

La ligne blanche

Une histoire de reconnaissance

Béatrice Benoist

Béatrice Benoist

La Ligne blanche

Une histoire de reconnaissance

© Béatrice Benoist, 2024

ISBN numérique : 979-10-405-5528-5

Image de couverture : Image de vector_corp sur Freepik

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

La Reconnaissance

Définition

1. Action de reconnaître quelque chose comme vrai ou réel.

Contraire : désaveu

2. Action d'admettre qu'on est l'auteur ou le responsable d'une action.

Contraire : négation

4. Action de reconnaître quelque chose comme légitime.

5. Accepter quelque chose, le tenir pour vrai ou réel, l'admettre, le constater.

Contraires : contester - douter – ignorer

Préambule

Le besoin de reconnaissance vient juste après le besoin d'amour. Il s'inscrit dans la construction de l'individu.

L'amour nourrit, la reconnaissance construit. L'un ne va pas sans l'autre. L'amour seul ne suffit pas, il vit en symbiose avec la reconnaissance. Celle-là même qui apporte le cadre, le terreau fertile qui permet à l'amour de s'épanouir en toute sécurité.

L'amour sécurisé par la reconnaissance.

La reconnaissance qui donne du corps, qui ancre les choses dans la réalité donne le droit d'exister en dehors de toute forme de doute.

Une fois reconnu(e)s, l'être, le statut, l'emploi, le crime, la blessure, la douleur, la violence, la maladie existent.

Une réalité est admise.

Par la reconnaissance la lutte peut cesser.

Il n'y a plus lieu de s'épuiser puisque ça y est, la reconnaissance a offert le terreau nécessaire à l'acceptation, au traitement, à la vie. La reconnaissance a permis de rétablir ce qui est juste, ce qui est vrai. Elle a comblé ce vide dans le paysage de l'existence.

*

Reconnaître, c'est ce qu'il m'a fallu faire.

Me reconnaître. Rétablir la balance. Par ce récit.

Non reconnue dans les souffrances vécues.

Non reconnue dans mes ressentis.

Non reconnue dans mes symptômes.

J'ai erré toute ma vie en cherchant cette reconnaissance.

Je ne l'ai jamais trouvé. Je me la suis accordée.

Je me suis reconnue.

J'ai restauré les lignes, recoloré les tons, affiné et redessiné les contours et les couleurs du paysage de ma vie.

L'image composée de beaux reliefs et de jolis endroits où perdre le regard contenait aussi des aspects plus rugueux qui accrochaient les yeux. Des recoins plus flous, moins nets et des ombres désagréables qui empêchaient de bien lire le tableau.

Le pire était la ligne blanche. Un long trait blanc qui le traversait de part en part.

Assez fin mais visible. Un trait blanc gênant la lecture, empêchant toute interprétation fiable, toute analyse de l'image. Une lacération le coupant en deux.

Un vide. Un néant qu'il fallait remplir.

Il a fallu bien des années pour le voir et puis encore quelques années pour le redessiner. Pour le remplir.

Ce vide, une fois comblé, donnait un tout autre aspect au tableau. Il redessinait le paysage ; adoucissait la rugosité ; éclairait la noirceur. Il assombrissait les anciens jolis reliefs qui finalement n'étaient pas si beaux que ça et en dévoilait de nouveaux.

Il redonnait toute sa véracité au tableau, en proposait une nouvelle lecture - en proposait une lecture.

Plus clair, plus net, il pouvait déployer toute sa richesse, toute sa beauté.

Se reconnaître donne le choix de regarder son paysage, de le redessiner.

De prendre le pinceau de son existence pour restaurer son paysage. Simplement reprendre sa part. Récupérer sa responsabilité pour que la beauté puisse exister.

Laisser la lumière contraster avec le plus sombre qui aura été révélé.

*

Les rêves

Une nuit, le rêve m'a dit de témoigner.

C'était un rêve avec cette texture particulière. Le genre de rêve que je retranscris le lendemain parce qu'il semble avoir du sens. Le genre de rêve qui laisse une empreinte, un goût, une sensation.

Le rêve me disait d'écrire. Je ne le prenais pas au sérieux parce que je ne pensais pas en être capable.

Je ne suis ni patiente, ni déterminée, ni persévérante. Je ne suis pas une auteure. J'aime les synthèses, aller droit au but. J'aime l'intensité mais je ne sais pas étayer. Je n'aime ni les grands discours ni les palabres ni la grande littérature. Je lis surtout de la littérature jeunesse car je la trouve plus juste, moins pompeuse.

Je ne suis pas capable d'aligner les mots pour expliquer mon histoire. Je ne peux pas retranscrire les faits de manière exacte, c'est impossible. Je n'y arriverai pas. Ce n'est pas pour moi. Il est bien gentil ce rêve mais ce n'est pas pour moi.

*

J'ai oublié le rêve. J'ai oublié que ça n'était pas pour moi.

Je ne sais ni pourquoi, ni comment mais quelques temps après le rêve, je me suis mise à écrire. Sans même m'en rendre compte. J'en avais très envie. Je savais quoi dire.

J'avais déjà écrit pleins de choses ces 3 dernières années. Il suffisait de laisser faire le processus de création qui permettait de trouver le fil conducteur de tous ces écrits. Il suffisait de relire, d'étoffer, de corriger pour être sûre que les mots soient justes. Il suffisait d'enlever des morceaux, de changer les noms. Il suffisait d'écrire comme si je parlais, comme j'aurais dit les choses avec moins d'émotions. Il suffisait de prendre de la distance.

Il suffisait de me mettre au service de mes mains qui tapaient sur le clavier de mon ordinateur. J'avais le temps. J'avais l'énergie. J'avais l'espace pour le faire. Il suffisait de laisser faire.

Récupérer les souvenirs. Les retranscrire. Récupérer ce qui semblait être juste ou authentique ou vrai, je ne sais pas quel est le mot exact. Je devais garder la texture de mes ressentis mais les offrir dans ce récit pour en faire quelque chose d'universel. Il suffisait de faire confiance, mon corps semblait savoir quoi faire. Mon cerveau me donnait les mots et les souvenirs. Mes mains tapaient. J'arrêtais quand le processus semblait terminé.

J'ai relu mes notes, mes retranscriptions de rêves et j'ai lu que j'avais rêvé ce

livre, alors le souvenir du rêve est revenu ! Je me suis souvenue ! Ils sont espiègles ces souvenirs ! Ils se cachent, disparaissent et réapparaissent ! Ils sont durs à cuire et vivent leur propre chemin. Ils sont tenaces mais partiels. Solides mais vaporeux. Et quand tu crois en avoir attrapé un, il t'échappe mais un autre revient qui permet au suivant d'apparaître.

Quand je croyais avoir définitivement terminé mon récit, (je crois souvent que les choses sont définitives), je demandais à la transe s'il y avait autre chose à dire et dans les heures qui suivaient je tombais sur un podcast, un livre, une personne qui me permettait de me dire : « je n'ai pas tout dit ! » il manque des mots à mon histoire ! Moi aussi j'ai ressenti ça, moi aussi j'ai vécu ça, moi aussi je suis tombée dans le silence, dans le déni, dans la honte. Moi non plus je n'ai pas vu, je n'ai pas perçu puisque c'était sourd. C'était insidieux. Ce n'était pas frontal.

D'autres fois quand je pensais que c'était terminé, j'attendais 2 jours et me disais : « c'est bon, c'est fini ! » Jusqu'à ce qu'une pensée tenace me colle aux basques, jusqu'à ce que je l'écrive pour m'en débarrasser.

J'ai écrit quelques mois et j'ai senti que c'était fini (définitivement cette fois). Les pensées s'étaient arrêtées et les mains aussi. Le processus enclenché après ce rêve s'est terminé. Il avait été parfois douloureux mais simple par ailleurs. Je n'ai pas la sensation d'avoir eu le choix. J'ai laissé faire ce qui sortait. Cela m'a semblé être la seule chose à faire.

Puisque le rêve m'avait dit de témoigner, j'avais écrit pour le faire. J'avais accepté le deal qui n'en n'était pas un. J'avais passé un accord entre moi et moi de ne pas rester dans le silence pour me reconnaître. Pour les reconnaître.

Montrer qu'il existe aussi cette réalité qui crée des traumatismes invisibles. Cette réalité qui créer la dissociation pour notre propre survie.

*

Les rêves reviennent beaucoup plus fort en ce moment. En ce moment, c'est depuis la transe. La transe c'est depuis novembre 2023.

Je ne parle pas des rêves normaux, ceux qui ne laissent pas de souvenirs. Eux n'avaient pas disparus mais des rêves texturés surtout, ceux qui parlent de moi. Ceux qui parlent d'un ailleurs. Ceux qui parlent des sensations d'une autre dimension. Ils sont parfois très nets, comme celui où j'ai rêvé que j'étais sorcière dans un paysage très ancien, il y a peut-être 20 000 ans. Magnifique, clair, il m'avait laissé un souvenir limpide.

Ils peuvent être beaucoup plus flous, mais la texture reste la même. Cette texture

particulière du présent, du passé et du futur réunis dans un même espace/temps dans lequel je suis systématiquement chamane ou sorcière, un truc comme ça. Une texture qui persiste ensuite plusieurs jours.

J'ai fait des rêves prémonitoires plus ou moins joyeux aussi. Des rêves spirituels. Des paralysies du sommeil aussi. Ça, c'est nouveau. Et puis les rêves lucides. Enfin bref, les rêves sont revenus. Ils me sont utiles ces rêves. Ils me manquaient.

Ils étaient partis, ils avaient déserté depuis 3 ans. Depuis le 25 décembre 2020. Depuis cette nuit de Noël qui a tout déclenché.

Depuis le Noël aux chocolats.

*

Noël 2020

Le 24 décembre 2020, enfant Zèbre et enfant Canari, mes beaux-parents, ma mère, mon amour Arbre et moi fêtons le réveillon en petit comité : pas plus de 6 à table répétait le gouvernement pour ne pas propager l'épidémie de Covid.

En 2019 déjà, j'avais invité ma mère pour qu'elle ne reste pas seule.

C'est ce que je faisais.

Je lui proposais les choses pour deux raisons : éviter qu'elle ne reste seule, ne pas culpabiliser.

Je n'avais donc pas plus envie de l'inviter en 2020 qu'en 2019 ou qu'en 2018 et pourtant je l'avais invité à chaque fois. Je connaissais chacune de ses réactions et de ses réticences visant Noël ou ma famille en général pourtant je l'invitais encore et encore.

Je l'ai donc invité pour Noël et puisqu'elle n'avait « pas mieux à faire puisque personne d'autre ne l'avait invité », elle viendrait.

Pour que tout se passe bien et comme elle m'avait déjà parlé de « son amoureux » de Côte D'Ivoire, j'avais décidé de l'installer dans mon cabinet pour qu'elle y soit tranquille, puisse passer du temps en visio avec « l'amoureux », et aussi pour qu'elle ne dorme pas dans la maison.

La dernière fois qu'elle était venue et avait dormi dans la maison, Canari avait fait pipi au lit toute la semaine. Je préférais donc la mettre à distance.

D'autant que la maison le permettait. En effet, on avait acheté un lieu à 30 minutes de Tours 10 ans auparavant, sur lequel se trouvait 3 petites maisons inhabitées et insalubres et un grand jardin en friche que l'on avait transformées en maison d'habitation, en gîte et en cabinet pour mon activité de thérapeute (et accessoirement de maison d'amis).

Pendant dix ans, nous avons tout restauré nous même à force de travail, de persévérance, d'idéalisme, de jeunesse, de sacrifices, de récup, de poules et de toilettes sèches pour que cette maison devienne notre îlot de verdure, notre cocon le plus éco-restauré possible où on protégerait, à notre échelle, la faune et la flore.

Aussi, nous mangions le plus bio et local possible (par conviction, par éthique pour les agriculteurs et pour la planète) et les petits étant allergiques puis intolérants au gluten et au lait jusqu'à 5-6 ans, on avait intégré un mode de vie assez sain dans ce lieu qui était le nôtre.

Ma mère de son côté, à cause de problèmes de digestion avait elle-même adopté le même régime que nous en plus drastique et ne mangeait aucune « merde »