

Fragments imparfaits

matias grenn

En deuil de soi

Il est un temps où, bien qu'encore vivant, sans même être porteur de maladie, il est préférable de faire deuil de soi.

Pas une fuite, un véritable processus qui permet, au contraire, de continuer, d'être là encore, à exister malgré.

Parce qu'il est nécessaire d'accepter, de s'accepter nul, d'être comme invisible, que notre présence est une absence et peu importe.

Donner moins à la souffrance, qu'elle ne puisse plus, la laisser glisser sur notre peau et s'éteindre sans un bruit, sans un cri.

Se voir tel qu'on est mais ne plus se laisser envahir par le désespoir, ni pénétrer par la souffrance.

Souffrir c'est vivre, oui, peut-être, mais souffrir pour souffrir. Cessez. Faire deuil de soi commence par la désensibilisation. Un traitement anti allergie. Réduire l'affect.

Par étape.

Commencer par le plus proche, être non pas dans l'indifférence mais dans une retenue, garder pour soi, accepter la douleur pour pouvoir ensuite la rendre inoffensive. Ne plus crier, ne plus se plaindre, rester neutre.

Prendre son temps, et il en faut pour tout contenir sans que cela n'explose.

Ne plus s'intéresser. Ne plus lire, s'éloigner de toutes fictions, cinéma ou peinture, photo ou musique. Trouver son silence intérieur. Puis,

progressivement, sans rompre avec toute relation sociale, cessez de regarder l'autre, rompre avec les désirs. Ne plus être que dans un dialogue poli, juste l'utile. Continuer à exister mais garder un flou autour de l'autre, non pas pour ne plus différencier mais pour se détacher de tout affect. Ne plus jouer. Être là simplement, sans attendre plus que le nécessaire.

Naturellement la sexualité disparaîtra. L'autre ne sera plus sexué. Encore du temps avant la disparition totale de la libido.

Pour ne pas sombrer, il est indispensable de procéder lentement, de ne pas aller trop vite même si l'énergie ou le moral.

La dernière étape sera la contemplation des paysages. Il est très difficile de ne pas se laisser surprendre par une lumière incroyable se reflétant dans la mer, de ne pas apprécier une architecture, ou de ne pas se sentir vivant à l'abris face à des montagnes enneigées. Lutter contre le bonheur ou le malheur de front est vain mais arriver à être dans un silence serein malgré l'un ou l'autre.

Être dans le bus et ne plus distinguer qui est homme ou femme ou autre,

répondre aux salutations, aux sourires, ne pas fuir les regards mais n'en retenir que l'indispensable, ne pas y donner plus de sens, ne pas interpréter. Se laisser bercer par le mouvement plus ou moins souple du bus, ce voyage n'en est pas un, en soi rien ne change, rien n'est bouleversé.

Cette femme qui laisse traîner un peu trop longtemps son regard, qui insiste en souriant, elle ne doit pas perturber l'équilibre, lui répondre par un sourire et passer à autre chose. Ce deuil de soi ne doit pas être un combat, c'est un aboutissement, être juste matière, un objet parmi d'autres, un objet social, rien de plus.

Cet homme dont l'odeur irrite, agresse le nez, des particules, de la matière. Il y a des matières incompatibles, pas nécessaire de lutter. Accepter et attendre le moment où le nez se sera accoutumé ou, mieux, que cet homme quitte le bus avant notre destination.

L'amitié. Les souvenirs restent. Ils sont empreints non de nostalgie mais d'une impression tronquée ou, pire, ils ne sont que mensonges.

L'amitié. Toute sa jeunesse est une quête d'amour et d'amitié. Si la première n'était qu'une succession d'échecs, il restait l'amitié bien réelle, et juste en dessous mais pas moins intense, la camaraderie.

Les souvenirs des amitiés. C'est la première douleur. Puisque de ces amitiés il ne reste rien. Avoir voulu mettre de l'amitié où il n'y avait que de la camaraderie. Ensemble hétérogène de gamins puis d'ados, puis enfin d'adultes, associé par des hasards de situation, de goûts parfois, de loisirs ou de relations.

Mais il n'en reste rien. La valeur qu'on y mettait n'était pas partagée.

Quand encore, par la musique, par les odeurs, ou je ne sais quel déclencheur émotionnel, l'amitié se rappelle à nous, il n'y a qu'un gouffre où tout se perd, chute à l'infini.

L'amitié. C'est un point de départ du deuil de soi. Cet investissement sincère, non calculé, a été si profondément trahi. Sans doute par inattention.

L'investissement n'était pas de même nature de chaque côté. Il est facile de l'oublier, ce sentiment de trahison, lorsqu'il n'arrive qu'exceptionnellement. Par contre, quand tout s'effondre, que tout est aspiré par ce sentiment de trahison, le rien qui reste, ce rien là, qui constitue finalement notre existence,

cette sensation si cruelle de solitude, ce rien là nous dévore plus sûrement qu'une maladie, elle nous dévore mais ne nous emporte pas. Ni voyage ni mort.

L'amitié, ce rien là qui reste.

C'est la première souffrance à disparaître. Se couper de ce mensonge qui ne nous constitue pas. Et ne pas en vouloir aux autres, ce n'est pas un complot contre soi, juste une incapacité à. L'amitié. En avoir si profondément rêver, comme un groupe de rock qui change le monde. Et en être exclu parce qu'incapable.

Le premier deuil de soi : l'incapacité d'amitié.

Est-ce par incapacité ? De ne plus être capable de discerner ce qui est de ce qui n'est pas ? Fuir l'hypocrisie des amitiés intéressées mais finalement les fuir toutes. Ne plus vouloir le savoir. Accepter ne plus rien comprendre. Se concentrer pour ne pas perdre de vue les objectifs. Les répercussions sont multiples déjà. La vie sociale ne s'organise plus qu'autour d'activités professionnelles. Plus aucune ambiguïté. Il y a un flou subtil ou plus précisément un filtre qui me faisait voir les choses et les personnes différemment qui a disparu. Et s'effondre des années d'éducation et finalement d'embrigadement qui sexualisait tout, qui donnait des sens cachés à chaque geste. Nous conditionnait autant à les faire qu'à les voir. Mais rien n'est réel. C'est un effroyable mensonge. L'unique sens porté par nos gestes fébriles c'est l'instinct de survie. Et pour cela jouer un rôle devient nécessaire. Y croire devient vital. Et souffrir est dans la nature. Apprend-on...

Ressentir une profonde solitude, écrasante, malade selon certaines personnes, mais je n'écoute plus depuis longtemps leurs paroles qui tentent avec beaucoup de volonté de nous convertir à la vision qu'ils ont du monde et de leur place. Je ne vois dans leur poursuite du bonheur qu'une illusion bien trompeuse. La solitude qui m'écrase est une réalité à laquelle je dois me confronter et m'habituer. Il n'y a rien à attendre des autres que souffrance et

déception. La souffrance de cette solitude a l'avantage d'être constante, il n'y a pas de variation hors de mes humeurs. Elle disparaîtra quand j'aurais mis fin à tout sentiment, d'arriver enfin à n'être plus qu'un robot au service de personne d'autre que sa propre survie. Il y aura toujours des tentatives extérieures de me ramener à un mode de vie plus standard mais tout le monde finit par abandonner. Pour accélérer cet abandon, il est nécessaire d'user de violence, d'abord verbales et, si nécessaire, physique. Persuader qu'on est devenu toxique.

Lutter contre son corps. Autre étape importante. Et difficile. Les désirs dépassent trop souvent la volonté.

Je pensais y arriver façon moine, essayant de dépasser les aspirations terrestres. Je ne crois en rien, n'aspire à rien. Le vide devant ne me suffit pas et je n'ai pas envie de me taper des séances de pratiques ésotériques. Le bien être que je cherche ne s'exprime pas comme ça, c'est encore une fuite. Il ne s'agit pas pour moi de trouver un équilibre entre une société qui nous écrase et un besoin de liberté ou je ne sais quoi. Au contraire. Je souhaite me fondre totalement dans un système déshumanisé. Je veux en être le modèle.

Travailler, consommer, vivre mécaniquement. Ne voir en l'affect qu'une source de problème dont je dois impérativement me détacher.

Le corps résiste. C'est là ma terrible faiblesse. Il me faut inhiber ma libido, la réduire au silence, que je puisse réellement m'en détacher.

Je n'ai pas trop de mal à ne plus être désirable mais cela n'en réduit pas pour autant mes désirs. Et je ne parle pas de sentiment, ça aussi c'est assez simple à détruire. Ces désirs font monter en moi une violence inattendue qui perturbe la suite.

Il en a fallu des recherches pour trouver ce que je cherchais. J'ai lutté aussi contre mes appréhensions quant à toute forme d'aide humaine ou chimique mais mon incapacité à pouvoir le faire moi-même met en danger tout mon projet.

C'est terrifiant comme il est plus difficile d'obtenir les produits nécessaires à une castration chimique que de se procurer tout type de drogues. Hélas les

drogues ne sont pas une solution envisageable, je ne veux pas perdre la raison.

Laps

Il y a des temps inaccessibles qui, pourtant, nous travaillent en profondeur. Parmi ces temps, il y a ce temps personnel que nous apprenons chacun à plus ou moins gérer. Il y a ce temps qui, plus que tous les autres, nous échappe, et plus nous croyons le saisir moins nous le comprenons. Ce qui nous échappe fait de nous ce que nous sommes.

Mon temps m'échappe, je le regarde filer.

Ce qui se désagrège en moi me constitue par les trous béants qui apparaissent, par cette absence nouvelle, qui croît chaque jour, de plus en plus, de plus en plus vite. Ce vide, mon temps, une urgence qui s'amplifie et me rappelle à ce que j'ai à faire. Que je puisse, quand il ne restera plus que du vide en moi et que mon temps enfin cessera, que je puisse me regarder sans avoir honte. La honte que je porte en moi est lourde mais je ne peux pas la reporter sur les autres. J'en suis seul responsable.

Quand cesserons-nous de fuir et d'affronter dignement ces temps en nous qui nous dépassent par la profondeur de ce qu'ils représentent, au-delà de nos vies, de nos ambitions et de nos désordres.

Je, dans toute la miniature de ce que je suis, observe les temps sans les percevoir ne serait-ce qu'un peu. Je n'ai que la conscience douloureuse de ne rien savoir.

De la terre que nous sommes, et que nous détruisons parce que nous y voyons nos reflets mortels, naissent nos peurs et nos rages, nos haines et nos lâchetés. Il y a des mains encore pour modeler de la terre la vie et espérer y déceler un espoir si infime qu'il pourrait nous sauver. Peut-être pas tous nous sauver mais sauver une part de nous, une part poétique et politique de nous, une conscience perdue qui aurait pu nous élever au lieu de nous anéantir. La terre façonnée en poterie porte nos empreintes célestes quand la terre souillée de nos mépris devient nos cimetières. Elle nous accueille dans la mort, peu importe ce que nous avons fait, mais les cimetières élèvent nos échecs au lieu de nous transformer en terreau pour les générations à venir.

