

Sommaire

Préface	13
Bienvenue sur Terre	21
La première décennie	25
Tracer sa route	69
Le cours de la vie	111
Epilogue	133

Préface

— Il y a bien longtemps qu'on ne s'est plus vues !
s'exclama Lynn joyeusement.

Je connais Lynn depuis longtemps mais la vie a voulu que l'on se perde de vue. Je l'ai rencontrée récemment par hasard lors d'une réception. J'écris des articles sur la vie familiale et en bavardant sur les événements des dernières années, elle m'a accordé ce que je lui avais jadis déjà proposé : écrire les chroniques familiales de sa jeunesse.

Chaque famille porte sa croix. Nous n'avons souvent pas le moindre soupçon des tracasseries qui hantent certains foyers, avec des conséquences sur la vie émotionnelle ultérieure des descendants. Nous débattons ouvertement et régulièrement de la violence physique et sexuelle et du harcèlement moral. L'enfant a besoin que ses parents jouent un rôle très précis, qui ne correspond pas forcément à ce que les parents estiment devoir faire et font. Cette différence entre les besoins de l'enfant et les croyances des parents peut laisser des séquelles sur le comportement relationnel ultérieur de l'enfant si les parents n'ont pas réussi à gérer leurs blessures.

Je me mets d'accord avec Lynn pour écrire son témoignage en son nom lui permettant, par conséquent, de s'exprimer oralement et franchement pour que je puisse intercepter et questionner certaines émotions mémorisées de sa jeunesse. Je prends rendez-vous pour une durée de quelques heures durant quatre jours afin d'échelonner son témoignage. Elle pourra ainsi se retrouver et méditer sur ses expressions profondes.

L'histoire qu'elle m'a confiée est un assemblage de souvenirs réels de son enfance et de son adolescence, car comme pour tout un chacun, ces années furent la racine de sa vie ultérieure. Les quelques souvenirs de cette époque ont été sélectionnés suivant l'importance des détails mémorisés. Certains souvenirs sont plus limpides que d'autres.

— Je ne souhaite pas m'attarder sur tous les souvenirs. J'aime être joyeuse et puis il faut profiter de la vie ! Je ne raconterai pas les détails de ma vie des vingt dernières années car ce qui importe c'est d'apprendre à se connaître à fond et de suivre sa route de façon intègre en aimant tout d'abord sa propre personne pour pouvoir aimer les autres harmonieusement. Le temps passe, je vis ma vie au présent ; mes rêves et ambitions en sont le moteur. Non, honnêtement, je ne ressens pas le besoin d'en parler trop maintenant, explique Lynn.

Nous sommes quotidiennement confrontés aux pénibles nouvelles diffusées par les médias. Tout près de nous, il se pourrait que certains de ces événements influencent la vie intime de personnes que nous côtoyons. Les conséquences des guerres sont néfastes et les effets sur nos vies actuelles n'attirent pas suffisamment l'attention en hauts lieux, sauf pour les cas d'homicides, de tortures ou de maladies graves. La deuxième guerre mondiale a eu des conséquences sur la santé mentale de sa mère et sur l'éducation de Lynn. Lynn en a beaucoup souffert. De nature sensible et plutôt discrète sur sa vie intime, elle a gardé le silence tout le long de sa vie de jeune femme. Elle est persuadée que son comportement à l'égard de son fils unique en a été influencé bien qu'elle en ait pris conscience à temps. Elle était en recherche de ses repères affectifs au moment où son fils atteignait l'âge de la puberté. Près de soixante ans

après la deuxième guerre mondiale, on commémore dignement les victimes, ce qui est incontestablement une valeur louable. Néanmoins, il est difficile de tenir compte de tous les traumatismes des survivants !

Suite à la diffusion des images télévisées sur les guerres dans certains pays, je m'interroge et me demande si la condition humaine sera récupérable un jour sur le plan relationnel et psychologique ? Pensons-nous suffisamment aux détails qui empoisonnent notre raison d'être sur cette terre ? Toutes ces personnes vivant dans des conditions pénibles ne disposeront pas nécessairement du dynamisme et de la rigueur requis pour prendre soin de leur psychisme. Il est improbable qu'elles auront à portée de main un accompagnement individuel offert par le biais de la médecine. Si les conditions élémentaires comme la nourriture, l'hygiène, l'argent leur faisaient défaut, le plus souvent il ne restera plus d'énergie pour se battre pour une vie affective meilleure.

Hormis la guerre, il y a des familles qui rencontrent d'autres difficultés, comme une perte d'emploi, l'abandon, l'alcoolisme... Toute la panoplie faisant partie de la vie ordinaire. De parents à enfants, des blessures du 'Cœur' ou de 'l'Ame' sont transmises. La mauvaise gestion ou l'ignorance de nos blessures nous amène à réagir émotionnellement de façon négative. Il arrive que certaines personnes ayant dépassé la quarantaine s'approprient des opinions rigides et vivent déjà, selon l'expression populaire, comme 'des vieux'. Par contre, bon nombre gardent une jeunesse de cœur.

Nous pourrions imaginer que chaque humain se ferait assister par un psychologue pour gérer et évaluer positivement leurs blessures morales. Mais cette hypothèse tourne en ridicule la vie humaine.

Par contre, pendant nos entretiens, Lynn se dit que si elle avait bénéficié d'une aide durant l'éclat de sa jeunesse, elle aurait pu se remettre en question plus facilement par la suite. Elle s'est arrêtée sur son « Moi » après sa trentaine suite aux échecs ordinaires rencontrés dans sa vie amoureuse. Elle réalisait qu'elle ne choisissait pas les partenaires indiqués avec lesquels elle aurait pu établir un équilibre et une complémentarité. Il fallait qu'elle apprenne à connaître son « Moi », puis à déceler la cause de son mal-être pour ensuite y remédier dans la mesure du possible.

La scolarité est principalement orientée vers les matières rationnelles et sportives. Les signes de détresse dans notre société démontrent que les humains ne gèrent pas aisément leurs émotions. Pourquoi ne pas intégrer dans les programmes scolaires des techniques de gestion émotionnelle, adaptées à l'âge des étudiants ? La déroute humaine que nous regardons à l'écran nous donne une image pessimiste de l'humanité. Il y a pourtant des personnes qui sont conscientes et positives dans leurs approches relationnelles. Aucun individu ne peut changer le monde à lui tout seul, mais chaque individu pourrait éviter l'effacement des valeurs humaines de base ! C'est une façon simpliste de présenter l'issue car les conditions de vie dans certains pays et le déséquilibre économique empêchent un grand nombre de gens de focaliser leur attention sur leur bien-être. Je ne désire pas analyser la mondialisation ou la politique internationale. Il existe des experts en la matière.

Le positivisme et l'amour sont à l'origine de notre santé. Réalisons-nous suffisamment le sens réel de ces deux mots et en sommes-nous pleinement conscients ? Sommes-nous conscients de nos centres d'énergie, de

l'influence des énergies mutuelles sur nos vies individuelles, des interdépendances physiques et mentales et pouvons-nous être à l'écoute de notre corps et de notre « Moi » ?

Lynn soulève toutes ces questions durant nos entretiens.

Elle clôture notre premier entretien en disant :

— J'ai accepté de parler de ces épisodes d'une vie plutôt banale d'une famille de classe moyenne pour que certains puissent un jour, à leur tour, remettre en question leurs actes en comprenant leur « Moi » et en songeant qu'ils influencent l'avenir de leurs enfants. Donnons à nos enfants ce qu'ils méritent : l'amour et le respect ; la vie extérieure les confrontera à de multiples défis. Si les parents ont traversé des périodes difficiles, il serait utile que les enfants apprennent à interpréter et à gérer les influences parentales qu'ils subissent. Ainsi, ils seront mieux armés pour relativiser et interpréter certains événements mais surtout pour être disponible et à l'écoute envers leurs futurs enfants. Les enfants doivent aussi connaître leurs droits et avoir l'opportunité de s'exprimer par le biais des organismes destinés à l'écoute et à la guidance des mineurs.

Linda Adnil

