

## La chaumière de la folie

Parfois, la nuit, l'insomnie me pince de partout et rester au lit devient un calvaire. Mais rien de comparable aux nuits d'huile d'il y a... avant...

Avant

quand mes nuits se peuplaient de violentes angoisses, quand l'infini de l'obscurité amplifiait l'écho des craquements de mes os et le déchirement de mon âme, que la rage me poussait de toutes ses forces à mourir et que je m'épuisais à lui résister c'était avant.

Avant que je ne fasse ma « reconnaissance ».

C'était il y a...

Je me rappelle, comme si c'était hier.

C'est la nuit

comme si souvent les nuits  
et mon ventre brûle tout entier  
et dans ma tête un vacarme

et mes os craquent et se transforment en poussière et je ne suis plus qu'un tas de cendres.

Mais cette nuit, une toute petite chose - un rayon de lune ? - un je ne sais quoi qui me pousse à fuir. Alors, je ramasse mon esprit éparpillé dans l'obscurité de ma petite chambre et pars marcher, seule, dans la nuit.

Ces jours derniers, le soleil a rongé, sur le bord du chemin, les menées de neige qui résistent encore un peu à la venue du printemps. A l'heure où la nature, reposée, se gonfle de vie et est prête à craquer sa cosse et à s'épanouir, mon être, lui, perd ses forces. Comme si la terre les aspirait, suçait par mes pieds toute l'énergie qu'elle peut pour la redonner à la nature affamée. Il en est toujours ainsi au début des printemps. Mon moral chute, il paraît que c'est chose commune, dépression saisonnière. Je sais qu'aujourd'hui c'est plus que cela pour moi. L'hiver dure depuis si longtemps en moi.

J'ai tant et tant brûlé tout mon être sous le soleil des émois extrêmes

j'ai tant lutté et lutté contre les vents et les intempéries d'un très long, très long automne

je me suis recroquevillée si longtemps, crispée sur moi-même, gelée jusqu'au trognon, durant un si éternel hiver.

C'est à bout de forces que je rampe, presque contrainte, vers ce printemps  
vers ce réveil de la vie, dont je n'ai pas envie...

Je traîne donc ma dépression, on va dire saisonnière, le long du sentier, laissant le gravillon crisser sous mon pas fatigué. Le soleil déverse ses escarbilles de l'autre côté de la planète, mais en parfait coquet il se mire dans la lune, exactement ronde cette nuit, et ainsi, en m'offrant quelques brins de lumière froide, m'éclaire un peu le chemin. Juste assez pour que je ne trébuche pas. J'avance ainsi mon cœur triste entre les ombres de la nuit depuis combien, une heure peut-être, lorsque j'aperçois entre les arbres les contours d'une petite maison. Une toute petite chose, à peine un peu plus grande qu'une paume de main tendue, ouverte et accueillante. Je m'aventure jusqu'à son seuil. La porte s'ouvre sans résistance et grince longuement lorsque je la pousse. Quelque part dans les sapins une chouette, peut-être dérangée dans la tranquillité de sa nuit, hulule son mécontentement, puis tout redevient calme. Je fais un pas à l'intérieur ; c'est ma petite maison. Dès cet instant, je la fais mienne, je l'ai décidé ainsi.

Une maison toute foutue, rongée à l'intérieur par la pourriture que l'humidité éparpille partout. Mais cet endroit, si enfoncé dans le secret de la forêt, si joliment posé dans son écrin de nature, si tranquillement offerte à ma solitude, me convient tant que je n'ai déjà plus envie de la quitter.

Les jours, ou plutôt les nuits suivantes, m'échappant des oppressantes insomnies qui cherchent avec acharnement à me broyer l'âme la chair et les os, à faire de mon être une purée d'être, je file en douce au cœur de la forêt et en un tour de main j'aménage ma petite maison, coquille de bois. Je déblaie, je balaie, je décrasse, je lustre, je ponce les poutres de sapin, les peins d'une jolie couleur ambrée, si lumineuse qu'on dirait que même en pleine nuit, sous la douceur des quelques éclairs que lance le feu en dansant dans l'âtre, que l'on se trouve tout au milieu du soleil, dans son œil, là où plus rien n'est si chaud et où tout est calme et claire, exactement comme dans l'œil du cyclone...

Une seule chambre, toute petite sans pour autant étouffer le modeste mobilier que j'y ai déposé ; deux fauteuils aux bras bien larges se font face, l'un appuyé contre le mur au sud, et entre lesquels j'ai glissé une table basse en acacia massif. Sur la droite, le foyer, où un feu doux crapote doucement quelques bûches de sapin qui sifflent et chantonnet. Au nord, une kitchenette, qu'un bar sépare du séjour. Juste un évier très ancien, creusé dans une pierre de taille, et une gazinière, et quelques armoires. Rien besoin de plus ; pour chauffer un peu d'eau pour du thé cela suffit amplement. A l'ouest enfin, la porte

la petite porte de bois qui ne gémit plus du tout lorsqu'on la pousse.

Cet endroit est mon refuge, un cocon où personne ne peut venir me troubler, où mes peines peuvent s'apaiser. Hors des tourments de l'obscurité, hors des brûlures du jour, hors des agacements et des contrariétés de la réalité, hors du vacarme de la vie qui m'empêche de m'entendre, de m'écouter ; un écrin, un petit coffret remplis d'hors...

Alors qu'une nuit je rêve en humant l'odeur du thé Riobos qui froidit sur la table basse, j'ai soudain cette envie étrange, cette idée saugrenue, de vous y inviter...

De vous y inviter VOUS

à venir ici, dans ce plus que chez moi, dans ce presque tout entier moi-même tant il est tout pareil aux profondeurs de mon être. De pleine voix, sans retenue, avec toute la volonté de mon âme, je vous appelle. Timidement, je vous appelle et c'est avec une grande amabilité et sans hésitation que vous consentez à venir me retrouver

et ainsi, cette nuit, alors qu'au dehors le vent fourrage son chemin dans la pluie de printemps, vous frappez enfin à la porte, deux coups, comme vous le ferez toujours ensuite.

Deux coups

comme les deux commissures de mes lèvres qui s'éloignent alors l'une de l'autre pour dessiner sur mon visage un sourire d'aise.

Je vous attendais patiemment, assise sur le fauteuil, tournant le dos à l'entrée. Je ne bouge pas lorsque vous frappez et de toute façon vous n'attendez pas que je vienne vous ouvrir.

Vous entrez comme chez vous car vous êtes si entièrement invité ici que vous êtes chez vous.

Je vous sens vous avancer doucement

je ne vous vois pas car j'ai fermé les yeux et sens le souffle de votre passage sur mon côté

puis le chuintement du fauteuil lorsque vous vous asseyez.

Et alors seulement j'ouvre les yeux. Et alors seulement vous me dites, avec votre voix douce habituelle :

- Bonjour

Je réponds « *Bonjour* », puis vous dis encore d'une façon un peu craintive

« *peut-être devez-vous me trouver très audacieuse* »

*et peut-être même un peu aliénée*

*de vous inviter ainsi dans ce tout petit endroit qui est chez moi, et peut-être plus que chez moi, presque tout entier moi-même tant il est tout pareil aux profondeurs de mon être. »*

Vous souriez alors parce que ce que je dis vous semble naïf.

Vous savez très bien où vous êtes

et y êtes parce que vous l'avez décidé.

Ce soir-là je vous fis du thé que nous bûmes tranquillement et dans un silence sans gêne. Puis je m'endormis et à mon réveil vous n'étiez plus là. Mais je savais que vous reviendriez, toutes les fois que je vous appellerais, toutes les nuits d'insomnie où je déciderais de m'enfuir de l'opacité de ma chambre à coucher pour courir le chemin traverser en courant le bois sombre et grinçant et me réfugier dans ma petite chaumière qui n'en était pas vraiment une puisque son toit n'était pas fait de chaume, mais de tuiles.

J'y arrivais en avance, je mettais chauffer de l'eau pour le thé, préparais quelques biscuits ou coupais quelques quartiers de pomme, que je posais dans un petit bol d'eau fraîche additionnée de quelques gouttes de citron, pour qu'ils ne viennent pas noir. Je mettais parfois dans l'âtre quelques pelures d'orange séchées, ou d'autres fois déposais un peu de cannelle et quelques clous de girofle dans un peu d'eau que je mettais bouillir doucement sur la gazinière et ces odeurs embaumaient mon intérieur d'une fragrance agréable, parce que je voulais que tout soit agréable pour vous accueillir. Et quand tout était prêt, que le thé sur la table basse du salon faisait gargouiller le couvercle de la théière en laissant échapper un peu de vapeur, que la pelure d'orange ou la cannelle ou encore une bougie vanillée avait déposé sur chaque brin d'air son arôme, j'écartais les coussins et m'installais dans le fauteuil, les pieds relevés, et dans cette position simple de yogi, attendais patiemment votre arrivée. Vous frappiez, deux fois, deux petits coups discrets, et entriez, et sans un mot vous installiez dans le fauteuil en face de moi. Et alors seulement, vous me disiez :

- Bonjour

Et je vous disais :

- Bonjour. Merci d'être venu. Prenez-vous une tasse de thé ?

Et nous commençons ainsi nos conversations. Puis nous enchaînions. Je vous parlais, tout exactement comme quand on se parle à soi-même, sans retenue, sans malaise, sans fard parce que je n'en avais pas besoin car j'étais chez moi et que vous m'écoutiez avec attention et sans gêne car vous étiez ici comme si vous aviez été chez vous.

Je vous disais toutes les choses qui encombraient mon cœur, même les plus noires même les pas belles du tout

et aussi celles qui sont si lourdes à porter mais qu'on ne choisit pas toujours de ramasser sur soi, sur le chemin de la vie.

Je vous disais tout cela durant des heures et vous vous m'écoutiez avec toute l'attention qu'il fallait et parfois me posiez des questions, pour m'aider à trouver ce qui se cachait derrière le voile du trouble qui me tourmentait

et ensemble nous pelions les mots et les maux, un peu comme un économe décolle la pelure de la pomme-de-terre, mettant à nu sa chair.

Et c'était douloureux.

Et je pleurais, souvent, parce que sur la chair ainsi mise à vif le moindre souffle fait mal parce que cela fait mal de se découvrir...

Parfois, j'avais tant besoin de serrer contre moi quelque chose

alors comme une toute petite enfant serrant sa peluche contre elle quand sa maman lui manque tant je serrais contre moi les coussins et pleurais dedans longtemps. Vous attendiez très patiemment, installé dans un grand silence, vous attendiez que ma tristesse sorte de moi toute entière. Et quand les coussins étaient tout mouillés de mes larmes, et tout souillés de ce qui s'écoulait de ma bouche et de mon nez, que mon cœur s'était tout vidé de son poison et que le corps et l'âme épuisé de tant pleurer je m'arrêtais, comme s'arrête la pluie, tout doucement, je relevais la tête car j'avais besoin de voir à cet instant votre visage calme et vos yeux généreux de toute la tendresse et de toute l'empathie dont votre être est rempli.

Alors vous me demandiez simplement :

*« ça va mieux maintenant ? »*

Je vous répondais

*« pas encore, je me sens épuisée, il faut que je me repose maintenant »*

Alors vous souriez, d'un sourire tout plein de compréhension, vous leviez pour vous en aller et en passant à côté de moi posiez votre main sur mon épaule, bien doucement, me transmettant dans ce contact toute la douceur et la compréhension que je devais apprendre à m'offrir à moi-même. Puis vous vous en alliez et je n'entendais pas la porte s'ouvrir et se refermer sur vous car je m'endormais déjà. Jamais vous ne posiez plus que la main sur mon épaule, une main douce et sans passion, sans le désir de la glisser vers ma gorge, ni plus loin encore. Jamais l'intimité qui nous liait ne dérapait en appétit de l'un pour l'autre. Nos mains ne se frôlaient même pas lorsque nous prenions un biscuit, un morceau de pommes ou encore quelques quartiers de mandarine que j'aimais vous offrir aussi, ou que je vous servais une tasse de thé. Ma tête ne cherchait jamais votre épaule et vos yeux ne cherchaient jamais à caresser les contours de mon corps et mon regard se lovait dans le couffin de vos yeux mais jamais sur vos lèvres ou alors juste pour y regarder le sourire qu'elles me dessinaient.

Et je m'endormais toujours sans prendre la peine de vous écouter partir car je n'avais aucune crainte et savais que vous ne reviendriez pas me voler le désir que même s'il habitait pourtant bien au fond de moi, je ne voulais pas, surtout pas donner

et que jamais, jamais vous n'aviez tenté de me prendre

même que c'était bien pour cela que j'avais tant confiance en vous et que vous pouviez à présent entrer et sortir librement dans ce tout petit endroit qui est chez moi, et peut-être plus que chez moi...

Et le lendemain, comme tous ces lendemains-là, je me réveillais dans mes draps tout encore imprégnés par l'écume du songe vers lequel je m'étais évadée la nuit...

Car tout cela n'était que songe

un rêve

un fantasme

une fiction

si réel pourtant tant cela impliquait chaque cellule de mon corps et mon âme tout entière.

Ainsi, nuit après nuit je composais ce qui était peut-être le début d'une folie, mais une folie si douce. Essentielle.

Moi qui avais tant peur de me coucher le soir  
tant peur du noir qui s'accaparait ma raison et la torturait  
tant peur des grondements qui m'abrutissaient et de la mort qui m'appelait sans cesse et sans  
cesse d'un tonnerre de voix enragées et hargneuses dès que je me couchais dans la nuit  
moi qui craignait tant tout cela  
j'en vins subitement à attendre avec impatience le moment venu où  
le calme complet installé dans la maison et partout autour  
je pourrais enfin m'enfuir tout au fond de moi, dans cet abri si précieux que je m'étais aménagé.

Et parce que vous me manquiez tant le jour  
et tant plus encore la nuit quand tout devenait silencieux  
parce que je ne pouvais vous parler aussi souvent que j'en aurais eu besoin et parce que je ne  
pouvais me parler directement à moi-même tant je ne m'aimais pas assez pour cela  
et parce que je ne pouvais regarder mes souffrances sans me fustiger et me rabrouer avec autorité  
et rudesse, comme le faisait mes parents  
et parce vous, depuis tant et tant de mois, m'aviez appris qu'il y avait de tout autres façons d'agir  
et parce que tout cela  
et sous cette force nouvelle qu'était l'amour que j'éprouvais pour vous  
comme au tout début du printemps la vie gonfle de forces la nature  
parce que tout cela, j'avais construit ce songe.

Sans que vous n'en sachiez rien vous veniez pourtant à moi toutes les nuits m'aider à les  
traverser.

Sans que vous n'en fussiez le moins du monde dérangé je vous appelais chaque nuit  
et sans que vous ne perdiez une seule seconde de votre existence vous veniez partager des heures  
durant mes tourments.

Dès le jour où cette toute petite chose en moi, ce « je » écrasée depuis l'enfance  
atrophie par le manque de tout ce qui était affectif  
avait été assez arrosée depuis des mois de thérapie avec vous d'empathie de tendresse et de  
patience, je pu tirée l'autre petite chose toute raidie, coincée, amère et souffreteuse et l'emmener  
dans les profondeurs de moi-même  
mais il me fallait encore le support de quelqu'un pour l'écouter avec amour  
et l'accepter  
et enfin, tout enfin, l'aimer et finalement me suffire à moi-même.

Aujourd'hui, tant d'années plus tard – combien déjà, peut-être quatre ans, peut-être un peu plus,  
ou un peu moins, quelle importance au fond – les tourments font toujours partie de ma vie, la  
tristesse et l'amertume ou la déception encore souvent déposent leur voile sur moi  
parce que la vie c'est cela aussi  
des tourments, de la tristesse, de l'amertume et des déceptions.

Mais aujourd'hui, j'ai en moi tout un être qui est plein d'amour et désire prendre soin de moi  
comme elle a envie de prendre soin de tout être vivant qui en a besoin. Je suis devenue un être  
qui n'a plus envie de mourir parce qu'un jour vous m'avez fait une petite place et m'avez appris à  
aménager ma propre place dans ma vie et dans toute la vie.

Quelque part sur cette terre, pas très loin de moi, vit bouge respire et aime  
l'homme

vous  
qui m'avez appris tout cela sans le savoir.

Peut-être avez-vous bien conscience de m'avoir apporté quelque chose  
peut-être étiez-vous même un peu content lorsque vous constatiez le chemin que je parcourais  
sous votre patiente assistance, mais ce que vous m'avez apporté vraiment, ce que j'ai pioché en  
vous par poignées entières, toutes ces graines de patience  
de tendresse  
de sensibilité  
d'empathie  
et tant de choses encore que je ne sais nommer et que je happais au passage durant nos réelles  
entrevues  
et qui ont germées en moi  
qui en une nuit de printemps ont éclot en mon cœur et rependues leur pollen sur chacune de mes  
cellules, m'enivrant, m'aliénant au point de m'inventer ce songe...  
Si tout cela...  
si tout cela était une folie, alors la folie a quelque chose de bon.



SAVE AS WWF, SAVE A TREE

---

## Dies ist ein WWF-Dokument und kann nicht ausgedruckt werden!

Das WWF-Format ist ein PDF, das man nicht ausdrucken kann. So einfach können unnötige Ausdrücke von Dokumenten vermieden, die Umwelt entlastet und Bäume gerettet werden. Mit Ihrer Hilfe. Bestimmen Sie selbst, was nicht ausgedruckt werden soll, und speichern Sie es im WWF-Format. [saveaswwf.com](https://saveaswwf.com)

---

## This is a WWF document and cannot be printed!

The WWF format is a PDF that cannot be printed. It's a simple way to avoid unnecessary printing. So here's your chance to save trees and help the environment. Decide for yourself which documents don't need printing – and save them as WWF. [saveaswwf.com](https://saveaswwf.com)

---

## Este documento es un WWF y no se puede imprimir.

Un archivo WWF es un PDF que no se puede imprimir. De esta sencilla manera, se evita la impresión innecesaria de documentos, lo que beneficia al medio ambiente. Salvar árboles está en tus manos. Decide por ti mismo qué documentos no precisan ser impresos y guárdalos en formato WWF. [saveaswwf.com](https://saveaswwf.com)

---

## Ceci est un document WWF qui ne peut pas être imprimé!

Le format WWF est un PDF non imprimable. L'idée est de prévenir très simplement le gâchis de papier afin de préserver l'environnement et de sauver des arbres. Grâce à votre aide. Définissez vous-même ce qui n'a pas besoin d'être imprimé et sauvegardez ces documents au format WWF. [saveaswwf.com](https://saveaswwf.com)