens d'une « copie conforme⁷¹ » de la réalité. L'écriture va plutôt faire émerger des traces entre lesquels les trousés ne sont pas forcément à découvrir, mais à bâtir. Il s'agit donc d'une vérité intérieure ou subjective susceptible d'être transformée par le geste même d'écriture. Ainsi, il est possible d'en conclure que l'autofiction n'a certainement pas le pouvoir de restituer précisément une expérience de honte. Son travail loge davantage du côté de l'expérimentation. L'autofiction s'apparente à un espace d'exploration de la vie psychique – un « laboratoire⁷² », pour reprendre les mots de Chloé Delaume. Cependant, lorsque la honte colle à la peau du sujet et entrave toute communication, ce type d'écriture peut théoriquement lui offrir un cadre où il lui est enfin possible de parler. Avançant pas à pas dans cette « aventure », l'auteur d'autofiction explore ses plus sombres tréfonds, et ce, sans savoir ce qu'il y trouvera ou même s'il y trouvera quoi que ce soit. Cela dit, dans ce processus, la fiction n'a rien de factice ou de superflu.

⁶⁸ *Ibid.*

⁶⁹ André Green, *La lettre et la mort*, Paris, Denoël, 2004, p. 18.

⁷⁰ *Ibid.*, p.14.

⁷¹ Serge Doubrovsky, « Autobiographie/Vérité/Psychanalyse », *op. cit.*, p. 96.

⁷² Chloé Delaume, *La règle du Je*, Paris, Presses universitaires de France, 2010, p. 20.

En plus de permettre la découverte potentielle de bribes de soi enfouies, elle opère une réarticulation de l'expérience qui la rend intelligible. C'est peut-être d'ailleurs dans cette dernière propriété de la fiction que le honteux a une véritable chance de trouver son salut.

V

J'écris.

J'ai l'impression d'avoir toujours écrit. Aujourd'hui, j'écris sur la honte. Plutôt, j'essaie de le faire. Mais je ne connais pas les mots. Pire, je ne sais pas s'ils existent. Je les cherche et me sens ridicule. La gêne, l'embarras ou l'humiliation sont tous des mots qui renvoient à des sensations certes désagréables, mais rien qui puisse égaler la lourdeur accablante de la honte.

J'ai parfois l'impression que ce sentiment se situe au-delà des mots. Au-delà de l'entendement. Quand je lis des auteurs qui abordent leur honte, je remarque qu'ils tombent régulièrement dans la métaphore. Ils parlent de la brûlure des regards. De la souillure du corps. Une crasse envahissante. Une tache infamante qui se répand sur l'existence et la domine. Je me suis demandé si, pour mon projet littéraire, je ne devrais pas me limiter à un vocabulaire plus technique. Voire médical. Pendant un moment, j'ai essayé. Mais, à tous les coups, je verse dans la métaphore, moi aussi.

Les images que je note dans mes carnets montrent la honte comme une maladie. Un cancer, plus précisément. D'ailleurs, je n'ai pas pu résister à l'envie d'insérer cette image dans mon projet de création. Je vois plusieurs parallèles entre le honteux et le cancéreux, notamment dans le rapport au corps. Corps qui, dans les deux cas, renferme un ennemi silencieux. Un mal grandissant. Une souffrance hors de contrôle. Dans la honte, comme dans la maladie, on se sent dépossédé de soi. On voudrait s'extraire de cette prison de chair qui nous enferme, nous fait mourir à petit feu, jalouxant ceux qui paraissent parfaitement confortable dans leur peau. S'il est connu que la maladie peut altérer de manière évidente l'apparence d'un corps, on oublie trop rapidement que la honte n'est pas totalement invisible non plus : « la honte laisse transparaître les traces de son passage par le biais des joues qui rougissent, des yeux qui s'abaissent, de la

sueur qui traverse les vêtements et de la posture qui s'affaisse⁷³ ». Bien sûr, en comparaison des marques laissées par un cancer, celles-ci peuvent sembler dérisoires. Cependant, elles trahissent tout autant une condition jugée dégradante qu'on aimerait plus que tout dissimuler aux regards des autres. Parce que c'est justement sous le regard des autres que le sentiment de diminution peut atteindre son paroxysme.

Je ne sais pas si on guérit de la honte. Peut-être pas. En revanche, je suis persuadé que l'on peut la modifier, la modeler, en faire autre chose. Un levier, peut-être. Une force, qui sait.

Nous ne sommes pas condamnés à mourir de honte.

⁷³ Frédérique Collette, « Violette Leduc : écrire le corps, écrire la honte », *loc. cit.*

(Dé)construire la honte

Le processus d'écriture [...] transforme immanquablement toute personne en un personnage de fiction.

– Clint Eastwood

J'ai mentionné au début de cet essai que la honte « fonde une étrange identité⁷⁴ » où règne la confusion de soi. Or, il faut savoir que l'identité individuelle est structurée par les récits intimes que l'on se donne⁷⁵. C'est pourquoi la honte, escamotant une partie de l'histoire personnelle du honteux, rend la personnalité de ce dernier insondable. En racontant (ou en inventant) ce qui a été oublié ou brisé, l'autofiction représente une des voies les plus prometteuses pour le honteux qui souhaite « éclairer [son] monde et lui redonner cohérence⁷⁶ ».

Le honteux qui écrit une autofiction ne retrouvera pas nécessairement sa personnalité d'autrefois (supposant qu'il eut un temps avant l'avènement de la honte) et ne parviendra pas non plus à représenter son monde tel qu'il est. Cependant, en investissant les trouées mémorielles et l'indicible, la narration autofictionnelle pourrait redonner une forme à son existence et participer à la construction, à la cohésion de celle-ci. Selon Cyrulnik, une telle démarche permettrait d'entamer un travail de résilience : « À force de mettre des mots sur ce qui m'est arrivé, je vais lentement éclairer la partie confuse de ma personnalité [...]. Petit à petit, je vais redevenir entier⁷⁷ ». Dans cet ordre d'idée, les récits individuels viseraient peut-être « moins [à]

⁷⁴ Annie Ernaux, « La honte, manière d'exister, enjeu d'écriture », *op. cit.*, p. 313.

⁷⁵ Paul Ricœur, *L'identité narrative*, Paris, Esprit, 1988, p. 295.

⁷⁶ Boris Cyrulnik, *Le murmure des fantômes*, *op. cit.*, p. 49.

⁷⁷ *Ibid.*, p. 50.

retrouver le passé qu'[à] faire exister ce qu'on affirme pour se donner une identité⁷⁸ ». Perec écrivait d'ailleurs : « l'écriture est [...] l'affirmation de ma vie⁷⁹ ».

La notion d'identité narrative de Paul Ricœur est à ce propos très éclairante. Selon lui, l'individu arrive par le récit à constituer une trame narrative qui donne sens à l'enchaînement de ses actions dans le temps. C'est dans ce processus que s'élabore une identité personnelle puisque, de cette manière, l'individu donne à sa vie une cohérence ainsi qu'une signification. Pour Ricœur, rien n'est plus évident : le récit est « le moyen privilégié grâce auquel nous reconfigurons notre expérience temporelle, confuse, informe et, à la limite, muette⁸⁰ ». Raconter sa vie ou une période de celle-ci permet de faire l'expérience du temps, de relativiser les événements, analyser ses réactions et trouver sa place en société. « Le temps devient humain, écrit Ricœur, dans la mesure où il est articulé de manière narrative⁸¹ ».

En se racontant, le sujet comprend qu'il est « le produit d'une histoire⁸² » et réalise, du même coup, sa capacité à agir. Alors que dans la vie quotidienne l'individu peut se sentir à la merci des événements, des hasards et des drames qui lui tombent dessus, dans le récit, il comprend sa responsabilité dans la suite des événements. L'individu peut alors donner sens à ce qui, avant l'écriture, n'en avait aucun. Autrement dit, il peut se rebâtir une personnalité. Comme l'expriment Cécile de Ryckel et Frédéric Delvigne :

En racontant, la personne a inscrit des événements qu'au départ elle percevait comme discordant par rapport à sa vie ou au projet de sa vie, étrangers à elle-même dans le tout momentanément de son histoire. La mise en intrigue a ainsi relié entre eux les événements épars d'une vie, en intégrant dans le temps la diversité et le discordant. Le récit se présente

⁷⁸ Roselyne Orofiamma, « Les figures du sujet dans le récit de vie. En sociologie et en formation », *Informations sociales*, n°145(1), 2008, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/inso.145.0068>>.

⁷⁹ George Perec, *W ou le souvenir d'enfance*, op. cit., p. 59.

⁸⁰ Paul Ricœur, *Temps et récit, Tome I : L'intrigue et le récit historique*, Paris, Seuil, 1983, p. 13.

⁸¹ *Ibid.*, p. 17.

⁸² Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 229.

ainsi comme un système organisé qui met de la cohésion là où il n'existait qu'événements dispersés.⁸³

Puisque la honte finit par anéantir la personnalité du sujet, l'élaboration d'une identité narrative représente une voie salutaire – peut-être même essentielle – pour celui qui souhaite se rebâtir et s'affranchir de ce sentiment destructeur. En effet, en restaurant son histoire par le biais de l'écriture, le honteux serait à même de combattre « la déshumanisation et la confusion⁸⁴ » qui envahissent son monde intérieur. Ainsi, décrire les injustices, les violences auxquelles il a été confronté, exposer ses motivations, les raisons pour lesquelles il s'est senti humilié, triste, impatient ou frustré permettrait de redorer son blason, puisque ces éléments acquièrent, dans le récit, une intelligibilité et une légitimité : « En narrativisant la visée éthique, écrit Ricœur, le récit lui donne les traits reconnaissables de personnages aimés ou respectés⁸⁵ ». Grâce au travail scriptural, le sujet honteux se libère d'une partie du poids qui l'écrase parce qu'il réarrange son histoire, lui donnant ainsi cohérence et cohésion. C'est de cette manière qu'il peut aspirer à se débarrasser de son apparence de monstre et redevenir humain à ses propres yeux d'abord. À ce propos, Gaulejac écrit :

L'écriture consiste à trouver les mots justes pour dire l'innommable, aller à la rencontre de la honte pour trouver la vérité. Mettre des paroles là où la honte engendre le silence, permet de développer ses capacités de symbolisation et d'opérer une reconstruction de l'histoire qui est aussi une reconstruction psychique.⁸⁶

Dans le même ordre d'idée, Cyrulnik affirme que la « narration permet de recoudre les morceaux d'un moi déchiré⁸⁷ ». En écrivant son passé, l'individu blessé

⁸³ Cécile de Ryckel et Frédéric Delvigne, « La construction de l'identité par le récit », *Psychothérapies*, n°30, 2010, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/psys.104.0229>>.

⁸⁴ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 129.

⁸⁵ Paul Ricœur, *Temps et récit, Tome I : L'intrigue et le récit historique*, op. cit., p. 196.

⁸⁶ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., p. 262.

⁸⁷ Boris Cyrulnik, *Le murmure des fantômes*, op. cit., p. 49.

ou humilié arrive à interpréter sa propre déchirure et peut, à partir de là, entamer un travail de soudure.

Dans sa théorie sur l'identité narrative, il est vrai que Ricœur faisait principalement référence au récit d'événements vécus, et donc le moins possible altérés par l'imagination ou créés de toutes pièces – ce qui exclut nécessairement les autofictions. Mais de son côté, Cyrulnik soutient que le récit soit basé sur des événements réels ou fictifs n'aurait que très peu d'importance, puisqu'il « n'y a pas de création sans effet. Tout ce qui est inventé agit sur le psychisme de celui qui l'invente⁸⁸ ». Il écrit :

Les récits peuvent être réels ou imaginaires sans rien perdre de leur force en tant qu'histoires. Ce qui compte, c'est que l'histoire propose une raison. [...] Tout récit est un outil pour construire son monde. Et si l'on se sent mieux dès que l'on peut voir ce que l'on est en train d'y faire, c'est parce que l'orientation, le sens attribué à ce que l'on perçoit, nous fait quitter l'absurde pour nous donner raison.⁸⁹

En revanche, l'imagination peut aussi représenter pour le honteux un ennemi. Frédéric Gros, dans son essai *La honte est un sentiment révolutionnaire*, définit une relation de réciprocité : d'une part, il « faut de l'imagination pour avoir honte » ; d'autre part, « la honte fonctionne à l'imagination⁹⁰ ». Cette dernière carbure à une source inépuisable d'angoisses. Un individu ne saurait éprouver la moindre honte sans un imaginaire fertile qui lui impose une panoplie de pensées négatives et le poussent à amalgamer ses inventions à la réalité.

Selon Gros, il existerait en fait deux types d'imagination liés à la honte : la mauvaise et la bonne. La première condamne à la solitude, à se cacher loin des autres. Elle est celle qui réduit au silence et à la passivité parce que, avant même d'avouer quoi que ce soit, on pense connaître les pensées d'autrui, on pense avoir deviné leurs

⁸⁸ *Ibid.*, p. 108

⁸⁹ *Idem.*

⁹⁰ Frédéric Gros, *La honte est un sentiment révolutionnaire*, Paris, Albin Michel, 2021, p. 15.

jugements méprisants, les insultes qu'ils pourraient nous servir. Mais cette logique peut être inversée par la « bonne » imagination. L'imagination utilisée contre la honte. Lorsque la colère est suffisamment importante, assure Gros, l'imagination pousse à passer à l'action. Elle nous aide à nous relever, nous redéfinir et engager un combat contre cet ennemi commun qu'est la honte :

La bonne imagination se lève à l'appel des flammes, redessine nos lignes d'identité, en invente de nouvelles, invente des solidarités, modèle la rage. Elle est puissante de reconfiguration, projection [...] De la même manière, le spectacle des humiliations, les tentatives pathétiques de l'une pour ne pas perdre la face, l'enfoncement inéluctable de l'autre dans le ridicule ne me laissent pas indemne : j'ai honte pour lui, j'ai mal pour elle, mon imagination m'a transporté au centre cuisant de leur panique. Imaginer, c'est sortir de soi, se dilater, se démultiplier.⁹¹

Dans le récit, la honte n'a pas besoin d'être magnifiée ni même abordée directement. L'écriture peut avoir un effet apaisant chez le honteux simplement en lui permettant de permuter son statut de victime avec celui de protagoniste central d'une œuvre d'imagination. « Les violences sont déplacées dans la production d'une création personnelle faisant processus de transformation de la réalité vécue⁹² ». C'est ce que Cyrulnik et Gaulejac appellent la « restructuration cognitive⁹³ » ou « psychique⁹⁴ ». C'est-à-dire qu'en remaniant son image, on modifie non seulement ses émotions, mais sa personnalité. Les souvenirs douloureux peuvent rester vifs dans la mémoire, mais la réorganisation mentale créée par le récit de soi permet d'acquérir le recul nécessaire afin « de substituer aux émotions inhibantes une expression qui libère⁹⁵ ».

⁹¹ *Ibid.*, p. 203-204.

⁹² Jean-Pierre Klein, « Comment traiter sans violence les enfants violentés », *Sexologies*, n°29, 2007, cité dans Boris Cyrulnik, *Mourir de dire : la honte*, *op. cit.*, p. 112.

⁹³ *Ibid.*, p. 109.

⁹⁴ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, *op. cit.*, p. 262.

⁹⁵ *Ibid.*, p. 262.

VI

J'écris.

J'ai l'impression d'avoir toujours écrit. Aujourd'hui, j'écris sur la honte, et jamais le geste n'a été aussi éprouvant.

Par les années passées, j'ai tenté à plusieurs reprises d'écrire sur cet affect, sur la manière dont il influence mon existence; chaque fois, j'ai abandonné. Je me suis questionné sur les raisons qui me poussaient à vouloir m'engager dans un tel projet. Pourquoi chercher à me mettre à nu ainsi? Ai-je le droit d'écrire sur ma vie? Décrire des souvenirs qui impliquent d'autres individus qui n'ont rien demandé? D'ailleurs, quelles seront leurs réactions si jamais ces gens me lisent? Ne pourraient-elles pas provoquer chez moi davantage de honte? Quand je remettais en question la légitimité de mon projet, le doute se transformait rapidement en anxiété. Alors, je laissais tomber.

Il me semble que ce qui empêche la honte de se dire, ce n'est pas nécessairement la honte elle-même, mais l'anxiété, justement. C'est elle qui provoque tous les symptômes physiques qui contraignent la parole. C'est elle qui fait palpiter le cœur, partir en vrille la respiration. C'est elle qui contracte les muscles du cou et de la mâchoire, écrasant la gorge et scellant les lèvres. Rien n'est plus frustrant que l'envie de s'ouvrir alors que notre corps nous enferme. Cependant, pendant que l'anxiété réduit à un mutisme aussi cruel qu'involontaire, les pensées, elles, continuent de tourner. Elles parlent sans interruption. S'agitent dans tous les sens, désespérées de trouver une voie de sortie. Il existe donc une parole dans la honte. Seulement, pour l'entendre, il faudrait être capable de déchiffrer ce cerveau qui s'emballe.

Quand est venu le moment d'entamer l'écriture du texte, qui allait devenir plus tard le volet création de ce mémoire, je n'ai pas eu à réfléchir longuement. Le choix s'est imposé de lui-même. Je nourrissais en moi le projet de cette autofiction, qui

dépeindrait un profond sentiment de honte, depuis trop longtemps. Il fallait m'y atteler. Pour le coup, ne pas abandonner. Aussi étrange que cela puisse paraître, je crois que c'est justement cette angoisse face à l'écriture de mes hontes qui, d'une certaine manière, m'a donné du courage. J'ai senti que les symptômes anxieux, loin d'avoir diminué avec le temps, s'étaient intensifiés. Sauf que, cette fois, ceux-ci résonnaient en moi, comme un signal d'alarme, m'indiquant qu'il était temps que jaillisse cette voix contenue dans ma tête.

Partager la honte

Les autres nous habitent, nous habitons les autres...

– Edgar Morin

Pour certains, parler de soi est un geste narcissique. Nombriliste. Un acte d'impudeur à éviter. C'est ce qui explique, entre autres choses, le fait que plusieurs critiques littéraires s'en sont pris à l'autofiction, et ce, dès les années 1970. On a décrié ce nouveau roman du Je de diverses façons : « genre masturbatoire⁹⁶ », « excroissance du néolibéralisme, au même titre que la télé réalité⁹⁷ », symptôme d'une génération « narcissique et soucieuse de reconnaissance⁹⁸ » ou encore « littérature personnelle et manufacturière dénuée de créativité⁹⁹ ». Dans la même veine, le philosophe Christopher Lash critiquait largement les écritures du Moi en affirmant que leur popularité « témoigne, évidemment, du nouveau narcissisme qui s'étend à toute la culture américaine¹⁰⁰ ». Pour lui, les récits de vie n'ont, bien souvent, d'autre objectif que de faire l'éloge de soi-même et le « commerce de sa propre célébrité¹⁰¹ ».

On parle beaucoup de hontes corporelle et sexuelle, la honte des origines sociales, culturelles ou même ethniques, donnant ainsi l'impression que la honte est l'affaire des marginaux. Mais ce sentiment est beaucoup plus répandu que ce que l'on pourrait croire. Bien entendu, il existe les grandes hontes, celles qui sont d'une violence

⁹⁶ Claude Burgelin, *Pour l'autofiction*, dans Claude Burgelin, Isabelle Grell, et Roger-Yves Roche (dir.), *Autofiction(s)*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 2010, en ligne, <<https://books.openedition.org/pul/3570?lang=fr>>, consulté le 21 septembre 2021.

⁹⁷ Marion Rousset, « Autofiction, confession d'enfants du siècle », *Regards*, 2005, en ligne, <<http://www.regards.fr/archives/archives-web/autofiction-confessions-d-enfants,3443>>, consulté le 4 août 2021.

⁹⁸ Philippe Vilain, *La littérature sans idéal*, Paris, Grasset, 2016, p. 63.

⁹⁹ Vincent Colonna, *Autofiction et autres mythomanies littéraires*, Auch, Tristram, 2005, p. 116-117.

¹⁰⁰ Christopher Lash, *La culture du narcissisme*, Paris, Flammarion, 2018, p. 40.

¹⁰¹ *Ibid.*, p. 41.

brutale et démesurée. Celles qui donnent envie de mourir sur le champ. En ce qui concerne celles-là, peut-être que peu d'entre nous en feront l'expérience. Par contre, il ne faudrait pas négliger les petites hontes, celles qui s'immiscent insidieusement dans le quotidien et provoquent des douleurs subtiles, mais non moins dangereuses. De ces dernières, nul n'est à l'abri. Jean-Pierre Martin va jusqu'à affirmer que la « honte apparaît comme la chose du monde la mieux partagée¹⁰² ». Il écrit :

Partout on rencontre le même dégoût de soi, la même spirale et la même ivresse dans l'expérience de l'avilissement. C'est que, malgré la diversité des codes et des mentalités, la honte est partout dans le monde affaire d'origine et de corps : le corps social, corps désigné, corps souillé.

Insultez l'autre, injuriez-le, diffamez-le, il en restera toujours quelque chose. Ce reste, c'est la honte diffuse qui s'empare des sujets, les ostracise et les contamine de vocables infamants. C'est le secret dans lequel chacun s'est enfermé.¹⁰³

Effectivement, chacun expérimente la honte, mais personne n'ose l'évoquer. Tous se taisent et souffrent en silence, cloisonnés dans ces corps-prisons qui les dégoûtent. Mais pourquoi donc? Il semble que, dans la honte, tout le monde soit complice :

Il y a l'humiliation qui amène à taire les violences subies, à se replier sur soi. Et il y a la gêne éprouvée face à autrui, qui conduit, le plus souvent, à une mise à distance, à un refus d'entendre ce qui dérange. Ces deux attitudes se complètent et se renforcent. La gêne des uns contribue au rejet des autres et au retrait de tous.¹⁰⁴

C'est ainsi que tournent les rouages de la honte, un cercle vicieux faisant de tous à la fois les bourreaux et les victimes. L'origine de la honte ne se trouve donc jamais exclusivement à l'intérieur de soi. Ce sentiment a toujours affaire aux autres.

¹⁰² Jean-Pierre Martin, *La honte: réflexions sur la littérature*, op. cit., p. 18.

¹⁰³ *Ibid.*, p. 29.

¹⁰⁴ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, op. cit., quatrième de couverture.

Affaire à ce que les autres pensent. Affaire à ce que l'on s'imagine que les autres pensent.

Frédéric Gros rappelle que la honte ne peut que difficilement se manifester dans le cas où nous sommes seuls : « La honte semble surgir toujours du fait de l'apparition d'un autre, de son intervention. La nudité, la crasse, le vice ne sont honteux que devant un autre¹⁰⁵ ». C'est pourquoi la honte pousse à se cacher loin des regards. Ou, au minimum, dissimuler les indices du sentiment apparaissant sur notre visage. Faire comme si rien n'était, alors que l'on meurt à l'intérieur. Or, c'est précisément dans ce réflexe que repose l'un des plus grands problèmes de la honte. Comme le souligne Édouard Louis, il faut combattre cette réaction naturelle qui pousse chacun à se camoufler :

Je crois que la meilleure façon de se débarrasser de la honte est de parler d'elle. Un truc vraiment cruel avec la honte c'est que lorsqu'on a honte, on pense être seuls. La honte va toujours de pair avec un sentiment de solitude, d'isolement. Alors, d'écrire à propos de la honte, de parler de la honte, est une manière de dire au monde entier, de dire aux gens qu'ils ne sont pas seuls. Nous sommes une population entière, nous sommes une entité pleine de honte. Nous sommes un mouvement.¹⁰⁶

Dans cette optique, loin d'ostraciser celui qui parle, l'aveu aurait le pouvoir de tisser des liens entre individus. C'est, du moins, ce que croit Vincent de Gaulejac : « [L'aveu d'une] honte nous socialise, nous pose parmi les autres, nos semblables¹⁰⁷ ». L'analyse de Jean-Pierre Martin en arrive à un constat semblable : « Nous pouvons en effet nous sentir solidaires de quiconque fait l'aveu de sa honte, et singulièrement celui

¹⁰⁵ Frédéric Gros, *La honte est un sentiment révolutionnaire*, *op. cit.*, p. 59.

¹⁰⁶ Édouard Louis, « Les garçons ne pleurent jamais : Le corps politique d'Édouard Louis », entretien réalisé par Thora Siemsen, *SSENSE*, 2018, en ligne, <<https://www.ssense.com/fr-fr/editorial/culture-fr/boys-dont-cry-author-edouard-louis-body-politics?lang=fr>>, consulté le 12 mai 2022.

¹⁰⁷ Vincent de Gaulejac, *Les sources de la honte*, *op. cit.*, p. 163.

qui l'écrit, parce que, ayant partie liée à notre expérience commune, il est celui qui nous dit : honteux lecteur, mon semblable, mon frère¹⁰⁸ ».

Le propre de l'autofiction, à mon sens, ne réside pas dans la valorisation intime, ni même dans l'affirmation d'une singularité pure, en posant le soi comme une entité différente de tous les autres. En d'autres mots, celui qui écrit une autofiction ne se place que rarement, sinon jamais, sur un piédestal. Au contraire, le but avoué de l'entreprise autofictionnelle est plus souvent qu'autrement d'inscrire ses défauts, ses failles, ses peurs, ses hontes. On tend ainsi la main à tous ceux aussi imparfaits que nous, cherchant à se convaincre que nous ne sommes pas seuls. Dans une entrevue donnée à *Midi Libre*, Camille Laurens explique : « quand je parle de moi, je vous parle de vous. Parler de son vécu ne veut pas automatiquement dire parler de soi mais de ce qu'on éprouve, ce que l'on pense du monde restreint de la famille ou du monde entier¹⁰⁹ ». Dans le même ordre d'idée, Édouard Louis soutient qu'il n'y a rien de moins autocentré que le récit de soi. « Plus on dit "je", plus on donne la possibilité à d'autres de dire "je"¹¹⁰ ». On peut effectivement être surpris de constater, en avouant une condition que l'on jugeait jusque-là infamante, combien de personnes avec un vécu semblable sortent de l'ombre.

Bien que cela semble paradoxal, l'écriture intimiste parle à la fois de soi et des autres. Elle peut donc être considérée par certains comme un objet narcissique ou égocentrique, mais rien ne l'empêche d'avoir une portée plus large, voire universelle. Sur ce point, la pensée du sociologue Edgar Morin m'aura grandement aidé à accorder ces deux visions en apparence contradictoire.

¹⁰⁸ Jean-Pierre Martin, *La honte: réflexions sur la littérature*, op. cit., p. 35.

¹⁰⁹ Camille Laurens, « L'écrivain Camille Laurens, prix Femina, rencontre avec ses lecteurs du samedi à Portiragnes », entretien réalisé par Annick Koscielniak, *Midi libre*, 2014, en ligne, <<https://www.midilibre.fr/2014/05/16/camille-laurens-j-ecris-ma-vie-en-la-romancant,861596.php#:~:text=Je%20r%C3%A9pondrais%20comme%20Victor%20Hugo,famille%20ou%20du%20monde%20entier>>, consulté le 14 avril 2022.

¹¹⁰ Édouard Louis, « Édouard Louis – On est en direct 17 avril 2021 », *Youtube*, 2021, [vidéo], en ligne, <<https://www.youtube.com/watch?v=LinfXao4Gd8>>, consulté le 20 avril 2022.

Dans l'introduction générale de son œuvre majeure, *La Méthode*, Morin, en parlant de toutes entreprises de recherche de connaissances, insiste sur l'importance de « conserver la circularité ». Pour lui, consentir à ce principe, « c'est, en maintenant l'association de deux propositions reconnues comme vraies, l'une et l'autre isolément, mais qui sitôt en contact nient l'une l'autre, ouvrir la possibilité de concevoir ces deux vérités comme les deux faces d'une vérité complexe¹¹¹ ». Ainsi, en appliquant cette logique au domaine littéraire, il est possible de penser que les récits de soi offrent les outils nécessaires pour mieux comprendre l'autre, voire le monde dans lequel nous vivons tous. À ce propos, la théorie de la subjectivité de Morin est d'autant plus éclairante : « Le sujet est égocentrique, mais l'égoïsme ne conduit pas seulement à l'égoïsme¹¹² ». Il ajoute : « La condition du sujet comporte, en même temps que le principe d'exclusion, un principe d'inclusion; celui-ci nous permet de nous inclure dans une communauté, un Nous et d'inclure ce Nous en notre centre du monde¹¹³ ».

À mon sens, c'est ce principe d'inclusion qui fait de l'autofiction une arme redoutable contre la honte. Puisqu'en témoignant d'une expérience personnelle, il est possible de décortiquer ce qui est à l'origine de la violence et ainsi « transformer la honte en recherche d'une vérité, non pas individuelle, mais collective¹¹⁴ ». Le récit personnel devient alors un engagement social. Annie Ernaux est, sans l'ombre d'un doute, le porte-étendard de cette démarche d'écriture. En usant d'un « Je qui est plus *transpersonnel* que personnel¹¹⁵ », c'est-à-dire un Je plus proche du Nous, elle parvient à faire tendre ses œuvres « vers une indistinction, une fusion, de l'intime et du social¹¹⁶ ». Elle qualifie d'ailleurs son travail « [d']autobiographie vide de soi¹¹⁷ ». L'entreprise littéraire consiste pour elle « à retourner la violence subie, à décrire et

¹¹¹ Edgar Morin, *La méthode*, Paris, Seuil, 2008, p. 39.

¹¹² *Ibid.*, p. 1947.

¹¹³ *Idem.*

¹¹⁴ Annie Ernaux, « La honte, manière d'exister, enjeu d'écriture », *op. cit.*, p. 315.

¹¹⁵ *Ibid.*, p. 316.

¹¹⁶ *Idem.*

¹¹⁷ *Idem.*

dévoiler ce qui était la cause sociale – les rapports de domination culturelle, par exemple – de cette honte¹¹⁸ ». Ainsi, en mettant en lumière les éléments sociaux qui poussent à la honte, elle arrive à mieux dénoncer ce mal, non seulement pour s'en dégager *elle*, mais également pour aider tous ceux qui, comme elle, souffrent de cette situation. Lorsqu'elle écrit, affirme Ernaux, ce ne sont plus *ses* sentiments qui se trouvent dans ses livres, mais bien *des* sentiments. Par ce processus, elle réussit à construire un espace rempli par la réalité vécue, mais où sa propre honte, comme celle des autres, est déconstruite. Un espace où ce n'est plus la victime de la honte qui est pointée du doigt, mais ce qui provoque la honte.

¹¹⁸ *Ibid.*, p. 315.

VII

J'ai finalement écrit une autofiction sur la honte. Je n'ai pas transcrit de souvenirs à proprement parler, car cela est impossible. À la place, j'ai distillé de ma vie l'essence de mes blessures. Certes, je me suis inventé énormément, mais cela ne fait pour moi aucun doute : je me retrouve dans ces pages comme nulle part ailleurs.

La honte, ce n'est pas que la peur d'être méprisé par autrui. C'est l'intériorisation de cette peur qui pousse à se mépriser soi-même. Sa violence est si intense qu'elle empêche totalement l'expression de soi. La honte mutile la personnalité de son hôte jusqu'à parfois l'anéantir totalement. C'est alors que l'on meurt de honte. Littéralement.

J'écris.

J'ai l'impression d'avoir toujours écrit. Et, aujourd'hui, je me rends compte que la honte a, depuis le début, fait partie de mon écriture. Elle en a été le déclencheur. Le moteur. Longtemps, j'ai cru que la fiction constituait, pour moi, un refuge, un abri contre ma personne. Mais il s'avère que c'était l'inverse. J'écris non pas pour me protéger des autres, mais pour trouver ma place parmi eux.

Dans la vie de tous les jours, j'ai parfois l'impression que tout est contenu. Aseptisé. Que rien ne doit dépasser ou déranger. C'est comme si tout le monde devait continuellement porter des masques et éviter de faire la moindre vague. Moi, le premier. C'est peut-être pour cette raison que je tiens autant à l'autofiction : une littérature dans laquelle je peux être tout ce que j'ai besoin d'être. Où je peux créer un lieu en parallèle de la vie quotidienne. Un lieu où il est possible de déconstruire et reconstruire son passé, et même son présent. Voire, donner une nouvelle orientation à son futur. Un lieu où « être » et « dire » ne sont qu'une seule action. Un lieu où plus rien ne peut me bâillonner, pas même la honte.

À mon sens, écrire la honte n'est pas une affaire de fous ou de polémistes. Au contraire, il s'agit d'un geste sensé. J'oserais dire : la seule réponse adéquate à cet affect. Par la création littéraire, il s'agit de s'affirmer. Extraire de son corps le venin de la honte et s'en servir comme encre. Je crois fermement au pouvoir d'agentivité de la fiction. Lorsque nous sommes acculés au pied du mur, emprisonnés dans le silence, paralysés par la peur du jugement, l'écriture constitue le remède.

Écrire une fiction éclairante. Mentir. Oui, mais « mentir-vrai¹¹⁹ », pour reprendre l'expression de Louis Aragon. Écrire pour se réconcilier avec les parts de soi condamnés injustement à l'infame. Écrire pour faire advenir un nouveau Je. Pour ne pas laisser la honte avoir le dernier mot. Pour ne pas la laisser déterminer ce qu'il est possible d'être ou non. Écrire une histoire personnelle, non pas pour usurper la place des autres humiliés, mais les encourager à parler. Écrire pour dénoncer. Déboulonner la petite violence. Écrire pour réfléchir à soi et au monde qui nous entoure. Mais surtout : écrire pour ne plus se cacher. Jamais.

¹¹⁹ Louis Aragon, *Mentir-vrai*, Paris, Folio, 1980.

BIBLIOGRAPHIE

OUVRAGES THÉORIQUES, ESSAIS ET ARTICLES

- Alavi. Farideh, « L'autofiction : miroir brisé et le Moi divisé », *Special Issue, French*, n°21, 2005 p. 77-92, en ligne, <https://jor.ut.ac.ir/article_12523_25fc0409fb0fd206bf120a01d7b9fee0.pdf>, consulté le 15 mars 2021.
- Ancet, Pierre, « La honte d'exister », *Champ psy*, n°62, 2012, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/cpsy.062.0113>>.
- Audet, René et Alexandre Gefen (dir.), *Frontières de la fiction*, Pessac, Presses Universitaires de Bordeaux, 2002, 435 p.
- Auster, Paul, *La solitude du labyrinthe*. Arles, Actes Sud, 1997, 354 p.
- André, Christophe, *Psychologie de la peur : craintes, angoisses et phobies*, Paris, O. Jacob, 2004, 250 p.
- Barthes, Roland, *Le Degré zéro de l'écriture*, Paris, Seuil, 1953, 1935 p.
- Bélanger, David, « L'autofiction contestée : le romancier fictif et l'autarcie littéraire », *Voix et Images*, n°40(3), 2015, p. 115-130, en ligne, <<https://doi.org/10.7202/1032638ar>>.
- Beggar, Awatif, « L'autofiction : un nouveau mode d'expression autobiographique ». *Analyses*, Vol. 9, n°2, 2014, en ligne, <<https://doi.org/10.18192/analyses.v9i2.1003>>.
- Bennington, Geoffrey, « L'Invincible honte ». *Géographie et autres lectures*. Paris, Hermann, 2011, en ligne, <<https://www.cairn.info/geographie-et-autres-lectures--9782705680206-page-121.htm>>, consulté le 11 juin 2022.

- Bertrand, Michèle, « Mensonge pathologique et clivage du moi : une question d'identité », *Revue française de psychanalyse*, n°79, 2015, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/rfp.791.0108>>.
- Burgelin, Claude, Isabelle Grell et Roger-Yves Roche (dir.), *Autofiction(s)*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 2010, 536 p.
- Chaout, Bruno (dir.), *Lire, écrire la honte : actes du colloque de Cerisy-La-Salle, juin 2003*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 2003, 419 p.
- Chiantaretto, Jean-François (dir.), *Écriture de soi et trauma*, Paris, Anthropos, 1998, 284 p.
- Ciccone, Albert et Alain Ferrant, *Honte, culpabilité et traumatisme*, Paris, Dunod, 2008, p. 294.
- Collette, Frédérique, « Violette Leduc : écrire le corps, écrire la honte », *Postures, La disparition de soi : corps, individu et société*, n°26, 2017, en ligne, <http://postures.aegir.nt2.uqam.ca/sites/postures.aegir.nt2.uqam.ca/files/collette_26_0.pdf>, consulté le 23 mars 2022.
- Colonna, Vincent, *L'autofiction: Essai sur la fictionnalisation de soi en littérature*, thèse sous la direction de Gérard Genette, Paris, EHESS, 1989, 368 p.
- Colonna, Vincent, *Autofiction et autres mythomanies littéraires*, Auch, Tristram, 2005, 250 p.
- Cyrlunik, Boris, *Le murmure des fantômes*, Paris, O. Jacob, 2003, 216 p.
- Cyrlunik, Boris, *Mourir de dire : la honte*, Paris, O. Jacob, 2010, 262 p.
- Daligand, Liliane, « Violences conjugales », *Le Journal des psychologues*, n°255, 2008, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/jdp.255.0049>>.
- Darrieussecq, Marie, « L'autofiction, un genre pas sérieux », *Poétique*, n°107, 1996, p. 369-380.

- Delaume, Chloé, *La règle du Je*, Paris, Presses universitaires de France, 2010, 96 p.
- Désy, Caroline, Sylvie Boyer et Simon Harel (dir.), *La mémoire inventée*. Montréal, CELAT, UQÀM, 2003, 202 p.
- Doubrovsky, Serge, « Autobiographie/Vérité/Psychanalyse », *L'Esprit Créateur*, n°20(3), 1980, en ligne, <<http://www.jstor.org/stable/26283821>>, consulté le 15 juin 2022.
- Dornier, Carole et Renaud Dulong (dir.), *Esthétique du témoignage*, Paris, Maison des sciences de l'homme, 2005, 388 p.
- Dresden, Sam, *Extermination et littérature*, Paris, Nathan, 1997, 416 p.
- Dubar, Claude, « Les contradictions de l'autobiographie comme temporalisation de l'identité personnelle », *Temporalités*, 2013, en ligne, <<https://doi.org/10.4000/temporalites.2408>>.
- Flores, Teresa. « L'imposteur : entre pathologie et normalité », *Revue française de psychanalyse*, n°79(1), 2015, p. 120-131.
- Gasparini, Philippe, *Est-il Je? : Roman autobiographique et autofiction*, Paris, Seuil, 2004, 400 p.
- Gasparini, Philippe, « De quoi l'autofiction est-elle le nom? », *autofiction.org*, 2009, en ligne, <<http://www.autofiction.org/index.php?post/2010/01/02/De-quoi-l-autofiction-est-elle-le-nom-Par-Philippe-Gasparini>>, consulté le 14 avril 2021.
- Gasparini, Philippe, « Autofiction vs autobiographie », *Tangence*, (97), 2011, p. 11–24, en ligne, <<https://doi.org/10.7202/1009126ar>>.
- de Gaulejac, Vincent, *Les sources de la honte*, Paris, Éditions du Seuil, 1996, 315 p.
- Genette, Gérard, *Fiction et diction*, Paris, Seuil, 1991, 168 p.

- Genon, Arnaud, *Ce que dit l'autofiction : les écrivains et leurs fractures*, 2012, en ligne, <<https://www.raison-publique.fr/article540.html#nb37>>, consulté le 15 mai 2021.
- Goldschmidt, Georges-Arthur, « Autofiction et inavouable », dans Claude Burgelin, Isabelle Grell et Roger-Yves Roche (dir.), *Autofiction(s)*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 2010, en ligne, <<https://books.openedition.org/pul/3597?lang=fr>>, consulté le 21 septembre 2021.
- Green, André, *La lettre et la mort*, Paris, Denoël, 2004, 192 p.
- Gros, Frédéric, *La honte est un sentiment révolutionnaire*, Paris, Albin Michel, 2021, 234 p.
- Jenny, Laurent, « Méthodes et problèmes : L'autofiction », Département de français moderne, Université de Genève, 2003, en ligne, <<https://www.unige.ch/lettres/framo/enseignements/methodes/autofiction/afintegr.html>>, consultée le 4 avril 2022.
- Lacan, Jacques, *Écrits*, Paris, Seuil, 1996, 928 p.
- Lacan, Jacques, *Le séminaire. Livre 7, L'éthique de la psychanalyse (1959-1960)*, Paris, Seuil, 1986, 248 p.
- Lanctôt, Aurélie, « Écrire la honte », *Liberté*, n° 314, 2007, p. 55–56.
- Lash, Christopher, *La culture du narcissisme*, Paris, Flammarion, 2018, 336 p.
- Lejeune, Philippe, *Le pacte autobiographique*, Paris, Points, 1996, 384 p.
- Martin, Jean-Pierre, *La honte: réflexions sur la littérature*, Paris, Folio, 2006, 416 p.
- Morin, Edgar, *La méthode*, Paris, Seuil, 2008, 2500 p.
- Nietzsche, Friedrich, *Le gai savoir*, Paris, Mercure de France, 1901, 413 p.

- Nietzche, Friedrich, *Humain, trop humain*, 2^e partie, Paris, Mercure de France, 1902, 445 p.
- Orofiamma, Roselyne, « Les figures du sujet dans le récit de vie. En sociologie et en formation », *Informations sociales*, n°145(1), 2008, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/inso.145.0068>>.
- Ricœur, Paul, « L'identité narrative », *Esprit (1940-)*, n°140/141 (7/8), 1988, p. 295–304.
- Ricœur, Paul, *Soi-même comme un autre*, Paris, Seuil, 1996, 448 p.
- Ricœur, Paul, *Temps et récit, Tome I : L'intrigue et le récit historique*, Paris, Seuil, 1983, 404 p.
- Rosse, Dominique, « Autofiction et autopoïétique: La fictionnalisation de soi », *L'Esprit Créateur*, n°42(4), 2002, p. 8-16.
- Rousset, Marion, « Autofiction, confession d'enfants du siècle », *Regards*, 2005, en ligne, <<http://www.regards.fr/archives/archives-web/autofiction-confessions-d-enfants,3443>>, consulté le 4 août 2021.
- de Ryckel, Cécile et Frédéric Delvigne, « La construction de l'identité par le récit », *Psychothérapies*, n°30, 2010, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/psys.104.0229>>.
- Selz, Monique, « Être ou avoir la honte ? », *Dialogue*, n°190, 2010, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/dia.190.0055>>.
- Sese-Leger, Sylvie, « J'ai honte d'avoir honte », *Essaim*, n°41(2), 2018, p. 43-50.
- Silvestre, Cathie, « La honte, face obscure de l'idéal du moi », *Le Coq-héron*, n°184(1), 2006, p. 32-39.
- Tadié, Jean-Yves et Marc Tadié, *Le sens de la mémoire*, Paris, Gallimard, 1999, 355 p.
- Tisseron, Serge, *La honte : psychanalyse d'un lien social*, Paris, Dunod, 1992, 384 p.

Tisseron, Serge, *De la honte qui tue à la honte qui sauve*, *Le Coq-héron*, n°184, 2006, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/cohe.184.31>>.

Vettier, Chloé, « Honte et transparence : écrire sa honte, de Rousseau à Genet », *Journée d'études*, « Ombres et transparences », Université Sorbonne, 2018, en ligne, <<https://f-origin.hypotheses.org/wp-content/blogs.dir/1773/files/2020/10/Article-C.-Vettier.pdf>>, consulté le 20 avril 2022.

Vergote, Antoine, « Imaginaire et vérité en psychanalyse : La triade lacanienne », *Figures de la psychanalyse*, n°8(1), 2003, p. 127-136.

Vilain, Philippe, « L'autofiction, exception théorique », *L'exception et la France contemporaine : Histoire, imaginaire et littérature*, Paris, Presses Sorbonne Nouvelle, 2010, en ligne, <https://books.openedition.org/psn/339?lang=fr>, consulté le 17 mai 2021.

Vilain, Philippe, *La littérature sans idéal*, Paris, Grasset, 2016, 162 p.

Weil, Nicolas, « Au lieu de soi : écriture de soi et vérité », *Revue de métaphysique et de morale*, n°63, 2009, p. 421-434, en ligne, <<https://doi.org/10.3917/rmm.093.0421>>.

ENTREVUES

Deleuze, Gilles, « L'abécédaire de Gilles Deleuze : R comme résistance », entretien réalisé par Pierre-André Boutang, *SUB-TIL productions*, 1988, [vidéo], en ligne, <<https://www.youtube.com/watch?v=voRRg3HBQnE>>, consulté le 17 juillet 2022.

Ernaux, Annie, « Annie Ernaux ou l'autobiographie en question », entretien réalisé par Philippe Vilain, *Roman 20/50*, Paris, Presses Universitaires du Septentrion, n°24, 1997, p. 8-18.

Ernaux, Annie et Camille Laurens, « Toute écriture de vérité déclenche les passions ». Entretien réalisé par Raphaëlle Rérolle. *Le Monde*, 2011, en ligne, <<https://www.lemonde.fr/livres/article/2011/02/03/camille-laurens-et-annie-ernaux-toute-ecriture-de-verite-declenche-les->

passions_1474360_3260.html#:~:text=Une%20criture%20de%20v%C3%A9rit%C3%A9%20qui,%22%20ou%20%22moi%20jamais%22.>, consulté le 3 février 2022.

Laurens, Camille, « L'écrivain Camille Laurens, prix Femina, rencontre avec ses lecteurs du samedi à Portiragnes », entretien réalisé par Annick Koscielniak. *Midi libre*, 2014, en ligne, <<https://www.midilibre.fr/2014/05/16/camille-laurens-j-ecri-ma-vie-en-la-romancant,861596.php#:~:text=Je%20r%C3%A9pondrais%20comme%20Victor%20Hugo,famille%20ou%20du%20monde%20entier>>, consulté le 14 avril 2022.

Louis, Édouard, « Édouard Louis – On est en direct 17 avril 2021 », entretien réalisé par Laurent Ruquier, *On est en direct*, 2021, en ligne, <<https://www.youtube.com/watch?v=LinfXao4Gd8>>, consulté le 20 avril 2022.

Louis, Édouard, « Les garçons ne pleurent jamais : Le corps politique d'Édouard Louis », entretien réalisé par Thora Siemsen, *SSENSE*, 2018, en ligne, <<https://www.ssense.com/fr-fr/editorial/culture-fr/boys-dont-cry-author-edouard-louis-body-politics?lang=fr>>, consulté le 12 mai 2022.

ŒUVRES LITTÉRAIRES

Aragon, Louis, *Mentir-vrai*, Paris, Folio, 1980, 688 p.

Cioran, Emil, *Œuvres*, Paris, Gallimard, 1995, 1824 p.

Doubrosky, Serge, *Le livre brisé*, Paris, Grasset, 1989, 420 p.

Doubrovsky, Serge, *Fils*, Paris, Galilée, 1977, 472 p.

Ernaux, Annie, *La honte*, Paris, Gallimard, 1997, 144 p.

Ernaux, Annie, *Les années*, Paris, Gallimard, 2008, 256 p.

Ernaux, Annie, « Les Armoires vides », *Écrire la vie*, Paris, Gallimard, 2011, p. 103-210.

Louis, Édouard, *En finir avec Eddy Bellegueule*, Paris, Seuil, 2014, 220 p.

Morin, Alexie, *Ouvrir son cœur*. Montréal, Le Quartanier, 2018, 353 p.

Perec, George, *W ou le souvenir d'enfance*, Paris, Denoël, 1975, 226 p.

Perec, George, *Je me souviens*, Paris, Fayard, 2013, 176 p.

Rousseau, Jean-Jacques, *Les Confessions I*, Paris, Folio, 1977, 383 p.

Sarraute, Nathalie, *Enfance*, Paris, Folio, 1983, 286 p.

Vernes, Jules, *Vingt mille lieues sous les mers*, Paris, Magnard, 2018, 133 p.

ÉMISSION RADIOPHONIQUE

Bouchard, Serge (anim.), Jean-Philippe Pleau (anim.) et Alexie Morin (invitée), « La honte, deuxième partie », *C'est fou*, émission du 22 décembre 2019, [radio], Ici Première Radio-Canada.