

06 Août 2003

Le thermomètre est toujours stable à 40.

Depuis quatre semaines canicule sur toute la France. L'idée qu'il pouvait y avoir de la fraîcheur dans les pays nordiques m'incita à partir en Scandinavie. L'après midi, j'étais dans une agence spécialisée et m'inscrivit en toute hâte. Il restait une chambre de libre à Copenhague. C'est ainsi que nous partîmes le 10 Août mon épouse et moi par la compagnie Air Danemark. Deux heures de vol, ensuite un train nous amena très vite de l'aéroport à la capitale. Nous ne connaissions rien de cette ville, et j'avais demandé à l'agence de nous préparer un circuit qui Paris Copenhague, et ensuite Oslo par bateau. Le 11 Août, tour de la ville en car, puis en bateau sur les canaux, temps ensoleillé, Température à 23° en sommes une première journée idéale pour visiter et connaître la capitale.

Notre hôtel se trouvait à quelques mètres des énormes bateaux qui transportaient les passagers vers d'autres lieux et notamment le nôtre qui devait partir le lendemain à 17 heures pour Oslo se trouvait à quai. C'était notre baptême de mer et nous regardions avec émotion et joie, ce monument majestueux qui allait nous procurer des heures pleines de surprises, dîner du soir avec orchestre, show musical et autres animations de rêves prévues pour une nuit fantastique à venir.

Comme tout bon touriste, nous allâmes saluer la Petite Sirène. Je restais de longues minutes contemplant cette jeune fille assise au bord de l'eau, le visage tourné de coté et j'eus un pressentiment curieux. Je ne pouvais pas détacher mes yeux de cette sculpture que je trouvais très belle. Après les photos d'usage, nous repartîmes visiter le Palais de la Reine. Peu de monde sur cette grande place, merveille d'architecture, un calme absolu. Deux sentinelles

montaient la garde imperturbable sous la chaleur du moment.

Notre hôtel se trouvait dans un lieu très animé, avec restaurants, musiciens, chanteurs, des marins buvaient des énormes bières aux terrasses, des rires puissants se mêlaient aux bateaux de plaisance qui frôlaient le canal situé à quelques mètres.

Les premières heures s'annonçaient fort agréables et nous étions à ce moment là un couple en vacances, heureux, décontracté, découvrant un autre mode de vie. Le soir même, nous allâmes dîner sur une péniche, les rires et les chants nous tinrent compagnie toute la soirée.

Le lendemain 12 Août, nous primes un car qui nous fit découvrir la Riviera à environ quarante kilomètres de Copenhague. Tout le long de la cote au bord de mer, des villas, des jardins, des petites plages, des bicoques des plages toutes les couleurs un tableau de peintre se dessinait devant nous avec ce talent que seule la nature peut exprimer.

Cette journée fut un plaisir des yeux, découverte de châteaux, de musées, des plages nichées dans des coins de verdure, une harmonie qui nous enchantait. Nous fûmes de retour vers 18 h 30 avec de belles images incrustées dans nos mémoires. Dîner à l'hôtel, menu gastronomique, une ultime promenade sur le port et une envie de goûter aux glaces qui s'offraient comme des bouquets de fleurs dans une petite boutique, pleine d'odeur de sucre, de miel et d'épices. Je dois dire que je souhaitais que le temps se maintienne au beau fixe, car le lendemain, nous prenions le bateau et je voulais une nuit calme et tranquille pour cette occasion.

Ce même jour vers midi avant de déjeuner, je pris mon portable pour appeler ma Mère qui se trouvait à Paris.

— Allô, c'est moi, je t'appelle rapidement pour te signaler que nous prenons le bateau demain à 17 h, c'est superbe, il fait toujours chaud à Paris ?

- Oui, très chaud, quelle bonne surprise de m'appeler.
- Bon je me dépêche, le portable coute cher.
- Veux tu que je te rappelle ?
- Non plus tard, nous allons déjeuner.
- Au revoir mon fils.
- Au revoir Man.

Nous étions le 12 Août,

Le lendemain matin pendant que ma femme préparait les valises pour partir de l'hôtel et prendre le bateau, j'eue l'idée d'aller visiter un musée qui se trouvait situé près de la gare. Mes pas me conduisirent vers les salles ou étaient exposés les impressionnistes, Degas, Renoir, et je visitais d'autres salles plus contemporaines.

Avant de partir je m'arrêtais devant un curieux tableau. Je n'appréciais pas spécialement cette peinture, mais le motif représentait un faucheur de blé transposé dans une apparence de mort avec une énorme faux à la main. Je restais ainsi quelques instants et je sortis bien vite du musée. Avant de retrouver mon épouse je pris la grande allée centrale ou se trouve une multitude de magasins. je m'arrêtais dans une grande surface, montais au deuxième étage pour essayer plusieurs impers très modernes. Un modèle me ravit, mais je décidais de revenir avec ma femme pour avoir son avis. Il était 11 h 30.

J'arrivais en vue de l'hôtel vers 12 h.

Au loin, je vis mon épouse qui m'attendait sur le quai avec une expression sur le visage que je ne lui avais jamais connue. Immédiatement, je ressentis une boule à l'estomac. Je me hâtai pour aller à sa rencontre, les quelques mètres me parurent interminables.

J'entendis une vois à peine audible : ta mère a eu un problème, un accident.

— Elle est morte ? Elle est morte ?

Son regard fut désespéré, hagard,

— Viens t'asseoir à l'hôtel, viens à l'hôtel je t'expliquerai. Inutile, j'avais compris. Je fis les quelques

mètres qui me séparaient de l'hôtel, j'étais dans un état second. Nous étions le 13 Août, un coup de fil sur le portable de ma femme lui avait appris, par notre fille, le choc immense qui allait changer ma vie.

Il me fallait vite et immédiatement rentrer à Paris. Après une heure d'attente mêlée à notre chagrin et désespoir nous eûmes la confirmation qu'un avion partirait à 15 h. Il était 13 H. Régler l'hôtel qui avec beaucoup de gentillesse appela l'aéroport, il ne restait de disponible que deux places en première classe, je donnais bien sur mon accord. Un taxi nous amena à près de cent quatre vingt kms à l'heure à l'aéroport, nous y arrivâmes vers 14 h 30. Retrouver nos billets, ne parlant pas la langue fut un exercice mémorable, une seule obsession, les billets coûte que coûte et ensuite partir, retrouver celle qui depuis qu'elle m'avait donné le jour ne m'avais jamais causé le moindre chagrin. Nous étions dans un état de surexcitation, de folie, enfin nous eûmes nos billets de retour. Enregistrement des bagages grâce à une personne dont le travail devait être uniquement réservé pour les cas spéciaux, elle nous amena avec sympathie vers le point où nous allions embarquer. Nous étions hébétés, inconscients, chavirés, bouleversés.

— C'est pas vrai, ce n'est pas vrai, seuls, nous ne pouvions dire que ces quelques mots.

Pendant une seconde, je revis dans ma tête le gros bateau qui nous attendait et que nous avions aperçu en quittant l'hôtel. Comment expliquer, exprimer, écrire, ce qui se passa dans mon esprit à ce moment là, nous étions devant la porte d'embarquement qui ouvrait sur un couloir pour aller jusque dans l'avion. Ma tête bourdonnait, j'étais sonné, en même temps une évidence s'installa devant mes yeux. Comment avais-je pu la laisser par 40° dans son appartement ? Pourquoi ne l'avais-je pas mise en sécurité à la campagne, près de la mer ou ailleurs, pourquoi ne pas avoir agi ou réagi devant cette chaleur mortelle, pour-

quoi ? Pourquoi ? Egoïsme, manque d'intelligence inaptitude de ma part pour la protéger encore une fois ?

Dans l'avion étant en première classe car c'était les seules places disponibles, nous eûmes droit à du champagne, il était tiède et entre deux hoquets de larmes j'avalais ce liquide, au goût amer mais ça n'avait aucune importance. Nous étions assis là ou ailleurs c'eut été pareil, je me souviens avoir dit : si je pouvais je ne rentrerai jamais. Paroles inconscientes. Je me mis soudain à saigner du nez entre deux sanglots, le sang me venait de la gorge et coulait par le nez. Avant cet instant j'eu pendant quelques minutes une douleur d'une violence inouïe dans les yeux. L'hôtesse me donna des cachets, et, plusieurs minutes plus tard, petit à petit la douleur se fit moins vive.

Nous arrivâmes à Roissy CDG.

— Il faut faire maintenant votre deuil !

Je regardais avec stupéfaction mon médecin généraliste que je consultais depuis de nombreuses années. Impossible de réagir à ces mots. Faire mon deuil, qu'est ce que cela voulait bien dire ? Par quelle attitude, par quel miracle pouvais-je effacer de ma mémoire, de mes tripes, l'image de ma maman chérie ?

Je m'entendis dire : donnez-moi l'adresse d'un psy. Il consulta son fichier et m'indiqua l'adresse d'un confrère spécialiste.

Quelques jours plus tard je me présentais chez le psychiatre. Sa première parole fut de me dire : ce sera très long. Ensuite il me posa quelques questions me prescrivit une médication, en sortant du cabinet, je pensais que ce médecin ne me convenait pas, je ne saurais dire pourquoi mais je n'avais aucune envie de le revoir. Je fis appel à mon cardiologue qui consultait près de chez moi, elle m'indiqua le nom d'un psychiatre qui consultait dans le 12ème et dont la renommée était parait-il excellente. Je pris rendez vous quinze jours plus tard accompagné de mon épouse, qui lui indiqua en quelques mots mon état permanent depuis un mois. Attitude négative, refus ou impossibilité de décider quoi que ce soit, immobilisme, difficulté à écrire une lettre, à rédiger un chèque, à classer des documents usuels de la vie quotidienne, réaction ou plutôt absence de réaction devant n'importe quel événement si petit soit il. Je regardais et fixais attentivement le spécialiste qui, après avoir écouté nous indiqua la marche à suivre. Prise de médicament et prise de conscience de mon état. En clair cela voulait dire que je devais moi seul sortir de ce pétrin. Je soulignais au spécialiste que j'avais entendu parler d'un médicament efficace l'anafranil® cité dans le livre de Philippe Labro, mais il me déconseilla ce

remède car je risquais maintenant un arrêt cardiaque du fait que j'avais été appareillé d'un stent dans une artère. Ainsi, je commençais le traitement préconisé. De semaines en semaines, il me fit augmenter les doses du produit, mais je n'étais pas en confiance car je ne ressentais pas de mieux aller. A chaque visite : c'était bonjour asseyez vous, il prenait sa fiche client, nous échangeons quelques mots, une réflexion de sa part et ensuite, on continue le traitement, chèque de fin, et rendez vous le mois suivant. Après chaque visite, en sortant du cabinet, je me retrouvais dans la rue, hébété, hésitant à faire quelques pas, restant de longues minutes au bord du trottoir. Les rendez vous ne m'apportaient aucun bien, sauf peut-être le fait d'être protégé dans la petite pièce du médecin, mais le désespoir retrouvait vite ses forces vives dès l'instant où je quittais le cabinet. Ensuite, dès qu'il m'était possible de marcher je prenais le chemin de la pharmacie pour acheter les médicaments.

Les semaines passèrent, douloureuses sans résultat.

Le soir à la tombée de la nuit, un léger mieux me redonnait espoir, mais dès le lendemain matin l'angoisse inexorablement ressurgissait, sournoise, immatérielle, légère comme un nuage mais puissante comme le vent. Vite, un anxiolytique en l'occurrence du xanax® plus l'antidépresseur, et je tombais dans un demi sommeil. Seul, un dépressif connaît ces moments où la terre commence à se dérober sous ses pieds, ou, petit à petit, la peur, la transpiration, la boule dans le ventre et dans la gorge qui afflue dans tous le corps et qui ronge notre esprit, notre cerveau. J'achetais des dizaines de livres pour essayer de combattre, mais en même temps la sournoise bête s'accrochait et m'empêchait de réagir, Je ne pouvais plus téléphoner, pour sortir de chez moi, c'était atroce, je restais sur le pas de la porte des dizaines de minutes avant de franchir le seuil. L'image du personnage englué dans les sables mouvants m'apparaissait, mais je devais cependant

essayer de me montrer normal devant mes proches, ou mes amis. Chaque matin c'était des phrases négatives et noires sur mon épouse. Les jours passèrent, immobiles, monotones, et tristes. Quelques mois s'écoulèrent, j'étais dans le même état, j'attendais avec impatience la fin de la journée, regarder un peu la télévision, prendre les pilules et surtout me coucher pour me protéger sous les draps. La hantise, c'était le réveil pénible, douloureux, artificiel, la seule idée était de dormir encore dormir.

Aujourd'hui, je ferme les yeux, le printemps s'annonce avec douceur, le soleil joue à cache cache avec les nuages et je me revoie...

1943 Saint Georges du Puy de la Garde (Maine et Loire)

Le seul souvenir de mon arrivée à Chemillé, fut de me retrouver dans une calèche ou peut-être une charrette tirée par deux chevaux. Je me souviens d'une odeur de fumée de cheminée et d'un vent très frais. Qui était près de moi ? Aucun souvenir mais je me rappelle cependant qu'après plusieurs heures, je vis une route qui s'élevait droit devant moi, la charrette allant sur cette route au couleur de craie blanche qui semblait s'élever vers le ciel. A quel moment nous arrivâmes à destination, je ne sais plus, mais je revois trois visages dans la maison, une dame aux cheveux blancs, sa fille aux cheveux bruns et un homme aux cheveux gris. Ces trois personnes vivaient dans cette maison au bord cette route qui montait et moi petit garçon de six ans, je me retrouvais parmi eux, savais-je vraiment pourquoi à cet instant là ?

Mes souvenirs sont incertains, mais je ne me rappelle pas avoir été malheureux. On m'inscrivit à l'école du village et je fus rapidement parmi les meilleurs élèves de la classe. Le soir, j'allais porter le lait aux voisins, quelquefois j'allais chercher les vaches dans les champs, seul ou accompagné je n'ai plus le souvenir de ces instants. La prairie était belle au printemps, de petites fleurs apparaissaient, elles s'appelaient « pentecôtes », il me semble, c'est mon souvenir du nom de ces magnifiques fleurs odorantes. Tous les matins, nous avions comme petit déjeuner de la bouillie, blanche, sucrée, c'était délicieux, je raclais la grande casserole en fonte noire et je léchais la cuillère avec un peu de bouillie brûlée !

Tous les soirs, en portant le lait dans les maisons voisines, je passais devant une boutique qui appartenait à un bourrelier. C'était un monsieur qui travaillait le cuir pour les chevaux.

Tout à coté de sa boutique, il y avait un café et l'image que je garde de ce personnage, c'est le fait que bien souvent je le voyais tomber en sortant du café, car il y avait quatre marches, et comme il buvait beaucoup, il roulait comme une boule sur le sol restais par terre, alors je m'enfuyais à toutes jambes prenant peur de ce que je voyais. Mais il y eu des évènements plus heureux, notamment quant un mariage ou un baptême peut-être s'annonçaient, nous savions qu'à la sortie de l'église les personnes nous jetaient des bonbons et des petites pièces de monnaie. C'était la ruée sous cette pluie de dragée et tous les enfants du village se précipitaient, se bousculant, avec des cris de joie pour ramasser le plus de pièces et de sucrerie.

Le dimanche matin, j'allais à la messe accompagné par ma famille d'accueil, j'avais un chapelet à la main et je regardais les autres personnes assises autour de moi dans l'église avec les mêmes colliers. Je n'étais même pas étonné, je comprenais seulement que l'on m'avait mis ici pour me protéger, pour me cacher, en fait car j'étais un enfant juif et Maman avait fait le nécessaire pour me mettre à l'abri de certaines horreurs que je compris bien plus tard.