

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI

DE LA DÉSESPÉRANCE À L'APPRENANCE

PARCOURS HEURISTIQUE AU CONTACT DU SUICIDE

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en étude des pratiques psychosociales

en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

© **MATHIEU LEBLANC-CASAVANT**

Novembre 2015

Composition du jury :

Sacha Genest-Dufault, président du jury, Université du Québec à Rimouski

Jeanne-Marie Rugira, directrice de recherche, Université du Québec à Rimouski

Sylvie Morais, codirectrice de recherche, Université du Québec à Rimouski

Pierre Turcotte, examinateur externe, Université Laval

Dépôt initial le 2 février 2015

Dépôt final le 6 novembre 2015

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI
Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « *Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse* ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.

*À mon frère, mes cousins (es) et
aux générations qui nous suivront...*

REMERCIEMENTS

La signature d'un ouvrage cache souvent les inspirations sourdes sans lesquelles l'auteur n'aurait jamais pu l'en accoucher. Les remerciements sont ainsi des excuses pour autant de co-signatures qu'il faudrait ajouter au bas de chaque page.

Jean-Philippe Warren

J'ai besoin de remercier profondément, en premier lieu, ma directrice de mémoire, madame Jeanne-Marie Rugira, professeure au département de psychosociologie à l'UQAR. Son accompagnement, sa sollicitude, sa patience et sa foi tout au long de cette recherche auront été une source de motivation, de courage et d'inspiration inestimables pour moi. Il y a de ces rencontres rares et précieuses dans une vie qui arrivent à faire toute la différence, nous transportent vers des mondes inespérés et nous appellent à l'espérance. C'est ainsi que je t'ai rencontrée et ma reconnaissance est sans limite.

Je tiens également à offrir toute ma gratitude à madame Sylvie Morais, ma codirectrice, qui m'a initié au monde phénoménologique et transmis un appétit renouvelé pour la création. Sans son accompagnement généreux et tenace au travers de l'écriture de ce mémoire, l'accomplissement de cette recherche n'aurait pas été possible.

Ma reconnaissance va naturellement et inévitablement à Mire-Ô Tremblay. Merci pour tous ces espaces pédagogiques où tu remets la nature au centre et la réenchantes. Le ressourcement, l'inspiration et la vision que j'ai puisés par là, avec toi, me nourrissent et m'orientent encore aujourd'hui.

Il m'apparaît essentiel de remercier ma famille. Je pense à mon père et ma mère par lesquels je me sens convié à prendre part avec eux, et à leur suite, à un long chemin familial transgénérationnel de rapatriement, de rédemption et de libération. Une reconnaissance

toute particulière s'adresse à mon cousin Maxime qui a une place centrale et essentielle dans ce mémoire et par qui j'ai puisé forces et inspirations vives, à travers une réalité sombre : « tu rayannes plus fort que les ténèbres » cher cousin. Merci à mon frère Justin, Gladys, Roxanne et Augustin, pour vos présences significatives dans ma vie.

Je me dois de souligner la présence de tous ces amis, ces alliés de vie et de démarche, si importants, qui ont croisé ma route à Rimouski. C'est un honneur, un privilège et une réelle joie d'avoir fait connaissance avec vous. Un merci obèse à Jean-Philippe Gauthier, Marja Murray, Simon Plourde, Marie Beauchesne, Émilie Picarou, Dany Héon, Vincent Cousin, Clency Rennie, Sacha Genest-Dufault, Monyse Briand, Pascale Bergeron, Laurence Sabourin, Sylvie Hogues, Sophie de la Brosse, Josée Desjardins, Sylvie Lavoie et Jean Humpich. Vous rencontrer soulève en moi l'envie puissante d'inventer ma vie et notre monde à venir.

Il m'importe aussi de remercier Catherine Sirois, intervenante au CPSICBSL et responsable à la postvention. En suivant son intuition, elle m'a permis de contribuer à un groupe d'accompagnement pour personnes endeuillées par suicide. Cette implication, en plus de me faire cheminer comme personne, m'a mis sur le chemin d'une pratique d'accompagnement naissante, inédite et remplie de promesses pour le praticien-réflexif que je souhaite devenir.

Finalement, j'aimerais remercier sincèrement les professeurs du module de psychosociologie à l'UQAR qui m'ont enseigné à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales. Luis Gomez, Jean-Marc Pilon, Diane Léger, Pascal Galvani et Jeanne-Marie Gingras. Vous avez, chacun à votre façon, contribué à m' « apprendre à apprendre autrement » et m'avez inspiré grandement mon chemin d'*apprenance*.

*De plus, on ne se suicide pas tout seul.
Nul n'a jamais été seul pour naître.
Nul non plus n'est seul pour mourir.
Mais dans le cas du suicide, il faut une armée de mauvais êtres pour
décider le corps au geste contre nature de se priver de sa propre vie. Et
je crois qu'il y a toujours quelqu'un d'autre à la minute de la mort
extrême pour nous dépouiller de notre propre vie.*

Antonin Artaud

AVANT-PROPOS

LEGENDE ALLEGORIQUE DU PLONGEON HUARD



Figure 1 : *Le Plongeon Huard*

Il y a de cela des milliers d'années, lorsque tout était en harmonie sur la terre, les oiseaux de toutes les variétés se réunissaient occasionnellement autour d'un lac, pour discuter de sujets qui les concernaient. Lors d'une de ces rencontres, une perdrix suggéra que l'on choisisse un des oiseaux qui serait le représentant royal de tous les oiseaux.

Un corbeau posa sa candidature. D'un commun accord, les oiseaux le refusèrent, « On ne peut tout de même pas choisir quelqu'un qui, à chaque occasion, sans gêne, pique tout sur son passage, sans souci des conséquences. » À son tour, le hibou postula à cette noble tâche. Après mûre réflexion, tous en conclurent qu'il ne convenait pas à leurs attentes puisque le hibou est nocturne. Les oiseaux voulaient un représentant disponible de jour. Ils remercièrent donc le hibou. Un sage huard manifesta le désir, si tous étaient d'accord, de représenter ces charmants êtres. On examina de près son comportement. Le huard répondait à tous les critères. Au moment même qu'il fut proclamé le roi des oiseaux, un aigle s'avança et dit majestueusement « Moi aussi je désire ce poste. » Ce dernier possédait également toutes les qualités requises.

Dans la pure tradition ancestrale des oiseaux, lorsqu'il y a deux possibilités, une épreuve d'habileté, de courage et de force tranche la question. Le cardinal étant chargé

d'organiser cette compétition, demanda au huard et à l'aigle de voler le plus haut dans le ciel, celui qui atteindrait la plus haute altitude serait le grand gagnant. À l'heure convenue, tous se réunirent autour du lac sacré. Au signal donné, nos deux compères prirent leur envol. Ils montèrent, montèrent et montèrent encore, tellement haut que plus aucun oiseau ne pouvait les apercevoir de la terre. Après un interminable laps de temps, les oiseaux virent le huard redescendre en trompe et plonger dans le lac sacré. Tous, avaient hâte de le voir remonter pour le féliciter. Cependant le huard demeura invisible. Des canards inquiets plongèrent à sa recherche, il était évident qu'un oiseau ne pouvait rester aussi longtemps sous l'eau, on craignait qu'il soit en difficulté.

Durant ce temps, on vit apparaître l'aigle sous un soleil radieux. Tous l'applaudirent triomphalement. Il était désormais le Roi des oiseaux. Puis finalement on vit le huard réapparaître sur le lac. L'aigle confirma que c'était lui qui avait monté plus haut. La preuve: il redescendit plus tard que le huard. Nul n'étant en mesure de contester cette affirmation, l'aigle obtint le titre.

Tout à coup, un grand silence remplit l'espace. Le huard réapparut et son plumage s'était transformé. En effet, jusqu'à ce jour, toutes les plumes de ce dernier étaient d'une teinte égale. Beaucoup en conclurent que Dieu venait de couvrir ce bel oiseau d'un manteau royal muni d'une collerette éclatante pailletée de perles blanches incandescentes.

Or, que s'était-il passé réellement ? D'où revenait-il ? Était-ce pour le récompenser ou pour une autre raison ? Comment en était-il arrivé à se transformer ? Toutes ces questions ne trouvent pas nécessairement de réponse précise. Mais depuis ce jour, tous les huards qui le suivirent portent comme lui sur leur plumage le symbole de cette plongée mystérieuse.¹



Si l'aigle est le symbole de la royauté, si la chouette, qui voit la nuit, est le symbole de la pensée claire, le huard, qui descend dans les profondeurs des lacs est parfaitement digne d'être considéré comme le symbole de la pensée profonde. Si l'on peut reprocher à la pensée claire, et par suite à l'oiseau de Minerve, d'avoir désenchanté le monde, il faut rendre hommage au huard, qui le réenchante. Un lac dont l'espace est rempli par son chant semble avoir retrouvé son âme.²

¹ Inspirée de la légende du plongeur huard : <http://www.medecinedemereterre.com/pages/philosophie-amerindienne/legendes-amerindienne/la-legende-du-huard.html>

² http://agora.qc.ca/dossiers/Huard_a_collier

RÉSUMÉ

Le but de cette recherche était de prendre appui directement sur le vécu singulier du chercheur par le biais d'une écriture *expérientielle* pour passer d'un état de désespérance à celui d'*apprenance* suite au décès par suicide d'un proche. Son défi principal était de comprendre comment et à quelles conditions son processus d'écriture pouvait lui permettre de dégager de son expérience, du sens et des compréhensions inédites, ainsi que des connaissances novatrices susceptibles de renouveler tout autant sa démarche de recherche, que sa pratique et sa personne.

Cette activité scientifique inscrite dans une perspective heuristique met en avant-plan un praticien-chercheur en quête de son chemin d'*apprenance*. Cette recherche s'appuie sur le paradigme interprétatif. Plus spécifiquement, il s'agit d'une approche d'inspiration phénoménologique « radicalement » en première personne (Vermersch, 2006), en ceci que le chercheur s'appuie essentiellement sur un contact authentique et intime avec sa propre expérience. L'analyse des données qualitatives a été faite *en mode d'écriture* (Paillé & Mucchielli, 2008) en cohérence avec *l'approche heuristique d'inspiration phénoménologique* privilégiée par cette recherche.

Cette démarche m'a permis d'instaurer un contact renouvelé avec mon expérience en lien avec la réalité du suicide et de mieux comprendre son impact sur ma vie personnelle et professionnelle. Elle m'a offert une occasion de me réapproprier mon histoire familiale et personnelle et de dévoiler ma *formativité* (Honoré, 1977, 1990, 1992). Pour approfondir mes réflexions, j'ai procédé par un travail d'écriture et de réécriture à partir de mon expérience singulière, inspirée des cadres théoriques et pratiques de la phénoménologie et de la psychosociologie.

En somme, ce travail de recherche a contribué grandement à la formation, pour ne pas dire à la mutation, de la personne que je suis ainsi que de ma pratique d'accompagnement. Il a rendu possible l'identification de conditions nécessaires au processus d'écriture pour qu'il permette ce passage de la désespérance à l'*apprenance*. Ce travail de recherche est en mesure de soutenir les efforts de ceux et celles qui supportent les personnes endeuillées par suicide, ainsi que celles-ci qui cherchent leur *voix/voie* suite au décès par suicide d'une personne chère. Plus que tout, je souhaite sincèrement que ce mémoire puisse être porteur d'espérance.

Mots clés: Apprenance – Désespérance – Suicide – Formativité – Phénoménologie
Accompagnement – Écriture – Expérience

ABSTRACT

The purpose of this research memoir has been to utilise the researcher's own life as the foundation from which to experience writing as an experimental process from which to transcend from despair to « *learnance* » (learning readiness) following the death by suicide of a close relative. The writer-researcher's main challenge was set in understanding how and under which circumstances the writing process best enabled him to extricate and form meaning and unprecedented insights, as well as innovative knowledge in order to renew both himself as a researcher-practitioner and his practice.

This scientific activity, which originates from a heuristic perspective, brings to light a researcher-practitioner in quest of his own sense of « *learnance* ». The research was set within the realm of an interpretive paradigm. More specifically, it was conducted with a radical phenomenological approach set at the first person (Vermersch, 2006). In other words, the researcher's primary basis for exploration is an authentic and intimate contact with his/her own experience. Furthermore, the qualitative data analysis was done in writing mode (Paillé & Mucchielli, 2008), and therefore is consistent with the phenomenology inspired *heuristic approach* privileged by this research.

This approach has helped *me* renew with *my own* experience regarding suicide. In doing so it has helped me better understand the impact suicide has had on my personal and professional lives. In addition, the study has fostered an opportunity for me to reclaim both my family and personal histories, while generating my very own *formativity* (Honoré, 1977, 1990, 1992). Inspired by theoretical frameworks and practices from phenomenology and psychology, I chose to conduct a writing and rewriting process in order to tap into my singular experiences in order to deepen my analysis.

In sum, this research has not only contributed greatly to the formation, not to say, to my mutation as a person, but it has also impacted my practice as a counselor. More so, it has helped me better identify the conditions indispensable in order to muster and set into motion a writing process geared toward the passage from despair to « *learnance* ». This research paper is meant to enable those who support people bereaved by suicide, as well as helping anyone seeking a way to form and channel their inner voice following the death by suicide of a loved one. More than anything, I sincerely wish for this memoir to be a source of hope for those in need.

Keywords: Learnance (learning readiness) – Despair – Suicide – Formativity – Phenomenology – Counselling – Writing – Experience

TABLE DES MATIERES

REMERCIEMENTS	ix
AVANT-PROPOS Légende allégorique du Plongeon Huard.....	xiii
RÉSUMÉ	xv
ABSTRACT	xvii
TABLE DES MATIÈRES	xix
LISTE DES TABLEAUX	xxiii
LISTE DES FIGURES	xxv
INTRODUCTION GÉNÉRALE	1
PARTIE I L'HISTOIRE D'UNE QUESTION	5
CHAPITRE 1 PROBLÉMATISATION	7
1.1 La fracture	7
1.1.1 L'écriture : un bâton de pèlerin pour marcher avec ma question.....	13
1.1.2 Quand comprendre devient un besoin viscéral	15
1.2 Du non-sens et du sentiment d'incompréhension à l'ère du vide.....	17
1.2.1 Tenter d'appartenir à la terre	19
1.2.2 De la blessure d'appartenance au difficile métier d'exister	20
1.2.3 Le suicide : une préoccupation mondiale - une interpellation québécoise.....	21
1.3 Pertinence scientifique	23
1.3.1 La postvention au Québec	25
1.4 Problème de recherche	28
1.5 Question de recherche	29
1.6 Objectifs de recherche	29

CHAPITRE 2 CADRE DE RÉFÉRENCE, ÉPISTÉMOLOGIE ET MÉTHODOLOGIE	31
2.1 Cadre de références	32
2.1.1 La désespérance	33
2.1.2 L'apprenance	36
2.2 L'épistémologie	43
2.2.1 Du paradigme interprétatif.....	44
2.2.2 Le monde phénoménologique	47
2.3 Méthodologie	51
2.3.1 Pour une méthode heuristique d'inspiration phénoménologique	52
2.3.2 Pour une recherche en première personne : une écriture expérientielle	58
2.3.3 Terrain de recherche	60
2.3.4 Outils de recherche : le journal d'itinérance.....	61
PARTIE II CHEMINS D'EXPLORATION – UN PROCESSUS CRÉATEUR	65
CHAPITRE 3 QUAND LA MÉMOIRE NOUS TIENT.....	69
3.1 Guerre conjugale et aliénation parentale : Mon nom malmené	69
3.1.1 Retrouver le « mémoire »	71
3.1.2 Ma vie en ville	75
3.1.3 Ma vie en campagne	76
3.1.4 De mon désir tabou.....	77
3.1.5 Enfant « enjeu »	81
3.1.6 L'après-guerre... ..	83
3.2 La fin de l'enfance : ma rébellion	84
3.2.1 Vieillir à l'ombre d'une catastrophe	86
3.3 Errer en quête de sa <i>formativité</i> : Sur les traces de mon désir perdu	92
3.3.1 Voyager à l'ouest : une marche d'espérance	96
3.3.2 Retour aux études : Renouer avec l'« éco »	97
3.3.3 Voyager au sud : Renouer avec le « socio »	99
3.3.4 De ma rencontre avec la psychosociologie uqarienne	100
3.4 Sur le chemin de mon développement professionnel	102
3.4.1 De la proximité avec mon père aux réalités masculines.....	102
3.4.2 Intervenir en formation en psychosociologie	105
3.4.3 L'implication en prévention du suicide et en intervention de crise.....	105

CHAPITRE 4 LA FEINTE DU PLONGEON HUARD.....	107
4.1 Écriture et solitude.....	108
4.1.1 Revenir à l'écritoire : Ton mémoire.....	110
4.1.2 Voix/voie d'écriture.....	110
4.1.3 Tour des lieux : prendre assise.....	113
4.2 Le suicide.....	118
4.2.1 Voir une vie se soulever par l'effondrement d'une autre.....	119
4.3 Désespérance : « La nuit des âmes ».....	134
4.3.1 Ta descente lente.....	135
4.3.2 Ma lignée : Suis-je une catastrophe qui s'ignore ?.....	137
4.3.3 Le crachoir : quand la plume se met à postillonner.....	139
4.3.4 Une bête.....	144
4.5 Ritualiser : re-poser ta vie.....	146
4.5.1 Cercle d'humains - Cercle de guérison.....	147
4.5.2 À la rencontre du feu sacré.....	150
4.5.3 S'éprouver seul avec soi - en nature.....	153
4.5.4 De la nécessité de s'inviter à la limite de soi : l'initiation.....	159
4.5.5 La feinte du Plongeon Huard.....	160
4.6 Sainte-Victoire.....	165
4.6.1 Nettoyer, brûler, s'alléger.....	165
4.6.2 S'émerveiller : L'esprit de la famille.....	168
4.6.3 Le souper : à la recherche d'une parole neuve.....	169
4.7 Avoir dans le regard le miracle et la catastrophe.....	171
4.8 Ce que veut dire pour toi « être hanté par de belles choses ».....	172
4.9 Épilogue : L'homme Re-Né.....	173
PARTIE III CHEMINS DE COMPRÉHENSION.....	176
CHAPITRE 5 COMPRÉHENSION.....	180
5.1 Introduction.....	181
5.2 Porteurs d'espérance.....	182
5.3 « M'avouer vaincu » ou m'engager sur un chemin d'apprenance.....	187

5.4	Rencontres épistolaires : déjouer la « normose » familiale	189
5.5	L'écriture phénoménologique : lieu de dévoilement de la vie qui vient.....	195
5.6	L'écriture : un lieu où déposer mon cri.....	198
5.7	L'écriture comme expérience de soi : m'éprouver dans la persévérance	202
5.8	Me « mettre à vue » : le partage comme possibilité d'une parole neuve	206
5.9	Symboliser une expérience intérieure : <i>la métaphore du Plongeur Huard</i>	209
5.10	La renaissance du praticien-réflexif	216
	CONCLUSION GÉNÉRALE	220
	RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES	224

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1 : Les 3 temps de l' <i>époque</i>	50
Tableau 2 : Comparatif des étapes de la méthode heuristique de Moustakas et de Craig	55
Tableau 3 : Synthèse de mes Voies/Voix de passage	219

LISTE DES FIGURES

Figure 1 : <i>Le Plongeon Huard</i>	xiii
Figure 2 : <i>René</i>	7
Figure 3 : Les actes au cœur de la pratique de l'épochè	51
Figure 4 : <i>Interrelation et séquence des processus heuristiques</i>	56
Figure 5 : <i>Dessin de René</i>	107
Figure 6 : Isabelle, André et René	118
Figure 7 : Le processus d'apprenance comme chemin de renaissance solidaire	194
Figure 8 : L'écriture phénoménologique pour se réinventer	197
Figure 9 : Un cri-écrit pour passer de la crise muette à la reliance apprenante	201
Figure 10 : À l'épreuve de l'écriture : S'entraîner à la persévérance	206
Figure 11 : <i>La lecture comme acte rituel</i>	209
Figure 12 : <i>Le lac aux Huards</i>	215

INTRODUCTION GÉNÉRALE

Le sujet de la recherche

La désespérance est un état insidieux qui n'est pas si rare dans les sociétés occidentales contemporaines. Pourtant, plus que jamais, la science tout comme la technologie ont trouvé des réponses à plusieurs questions qui hantaient l'humanité d'hier. Le mal-être qui ronge nos contemporains quant à lui, semble résister à nos avancées scientifiques. Ce sont ces formes de désespérances silencieuses, plus spécifiquement celles qui résultent du suicide d'un proche, qui sont au cœur de cette démarche de recherche. En effet, le phénomène du suicide est malheureusement trop répandu au Québec³.

« Ce n'est pas du suicide qu'il faudrait avoir peur. C'est du silence, de notre silence. Ce n'est pas le suicide qu'il faut craindre et cacher à tous, c'est le manque d'amour, la peur de l'autre, [...]. » (Chabot, 1997, p.14)

Le sujet principal de cette recherche m'est apparu quelque temps après le décès d'un oncle par suicide qui m'a progressivement plongé dans un état de crise. Cet événement a eu l'effet de mettre en lumière certaines dimensions de ma vie personnelle, familiale et professionnelle jusqu'alors inexplorées et dorénavant impossibles à éviter. D'abord, dans une famille de 13 enfants, il était le troisième à commettre le suicide dans la même génération. Un frère et une sœur l'avaient précédé. J'ai pris conscience que je n'avais jamais réellement interrogé cette réalité de mon histoire même si plusieurs de mes différents contextes m'y exposaient grandement. Je me suis retrouvé immergé dans un questionnement existentiel profond qui m'a fait remettre en question sérieusement mes orientations de vie personnelle, professionnelle et académique jusqu'aux fondements mêmes du praticien-chercheur que je m'appliquais à construire graduellement depuis quelques années.

³ Chaque jour, trois Québécois s'enlèvent la vie. En moyenne, 30 personnes par jour sont endeuillées par suicide au Québec. <http://www.cpsquebec.ca/saviez-vous-que/>

À travers ce mémoire, je cherche à trouver non pas un *point de vue*, mais davantage un *point de rencontre* entre moi et moi d'abord, et puis entre moi et l'autre autour de ce sujet délicat que peut être le suicide. Je fais le pari qu'en plongeant dans la nature de cette expérience, telle que je l'ai moi-même vécue au contact du suicide d'un proche, en m'engageant dans ce processus de recherche et d'écriture, je serais susceptible de retrouver par là une *parole égarée*, la mienne, et pourquoi pas la nôtre. Éventuellement celle-ci pourrait offrir une oreille à d'autres qui cherchent aussi leur voix/voie au cœur de leurs propres tempêtes.

Dans le cadre de cette activité scientifique, j'ai choisi d'investir mon expérience dans une perspective heuristique (Moustaka, 1961; Craig, 1978). Plus spécifiquement, il s'agit d'une approche d'inspiration phénoménologique. Dans l'esprit d'une recherche en première personne, j'ai l'intention d'investiguer mon expérience à travers un travail d'écriture et de réécriture inspirée de mon vécu singulier. Je cherche à découvrir en quoi et à quelles conditions cette forme d'écriture *expérientielle* (Depraz, 1999) peut me permettre de faire cette traversée de la *désespérance* vers l'*apprenance*. En effet, je pourrais trouver par là, un chemin d'*apprenance* susceptible de me permettre de produire du sens et des connaissances.

Ainsi, sur mon chemin de chercheur je poursuis donc trois objectifs :

Explorer à travers mon processus d'écriture les contours de l'expérience vécue au contact du suicide d'un proche.

Identifier les différentes conditions qui ont émergé de mon processus de recherche et de formation m'ayant permis de passer de la désespérance à l'apprenance.

Comprendre comment et à quelles conditions mon chemin d'apprenance et mon processus d'écriture ont participé à ma transformation comme personne et à mon renouvellement comme praticien-chercheur.

La structure de ce mémoire

Ce mémoire est divisé principalement en trois parties, les deux premières comportent deux chapitres et la dernière partie, quant à elle, est constituée d'un seul chapitre. Toute l'organisation du présent mémoire s'inscrit dans l'esprit d'une approche heuristique (Craig, 1978) et poursuit ainsi les étapes d'une démarche de recherche de type heuristique telles que définies par Craig (1978) à la suite de Moustakas (1968).

Dans sa première partie « L'histoire d'une question », on retrouve les deux premiers chapitres du mémoire. Le premier présente la problématique de cette recherche dans sa pertinence à la fois personnelle, socioprofessionnelle et scientifique. Le second chapitre, pour sa part, présente le cadre de référence, ainsi que les choix épistémologiques et méthodologiques qui ont guidé et balisé toute cette recherche.

La deuxième partie, « Chemins d'exploration », est constituée également de deux chapitres qui présentent les données de recherche *en mode d'écriture*. Le premier chapitre « *Quand la mémoire nous tient* », est un récit de formation qui met en lumière les origines du questionnement investigué dans ce mémoire à travers différents fragments de mon histoire de vie. Le second, « *La feinte du Plongeon Huard* », quant à lui, est un roman d'initiation qui nous plonge à l'intérieur de l'expérience vécue au contact du suicide à la recherche de mes voies/voix de passage et de mon chemin d'*apprenance*.

En ce qui concerne la troisième et dernière partie de ce mémoire, « *Chemins de compréhension* », elle comporte un seul chapitre qui tente d'éclairer les conditions qui m'ont permis de passer de la désespérance à l'apprenance. Toutes les étapes de ma démarche de recherche, à savoir : la production, l'interprétation et la présentation des données ont été réalisées *en mode d'écriture* (Paillé et Muchielli, 2008). C'est suite à des séries quasi interminables de lecture, écriture, relecture et réécriture de mes textes, que j'ai

fini par trouver une organisation émergente susceptible de rendre compte de la cohérence interne de cette recherche.

Ce mémoire est une réelle opportunité de plonger à l'intérieur de mon expérience singulière à la rencontre de ce qui était jusque-là enfoui dans mes propres profondeurs. Il est une ouverture à l'existence vers ses possibilités multiples, un chemin d'espérance et d'*apprenance* susceptible de renouveler les compréhensions et les manières d'être-au-monde du praticien-chercheur et de la personne que je deviens.

On ne cesse de me demander: c'est quoi ta position à propos du suicide ? Est-ce que tu adoptes une position pour ou contre ? Je plaide pour un miracle. Toute vie qui retrouve un chemin pour avancer est un miracle. Toute vie qui réussit à ignorer ou à contourner l'absurde, l'horreur, l'insignifiance, l'ennui, la fatigue, la souffrance, est un miracle. Vivre est une absurdité. Mais il faut répondre: et puis après ? Le miracle est du côté de la vie. Le miracle est de tenter de faire tenir ensemble non pas la civilisation, mais d'abord et avant tout son propre coeur. Vivre ne nous dispense pas d'essayer de comprendre ceux et celles qui vont choisir la mort volontaire.

Marc Chabot

PARTIE I

L'HISTOIRE D'UNE QUESTION

Il y a problème à partir du moment où une personne se sent déroutée ou inquiète... et l'obsession d'une personne pour un problème constitue en réalité le ressort moteur de tout pouvoir créateur.

Peter Erik Craig

La première étape de la démarche heuristique selon Craig (1978) est la « question ». Elle « suppose la prise de conscience d'une question, d'un problème ou d'un intérêt ressenti de manière subjective. Initialement, ceci est souvent vécu de manière préconsciente ou préverbale telle *une conscience subsidiaire*, à un défi ou à une crise personnelle. » (1978, p.178)

Dans le premier chapitre de cette partie, je commence par expliciter l'impact du décès par suicide de mon oncle, ensuite je retourne à mes différents contextes historiques pour décrire comment mon questionnement a d'abord pris place dans mon existence. J'invite le lecteur à cheminer avec moi, pour remonter à la genèse de mon questionnement et ainsi découvrir le « *dévoilement* » (Heidegger, 1927 ; Honoré, 1990) de mon thème de recherche à travers sa pertinence personnelle, socioprofessionnelle et scientifique. Enfin, ce chapitre tente de préciser le problème, la question et les objectifs de recherche qui baliseront toute la démarche présentée dans ce mémoire.

Dans le deuxième chapitre de cette partie, j'introduis mon cadre de référence en élaborant à propos des concepts clés de cette recherche à savoir ce que j'entends par désespérance et par *apprenance*. Ensuite, je mentionne les choix épistémologiques et paradigmatiques qui justifient le type d'approche de la connaissance et de la recherche adopté dans ce mémoire. Je conclurai ce chapitre, en précisant la méthodologie utilisée pour investiguer la thématique de cette recherche et pour analyser qualitativement mes données.

CHAPITRE 1

PROBLEMATISATION

La mort par suicide n'est pas seulement une fin. C'est un début pour celui qui reste.

Edwin Shneidman

1.1 LA FRACTURE

Il suffit parfois d'un « rien ». Naître après un frère mort et être appelé René, symbole de renaissance, et vous voilà incrusté par un autre être, ce frère mort, pour la vie.

P. Van Eersel & C. Maillard

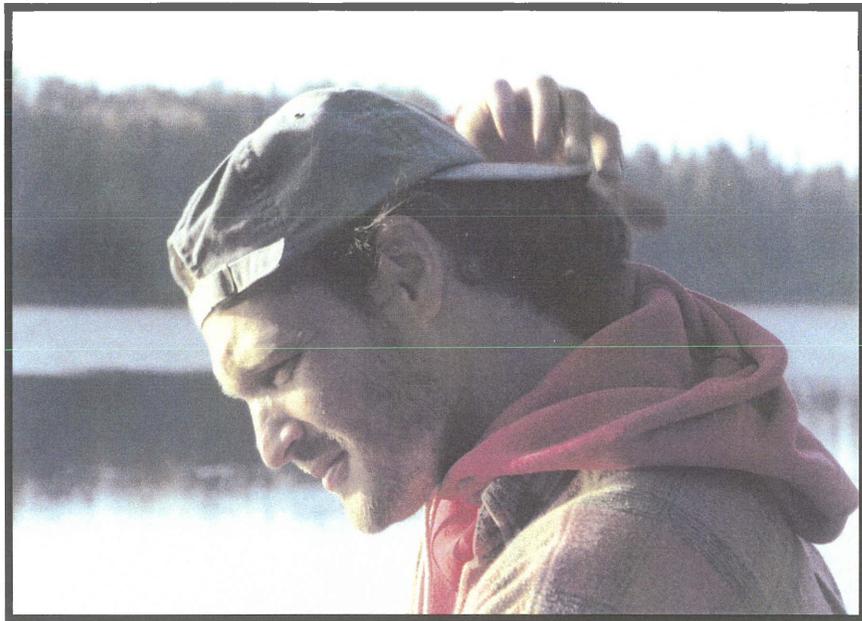


Figure 2 : René

[René] a posé un geste de mort
Mais je l'ai vu poser cent mille gestes de vie
Il transformait le bois mort en abris
Et sortait les fleurs du sol
C'était l'ami de tout ce qui est
Il aimait
Notre oncle et notre ami rayonne plus fort que les ténèbres.
Maxime Ricard, 2012

Été 2012. Au solstice précisément, quelques jours avant mon 33^e anniversaire, mon oncle René se tue. Une balle dans la tête. Dans la chambre d'invités de la maison qu'il venait à peine de construire. Il avait 50 ans. Il était mon oncle préféré ; c'était dans sa façon de conduire sa vie, de créer et de se créer, d'écouter, de regarder la nature et les choses, dans ses silences aussi. J'avais pour lui une admiration toute particulière et, discrètement, je l'aimais beaucoup. Il est le troisième dans la famille sur 13 enfants à se suicider dans la même génération. Les trois se suivaient dans l'ordre des naissances. Isabelle était la cadette et la première à partir, ensuite André et puis René. Dans la génération précédente, le frère de ma grand-mère (qui s'appelait René lui aussi !) s'était suicidé. Maxime, mon cousin, fils d'Isabelle, aimait René comme un frère, ou encore comme un père... un mentor, je ne saurais dire exactement, sinon qu'il l'aimait énormément. En écrivant, juste là, je l'entends dire : « René. C'était mon meilleur ami... » Il m'a toujours semblé que c'était par lui que Maxime avait renoué avec sa famille maternelle suite au décès de sa mère.

J'ai appris le décès de René alors que j'habitais pour l'été dans la Baie-des-Chaleurs en Gaspésie, à Carleton-sur-Mer. J'avais quatre grands et beaux mois devant moi. Tout était parfait! Le temps et l'espace nécessaires pour rédiger ma maîtrise. C'était mon projet. J'avais trouvé la bibliothèque municipale comme on découvre un trésor. Juchée au 2^e étage du CEGEP déserté de ses étudiants, toute vitrée et silencieuse, elle m'offrait une vue imprenable sur le Barachois de Carleton. Le panorama y est saisissant et l'été la mer est d'un bleu sombre très caractéristique qui scintille et fait éclater partout une lumière pénétrante, vivifiante. Il me semblait que, assis là, j'allais être un peu plus intelligent qu'à l'habitude.

Sûrement parce que j'avais été plus proche de René que d'Isabelle et d'André et que mes dernières années de formation ont participé à me redonner à mon cœur et à ma sensibilité, l'annonce a été un terrible choc. Encore aujourd'hui, je ne crois pas avoir pleuré réellement le départ de mon oncle, trop saisi par la brutalité de son dernier geste et de la

destinée familiale macabre en cours... Trois suicides dans une famille, c'est surréaliste et effrayant.

Après que mon père m'ait annoncé la nouvelle, j'étais saisi, dérouté. J'étais à la bibliothèque municipale justement, c'était un avant-midi. Je me souviens sortir dehors dans un empressement qui s'apparente à celui-là qui nous prend quand on s'étouffe à la table pendant un repas.

J'ai tergiversé un temps. Je ne savais pas quoi faire, qui appeler, vers qui me tourner. J'avais peur de dire. Peur du terrible poids de la nouvelle que je portais dorénavant. Peur de la blessure profonde que ces simples mots allaient engendrer chez l'autre : « René s'est suicidé. » Jeanne, ma directrice de maîtrise en qui j'ai une confiance absolue, a été la première que j'ai appelée. Elle m'a offert une écoute et un silence d'or. Nous avons parlé longuement, moi je faisais les 100 pas, dehors, pour évacuer sûrement une part de ce qui me débordait littéralement et que je n'arrivais pas à contenir. Je me souviens lui demander au téléphone :

- « Mais, qu'est-ce qui les tue Jeanne ?! »

Furieux et en larmes, je lui ai dit comment j'aurais préféré qu'on l'ait tué, pour que je puisse voir, « avoir une prise sur », ce (ou celui) qui tue ma famille.

En écrivant, je me rappelle un rêve que j'ai déjà fait ado : dans mon rêve, je me réveille comme dans la réalité. Je suis dans mon lit. Une présence dans ma chambre. Elle m'agrippe de toute évidence, mais je ne sais pas par où. Je ne sens pas sa prise sur mon corps. Pourtant, elle me tire en dehors de mon lit vers le plancher et puis dans le sol même. Je panique. Sans savoir comment, j'arrive à m'échapper. M'étais-je vraiment échappé ou m'avait-elle simplement laissé aller ? Peu importe, je cours et essaie de monter les

escaliers, mais le haut du bas se confond tout d'un coup. Étourdissement. Perte de repères. Je me réveille en sursaut.

Souvent, depuis le décès de René, me revient étrangement un passage du livre de Bernard Werber (1991), « Les fourmis », où il nous explique que les fourmis n'ont pas de conscience individuelle. Elles n'ont pas de « Je ». Elles existent plutôt au travers d'une conscience collective, un « nous ». Werber, pour illustrer cette caractéristique, nous raconte qu'occasionnellement, une certaine espèce se réunit en immense colonie pour partir en croisade à la recherche de nourriture. Si la colonie rencontre une rivière sur son chemin, les fourmis à l'avant se jettent à l'eau sans hésitation et se noient. Elles procèdent de cette façon jusqu'à constituer un pont de leurs corps morts suffisamment long pour que le reste de la colonie puisse traverser de l'autre côté... Serions-nous en train de traverser une rivière invisible sur le dos de nos suicidés ? Y aurait-il un « nous » qui nous échappe dans cette réalité funeste ? J'arrive difficilement à croire que le suicide soit un geste isolé... et je suis profondément tourmenté à l'idée que d'autres encore pourraient commettre à nouveau l'irréparable... Quoi faire pour s'adresser à cette tragédie ?

Et juste là, à penser à tout ça, les mots finissent par me manquer, c'est que j'arrive difficilement à nommer ce qui m'apparaît quand je suis face à face avec cette réalité sombre du suicide. Elle me dépasse complètement en fait, à m'en donner un vertige qui me saisit jusqu'à la moelle des os. Cette réalité, je ne sais qu'en faire. Elle me fait peur, me fige. Il y a là une dimension mystérieuse sur laquelle je n'ai pas « de prise ». Pourtant, je la sens très présente et agissante dans mon environnement. Comme si, dans la pièce il y avait un inconnu et, pour des motifs que j'ignore, cet inconnu tue... Mon impasse, face à cette situation, est totale et immense.

Une question me hante : *Comment vivre avec ce sentiment ambiant d'une mort qui rôde, non pas dehors comme un loup, mais dedans comme un fantôme ?*

Si au moins, la *souffrance*, la *désespérance* de René, m'avaient été d'une évidence...

Et qu'en est-il de cette part d'eux, ces suicidés de ma famille, qui est en moi ? Comment fait-on pour vivre avec son propre tiers-monde en soi ? Pour vivre sans nier, sans fuir cette réalité ? À l'inverse, comment vivre sans me terrasser, sans succomber sous le poids ? Comment exister avec ce nœud dans les tripes ?

La vie semble m'ouvrir sa porte sur quelque chose d'enfoui, de caché, de nié, de secret qui cherche son chemin de liberté, d'intégration. Comme si la possibilité s'offrait de regarder de plus près cette épave terrible. Mais bon, la question reste : comment fait-on pour s'approcher du lion sans être mangé ?

J'ai résisté longuement à investir ces questionnements en lien avec cette réalité du suicide dans ma famille qui me paraissaient trop difficiles et inappropriés à ce contexte de recherche universitaire et pourtant, d'une certaine façon tout dans ma vie semblait s'être ficelé pour que je n'aie pas le choix de m'y adresser. Tous mes contextes professionnels me rappelaient à cette réalité jusqu'à me sentir cerné par elle, littéralement envahi. « *On peut oublier son passé. Cela ne signifie pas que l'on va s'en remettre.* » (Frédéric Beigbeder, 2009, p.96)

J'ai constaté avec effarement, comment le décès de René a participé à jeter de nouveaux éclairages préoccupants sur une façon de me *tisser-au-monde* occultée jusque-là dans ma vie. Je deviens petit à petit conscient d'un réflexe d'«engourdissement» qui s'active dès que je suis confronté à l'adversité en général et à la réalité du suicide en particulier. Je commence à apercevoir les contours en moi-même d'un interdit tacite d'« aller mal » devant cette épreuve que je trouve silencieusement « démesurée ». J'ai ainsi commencé à soupçonner être moi-même habité par un silencieux mal-être. Qu'en est-il de ma propre désespérance ?

Je prends progressivement conscience, d'une part de moi qui avait *perdu la mémoire* et d'une autre qui *conspirait* à me la faire retrouver. J'ai vraisemblablement mis aux oubliettes un certain nombre d'événements qui ont profondément secoué mon enfance et l'ensemble de ma famille. J'ai été saisi de constater comment ces différents événements de mon histoire, surtout ceux liés au suicide, n'avaient jamais été abordés dans mon parcours de formation ; ni au cours de mon baccalauréat en psychosociologie où j'avais suivi un cours de *Roman familial et trajectoire sociale*⁴ ni dans ma scolarité de maîtrise où j'ai aussi suivi un cours de *Récit autobiographique*. Non pas que c'était un secret pour moi, j'y étais seulement *indifférent*, devenu quasi amnésique.

Par ailleurs, sur le plan professionnel, je vois que depuis quelques années, je suis attiré presque malgré moi par l'intervention auprès d'hommes en difficulté. Je rencontre assez souvent dans ce contexte, la désespérance des hommes, ainsi que leur confrontation à la réalité du suicide. Je suis aussi impliqué au Centre de Prévention du Suicide et d'Intervention de Crise du Bas-St-Laurent. Je trouve surprenants cette attirance, cet appel en moi-même, qui me pousse à la rencontre de ces contextes professionnels qui font écho à cette part de mon histoire personnelle occultée, à propos de laquelle je ne me suis pas encore réellement attardé.

C'est seulement après le décès de René et suite à plusieurs discussions et réflexions avec mes collègues et formateurs que la nécessité de plonger dans cette direction m'est apparue clairement. Ils me font réaliser que j'ai impérativement besoin d'un nouvel ancrage et de nouveaux compréhensifs pour arriver à m'extraire d'un nihilisme de plus en plus envahissant, de ce « *à quoi bon de toute façon* » qui s'infiltrait sournoisement un peu partout dans ma vie. J'ai compris aussitôt à la suite de Bernard Honoré (2011) que :

L'essence du savoir n'est sans doute pas dans le savoir lui-même. Elle est dans le désir de persévérer dans l'existence, selon l'expression de Spinoza, désir qui

⁴ Un cours inspiré de l'œuvre de Vincent de Gaulejac, dont il présente l'approche dans son livre : *Histoire en Héritage, Roman familial et trajectoire sociale*.

découvre le savoir comme moyen de prendre soin des conditions de cette persévération. (Honoré, 2011, p.227)

1.1.1 L'écriture : un bâton de pèlerin pour marcher avec ma question

*J'écris donc pour exister, pour me former et être transformée.
J'écris pour organiser ma pensée, pour laisser émerger des
mots qui pourront traduire ma douleur et ainsi la rendre non
seulement communicable, mais aussi mutable.*

Jeanne-Marie Rugira

Depuis mon adolescence, l'écriture s'est imposée à moi comme un compagnon solitaire et discret sur les chemins sinueux de mes sombres traversées. J'écrivais régulièrement dans la plus stricte intimité, comme d'autres ne chantent seulement que sous la douche. J'ai la souvenance d'un moment où m'était venu, presque inconsciemment, ce texte qui commence à dater, mais qui témoigne encore si bien, de ce trop-plein qui m'habitait et qui de temps en temps cherchait des *voix/voies* d'expression.

Vent mort

*Air pur qui tue par excès d'asepsie
Néons blancs secs
Illuminant les murs blancs sales
Tables froides, mais douces
Confort amer
Poussière tranchante
Partout sur nos habits
Qui nous étouffent*

*Atmosphère meurtrière
La météo nous menace
D'une implosion des corps
Un vent mort accumule
Une crasse cancéreuse
Qui colle à la peau qui craque
Brûle la chair déjà viciée
Ronge les os qui crient*

*Lentement, très lentement
Cette immobilité vicieuse
Tue la patience
Réveille le fou, la bête
Canines exposées
Grogner ou hurler longuement
À s'en éclater les veines
À tout faire éclater
Corps et décors*

*Allons tous au diable
Finis les bonnes manières
Ses contours et sa contenance
Saignons-nous, et tous
Pour éviter que le sang caille à
même le corps
Que la mort nous habite avant
même sa rencontre.*

Je me souviens avoir griffonné ce texte, sur le revers d'un plan de cours pendant une classe au CEGEP, j'avais 17 ou 18 ans. Je me rappelle bien ma difficulté à être présent à mes cours, à être dans l'immédiateté de ma vie, comme si j'étais possédé d'une rage difficile à comprendre et à contenir, d'une peine muette, qui ne se partageait pas et qui ne savait pas se laisser voir. Une peine qui s'invalidait, qui se dissimulait. Un mal-être à l'image de ce texte écrit sur un bout de papier au hasard et rangé n'importe où dans mon cartable, traité comme un objet divers sans importance. Fait pour être perdu et oublié. « *Un simple texte qui m'est venu comme ça* » je me disais, comme s'il m'était arrivé à l'improviste presque, sorte de percée d'inconscient ou encore d'inspiration mystérieuse et lointaine.

Tout me porte à croire que mon rapport à l'écrit serait une sorte de miroir de ma propre dissociation où j'opère, la plupart du temps à mon insu, une sorte de déni de l'expérience que je vis. D'une certaine façon, je me suis littéralement aliéné de moi-même. Comme si l'auteur de ce texte était « *un autre* » avec lequel j'entretiens une relation secrète tantôt d'admiration, tantôt d'indifférence.

Une part de moi est déjà « hantée » à cette époque par ces propos qui ne me semblent pas tout à fait « présentables ». La colère, la violence, la mort, le désespoir, le suicide, autant de thèmes sombres et « malaisants ». Quoi faire avec tous ces tabous, ces non-dits et secrets tapis au fond de soi, mais aussi disposés en champ de mines dans mon entourage? À cette période où j'écris ce petit texte, je n'ai que ces bouffées de malaises qui m'assaillent de temps en temps sans que je ne comprenne réellement leur provenance ni leur raison d'être ; voilà le signe même d'une aliénation de soi bien réussie!

Ainsi, pendant une longue période de ma vie je constatais simplement qu'écrire me faisait du bien, que j'avais du plaisir à donner forme à ces textes lorsque l'envie me prenait,

au milieu de nulle part. Je les aimais bien mes textes, même si je ne savais pas tout à fait ce dont ils parlaient, ou plutôt en quoi ils se rattachaient à son auteur.

Aujourd'hui, après le décès de mon oncle, je vois dans mes écrits, l'esprit de ce qui m'appelle dans cette recherche tout en m'échappant. *Il y a là dans mon écriture, à la fois ce qui cherche à se dire et, dans mon rapport à elle, ce qui fait obstruction à ma possibilité d'apprendre d'elle.* J'y vois les contours d'une construction identitaire aux ramifications nombreuses et complexes, avec son lot de croyances, de valeurs et d'interdits qui conditionnent et façonnent un certain rapport à mon expérience, aux autres et au monde. La fracture que crée en moi le décès de mon oncle m'ouvre à une dimension voilée de mon histoire. J'y vois « une prise » nouvelle sur ces différents rapports liés à cette réalité du suicide et à ce cortège d'états d'âme diffus qui traduisent si bien ce mal-être qui m'habite depuis longtemps. J'y vois aussi une opportunité de choisir une vie libérée de ce poids, une possibilité d'entrer sur mon chemin d'*apprenance* en choisissant de m'engager et d'investir mon expérience vécue. Ce n'est pas étonnant que l'écriture me revienne alors comme un chemin obligé pour ce nouveau projet. Plus tard dans ce mémoire, j'aurai à m'engager dans une démarche d'exploration qui m'aidera certainement à comprendre les soubassements psychoaffectifs et socioculturels de la construction identitaire de ce jeune adolescent qui écrivait des textes si chargés, naissant ainsi douloureusement, mais sûrement, à la vocation qui l'attendait.

1.1.2 Quand comprendre devient un besoin viscéral

La compréhension nous demande d'abord de comprendre l'incompréhension.

Edgar Morin

À cette étape de ma démarche, il me semble important d'éclairer les tenants et les aboutissants de mon chemin d'*apprenance*. Je réalise aujourd'hui que je viens d'une

histoire personnelle et familiale qui m'a installé bien malgré elle dans la confusion. Le besoin de comprendre me vient certainement de là.

Très tôt dans mon histoire, j'étais habité par un désir de *mieux me comprendre et de mieux comprendre* le monde dans lequel j'évoluais. Et dans l'ombre de celui-ci, on devine facilement sa contrepartie, soit une certaine incompréhension de moi-même et de ce monde dans lequel je grandis, une interrogation, un « pourquoi comme ça? » déposé en trame de fond dans mon existence. Étymologiquement, le verbe « comprendre » nous vient du latin « *cumprehendere* » qui veut dire « prendre ensemble » ou « prendre avec », il exprime quelque chose de ce désir immanent de « mettre en lien », de relier les différents éléments de ma vie et de ma pensée en un tout cohérent qui donne un sens à notre vie. « Vivre c'est avoir sans cesse besoin de comprendre et d'être compris. » (Morin, 2014, p.26) nous rappelle Edgar Morin.

Je saisisais mal la genèse précise de cette soif de *comprendre* qui me semblait flou à cette époque. Aujourd'hui, je crois bien qu'il a germé et a pris racine assez tôt, au début de ma vie à travers un contexte familial complexe. Mes parents se sont séparés avant ma naissance et j'ai grandi la majeure partie de mon enfance et de mon adolescence avec mon père. Même si c'est tout ce que je connaissais, cette situation n'était pas moins inconfortable. Le petit garçon que j'étais ne pouvait pas comprendre pourquoi sa « famille » était ainsi organisée ou plutôt désorganisée? J'ai eu assez tôt la précognition d'un *je-ne-sais-quoi* qui grince, irrite et préoccupe dans ma réalité, sur lequel je peinais à mettre des mots et à lui trouver une quelconque voie de libération et voix d'expression.

Nous risquons toute notre vie l'incompréhension de soi à autrui et d'autrui à soi. Il y a incompréhension dans les familles entre enfants et parents, parents et enfants, incompréhension dans les ateliers ou bureaux, incompréhension des étrangers dont on ignore les mœurs et coutumes. La compréhension humaine n'est nulle part enseignée. Or, le mal des incompréhensions ronge nos vies, détermine des comportements aberrants, des ruptures, des insultes, des chagrins. (Morin, 2014, p.26)

J'ai cru longtemps que ce désir de *mieux comprendre* avait pour finalité de trouver une réponse définitive et des explications concrètes que je risquais de trouver quelque part dehors; on finirait bien, tôt ou tard, par tout m'expliquer et alors je serais soulagé, rassuré. C'est au fil du temps que j'ai appris à reconnaître ce désir de *comprendre* davantage comme une sorte de *phare existentiel* me servant plutôt à orienter mes principaux choix de vie tout en m'offrant un éclairage inédit sur moi-même. *Comprendre* que j'oriente ma vie non pas uniquement à partir de réponses concrètes, de certitudes et de toutes ces choses que je crois savoir, mais aussi, et peut-être surtout, à partir de questions ancrées profondément en moi, de ce que j'ignore encore et qui constitue le mystère de mon existence. M'envisager moi-même comme une *question en marche*. « La vie est un mystère qu'il faut vivre plutôt qu'une question à résoudre. » nous a déjà dit Gandhi. *Apprivoiser, comprendre et apprendre* que « vivre est une aventure qui comporte en elle-même des incertitudes toujours renouvelées, avec éventuellement crises ou catastrophes personnelles et/ou collectives. » (Morin, 2014, p.24-25)

1.2 DU NON-SENS ET DU SENTIMENT D'INCOMPREHENSION A L'ERE DU VIDE

[...] On ne devra pas oublier que ce vide, dont la description pourra apparaître inutilement abstraite ou littéraire, exprime avant tout aujourd'hui, quelque chose de très concret et de directement vécu par beaucoup d'entre nous : l'absence ou l'usure « des cadres naturels » de la vie sociale, la disparition des perspectives, l'absurdité d'un travail à la fois rare et dépourvu de sens [...]

Yves Barel

La situation décrite dans la première partie de ce chapitre s'inscrit sans contredit au cœur de ma vie singulière, mais aussi dans un contexte propre à la génération de mes parents. C'est-à-dire la génération des « boomers » qui considérait l'émancipation socioculturelle et politique, la libération sexuelle, la montée de l'individualisme, comme de nécessaires réponses aux différentes idéologies, valeurs et croyances devenues trop étroites et à l'intérieur desquelles elle n'arrivait plus à espérer un futur adéquat.

Issus de cette vague de naissances qui suivra les périodes de « grandes privations » liées, entre autres, à la première et deuxième guerre mondiale, on dit que les « boomers » ont désiré tout ce qui avait été inaccessible jusqu'alors à leurs parents, soit une éducation de qualité, une bonne carrière et, peut-être surtout, la liberté. Une liberté qu'ils gagneront au prix de nombreuses ruptures avec les mœurs traditionnelles et ses différents modèles familiaux, religieux, économiques, académiques, etc. Le philosophe canadien Charles Taylor parle de cet héritage morcelé de la modernité en ces mots éclairants :

Nous avons conquis notre liberté moderne en nous coupant des anciens horizons moraux. Nos ancêtres croyaient faire partie d'un ordre qui les dépassait. [...] Cet ordre de l'univers se reflétait dans les hiérarchies de la société humaine. Les gens étaient souvent confinés à un endroit donné, à une fonction et à un rang qui leur était dévolu et auxquels il leur était pratiquement impensable de s'échapper. La liberté moderne a fini par discréditer de telles hiérarchies. [...] Mais en même temps qu'elles nous limitaient, elles donnaient un sens au monde et à la vie sociale. Les choses qui nous entourent ne représentaient pas seulement des matières premières ou des instruments pour la réalisation de nos projets : leur place dans la chaîne des êtres leur conférait un sens. (Taylor, 1993, p. 13)

C'est dans ce monde littéralement éclaté où tout m'était *ouvert* que j'ai le sentiment d'avoir grandi. Un monde tellement *ouvert* que j'en perdais de vue ses contours, me laissant souvent avec une impression diffuse d'incompréhension, d'absurdité, d'effritement des liens sociaux, voire des solidarités familiales. J'avais souvent une sensation vertigineuse d'être *à vide*, sans balises, sans socles ni piliers réels. J'en finissais par me demander à quoi je « participais » réellement et de quelle façon je pouvais appartenir à cette famille, mais aussi, d'une façon beaucoup plus large, à cette école, à cette église, à cette société, à ce pays, à cette nature, à ce monde, comme si j'étais globalement en manque de « parenté » et de reliance ressenties profondément en moi.

Je me sentais aux prises avec une *désespérance* muette qui découle directement de cette impression d'être isolé dans un vaste monde. Je suis probablement touché par ce *malaise de la modernité* dont parle pertinemment Taylor (1993) qui tiendrait sa principale

cause selon lui à cet individualisme caractéristique de notre ère : « [...] la face sombre de l'individualisme tient à un repliement sur soi, qui aplatit et rétrécit nos vies, qui en appauvrit le sens et nous éloigne du souci des autres et de la société. » (Taylor, 1993, p. 15) L'écrivaine Christiane Singer abonde dans la même direction que Taylor et l'exprime en ces mots poignants :

L'individu libéré de tout lien, de toute relation amicale et sociale qui constitue une identité, erre, morcelé, harcelé par tant d'invites désordonnées, proie facile de toutes les iniquités et de toutes les insignifiances. Expulsé d'un tissu vivant de reliances, il zappe sa vie d'une excitation à l'autre et a recours à des succédanés de plus en plus torves. En rompant les liens durables qui l'humanisent, il glisse vers une cruelle anesthésie du cœur. (2001, p. 116-117)

Par voie de conséquence, à défaut de savoir comment m'adresser adéquatement à ce vécu intime, un *repliement* sur moi-même s'opère quasi naturellement jusqu'à développer au fil de mon adolescence une certaine capacité d'indifférence à mon intériorité, à mes questionnements existentiels et subséquemment à ce qui me fait désespérer et souffrir si intimement.

1.2.1 Tenter d'appartenir à la terre

Comme un bon nombre de personnes de ma génération, je me suis vu tenter de sortir de ce sentiment intenable de n'appartenir à rien par la porte d'une passion partagée avec quelques-uns pour l'environnement. Chez moi, cet attrait pour la nature tirait ses racines du terreau singulier de mon enfance. L'*écologie* est devenue très tôt un *mot-compagnon*, un *mot-jalon*, un *mot-maison* (« *éco* » du grec « *oikos* » qui veut dire « maison, habitat »), un mot auquel je m'*apparente*, qui me suit, me conduit aussi d'une certaine façon, depuis longtemps dans ma vie. C'est un mot de ma génération, qui engrange en lui-même une idée, une sensibilité, une *nouvelle sociologie* parée de nature cette fois-ci, un point de ralliement autour d'une espérance et d'inquiétudes propres à mon époque. Lanaspèze, en postface du livre d'Arne Naess « Vers l'écologie profonde », explique qu'« à travers ses développements successivement scientifiques, sociaux, politiques et, enfin,

philosophiques, l'écologie apparaît aujourd'hui comme un mouvement culturel organique porté par une nouvelle conception de la nature. » (2009, p.311). Je me rallie à lui quand il dit que :

L'idée écologique n'est pas un courant académique, mais un profond mouvement populaire. Ainsi est-elle à notre temps ce que l'idée sociale était au XIXe siècle; ce type d'« idées » ne donne pas seulement un sens à la vie de nombreux individus: elle offre une direction et une cohérence à une séquence historique. Ces idées sont des êtres collectifs qui traversent une société, expriment ses aspirations, tentent de dépasser ses blocages, d'ouvrir un nouvel horizon. Elles sont l'expression de la vie d'un peuple. Elles mûrissent de sa maturité, sont gorgées de la sève de sa jeunesse, proviennent de sa réalité la plus profonde, de son désir le plus collectif. (2009, p.317)

Comme je le mentionnerai plus tard dans ce mémoire, ce n'est pas étonnant que mon parcours de formation finisse par me ramener à la terre, avant de me rendre à l'ensemble de la communauté humaine qui elle, réussira à m'ouvrir à moi-même.

1.2.2 De la blessure d'appartenance au difficile métier d'exister

Lorsque je parle de ce retour à la terre et à moi-même par le biais de la découverte d'une reliance qui signe notre commune humanité, je tente de pointer la douloureuse absence à soi, aux siens et à ses ancrages identitaires et territoriaux qui me semble-t-il, rend pour certains, cette planète inhabitable. Comme je l'ai précédemment évoqué, bien avant le décès de René, il y a eu dans mon histoire personnelle et familiale deux autres suicides dans la même fratrie en très peu de temps. J'ai ainsi perdu un oncle et une tante du côté paternel entre mes 16 et 18 ans. À cette époque, personne autour de moi ne semblait savoir quoi faire avec ce qui nous arrivait. De plus, j'ai le sentiment que les adultes étaient dépassés par leurs propres sentiments d'impuissance, de détresse et de désespérance. Alors ils fardaient tout ça d'un *grand mutisme* qui passait bien, dans une culture familiale tolérante au « non-dit ».

C'est bien plus tard, dans ma vie professionnelle et plus spécifiquement dans mon investissement auprès des hommes en difficultés et dans mon implication au Centre de Prévention du Suicide et d'Intervention de Crise (CPSIC) que je serai sensibilisé à la portée sociale pour ne pas dire collective, de cette épreuve muette que j'aurais pu croire propre à notre seule famille. C'est grâce à cette problématisation, que m'est arrivée l'hypothèse selon laquelle nous sommes « *au-monde-en-formation* » (Honoré, 1990), d'une manière non discutable, dans ces espaces interstitiels entre l'intime et le social. En effet, j'ai l'intuition depuis le début de cette recherche, qu'il serait urgent de m'engager sur mon chemin d'*apprenance*, là où mes gestes professionnels font écho à mon vécu singulier et à ma démarche de formation.

Je considérais alors que de m'approprier mon chemin *d'apprenance* serait une condition essentielle à ma transformation personnelle et au renouvellement de ma pratique d'accompagnement auprès des hommes en difficulté, des personnes endeuillées par suicide, comme dans la formation à l'intervention psychosociologique.

1.2.3 Le suicide : une préoccupation mondiale - une interpellation québécoise

C'est suite à cette constatation du nombre effrayant de suicidés par saut en bas du pont Jacques-Cartier qu'a été envisagée la possibilité de poser des barrières « anti-saut » [...] Si les gens se suicident en grand nombre dans nos sociétés industrialisées, ce n'est sûrement pas parce qu'elles n'ont pas prévu pour eux des barrières [...] Il ne faut pas oublier que les barrières les plus solides contre la détresse des gens qui nous sont chers, c'est encore vous et moi.

Nelly Arcand

Tout récemment, en 2014, l'Organisation Mondiale de la Santé (L'OMS) publiait son premier rapport public sur l'état de la situation du suicide dans le monde contemporain. L'OMS appelait alors les différents acteurs internationaux à décréter « *l'état d'urgence*

mondial » à propos du suicide. Dans la même période, nous apprenions le décès par suicide de l'acteur apprécié de tous, *Robin Williams*.

D'après la Dre Margaret Chan, directrice générale de l'OMS (2014) :

Chaque année, selon les estimations, plus de 800 000 personnes décèdent en mettant fin à leurs jours et il y a, pour chaque décès, de nombreuses tentatives de suicide. L'impact sur les familles, les proches et les communautés est profondément dévastateur, y compris longtemps après la perte de l'être cher. (2014, p.2)

Dans le même ordre d'idées, Monique Séguin (2009) affirme à l'instar de l'OMS (2001), dans son livre de référence intitulé : « Le suicide : Le comprendre pour le prévenir », que dans le monde actuel : « le taux de mortalité par suicide est plus important que le taux de mortalité lié aux guerres, aux actes de terrorisme et aux homicides ». (2009, p.11) Elle ajoute dans le même texte que toutes les 40 secondes, une personne s'enlève la vie.

La même auteure précise que pour chaque suicide, on dénombre environ de six à dix proches endeuillés, de 20 à 30 tentatives et plus de 100 personnes ayant des idéations suicidaires. Pourtant, si le phénomène est mondial, le sujet reste tout de même tabou et soulève toutes sortes de polémiques. La Docteure Margaret Chan déplore dans son avant-propos au dit rapport de l'OMS (2014) que :

Le suicide ne figure que très rarement au rang des priorités en matière de santé publique. Malgré les avancées certaines dans la recherche et les connaissances en matière de suicide et de prévention du suicide, le tabou et la stigmatisation qui lui sont associés perdurent ; aussi les personnes concernées sont-elles souvent laissées à l'écart ou demandent rarement de l'aide. Et, celles qui cherchent de l'aide sont confrontées à de nombreux systèmes et services de santé incapables de proposer une assistance efficace et opportune. (2014, p.2)

Cette question de tabou et de stigmatisation qui entoure le phénomène du suicide et marginalise les personnes et les familles aux prises avec ce fléau est loin d'être nouvelle. Rappelons à cet effet que, dans notre histoire récente, la religion catholique excommunait

les suicidés qui perdaient ainsi leur droit à une sépulture chrétienne et allait jusqu'à chasser la famille de la ville après leur avoir confisqué ses biens. Du point de vue légal, on peut aussi s'étonner de l'énoncé « du Code pénal anglais jusqu'aux années récentes [...]. En effet, à l'encontre de la personne dont la tentative de suicide était déclarée, on ouvrait une procédure criminelle pour : « Coups et blessures sur un sujet de Sa Majesté susceptibles d'entraîner la mort ». (Lazarus, 2009)

Si le phénomène du suicide est plus courant dans les pays riches, soulignons qu'au Québec, ce sont en moyenne trois personnes par jour qui s'enlèvent la vie, 80% d'entre elles sont des hommes. Depuis le début des années 1960, le Québec a connu une augmentation importante de décès par suicide. Entre 1960 et 1990, le taux de suicide a grimpé de 300 %. Cette ascension spectaculaire a toutefois été inégale et des baisses du taux de suicide ont aussi été observées dans les années quatre-vingt avant de reprendre sa courbe ascendante jusqu'en 1999⁵. Depuis, le taux de suicide diminue progressivement au Québec. Le taux de mortalité par suicide est le plus élevé chez les Québécois de 15-29 ans et ceux de plus de 65 ans. On peut aussi mentionner que le Québec connaît un taux de suicide plus élevé que dans le reste du Canada. Le suicide étant une réalité complexe et multifactorielle, les recherches actuelles arrivent difficilement à expliquer pourquoi il en est ainsi.

1.3 PERTINENCE SCIENTIFIQUE

Du côté de la recherche, de nombreux chercheurs (D'amours & Kiely, 1985; Houle, Mishara, 2003; Séguin, 2009; St-Laurent & Bouchard, 2004; Tousignant & Séguin, 1998) se penchent sur la réalité du suicide dans nos sociétés qui permettent de développer différents modes d'accompagnement et de soutiens aux personnes endeuillées par suicide. En suicidologie, plusieurs chercheurs travaillent sur les particularités du deuil par suicide (Cleiren, 1993; McIntosh & Kelly, 1992; Séguin, Lesage & Kiely, 1995; Wertheimer,

⁵ Données du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS).

2001) à savoir s'il serait plus complexe qu'un deuil normal. Les chercheurs ont différents points de vue sur le sujet, certains croient qu'il comporte beaucoup plus de similarités que de différences avec le deuil normal. Toutefois, comme le mentionne Séguin, « si ces différences sont parfois minimes, elles demeurent présentes [...] Ces différences peuvent se manifester à travers les composantes cognitives, émotionnelles et comportementales du deuil. » (2009, p.105) Par exemple, le choc et le déni sont inhérents à la première phase de tout type de deuil. Par contre, le choc dans le cas d'un décès par suicide se distingue d'autres deuils par son caractère soudain et brutal. Suite à un tel choc, le déni joue un rôle de régulation face à la réalité vécue comme insoutenable. Si le déni fait partie du processus de tout deuil normal, dans le cas d'un suicide il est souvent plus marqué, jusqu'au refus complet de la réalité du suicide où certains « survivants » prétextent qu'il s'agit plutôt d'un accident ou d'un homicide camouflé. (Séguin, 2009)

Dans le cadre de cette recherche, il m'apparaît nécessaire de mentionner quelques-unes des pratiques d'interventions qui existent au Québec et qui m'ont offert un soutien et un accompagnement précieux autant sur le chemin de ma réflexion qu'en terme d'accompagnement personnel. Il existe plusieurs ressources disponibles par le biais de différentes associations officielles. Je me permets d'énumérer ici les principales.

1. ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

<http://www.aqps.info/>

Tél : 514-528-5858

2. CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Dans la plupart des régions du Québec, un service d'intervention téléphonique 24h/7 est offert ainsi que des services d'aides : hébergement de crise et de transition, rencontres individuelles et de groupe.

Tél : 1-866-A P P E L L E / 1-866-277-3553

1.3.1 La postvention au Québec

La « postvention » est un terme qui est apparu dans les années 60 pour désigner une étape de la prévention du suicide. On déclinait alors en trois étapes la prévention : prévention du suicide avant l'acte, intervention pendant une crise suicidaire et la « postvention » désignait la prévention d'une récurrence suicidaire et concernait ainsi les « survivants » de leurs propres tentatives de suicide. Plus tard, la postvention a élargi son champ au soutien à tout l'entourage des personnes décédées par suicide. « La postvention peut être envisagée comme la prévention pour la prochaine décennie ou pour la prochaine génération ». Aujourd'hui, la postvention est habituellement entendue pour désigner le soutien et les approches spécifiques aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche. (Schneidman, 1973; Soubrier, 2009)

En matière de postvention au Québec, les Centres de Prévention du Suicide sont les principaux acteurs qui dispensent un service d'aide pour les personnes endeuillées par suicide. Elles peuvent bénéficier d'un accompagnement individuel ou de groupe dépendamment des régions.

Au Centre de Prévention du Suicide du Bas-St-Laurent, une démarche de groupe est offerte. À l'intérieur de ces groupes d'accompagnement, les personnes endeuillées peuvent s'apporter soutien et ressourcement. Elles peuvent expérimenter une parole dans un contexte de confiance et de reconnaissance avec d'autres personnes endeuillées. Le deuil par suicide est difficile à accepter et avoir l'occasion de parler de sa peine, de partager ses inquiétudes et ses peurs avec d'autres personnes qui sont en mesure d'écouter sans jugement tout en validant l'expérience vécue est susceptible de faciliter l'intégration du deuil. La relation et la parole dans un contexte adapté sont primordiales pour traverser le deuil. Vivre cette tragédie seul peut avoir pour effet de prolonger le deuil et d'accroître la désespérance.

Généralement, les rencontres s'échelonnent sur une dizaine de sessions de deux à trois heures chacune. Le groupe est constitué de cinq à neuf personnes endeuillées par suicide. Deux animateurs qui ont une expérience en intervention de crise suicidaire et dans l'accompagnement des personnes endeuillées par suicide accompagnent le groupe. Plusieurs outils sont remis aux participants au fil des rencontres et différents thèmes en lien au deuil par suicide sont explorés tout au long de la démarche. Des informations supplémentaires peuvent être trouvées sur le site de l'organisme⁶.

À travers mes explorations de ce qui existe actuellement sur le plan de la recherche et de l'intervention, je suis resté avec mon questionnement à propos des possibilités en terme d'accompagnement pour les personnes endeuillées par suicide. Le décès par suicide d'un être cher est probablement l'un des événements les plus pénibles qui puissent survenir dans une vie. La structure familiale est inévitablement chamboulée et chaque membre subit l'épreuve à sa façon. Des sentiments de toutes sortes viennent nous envahir à différents moments et à différents degrés d'intensité : impuissance, abandon, colère, culpabilité, etc. Ce deuil particulier provoque un choc terrible et nous laisse désorientés, désorganisés, aux prises avec de difficiles remises en question qui sont le plus souvent ardues à communiquer et nous rendent particulièrement vulnérables. Il y a un risque de repliement sur soi dans une désespérance muette et les personnes qui nous entourent se sentent souvent impuissantes face à cette réalité. Pour toutes ces raisons, je me demande toujours par quelle voie/voix peut-on envisager de retrouver un chemin de résilience et d'apprenance face à cette réalité tragique ? Quels sont ces chemins qui mériteraient d'être empruntés, explorés, innovés ou encore, inventés ?

Dans le cadre de cette recherche, j'envisage une exploration à même mon vécu au contact du suicide comme voie de connaissance. Le défi étant de soulever le tabou pour faire émerger l'expérience personnelle de celui qui le vit et ainsi permettre de générer de nouvelles connaissances. Cette méthodologie spécifique est encore peu explorée et pourrait

⁶ Site du Centre de Prévention du Suicide du Bas-St-Laurent : <http://www.centredecrisebsl.qc.ca/soutien.htm>

ouvrir un champ de recherche pour d'autres chercheurs. Ainsi, dans la perspective propre à cette recherche en études des pratiques psychosociales qui vise la transformation des praticiens et le renouvellement des pratiques, on postule qu'un travail de réflexion critique et rigoureuse sur l'expérience vécue peut contribuer à produire sens et connaissances, voire même de la santé pour les personnes et leurs collectivités.

Sans faire abstraction de l'apport majeur de tous les professionnels et institutions qui offrent un support non négligeable aux endeuillés par suicide, il semble évident que cette réalité du suicide a tout à gagner en étant portée par la plus grande diversité possible d'acteurs de la société. Et plus particulièrement, les personnes ayant vécu un deuil par suicide peuvent apporter une contribution unique en témoignant de leur traversée. Leur expérience directe au contact du suicide constitue un savoir issu de leur vécu singulier qui peut les qualifier pour en témoigner et soutenir d'autres dans la même situation. Les personnes endeuillées par suicide sont à même de faire avancer la connaissance sur cette réalité et de bonifier les pratiques actuelles d'accompagnement. Dans cette optique, il semble que le soutien offert aux personnes endeuillées puisse être envisagé d'un point de vue personnel pour la victime, mais les découvertes et les connaissances tirées de ces démarches pourraient aussi être formalisées dans une visée de communication et de publication utile à tous.

1.4 PROBLEME DE RECHERCHE

Toute société qui, consciemment ou non, dissimule la souffrance et la désespérance commune participe à son propre morcèlement et oblige chaque membre de sa communauté à supporter seul le poids de la désespérance. « Dans une telle société, les humains sont en danger, les humains finissent par ne plus voir ce qu'ils sont comme humain. » (Chabot, 1997, p.17) Vivre au contact du suicide est l'exemplification la plus radicale de ce que peut être cet *angle mort*, au sens d'une souffrance humaine occultée et portée dans la solitude. Une solitude qui s'étend jusqu'au coeur de l'âme individuelle. Toutes les perspectives sociologiques, psychologiques, psychopathologiques me semblent être insuffisantes et n'apaisent en rien la béance qu'ouvre en moi cette réalité. Je vois comment elle contribue à me désorganiser en attaquant les fondements mêmes de mon existence et à générer une vulnérabilité qui risque de m'isoler du reste du monde. Il m'apparaît clairement que j'ai à inventer une *voie/voix* nouvelle. Il me faut prendre une distance sur cette réalité en la nommant d'abord pour ensuite apprendre d'elle. « Une chose est néanmoins certaine, on ne peut rien apprendre d'une [désespérance] qui n'a pas été travaillée, c'est-à-dire qui n'a pas été regardée, reconnue, réfléchie, formulée, communiquée, reformulée [...] » (Rugira, 2004, p. 46) C'est pour faire face à cet impératif que je m'engage dans une démarche de compréhension à partir de cette expérience vécue suite au décès par suicide d'un proche. J'ai choisi d'investir un espace d'écriture *expérientielle* comme moyen pour me réapproprier mon histoire et dévoiler ma *formativité*. Cette démarche est susceptible de me redonner à ma parole et de me remettre sur mon chemin d'*apprenance*. De plus, elle peut contribuer à renouveler ma pratique psychosociale et participer ainsi aux efforts de tous ceux qui cherchent à venir en aide aux endeuillés par suicide. Le problème central qui me concerne est donc de comprendre comment l'écriture *expérientielle* peut me permettre, suite au contact du suicide d'un proche, de passer d'un état de *désespérance* à celui d'*apprenance*.

1.5 QUESTION DE RECHERCHE

Comment et à quelles conditions mon processus d'écriture m'a permis de passer de la désespérance à l'apprenance ?

1.6 OBJECTIFS DE RECHERCHE

Explorer à travers mon processus d'écriture les contours de l'expérience vécue au contact du suicide d'un proche.

Identifier les différentes conditions qui ont émergé de mon processus de recherche et de formation m'ayant permis de passer de la désespérance à l'apprenance.

Comprendre comment et à quelles conditions mon chemin d'apprenance et mon processus d'écriture ont participé à ma transformation comme personne et à mon renouvellement comme praticien-chercheur.

CHAPITRE 2

CADRE DE REFERENCE, EPISTEMOLOGIE ET METHODOLOGIE

*Il est d'un ambitieux,
et d'un cerveau présomptueux,
vain et envieux,
de vouloir persuader les autres
qu'il n'y a qu'une seule voie
d'investigation
et d'accès à la connaissance de la
nature.
Et c'est d'un insensé
et d'un homme sans discours de se
le donner à croire à soi-même*

*Donc bien que la voie
la plus constante et ferme,
la plus contemplative et distincte,
le mode de réflexion le plus élevé,
se doivent toujours préférer
et le plus honorer et cultiver ;
néanmoins, il ne faut pas blâmer
telle autre manière,
qui n'est pas sans bons fruits,
quoique ces fruits ne soient pas
du même arbre.*

*Giordano Bruno, Cause III,
1548-1600*

2.1 CADRE DE REFERENCES

L'espérance n'est pas certitude. Dire qu'on a de l'espoir, c'est dire qu'on a beaucoup de raisons de désespérer. Nous ignorons les limites du possible, d'où la justification de l'espérance, mais nous savons qu'il a des limites, d'où la confirmation de la désespérance. L'espérance du possible s'enfante sur fond d'impossible.

Edgar Morin

J'ai choisi, pour mon cadre de référence, de m'en tenir principalement à ce que j'entends par *désespérance* et par *apprenance*, les deux concepts qui fondent le titre de mon mémoire : *De la désespérance à l'apprenance*. Si ces deux concepts prennent appui sur certains auteurs intimement liés à ma démarche de recherche, ils sont loin de couvrir l'étendue de mes rencontres avec les différents écrivains, chercheurs et penseurs qui ont jalonné mon parcours.

Il m'importe de mentionner ici comment certaines lectures au cours de ce chemin de recherche et de formation se sont présentées à moi comme de réels phares d'espérance et d'apprenance. « C'est seulement quand convergent le texte adéquat, le moment adéquat et la sensibilité adéquate, que la lecture est expérience » (Larossa, 1998, p.96). Il va sans dire que la lecture de certains ouvrages est souvent tombée à point, comme des rencontres improbables qui me donnaient à vivre une expérience inédite comme l'exprime si bien Larossa. Ces auteurs sont venus me soutenir à tous les stades de ma recherche, parfois en m'aidant à pousser plus loin mon exploration vers des lieux que je maintenais à distance et d'autres fois en m'ouvrant de nouveaux chemins de compréhensions.

2.1.1 La désespérance

Je voudrais cesser d'être une chose fermée. Je voudrais être ouvert comme un couloir ou comme un hangar des îles océanes. La forêt s'est desséchée parce que mon bras a une peau et que cette peau est ma limite. Il n'y pas d'espérance puisque mes artères rebroussent chemin quand elles arrivent près de ma peau et qu'elles ne feront jamais un canal continu avec les artères de ceux que j'aime.

Jean Giono

La désespérance est au cœur de la problématique de cette recherche. Dans le dictionnaire Larousse en ligne, elle est définie comme étant « l'état de quelqu'un qui a perdu l'espérance; désespoir. »⁷ Je m'y appuierai comme point de départ pour définir ce que j'entends par désespérance dans cette recherche.

D'abord, la désespérance est entendue comme étant un « état ». Un état que je caractériserais par cette double impasse d'être sans voie et sans voix dans le monde face à une certaine réalité accablante pour la personne. Un état qui laisse dans une impression d'« être une chose fermée » (Giono, 1937, p.70). Les écrivains sont ceux, pour moi, qui arrivent le mieux à décrire cet état de désespérance souvent à la limite du dicible. Giono l'exprime brillamment à travers un dialogue où Œdipe s'adresse à Antigone :

Si je pouvais rugir comme un lion, il me semble que je serais un peu soulagé. Mais, tout ce que je peux faire, c'est pleurer comme une femme, ou crier comme si je m'étais cassé la jambe. Ça n'a aucun rapport. Il y a vraiment quelque chose qui n'est pas d'aplomb dans ma nature [...] Il n'y a plus d'espérance et je dis ça comme si je disais : « Il n'y a plus de tabac. » (Giono, 1937, p.69)

Dans la désespérance, souvent les lieux et les moyens manquent pour se dire de façon juste. Cette incapacité à trouver une voie/voix forme une boucle/bouche close sur elle-

⁷ Larousse en ligne, désespérance :

« <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/désespérance/24399>

même; véritable cercle vicieux qui alimente la désespérance et la réifie. Hubert Aquin l'a exprimé lui aussi à sa façon :

Je suis comme cloué à moi-même. Rien de plus déprimant que cette solitude qui n'éclate nulle part et jamais: je me sens rongé par tout ce que je contiens, par tout ce que j'étouffe. (Hubert Aquin, Journal, p.105, cité par Marc Chabot, 1997, p.31)

La désespérance comme un état qui « n'éclate nulle part et jamais », confiné dans un « en dedans de soi » en dehors de l'espace et du temps, en dehors de l'existence en tant que possibilités. Jean-Luc Berlet, philosophe français, s'est consacré dans son ouvrage « Au-delà du désespoir » à mieux cerner ce « mal étrange du désespoir » qui caractérise la société moderne. Il affirme que l'état de désespérance:

[...] est comparable à l'état du prisonnier de la caverne évoqué par Platon. Il est enchaîné au fond de la caverne de son cœur pétrifié sur les parois duquel il voit défiler les images absurdes sécrétées par son cerveau fatigué. Et lorsque l'évadé vient lui apporter la bonne nouvelle de l'existence d'un autre monde infiniment plus beau, il le prend pour un fou. » (2005, Berlet, p.207)

Mais, revenons à cette définition du Larousse en ligne « l'état de quelqu'un qui a perdu l'espérance; désespoir. ». Quoiqu'élémentaire, elle soulève un aspect qui me paraît fondamental, à savoir que la désespérance ne serait pas première. Elle serait symptomatique, conséquence d'une *perte*. Perte de l'espérance, ou encore, oubli de l'espérance et donc, pour reprendre les mots et la pensée d'Honoré (1992, p.80), « oubli des possibilités, des mondes possibles ». Oubli que la désespérance est un certain regard porté sur soi et sur le monde et qu'elle est donc une représentation, une signification et oubli que « toute signification a été un jour rendue possible pour toute chose par un nouveau rapport de l'homme à son égard. » (Honoré, 1992, p.80) Dit autrement, en désespérant, on a perdu l'espérance comme ouverture à l'existence dans ses possibilités et on oublie alors nos propres possibilités de créations comme on oublie que la désespérance est, en elle-même, une création, c'est-à-dire une représentation qui a été rendue possible antérieurement.

À notre époque, la désespérance est souvent associée à la dépression, qualifiée de « mal du siècle ». Selon L'OMS⁸, la dépression deviendra en 2020 la deuxième cause d'invalidité chez l'humain. Elle est considérée comme étant un « trouble » de l'humeur, une anomalie, une pathologie, elle fait partie du DSM-V. Alors, on la traite, on la soigne, on la traque, on cherche ses origines loin jusque dans le génome de l'individu et puis après jusqu'à la genèse de son histoire familiale. Elle est une tare. Dans les cas les plus aigus, elle mène au suicide et on dit que 80% des personnes qui se suicident souffraient d'une dépression majeure. Dans les médias, on promeut une certaine « hygiène » de vie qui nous « éloigne » de la dépression : exercice physique, saine alimentation, sommeil suffisant, bonne gestion des émotions, etc.

Particulièrement dans la culture postmoderne, qui a une sacro-sainte horreur du vide, la consommation à outrance ne permet ni la dépression, ni la renonciation, ni aucune forme de descente. Il n'y a pas, pour ainsi dire, de tolérance à la mort. (Lebrun & Robertson, 2013, p.71)

La dépression, de même que la désespérance, effraie dans nos sociétés actuelles. On cherche à s'en tenir loin, à l'éviter, et avec raison. Toutefois, s'il est tout à fait raisonnable de chercher à éviter la désespérance et qu'il est vrai que l'on peut la prévenir dans une certaine mesure, d'un point de vue plus philosophique et initiatique, la désespérance est représentée comme étant une épreuve parfois difficile à éviter, voire impossible à contourner, et même nécessaire. Elle peut être déclenchée par une multitude de situations, peine d'amour, deuil, maladie, échec professionnel, etc. Parfois, les raisons sont plus obscures, quelque chose qui était jusque-là « tolérable » devient « intolérable », une sensibilité devient acerbe à ce qui paraissait ambiant et normal avant. Peter Kingsley, professeur honoraire de la Simon Fraser University (Canada) et de l'université de New Mexico, illustre cette perspective avec conviction :

Si vous avez de la chance, à un certain moment dans votre vie, vous arriverez à un cul-de-sac complet. Ou, en d'autres mots: si vous avez de la chance, vous arriverez

⁸ OMS, dépression : <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/fr/>

à une croisée des chemins et vous verrez que la route sur la gauche vous mène en enfer, que la route sur la droite vous mène en enfer, que la route en avant conduit directement en enfer et que si vous essayez de retourner d'où vous venez, vous serez complètement et totalement en enfer. Chaque chemin mène en enfer et il n'y a pas de porte de sortie. Rien non plus que vous puissiez faire. Rien ne peut plus vous satisfaire. Alors, si vous êtes prêt, vous vous tournerez vers l'intérieur, et vous découvrirez ce que vous avez toujours désiré, mais que vous n'avez jamais trouvé. (Peter Kingsley, *In the dark places of wisdom*, 2009, cité par Lebrun & Robertson, 2013, p.15)

Dans cet esprit, la désespérance est comprise littéralement comme une opportunité. C'est le refus de l'épreuve qui déclenche une « chute au non-être » où l'homme « se renie comme être particulier, se referme en lui-même et se détruit infailliblement ». (Berlet, 2005, p.137) Autrement dit, la réelle désespérance, prise dans cette perspective, est le refus de la désespérance comme épreuve existentielle et initiatique.

L'intégration de l'épreuve correspond au contraire à une montée vers un plus-être : le routier atteste l'*être*, s'affirme comme participation à l'*être*, s'ouvre à la transcendance, crée son *âme* et même celle de son frère. L'intégration de l'épreuve se nomme l'*espérance*, cette « anticipation frémissante d'une plénitude ». (Berlet, 2005, p.137)

2.1.2 L'apprenance

L'apprenance devient un néologisme nécessaire pour décrire la qualité majeure, sans doute la plus durable, requise des sujets sociaux pour écrire la page encore blanche de leurs avens dans le tourbillon permanent de nos temps modernes.

Philippe Carré

L'élève n'est pas un vase qu'on remplit, mais un feu qu'on allume.

Michel de Montaigne

Apprendre. La question de l'« apprendre » est aussi une dimension centrale dans ma recherche. Pour commencer, je me permets de rappeler qu'« apprendre » nous vient du latin *apprehendere* qui signifie « prendre », « saisir » ou « attraper ». Ainsi, on peut dire

qu' « apprendre » sous-entend une action, un acte, une manière qui permet d'acquérir une connaissance ou encore une compréhension de quelque chose qui nous interpelle. On comprend déjà qu'il peut y avoir différentes façons d'apprendre.

Toutefois, pendant mon parcours scolaire antérieur, j'ai intégré spontanément ce que pouvait vouloir dire *apprendre* sans questionner réellement sa signification. J'avais assimilé qu'*apprendre* faisait référence uniquement, pour reprendre les termes du philosophe et sociologue allemand Jürgen Habermas⁹(1971), à l'apprentissage *technique* et à l'apprentissage *communicationnel*.

L'apprentissage *technique* est celui par lequel nous apprenons à *manipuler* l'environnement pour le maîtriser. Il génère des savoirs empiriques qui prennent appui sur des prévisions, des hypothèses déduites à partir d'une logique de causalité au cours d'observation et d'expérimentation contrôlées. Il est directement lié au paradigme positiviste qui sera abordé un peu plus loin dans ce mémoire.

L'apprentissage *communicationnel* quant à lui, est celui par lequel nous apprenons à comprendre le sens signifié dans la communication avec l'autre. Il vise à améliorer la communication. « La capacité à participer à l'activité communicationnelle exige un noyau universel d'attitudes fondamentales, un consensus implicite sur les normes, valeurs et règles fondamentales c'est-à-dire les perspectives de sens qu'il est nécessaire de maîtriser pour parler un langage. » (Mezirow, 2001, p.84) Habermas voit une différence marquée entre ces deux types d'apprentissage.

Dans le domaine communicationnel, la compréhension et la recherche n'ont pas pour objectif la maîtrise technique et opérationnelle comme c'est le cas dans le domaine instrumental. Elle vise plutôt la clarification des conditions de communication et l' "intersubjectivité", processus de mise en rapport à l'autre

⁹ Cité par Mezirow (2001) dans son ouvrage « Penser son expérience. Développer l'autoformation. »

considéré comme sujet psychologique (c'est-à-dire comme agent semblable à soi) et non comme objet à maîtriser et à manœuvrer. (Mezirow, 2001, p.97)

Or, Habermas intègre un troisième type d'apprentissage, soit l'apprentissage *émancipateur ou réflexif* par lequel nous apprenons à éclairer et à remettre en cause nos propres représentations et perspectives de sens pour en arriver à nous transformer nous-mêmes.

Le savoir émancipateur est celui qui s'acquiert par la réflexivité critique à la différence du savoir qui résulte de notre "intérêt technique" pour le monde objectif, ou de notre intérêt pratique pour les relations sociales [...] Dans l'apprentissage émancipateur il s'agit de se libérer des forces d'origine libidinale, linguistique, institutionnelle ou environnementale qui limitent nos options et la maîtrise rationnelle de nos vies, mais que nous avons considérées comme naturelles ou échappant à toute possibilité de contrôle humain [...] L'apprentissage émancipateur est souvent transformateur en ce sens qu'il présente à l'apprenant une manière alternative d'interpréter les sentiments et les modèles de comportement; l'ancien schème de sens, l'ancienne perspective sont désavoués et remplacés ou réorganisés pour pouvoir incorporer de nouveaux *insights*. (Mezirow, 2001, p.106)

Cette distinction entre les différents types d'apprentissages m'était totalement inconnue jusqu'à ce que j'entreprenne mes études en psychosociologie. Elle a alors été une réelle découverte. Ainsi, par étapes successives, mes études en psychosociologie à l'UQAR m'ont introduit à la pédagogie expérientielle à visée émancipatrice et transformative, par le biais du vaste champ des relations humaines, de l'accompagnement du changement humain, des pratiques réflexives et autobiographiques et du groupe comme médium de mise en forme de soi et de production de connaissances. J'ai vécu une vraie bascule où je suis passé d'une logique de *contenus et de résultats* vers une logique de *processus et de moyens*, d'une *pédagogie scolaire conventionnelle* vers des *approches laboratoires de type andragogiques*. Toutes les actions pédagogiques et l'instrumentation déployées ont participé à développer progressivement des *réflexes dialogiques* et d'alternance avec le support d'une communauté d'apprenants et de praticiens-chercheurs expérimentés. Tout cela me permettait de rompre graduellement avec une forme d'isolement que je vivais

habituellement. Je pouvais alors prendre en charge mes questionnements existentiels et ainsi soutenir et potentialiser mon processus de formation et d'apprentissage. J'ai pris conscience que j'avais soif depuis longtemps d'occasions d'intégrer dans mon parcours la dimension *émancipatrice et transformative* de l'apprentissage. Grâce à l'équipe de formateurs rencontrée dans les programmes en psychosociologie à Rimouski, je découvre qu'il est possible d'« *apprendre à apprendre autrement* » et je prends conscience de l'intérêt, voire de la nécessité fondamentale, qu'il peut y avoir à s'investir dans un projet d'apprentissage bien ancré dans sa propre historicité à partir de questionnements qui nous préoccupent directement.

Cette façon d'aborder l'apprentissage dans sa dimension émancipatrice et transformative, s'inscrit dans un courant relativement nouveau affirme Mezirow (1992) et témoigne de « l'émergence, dans notre culture, d'un âge de la réflexion. » À la suite d'Habermas (1971), il considère que la modernité, caractérisée par une asthénie de ses structures d'autorité en place, ouvre maintenant « la voie à l'expression d'une nouvelle forme d'autonomie en matière d'apprentissage et [laisse] présager l'apparition de la réflexion comme mode de production du sens de l'expérience et son influence croissante. » (1992, p.117) En ce sens, Mezirow rapporte qu'on peut observer plusieurs nouveaux mouvements sociaux qui encouragent les apprentissages émancipateurs et transformateurs en créant des environnements propices à ceux-ci. Les programmes en psychosociologie à l'UQAR font définitivement partie de ceux-ci. Mezirow raconte que :

Les participants à ces mouvements ont l'impression que l'ancienne manière d'affronter la modernité s'est avérée un échec. Ils croient que l'éducation ne doit pas avoir pour but d'atteindre des objectifs sociaux. Son but doit être d'amorcer un processus de transformation individuelle qui, inmanquablement, se répercutera sur la vie sociale, culturelle et politique. Les transformations sociales et culturelles ne se produisent qu'au niveau des individus. La transformation des manières de vivre et de penser devient ainsi le critère ultime d'évaluation de la formation des adultes. L'objectif des nouveaux mouvements est de rétablir le lien entre la personne et la société sur un mode nouveau. (Mezirow, 1992, p.205)

Apprenance. Le concept d'*apprenance* tel que je l'utilise dans cette recherche, intègre ce nouveau rapport à l'« apprendre » dans sa perspective émancipatrice et transformative dont parle Mezirow (1992). J'ai entendu le mot *apprenance* pour la première fois lors d'un stage de formation universitaire en compagnie de ma directrice de maîtrise. Je l'entends alors faire ce lapsus, elle dit le mot *apprenance* au lieu de dire appartenance. Le mot m'interpelle. « Les mots qui vont surgir savent de nous des choses que nous ignorons d'eux. » a déjà dit René Char (1977, p.47) et c'est ainsi que je rencontre l'*apprenance*. Un mot jaillissant qui pique ma curiosité et semble m'appeler à une compréhension qui m'échappe encore. Je ne l'avais jamais entendu avant et je lui reconnais aussitôt un certain esthétisme. Il m'inspire et je m'amuse à lui inventer une définition. Il réunit pour moi « appartenance, apprentissage et espérance », me parle d'un type d'apprentissage qui serait conditionnel à une appartenance et à une espérance présentes. Le mot illustre une façon de comprendre l'apprentissage comme je le découvre à Rimouski dans les programmes en psychosociologie et qui fait référence à l'apprentissage émancipateur ou réflexif d'Habermas (1971).

C'est plus tard seulement que je découvrirai qu'il est un concept déjà existant, un néologisme qui a émergé dans la dernière décennie liée au monde de la formation et qui a été développé principalement par Philippe Carré, professeur en éducation. Lorsque celui-ci parle d'*apprenance*, il fait référence à une certaine attitude qui dispose le sujet à l'acte d'apprendre ainsi qu'à l'ensemble de ses conditions favorables dans toutes les situations « qu'elles soient formelles ou non, expérientielles ou didactiques, autodirigées ou dirigées, intentionnelles ou fortuites. » (Carré, 2005, p.11). L'auteur décline en trois différentes perspectives les conditions favorables à l'apprentissage soit : le pouvoir apprendre, le savoir apprendre et le vouloir apprendre. Il ajoute que :

L'*apprenance* est de l'ordre de l'« être » plus que de l'avoir: on a des connaissances, mais on est en *apprenance*. Attitude d'ouverture, de réceptivité, mais aussi de recherche et de création des occasions d'apprendre, l'*apprenance* recouvre à la fois la posture mentale, la capacité et le désir de tirer de ses environnements les ressources nécessaires au développement de connaissances,

habiletés, comportements nouveaux ou à la modification des anciens. (Carré, 2005, p.109-110)

Cette définition de Carré (2005) fait écho avec une intuition que je porte, à savoir qu'il y avait sur mon chemin de vie une dimension de l'apprentissage, une dimension formative et existentielle, qui a existé la plupart du temps en filigrane. Comme si certains contextes personnels, familiaux et professionnels m'invitaient à *entrer en apprenance* sans que je n'aie les moyens de franchir le seuil de la porte faute de *vouloir, de pouvoir et/ou de savoir apprendre*. Nous le verrons plus en détail dans la suite du mémoire. Il est important, à ce stade, de noter que l'*apprenance*, dans cette recherche, est prise principalement dans la perspective de l'apprentissage réflexif ou émancipateur (Habermas, 1971).

Formativité humaine. L'*apprenance*, telle que comprise dans ma recherche, s'apparente directement au concept de *formativité* défini par le psychiatre, philosophe et phénoménologue Bernard Honoré (1977). « [L]'apprendre » est indissociable du « se former ». On apprend en se formant ou encore on se forme en apprenant. » (Lapointe, Rugira, Pilon & Gauthier, 2007, p.311)

La *formativité* pour Honoré (1977) fait référence à ce que, essentiellement, nous sommes au monde en formation du début de notre vie jusqu'à notre mort. La formation ici est prise dans un sens large, dans son sens vital, qui dépasse et englobe ses aspects psychologiques, sociologiques, académiques, etc. La formation est comprise, pour Honoré, comme un des fondements ontologiques de notre existence (Honoré, 1992), comme une ossature de l'être. Selon Honoré (1992) l'objectif majeur d'une véritable pratique de formation serait de « réveiller une formativité assoupie » et non de « transmettre des savoirs, d'entraîner à un code de la route, ni d'acquérir des moyens techniques entretenant l'illusion d'une maîtrise des situations » (Honoré, 1992, p.110).

J'adhère totalement à la pensée de Bernard Honoré (2011) qui, suite à une visite des programmes en psychosociologie offerts à l'UQAR, s'étonne de « découvrir qu'une

université peut être un lieu non seulement d'acquisition de savoirs, d'expérimentation et de recherches théoriques, mais aussi un lieu d'ouverture à l'existence dans ses dimensions à la fois personnelles et sociales » (Honoré, 2011, p.215). Honoré enchaîne avec une série de nouveaux « possibles » universitaires qui s'ouvrent à lui suite à son passage à Rimouski. En voici un résumé :

Il est possible que l'université soit [...] un lieu de vie où chacun s'ouvre à l'existence dans un « œuvrer » ensemble et pas seulement dans un rapport à la connaissance, aux méthodes et aux techniques. [...]

Il est possible que la transmission des connaissances soit à la fois comprise et mise en actes comme support d'une construction s'inscrivant dans l'expérience de chacun. Une attention particulière est alors donnée au sens que chacun donne au savoir acquis et développé en nourrissant son expérience. [...]

Il est possible que l'épreuve universitaire ne se limite pas à une vérification plus ou moins continue de l'acquisition des connaissances, mais soit comprise comme mise à l'épreuve de soi-même, avec les autres, dans les situations d'apprentissage. [...]

Il est possible qu'à l'université, les savoirs en sciences humaines soient compris comme savoirs « avec les autres » et non développés et transmis « à propos des autres ». (Honoré, 2011, p.226)

Cette université des « nouveaux possibles » dont parle Honoré jette une lumière sur l'existence singulière de ses apprenants comme autant de points de départ pour faire *œuvre de formation* (Honoré, 1992) par le dévoilement de la *formativité*. Elle s'applique à intégrer les dimensions de l'individualité dans la collectivité, vers une responsabilité renouvelée du sujet face à sa propre vie humaine et, plus globalement, face à sa société et à son monde.

Or, si nous comprenons que la *formativité* est inhérente à la vie, ce n'est pas pour autant que nous sachions faire de toute situation une occasion d'apprendre et de nous transformer. Arriver à *dévoiler* cette dimension formative « assoupie » en revient pour moi à être en *apprenance*. Et c'est elle, cette dimension formative, cette *formativité* qui m'intéresse, et plus spécifiquement les conditions qu'elle requiert pour me permettre

d'arriver à « *être au monde en apprenance* », c'est-à-dire d'être au monde dans des conditions qui me permettent dans un premier temps de *dévoiler* la dimension formative inhérente à mon histoire de vie et dans un deuxième temps d'apprendre de celle-ci.

L'*apprenance* devient une voie d'espérance, une attitude à cultiver, pour surmonter la désespérance et les épreuves propres à mon chemin. Elle est une voie pour *mieux comprendre* cette réalité familiale liée au suicide et à la désespérance que j'ai besoin d'éclairer, d'appivoiser, de rapatrier, d'intégrer, de nommer, de baptiser, de mettre en dialogue, de cultiver, d'honorer et de transmettre. J'insisterais en avançant que ce chemin d'*apprenance* est beaucoup plus qu'une nécessité dans ma vie à surmonter la souffrance et les épreuves propres à mon chemin, il est la possibilité de transcender ma réalité, d'ouvrir des brèches sur des mondes inespérés et d'éprouver le sentiment profond d'être inscrit et participant de cette vie-ci. « Le sentiment [d'*apprenance*] nous découvre dans notre relation au monde, dans notre souci d'y trouver notre place, d'y avoir nos repères, d'y être accueilli, d'être en prise avec lui dans la compréhension. » (Honoré, 2003, p.57)

2.2 L'ÉPISTEMOLOGIE

Chaque chercheur est porteur de paradigmes qui l'amènent à développer une vision du monde quant à l'ordonnance des choses.

Yvon Bouchard

J'aimerais maintenant clarifier les fondements épistémologiques qui sous-tendent cette recherche pour que le lecteur puisse bien situer le cadre de déroulement de cette activité scientifique. Je me permets de rappeler d'entrée de jeu que l'épistémologie provient d'une branche de la philosophie qui étudie la démarche scientifique et s'interroge sur les fondements de la science et la validité de la connaissance qu'elle produit. Étymologiquement, elle provient du grec *épistémé* qui veut dire science et de *logos* qui signifie discours.

On distingue, sur le plan épistémologique, deux principaux horizons paradigmatiques dans la science, soit le paradigme positiviste et le paradigme interprétatif. Il est question ici du concept Kuhnien de « paradigme » qui désigne: « une constellation de croyances, valeurs, techniques, etc. partagées par une communauté donnée. » (Kuhn, 1962, p. 175)

Ainsi, la posture épistémologique du chercheur revêt une importance toute particulière; elle est cette toile de fond sur laquelle le chercheur base sa recherche ainsi que ses manières d'interpréter et de comprendre, et détermine en grande partie la dynamique inhérente de ses investigations. J'invite donc le lecteur à entrer avec moi dans cette section qui éclaircira les fondements sur lesquels s'appuie ma recherche actuelle.

2.2.1 Du paradigme interprétatif

Je peux d'entrée de jeu affirmer que cette recherche s'inscrit clairement dans le paradigme interprétatif. Celui-ci s'est consolidé au milieu du siècle dernier, par Dilthey (1947) entre autres, dans la foulée des débats historiques entre sciences naturelles et sciences humaines, entre les approches *positivistes* et *interprétatives*, entre *objet* et *sujet* de recherche, entre *explication* et *compréhension* des phénomènes, entre *objectivité* et *subjectivité* du chercheur. Le courant épistémologique propre au modèle interprétatif postule une dissemblance fondamentale entre sciences humaines et/ou sociales et les sciences de la nature qui reflète deux conceptions radicalement opposées à l'intérieur même du vaste champ scientifique. Ainsi, il m'importe de rappeler à cette étape de ma démarche que c'est justement à Dilthey (1947), que nous devons le terme universellement reconnu de « *sciences humaines* ». C'est aussi grâce à lui que celles-ci revendiquent aujourd'hui :

leur spécificité, alléguant que l'homme est un objet d'études qu'on ne saurait confondre avec ceux de la nature, que sa connaissance requiert une approche qui ne viserait plus l'explication des phénomènes par la formulation de lois récurrentes et prédictives, mais plutôt leur compréhension par un discours interprétatif. (Goyer, 1998, p.270)

Plusieurs autres distinctions peuvent être soulevées entre ces deux courants épistémologiques. Par exemple, pour les sciences de la nature, l'objet de recherche est le même pour chacun (la nature), alors qu'il n'en est pas ainsi pour les sciences humaines où l'on peut parler du « fait social » (Durkheim), de « l'esprit » (Dilthey) ou de « l'homme » (Weber) pour désigner l'objet de recherche.

Du point de vue de la finalité, on retrouve d'autres divergences entre les paradigmes des sciences de la nature et des sciences humaines. Ainsi, pour les sciences de la nature il est question d'arriver à *expliquer les choses*. Si certains courants des sciences humaines s'inscrivent aussi dans cette même finalité (le courant Durkheimien par exemple), il peut en être tout autrement. Chez Dilthey (1947) « *il ne s'agit plus d'expliquer, mais bien de comprendre les phénomènes de l'esprit.* » Dilthey parle de découvrir le « *sens immanent des phénomènes* ». Ainsi, dans le paradigme interprétatif on privilégie davantage des approches qui permettent d'aborder des phénomènes, conçu d'emblée comme partie prenante d'époques et de contextes singuliers, par la compréhension et l'interprétation du chercheur lui-même, dans le but de faire apparaître du sens et des significations nouvelles. Paillé et Mucchielli (2008) résument ainsi les propos de Dilthey au sujet des divergences entre ces deux paradigmes :

Pour Dilthey (1895) les sciences humaines sont un ensemble original de sciences caractérisé par l'absence « d'objet » (au sens physique du terme) et donc par l'impossibilité d'application des méthodes des sciences naturelles et physico-chimiques. Les sciences explicatives, dit-il, subordonnent « un certain domaine phénoménal à un système de causalité au moyen d'un nombre limité d'éléments bien déterminés, c'est-à-dire de parties constitutives du système. Cette conception caractérise l'idéal scientifique qui résulte en particulier de la physique atomiste... (Paillé & Mucchielli, 2008, p.29)

Toujours selon Dilthey (1947), l'épistémologie objectiviste des sciences naturelles, par ses critères de validité scientifique, en vient à dénaturer l'expérience humaine. De leur côté, les sciences de la nature vont rechercher une certaine *objectivité* en éliminant le plus de variables possible et en établissant une *distanciation* entre le chercheur et son objet de

recherche. Inversement, du côté des sciences humaines, on cherche à tenir compte du plus grand nombre de variables possibles pour en extraire le sens dans toute sa complexité tout en préconisant une investigation *avec* les acteurs concernés et parfois *sur* les praticiens chercheurs eux-mêmes. Ici, la *distanciation* nécessaire à l'*objectivité* recherchée du point de vue positiviste n'est pas souhaitable et serait même à proscrire dans ce cadre spécifique. Alors que dans le paradigme positiviste on parle de sciences appliquées, on parlera dans le paradigme interprétatif de sciences impliquées (Barbier, 1997). Ainsi, dans le paradigme interprétatif on ne peut prétendre à l'*objectivité* de la recherche telle que prônée habituellement par les sciences naturelles. Rugira (2004, p.22) cite à cet effet, Tillich (1967, p.130) qui affirme que de toute manière « l'homme ne peut occuper un lieu d'objectivité pure, [...] sa fonction cognitive est aussi existentiellement conditionnée que l'ensemble de son être. » Ainsi, la subjectivité du chercheur et des acteurs de la recherche dans le paradigme compréhensif est ici valorisée et comprise comme le premier terreau sur lequel il devient possible d'appréhender le réel, voire de le saisir, de le comprendre et de le construire. Rugira (2004) nous renvoie à Wilber (1997, p.135) qui résume bien le fondement épistémologique de cette approche et qui me parle tout particulièrement :

Ma vie n'est pas simplement une série d'évènements platement objectifs étalés devant moi comme autant de pierres ayant une localisation simple et que je suis censé fixer jusqu'à ce que je voie leurs surfaces plus clairement. Ma vie inclut une composante profondément subjective que je dois parvenir à comprendre et à interpréter pour moi-même. Il n'y a pas que des surfaces, il y a aussi des profondeurs. Et si les surfaces peuvent être vues, les profondeurs doivent être interprétées. Plus mon interprétation de mes propres profondeurs est adéquate, plus ma vie devient transparente pour moi. Plus je la vois et la comprends clairement. Moins elle me déconcerte, moins elle me rend perplexe, moins elle me cause de douleurs par son opacité. (Rugira, 2004, p.25)

2.2.2 Le monde phénoménologique

Ce qui conditionne ainsi la démarche phénoménologique est l'adhésion infrangible à l'expérience dans sa nudité première.

Nathalie Depraz

Pour moi faire une recherche de type heuristique consiste à s'inscrire d'emblée dans « le monde phénoménologique ». Il s'agit ainsi d'affirmer son intérêt pour l'existence vécue et l'étude des expériences pour ce qu'elles donnent à vivre en elles-mêmes. Dit autrement, la phénoménologie étudie le monde vécu, le monde tel que nous en faisons l'expérience dans notre quotidien au jour le jour. Elle pose la question : « Quelle est réellement l'expérience que je fais de tel ou tel phénomène? »

Ainsi, la phénoménologie ne nous offre pas un banc de théorisation sur lequel nous asseoir pour expliquer et/ou contrôler le monde, mais plutôt elle nous offre la possibilité de constituer des points de vue plausibles et éclairés qui nous rapprochent de façon plus directe aux faits du monde. (Max Van Manen, 1984, p.7)

La phénoménologie cherche sciemment à faire émerger « à la surface de la conscience ce qui s'anime dans l'inconnu, ce qui tend à être dans l'obscur, ce qui échappe à l'intelligibilité de notre attitude naturelle, de notre posture ordinaire du quotidien. » (Van Manen, 1984, p.15) Van Manen (1984) avance aussi que la recherche phénoménologique est une « activité qui poétise », qui tend vers « une parole évocatrice, une expressivité primale ». Et comme pour la poésie, il ne serait pas ajusté d'attendre une synthèse ou un résumé d'une recherche phénoménologique. « Résumer un poème pour en présenter les résultats détruirait d'emblée les résultats puisque le poème est à la fois l'objet et la résultante de la recherche. » (Van Manen, 1984, p.10)

Aux origines de la phénoménologie. C'est Husserl (1859-1938), philosophe et mathématicien, qui a inauguré les fondements de la phénoménologie. Il a marqué la philosophie contemporaine et influencé plusieurs philosophes postérieurs tels Sartre, Heidegger, Merleau-Ponty et Lévinas pour en citer quelques-uns. Lui aussi s'inscrivait dans

le débat entre les sciences de la nature et les sciences de l'esprit à la suite de Dilthey (1833-1911). Depraz raconte que « [l]a principale critique du phénoménologue à l'égard des savants de son temps porte sur l'aveuglement dont ils font preuve vis-à-vis de leur propre démarche, c'est-à-dire sur l'absence de réflexivité de leur attitude scientifique. » (Depraz, 2012, p.9). Elle considère, à l'instar de Husserl, ce « désintérêt des scientifiques pour leur propre subjectivité » comme étant responsable de la crise que traverse le monde de la science dont témoigne Husserl dans certains de ces ouvrages. « L'obscurité dans laquelle se meuvent aujourd'hui les sciences provient donc de l'absence d'attention portée à « l'énigme de la subjectivité » qui travaille en elles [...] ». (Depraz, 2012, p.14). Depraz, à la suite de Husserl (1976), affirme que :

Cette science n'a rien à nous dire [...] Les questions qu'elle exclut par principe sont précisément les questions qui sont les plus brûlantes à notre époque malheureuse, pour une humanité abandonnée aux bouleversements du destin : ce sont les questions qui portent sur le sens ou l'absence de sens de toute cette existence humaine. (Depraz, 2012, p.17)

Ainsi, la phénoménologie telle que décrite par Husserl et bien d'autres implique une réflexion sur soi-même. Elle met la subjectivité humaine à l'avant-scène, s'intéresse à ce qui *apparaît à la conscience* et voit une nécessité fondamentale de revenir *aux choses mêmes*, telles que vécues. Merleau-Ponty l'exprime puissamment :

Il faut que la pensée de science - pensée de survol, pensée de l'objet en général - se replace dans un « il y a » préalable, dans un site, sur le sol du monde sensible et du monde ouvert tels qu'ils sont dans notre vie [...] Dans cette historicité primordiale, la pensée allègre et improvisatrice de la science apprendra à s'appesantir sur les choses mêmes et sur soi-même [...]. (Merleau-Ponty, 1964, p.12)

L'intentionnalité chez Husserl. Ce « il y a » préalable dont parle Merleau-Ponty fait référence au concept d'intentionnalité chez Husserl. Concept qu'il a repris à son professeur Franz Brentano (1838-1917). D'abord, mentionnons que le mot intentionnalité pris dans ce contexte phénoménologique n'est pas à confondre avec sa définition populaire qui veut dire

« faire quelque chose dans une visée particulière ». L'intentionnalité phénoménologique renvoie à l'inhérence de la conscience à notre perception du monde. Depraz en citant Husserl explique que « [l]e mot intentionnalité ne signifie rien d'autre que cette particularité foncière et générale qu'a la conscience d'être conscience de quelque chose (...). » (2012, p.7) C'est-à-dire qu'elle est toujours conscience intentionnelle. L' intentionnalité est ce mouvement interne, tacite et premier, qui achemine la conscience jusqu' à son objet. L'intentionnalité est la pierre d'assise de la phénoménologie Husserlienne.

La visée intentionnelle de la conscience est ce qui annule l'idée même d'une opposition du sujet et de l'objet, où ces deux pôles seraient extérieurs l'un à l'autre et existeraient comme indépendamment l'un de l'autre.[...] [L]'intentionnalité est cet échange interactif continu de la conscience et du monde, par quoi ce dernier prend sens pour la conscience, et la conscience pour le monde. (Depraz, 2012, p.7)

Cette dynamique permanente, qui lie objet et sujet dans la conscience intentionnelle, est dite phénoménologique. Ainsi, on peut comprendre que la finalité de la recherche phénoménologique n'est pas de faire état des faits propres à un objet, mais plutôt de témoigner de manière « intelligible la relation intentionnelle qui lie le sujet à l'objet. Étudier cette relation de la conscience au monde appelle une posture épistémologique qui dépasse la compréhension cartésienne de la relation sujet/objet. » (Morais, 2012, p.65). La recherche phénoménologique ouvre toute grande la porte à la dimension phénoménale du monde.

La réduction phénoménologique. Entrer dans cette « dimension phénoménale » soulève une certaine problématique puisqu'elle exige un « retour aux choses mêmes ». Or, nous sommes induits de multiples couches idéalisées, d'aprioris et d'une foule de manières propres d'appréhender et de concevoir le monde. Ces manières propres sont le plus souvent pré-conscientes, comme autant de préjugés qui s'ignorent, qui nous apparaissent comme « allant de soi » et qui, par le fait même, sont pris en dehors de soi, c'est-à-dire en dehors

de la conscience intentionnelle. En phénoménologie on parle d'« attitude naturelle », d'« existence quotidienne » ou encore de « quotidienneté » faisant toute référence à ces « relations naïves » avec le monde. Naïves parce qu'elles ne sont pas prises dans leur dimension phénoménale et non duelle, et qu'elles restent perçues comme extérieures à soi. La réduction phénoménologique, concept développé par Husserl, consiste en un effort pour percer cette quotidienneté et ainsi la *dévoiler* à sa dimension phénoménale première. En somme, la réduction vise à permettre une mise hors d'action du monde « quotidien » pour que puisse apparaître la vie subjective, dépouillée, dans toute son authenticité et qu'ainsi la conscience arrive à être consciente d'elle-même, de ses caractères essentiels.

L'épochè (Depraz, Varela & Vermersch, 2000). La réduction phénoménologique sous-entend une attention et un agir particulier de la part du phénoménologue. L'*épochè* (prononcé « époqué »), un mot grec qui veut dire suspension, est le « terme qu'utilise Husserl pour désigner la « mise hors-jeu » des attitudes naturelles à l'égard du monde objectif, cet étirement des liens qui nous attachent au monde dans l'expérience vécue. » (Morais, 2012, p.67) Il est ce geste par lequel on déplace notre attention pour voir autrement, « [p]rendre distance par rapport au phénomène décrit, mettre en suspens les contenus prédonnés pour en interroger en permanence le sens, ne pas adhérer de façon naïve à ce qui apparaît pour donner corps au mode d'apparaître de ce phénomène. » (Depraz, 2006, p.18).

Tableau 1 : Les 3 temps de l'*épochè*

Les trois temps de la pratique de l' <i>épochè</i>	
a) Suspension	mettre hors-jeu les thèses « naïves » du monde.
b) Conversion	retourner le regard vers l'intérieur, vers les conditions <i>a priori</i> de l'apparaissant.
c) Lâcher-prise	accueillir la structure intentionnelle de la conscience.

Si la pratique de l'épochè procède en trois temps comme l'indique le tableau ci- haut, elle procède par des actes spécifiques qui se réalisent dans une dynamique circulaire et interreliée que Depraz représente dans la figure qui suit.

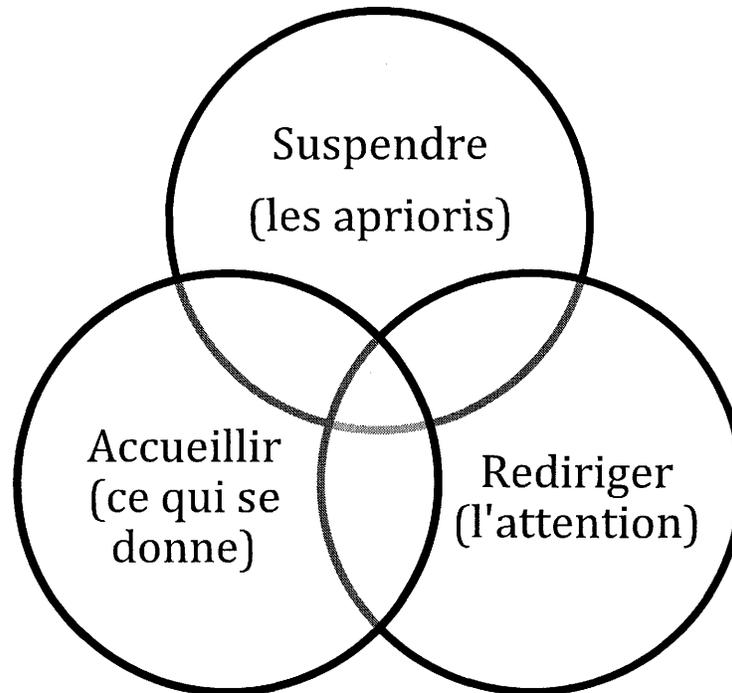


Figure 3 : Les actes au cœur de la pratique de l'épochè

2.3 METHODOLOGIE

Cette section présente les fondements méthodologiques de ma recherche. La « méthode » nous vient du latin *metodos* et signifie « chemin ». Ainsi, la méthodologie peut être comprise comme étant le chemin emprunté par le chercheur à la rencontre de ce qu'il recherche.

2.3.1 Pour une méthode heuristique d'inspiration phénoménologique

La recherche heuristique est concernée par le sens, non la mesure, l'essence, non l'apparence, la qualité, non la quantité, l'expérience, non le comportement.

Douglas & Moustakas

La méthode heuristique vient s'inscrire tout naturellement dans la foulée du paradigme compréhensif et interprétatif. C'est une méthode d'inspiration phénoménologique qui fait de la place au primat de l'expérience du sujet et à une subjectivité d'autant plus valable qu'elle assume son inscription dans une dynamique dialogique, créatrice et intersubjective.

L'origine étymologique du concept d'heuristique nous informe déjà de l'esprit de celle-ci. Il vient du Grecque ancien « *heurískô* » et d'« *Eurêka!* » qui signifie « trouver ». L'adjectif grec qui découle d'« *Eurêka!* » est « *heuretikos* » qui lui veut dire « *inventif* ». On associe souvent « *Eurêka!* » à la légende d'Archimède qui avait fait la découverte, dans un bain public, de ce que l'on nomme aujourd'hui dans les sciences physiques, la « *masse volumique* ». Il serait alors sorti dans les rues en s'écriant « *Eurêka!* ». Ainsi, l'heuristique nous rappelle à la place de l'inattendu, de la surprise, de la ferveur du chercheur, de la foi que la recherche requiert et de ce qui peut se dévoiler subitement en dehors de ses cadres habituels. Erik Craig (1978) la présente comme étant :

Une approche en sciences humaines basée sur la découverte et mettant en valeur l'individualité, la confiance, l'intuition, la liberté et la créativité. Ce type de recherche part du principe qu'un individu peut vivre profondément et passionnément le moment présent, être complètement captivé par les miracles et les mystères tout en étant engagé dans une expérience de recherche significative. (Craig, 1978, p.158)

L'heuristique positionne la problématique et la question formalisées par le chercheur comme faisant partie du chercheur lui-même. Celles-ci étant vécues initialement de manière implicite, préconsciente ou préverbale jusqu'à occuper de plus en plus d'importance dans

l'esprit du chercheur, et puis à le préoccuper suffisamment pour qu'il ressente la nécessité d'y voir plus clair, de l'interroger, de tenter de la nommer, jusqu'à chercher de nouvelles avenues de compréhensions et d'interprétations.

Le processus heuristique suppose une exploration du problème de recherche par immersion dans l'expérience. Elle encourage le rapprochement avec la situation problématique et l'engagement sincère du chercheur envers celle-ci en sélectionnant des activités et des manières qui conviennent au style propre du chercheur. Le processus heuristique ne s'en remet pas à des méthodes ou techniques probantes, « mais plutôt à certaines valeurs ou attitudes humaines fondamentales. » (1978, p.182).

Craig souligne certaines de ces qualités humaines qui lui semblent essentielles dans « cette quête de découverte et de compréhension » telles que l'authenticité, la prise de risques, l'exploration des intuitions et la capacité d'agir à partir d'impulsions spontanées. (1978, p.182). S'engager dans son expérience singulière s'apparente à naviguer en des eaux inconnues, guidé par le seul pressentiment qu'on se rapproche peu à peu de ce que l'on cherche. Craig cite Polanyi qui affirme être alors :

... submergé par un irrésistible sentiment de responsabilité quant à la poursuite d'une vérité cachée qui a besoin de lui pour se faire connaître » et il poursuit dans ce sens en affirmant que « cette attirance intérieure ou cette approche intuitive de l'inconnu et cet engagement personnel à découvrir les réalités cachées sont au cœur même de l'exploration scientifique. (Craig, 1978, p.184)

Moustakas (1968) et Craig (1978) augurent que la démarche de recherche de type heuristique puisse être intrinsèque à l'organisme humain en cours de développement et que la personne propre puisse être envisagée comme une méthode de recherche. Dans une telle perspective :

[...] les capacités et les fonctions organiques de l'individu peuvent être perçues comme des instruments ou des outils spécifiques utilisés tout au long de l'expérience de recherche. Ainsi, l'écoute, l'observation, le rêve, les sensations, la

conscience, l'intuition et le dialogue deviennent tous des véhicules de recherche significatifs. (Craig, 1978, p.194)

Ainsi, sans aller dans tous les détails de cette approche développée par ces chercheurs, nous pouvons d'ores et déjà retenir que la recherche scientifique ainsi abordée du point de vue de l'heuristique :

[...] met l'accent sur la compréhension plutôt que sur la preuve ; sur le sens plutôt que sur la mesure ; sur la plausibilité plutôt que sur la certitude ; sur la description plutôt que sur la vérification ; sur sa propre autorité plutôt que sur une approbation extérieure ; sur une implication engagée plutôt que sur une observation détachée ; sur une exploration ouverte plutôt que sur une procédure préétablie ; sur la création passionnée et les perceptions personnelles au lieu d'une imitation dénuée de passion et d'une routine impersonnelle. (Craig, 1988, p.54)

Moustakas (1968, 1990) et Craig (1978), ont tenté tous les deux, à partir de données émergentes de leurs thèses de doctorat, de systématiser une forme de méthodologie de type heuristique. Moustakas a élaboré sa modélisation au cours d'une recherche qu'il a réalisée à propos de son expérience personnelle de solitude (Moustakas, 1961), alors que Craig (1978), s'est inspiré des travaux de ses prédécesseurs tels que Moustakas, Polya, Polanyi etc. pour faire émerger à son tour, de sa propre démarche singulière un modèle de recherche qu'il présente dans sa propre thèse. Le modèle de Moustakas comportait sept étapes alors que Craig les a simplifiées et réduites à quatre. Je présente dans le tableau ci-bas un comparatif de leurs modélisations.

Il me semble important de préciser cependant que ces auteurs présentent leurs modèles pour inspirer et autoriser. Ils exhortent ainsi les sujets chercheurs à partir de la logique immanente à leur propre démarche de recherche et de faire confiance à leur propre intuition et processus.

Tableau 2 : Comparatif des étapes de la méthode heuristique de Moustakas et de Craig

MOUSTAKAS (1968)	CRAIG (1978)
1. Une situation difficile qui génère une question ou pose un problème;	1. La question : être conscient d'une question, d'un problème ou d'un intérêt ressenti de manière subjective.
2. Une introspection solitaire qui provoque l'émergence d'une compréhension du sens de la solitude. Cette expérience peut être à la fois troublante et effroyable en même temps qu'elle peut être source de créativité;	2. L'exploration : explorer cette question, ce problème ou cet intérêt à travers l'expérience.
3. Une conscience grandissante à travers une ouverture à la vie et aux expériences solitaires, à travers l'observation, l'écoute et la sensibilité et enfin à travers les conversations, dialogues et discussions;	
4. L'immersion dans les régions les plus profondes de la solitude au point d'en faire l'essence de mon être, le centre de mon univers;	
5. Une compréhension intuitive des « patterns » de la solitude, de ses aspects reliés entre eux et leurs différentes associations menant à l'émergence d'une vision et d'une conscience intégrées;	3. La compréhension : clarifier, intégrer et conceptualiser les découvertes faites lors de l'exploration.
6. Une meilleure clarification, description et épuration grâce à des travaux sur des existences et expériences caractérisées par la solitude et des publications sur le sujet;	
7. La production d'un texte dans lequel sont projetées et expérimentées les différentes formes, qualités et aspects de la solitude, texte dans lequel on parle aussi bien du potentiel créateur de la solitude que de l'angoisse qu'elle génère.	4. La communication : articuler ces découvertes afin de pouvoir les communiquer aux autres.

Craig ne conçoit pas les quatre étapes de sa méthode comme étant « des entités séparées et limitées dans le temps, mais plutôt des processus de recherche interreliés et en devenir. » (1978, p.176) L'enchaînement des étapes est apte à différentes fluctuations en fonction des phases spécifiques qui jalonnent l'expérience de recherche. Par exemple, l'apparition d'un fait nouveau, d'une découverte, pourrait venir donner un sens nouveau, jeter un nouvel éclairage sur les informations recueillies antérieurement et ouvrir la porte à une nouvelle compréhension. Ainsi, la démarche heuristique est itérative et rétroactive, en ce sens que les différentes étapes de la recherche seront visitées, revisitées et enrichies à la lumière des nouvelles informations récoltées au fur et à mesure du processus. Craig (1978), pour illustrer cet aspect, a schématisé son chemin de recherche de la façon suivante :

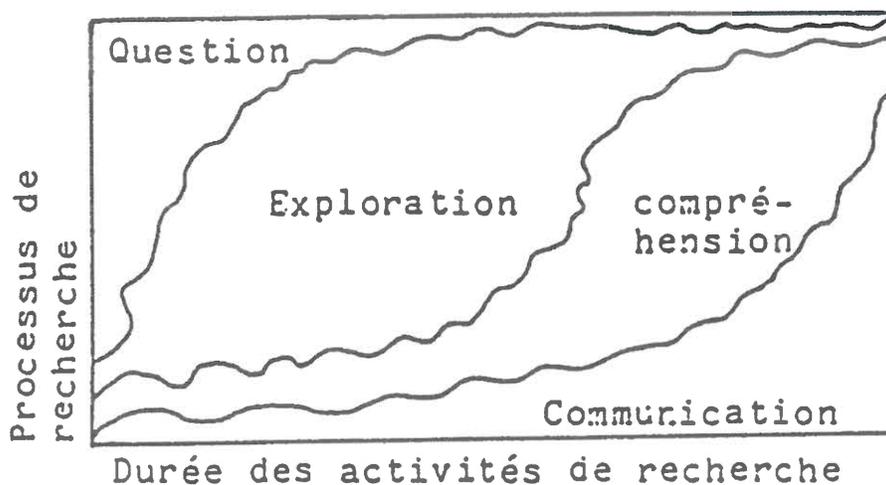


Figure 4 : *Interrelation et séquence des processus heuristiques*

Pour toutes ces raisons, j'ai choisi d'articuler cette recherche selon le modèle proposé par Craig (1978) qui laisse beaucoup de place à la singularité du chercheur et à ses propres outils de recherche. Il convient de préciser que la méthode heuristique participe d'une « logique intuitive » et créatrice. Cette recherche sera donc organisée autour de ces quatre phases décrites par Craig.

La première étape se situe à la source de ce qui mène le sujet chercheur en recherche et en processus d'apprenance. Il s'agit de *la phase initiale* qui signe l'émergence de toute vraie question de recherche, comme le proposent les chercheurs en recherche heuristique, le chercheur devient conscient « *d'un problème ou d'un intérêt ressenti de manière subjective* » (Craig, 1988, p.15). Habituellement, ce questionnement prend naissance dans une crise, un inconfort, un malaise, une situation difficile, une impasse, ou encore, une envie pressante de faire autrement. C'est en somme le moment où l'individu devient conscient d'une réalité qu'il vit et qui réclame impérativement son attention. Il part alors de l'expérience singulière qu'il fait du phénomène à l'étude, dans une visée de mieux le comprendre, de se comprendre lui-même autrement, de dépasser ses limites et de s'émanciper de ses déterminations. Dans la présente recherche, c'est une succession de suicides dans ma famille qui m'a mis en chemin bien avant que j'en sois réellement conscient.

La seconde étape de la démarche heuristique selon Craig se nomme *exploration*. C'est à ce moment de la démarche que le chercheur explore sa question de recherche à travers ses expériences personnelles, relationnelles et/ou professionnelles. Par une descente solitaire dans les méandres de ses expériences, il observe, écoute et dialogue avec ses ombres et ses promesses en quête d'une conscience éclairée à propos de sa quête de connaissance. C'est en quelque sorte une grande immersion dans soi et dans les éléments qui constituent son expérience vécue qui permet au sujet en recherche de créer du sens et de la connaissance à partir de son expérience singulière. Dans ce mémoire, cette partie sera déployée sous forme de récit de formation et de roman initiatique que le lecteur trouvera dans la partie II de ce mémoire. Il me faut préciser ici que dans mon processus d'écriture, de manière tout à fait organique, j'ai été emmené à faire ma démarche d'exploration par la médiation de la création poétique, symbolique et littéraire.

La dernière partie de ce mémoire présente alors mon processus de *compréhension*. Selon Craig, le chercheur aura à cette étape l'audace d'aller à la rencontre de ses données

de recherche en vue de dialoguer avec elles, d'apprendre d'elles et d'opérer enfin une systématisation. Il s'agira dans ce cas-ci de faire œuvre de création à partir de ces données exploratoires. Le chercheur y propose ainsi une pensée symbolique, analogique et poétique qui tente de clarifier ou de métaphoriser les phénomènes à l'étude. Grâce à ce processus de création, en plus de valider le chemin parcouru, il participe à la création de son propre destin. Mon processus d'écriture m'a permis de découvrir une trame narrative de fond qui met en lumière les compréhensions faites tout au long de mon parcours d'apprenance.

La dernière étape de la démarche heuristique selon les tenants de cette méthode de recherche est la *communication*. Encore une fois il semble important de préciser que cette partie n'est pas du tout détachée des précédentes, elle en est plutôt l'aboutissement. La communication se fait à partir du travail réalisé lors des trois phases précédentes à savoir, la question, l'exploration et la compréhension. C'est un espace particulier qui permet au chercheur d'entrer en rédaction de trouver sa voix et son style propre pour dire ce que lui seul peut dire de l'expérience dont il participe et reste témoin. Communiquer c'est donc articuler ces découvertes afin de pouvoir communiquer aux autres les savoirs tout comme le sens issu de l'expérience intime du chercheur. Ainsi rédiger et introduire dans le monde ce mémoire complétera ma démarche de recherche de type heuristique.

2.3.2 Pour une recherche en première personne : une écriture expérientielle

Cette recherche heuristique se fera évidemment en première personne. Nous pouvons d'entrée de jeu dire qu'elle concerne le point de vue du sujet exprimé grammaticalement à la 1^{re} personne du singulier. Sylvie Morais (2014) affirme toutefois qu'« il ne s'agit pas de n'importe quel « je ». C'est un « je » perceptif, un corps-je (Morais, 1999), c'est-à-dire le point de vue du sujet lui-même sur son expérience subjective. (2014, p.2) Écrire en première personne se caractérise par l'exercice du sujet lui-même à déployer son vécu singulier à propos des thématiques et problématiques qui l'interpellent comme personne. Le domaine de la recherche en première personne « est ainsi limité à ce qu'il [le chercheur]

peut être conscient réflexivement de ses actes, de ses impressions, de ses processus, de ses états mentaux. » (Morais, 2014, p.2)

Pour cette recherche, je me suis donc appuyé sur un point de vue en première personne où j'ai adopté une *écriture expérientielle*. Selon Depraz (1999), les réquisits d'une pratique de l'écriture phénoménologique/expérientielle se déclinent en trois points :

1. Être attentif à l'émergence du sens en adoptant un geste de suspension et de réduction qui permet de s'assurer que le texte écrit repose sur une expérience, le « voir » de l'intuition ;
2. Faire valoir que la description se concrétise à travers le choix d'images frappantes et l'usage d'exemple concret ;
3. Tenir compte que l'écriture de l'expérience dispose de son temps propre qui ne coïncide pas avec celui de l'expérience elle-même.

Lecture et écriture *expérientielle* procèdent d'un principe d'écriture, de lecture, de réécriture et de relecture successives tout au long du processus de recherche. Des boucles itératives d'écriture qui se déploient en couches récursives de sens qui se dévoile à même l'acte d'écrire. Chaque "temps" d'écriture a sa durée propre, et s'appuie à chaque fois sur la pratique de l'*epochè*. Une méthode qui s'exerce de façon rigoureuse selon les principes convenus d'une recherche en première personne, qui considère le travail du langage comme médium valable de recherche heuristique. Cette forme d'écriture allie bien une pratique descriptive, narrative, poétique, métaphorique, réflexive et dialogique.

Le processus d'écriture *expérientielle* tel que je l'ai expérimenté dans cette recherche s'est déroulé dans une dynamique interactive entre trois modes ou types d'activités procédurales via l'art d'écrire et de réécrire. (Max Van Manen, 1984). Aucun ordre séquentiel n'est sous-entendu, le travail se fait par l'engrenage de tous les modes d'écriture simultanément s'enrichissant les uns et les autres.

En somme, il s'est avéré pour moi tout à fait approprié de choisir de m'immerger au cœur de mon expérience dans une écriture *expérientielle* pour « établir un contact renouvelé avec l'état premier de mon expérience » (Max Van Manen, 1984, p.14). Habité par la nécessité intrinsèque d'élucider mon vécu singulier, je m'engage dans une démarche de compréhension de la réalité du suicide et de ses impacts sur ma vie personnelle et professionnelle comme psychosociologue.

2.3.3 Terrain de recherche

Pour mener à bien cette activité scientifique, j'ai identifié quatre espaces différents de production de mes données de recherche.

L'expérience vécue au contact du suicide et ses effets sur mon existence comme sur mes liens. Je considère sans conteste que mon premier terrain de recherche est mon existence, c'est-à-dire l'expérience singulière et subjective que je fais de ma vie et de mon histoire.

Mon processus d'écriture. Mon deuxième terrain de recherche concerne tout mon processus d'écriture comme lieu de production de données, mais aussi comme expérience vécue au cours de mes activités d'écriture, de lecture et de dialogue autour de mes textes.

Mes contextes de formation personnelle. Mon troisième terrain de recherche rassemble tous mes contextes de formation personnelle. J'entends par là les nombreux accompagnements en lien avec la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, que ce soit par les formateurs eux-mêmes ou par le groupe-classe avec lequel j'ai cheminé. Je pense aussi à plusieurs stages de formation auxquels j'ai participé et où j'ai eu l'occasion d'investir, d'approfondir et d'enrichir mes questionnements en lien avec ma recherche.

Mes contextes d'accompagnement professionnel. Mon entrée à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales concorde avec mes premiers pas dans différentes fonctions professionnelles. J'ai commencé à œuvrer auprès d'un organisme pour hommes en difficulté où je développe un accompagnement par le groupe principalement. J'ai été engagé à l'UQAR au module de psychosociologie comme auxiliaire d'enseignement et de recherche où je travaille auprès des étudiants de premier cycle. J'ai aussi choisi de m'impliquer auprès du Centre de Prévention du Suicide et d'Intervention de Crise du Bas-Saint-Laurent. Toutes ces pratiques professionnelles ont nourri ma démarche et ont été elles-mêmes grandement renouvelées par ce travail de recherche.

2.3.4 Outils de recherche : le journal d'itinérance

Tout au long de ma recherche, des journaux ont été régulièrement rédigés pour documenter le chemin parcouru, témoigner de mon expérience singulière et garder une trace de mon processus. Le *Journal d'itinérance* tel que défini par René Barbier a retenu mon attention et m'a ouvert à l'importance d'une telle pratique dans un processus de recherche. Jeanne-Marie Rugira (2004) décrit bien l'utilité du journal d'itinérance :

Il vise à approcher nos itinéraires, à les observer, à les tracer et à y demeurer présent quoique cela en coûte. Faire parler ces itinéraires, les inciter à raconter ce qui les jalonne et ce qui s'y laisse rencontrer ainsi que son déploiement poétique, au centre même des mots, des concepts, des théories et des métaphores, les nôtres et ceux que nous empruntons à la communauté humaine, à ceux-là mêmes qui ont osé plonger leur regard dans la même profondeur que nous, tel est l'objet du journal d'itinérance. (2004, p.98-99)

Ainsi, j'ai tenu un journal avec l'intention de saisir ce qui émergeait au fil des jours en lien avec ma thématique. Il devenait un espace d'expression libre, sans aucune contrainte à me soumettre à un certain cadre d'écriture, où j'avais la possibilité de consigner mes états d'âme, mes questionnements, mes prises de conscience, mes nœuds existentiels, mes rencontres significatives avec des auteurs ou des personnes de mon entourage, etc. Dans un journal d'itinérance, on peut rencontrer « des citations, des

développements des parties théoriques à côté des passages plus anecdotiques ou, encore, des poèmes, des contes, des chansons, voire même des dessins. » (Rugira, 2004, p.99) Il permet d'attraper ces « insights » qui surgissent à travers notre quotidien et qui deviennent souvent des phares importants sur le chemin d'une recherche. C'est pour cette raison qu'on peut affirmer que le journal d'itinérance est définitivement un journal de recherche « dans la mesure où il représente bien un instrument méthodologique d'investigation exprimant, de jour en jour, l'appropriation et le déploiement d'une problématique centrale. » (Rugira, 2004, p.100)

D'après Barbier (1996), le journal d'itinérance se tient en trois étapes, soit le *journal brouillon*, le *journal commenté* et le *journal élaboré*. Dans un premier temps, le chercheur rédige le *journal-brouillon* « dans lequel il écrit tout ce qu'il a envie de noter dans le feu de l'action ou dans la sérénité de la contemplation. » (2004, p.100-101) explique Rugira à la suite de Barbier (1996). Ce journal est écrit quotidiennement dans un style propre au chercheur où il note tout ce qui lui semble approprié dans un ordre aléatoire qui peut intégrer des événements récents tout autant que des souvenirs émergeant par résonance avec les faits du présent.

Dans une étape subséquente, alors que le *journal-brouillon* prend de l'ampleur, le chercheur entame un travail de lecture-écriture de celui-ci. Il importe de mentionner que l'écriture du journal-brouillon peut se poursuivre en parallèle. La relecture du journal brouillon enclenche un processus réflexif sur ce qui y a été colligé jusque-là. Ici, à cette étape du *journal élaboré*, je me permets de modifier l'organisation du journal au besoin et d'y insérer « des commentaires scientifiques, philosophiques ou poétiques » (Rugira, 2004, p.102). Pendant cette étape, je suis dans la perspective d'un lecteur qui est à venir, dans la conscience que je serai lu éventuellement et que c'est donc à lui que je m'adresse dans mon *journal élaboré*.

Pour finir, lors de la troisième étape qui est le *journal commenté*, le chercheur s'expose à l'autre à travers ces écrits. « Il lui faut alors donner à lire les fragments (ou la totalité) de son journal élaboré à un groupe de lecteurs-interlocuteurs qui, de près ou de loin, participent à sa recherche en acceptant d'accompagner le chercheur s'autoformant dans son processus. » (Rugira, 2004, p.102) Ces interlocuteurs sont le plus souvent des personnes proches de la démarche de recherche avec lesquelles il évolue. Ce groupe de personnes vient alors participer directement dans l'activité scientifique du chercheur. Barbier (1996) parle alors d'une « recherche-action-existentielle ». C'est ainsi que, à quelques reprises dans ma démarche, j'ai convoqué mes collègues-chercheurs pour leur partager certains extraits de mes écrits et de mes journaux. Chaque fois, c'était de réelles occasions d'échanges enrichissants où j'ai pu m'exercer à me laisser apercevoir là où j'étais souvent invisible. C'était aussi de magnifiques opportunités pour exercer mon écoute de l'autre en accueillant leurs différents points de vue et résonances à travers mes propres représentations et manière d'être-au-monde pour me laisser progressivement altérer.

Il me semble important de préciser à cette étape que cette démarche de recherche ne se solde pas par un processus d'analyse qualitative des données. Elle reste fidèle à la cohérence phénoménologique et se prolonge dans une activité interprétative dans laquelle le chercheur s'engage comme on entre dans une démarche de création. Le processus d'écriture a alors comme mandat de nous aider à faire advenir du neuf et non à fouiller dans du déjà-là pour construire du sens et des connaissances à partir d'un itinéraire. L'enjeu ici pour moi était de réussir le pari de me mettre en création pour me recréer moi-même au-delà de mes héritages familiaux lourds de conséquences.

J'écris pour participer à créer sens et connaissance, mais surtout pour me recommencer comme l'a si bien dit Hélène Dorion (2014). J'écris pour me réinventer. Réinventer des nouveaux horizons, des nouveaux possibles pour moi et pour les miens.

PARTIE II

CHEMINS D'EXPLORATION – UN PROCESSUS CREATEUR

Pendant le processus d'exploration, l'individu est guidé par l'intuition qu'il a d'un rapprochement progressif avec l'inconnu. [...] Pour le profane, cette exploration peut paraître chaotique et improductive. Cependant l'expérience de celui qui cherche, bien que souvent empreinte d'ambivalence et de lutte, est finalement unifiée et dirigée par l'engagement personnel, un élan intuitif vers une potentialité anticipée, mais pas encore révélée.

Peter Erik Craig

J'invite ici le lecteur à entrer dans la deuxième partie de ce mémoire qui correspond à la deuxième étape du processus heuristique. Les textes qui suivent tracent et tissent ensemble mes multiples « chemins d'exploration ». Elle est une plongée au cœur de mon existence et de la question qui me hante et me porte par la voie/voix de l'écriture. « À cette étape l'individu désire cerner le problème d'aussi près que possible, s'immerger dans la situation, s'en imbibant afin de pouvoir en saisir toute la complexité » (1978, p.181) nous rappelle Craig à la suite de Polanyi (1951) et de Rogers (1970). L'exploration suppose un consentement et un engagement résolu du chercheur à entrer en recherche sur un terrain encore inconnu et en attente d'être découvert. Mon questionnement et mes différents mouvements de problématisation prennent alors la forme d'une boussole existentielle, deviennent ce par quoi je m'oriente à la recherche d'avenues susceptibles de me faire avancer vers plus de compréhensions et de sens afin de transformer et renouveler la personne et le praticien que je suis. Ainsi, pendant cette exploration, « [t]oute pensée, signification, sensation ou expérience qui m'aidera à faire un pas en avant m'attire. » (Craig, 1978, p.181) Craig affirme que cette étape du processus heuristique implique une attitude et attention particulière du chercheur. Il doit être à l'affût de ses intuitions, des opportunités qui se présentent à lui et être prêt à « prendre des risques » et à « agir à partir de fantasmes ou d'impulsions spontanées » (1978, p.182). Cette partie de mon mémoire sous-entend une panoplie d'initiatives et d'activités, saisies dans l'intention de me faire

cheminer, tels de nombreux stages de formation, des sessions d'écriture en groupe, des temps de solitudes, des accompagnements, des lectures, des discussions avec des collègues chercheurs, etc. Je suis ici dans une démarche poétique - un véritable processus créateur avec une visée claire de me donner une chance de me recommencer - de dépasser ce germe qui tue les miens et qui semble tenir ma vie à la périphérie d'elle-même.

L'étape de l'exploration n'est pas un processus « linéaire et logique », elle « se fait dans un état continu de fluctuation. De nouvelles significations, méthodes, et idées émergent alors que les anciennes s'estompent. » (Craig, 1978, p.183) Dans mon processus d'exploration, ou plutôt de création, s'il y a eu de nombreux allers-retours et ajustements, la mort de mon oncle René a eu l'effet d'un grand chamboulement et a opéré progressivement un repositionnement radical quant à l'angle d'abordage de ma recherche. Ainsi, une partie de cette exploration avait été effectuée avant le décès de René et a été complètement revue et actualisée suite à cet événement et ses répercussions sur ma vie et mes représentations. C'est grâce aux conditions particulières qu'offre la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, à cette communauté d'apprenants, ainsi qu'à l'accompagnement précieux des formateurs et à ce désir profond qui m'habite de *mieux comprendre* et de trouver du sens à ma réalité, que cette exploration au cœur de mon expérience au contact du suicide à la recherche de mon chemin d'apprenance, a été rendue possible. Mon chemin d'exploration, je le marche parfois courageusement, d'autres fois désespérément, toujours poétiquement.

Cette partie du mémoire est constituée de deux chapitres qui exposent les données de recherche *en mode d'écriture*. Le premier chapitre « *Quand la mémoire nous tient* » est un texte de création à partir d'un matériel biographique qui tente de montrer les origines du questionnement investigué dans ce mémoire au travers des différents fragments de mon expérience de vie. C'est un récit de formation. La première version de ce texte a été écrite bien avant le décès de mon oncle et l'absence d'allusion à la réalité du suicide y régnait. Cette prise de conscience m'ayant particulièrement happée suite au suicide de René a fini

par opérer une bascule en moi-même jusqu'à ce choix de m'engager sur un chemin de formation à propos de cette thématique. J'ai alors initié un travail d'écriture et de réécriture à la lumière de cette réalité du suicide dans mon histoire familiale et socioculturelle. Ce texte tel que présenté dans ce mémoire en est l'aboutissement.

Le second chapitre, « *La feinte du Plongeon Huard* », quant à lui, constitue pour moi un véritable *roman d'initiation*¹⁰. Il m'a engagé dans une démarche créatrice d'inspiration phénoménologique. Il a été écrit suite au décès de mon oncle, il ne tente pas de raconter une histoire passée, il raconte une histoire en cours. Il fait advenir *un futur* auquel je participe. Il nous plonge alors à l'intérieur de l'expérience vécue au contact du suicide à la recherche de mes voies/voix de passage et de mon chemin d'*apprenance*. Je suis dans une démarche autopoïétique¹¹ - l'urgence de me réinventer, de me remettre au monde m'a fait faire le pari que seul le jeu radical de m'abandonner à mon processus créateur pourra me libérer de mes chaînes. Il est présenté sous forme de *roman initiatique* et renvoie à une volonté de nommer mon expérience singulière au contact du suicide et de refaçonner mon existence, grâce à une pratique régulière rigoureuse et engagée d'écriture.

Ces deux textes sont le fruit d'un travail d'écriture et de réécriture, d'exploration, de réflexions, réalisés dans un long processus de création et de tentative de compréhension. La dimension narrative de ces textes devient une réelle mise en œuvre de ma vie. Elle appelle à une lecture de *type phénoménologique* afin de saisir ma manière d'« être-au-monde » face à ces circonstances particulières de mon existence.

¹⁰ Laurent Déom de l'université Catholique de Louvain précise à juste titre que le roman d'initiation constitue un texte qui présente plusieurs traits de transformation majeure du sujet écrivant par la traversée de plusieurs épreuves renvoyant symboliquement à la mort. Le roman initiatique est donc un genre littéraire romanesque né en Allemagne au 18^{ième} siècle. On parlait alors de roman de formation « *Bildungsroman* », en Allemand. Il s'agit d'un texte qui exemplifie un chemin d'apprentissage. Plus qu'une méthode de recherche ou un genre littéraire, il constitue une manière d'être au monde qui se forge progressivement. Sur son chemin d'apprenance le sujet en formation découvre les grands événements de l'existence (la mort, l'amour, la haine, l'altérité, pour prendre quelques exemples).

¹¹ Ce terme vient du concept d'autopoïèse, qui vient du grec auto (soi-même), et poiësis (production, création). Il définit la propriété d'un système à se produire lui-même et à se réinventer, à se créer lui-même.

CHAPITRE 3

QUAND LA MEMOIRE NOUS TIENT

*Un récit de formation*¹²

L'anamnèse de nos terres nocturnes précède celle de nos plages ensoleillées, le mal qui nous hante fait signe vers le bien qui nous manque.

Jean-Yves Leloup

3.1 GUERRE CONJUGALE ET ALIENATION PARENTALE : MON NOM MALMENE

L'individu est le produit d'une histoire dont il cherche à devenir sujet.

Vincent de Gaulejac

Mon nom est Mathieu Leblanc-Casavant. Mais, ça n'a pas toujours été ainsi. Plus jeune, pendant une certaine période où j'habite avec ma mère, on m'appelle Mathieu Leblanc. « Casavant », le nom de mon père, a été... comment dire ? Retranché, effacé, supprimé ? En tout cas, c'était comme ça. À l'époque, je suis encore bien trop jeune pour arriver à saisir tout ce qui est sous-jacent à l'épellation de mon nom. J'en ai déjà bien assez d'apprendre simplement à l'écrire ! Par ailleurs, c'est à l'école justement que je commence, non pas à mieux comprendre, mais du moins à bien sentir l'importance que ma famille accorde à la manière dont j'écris ce nom prétendument mien. J'ai la saveur encore en moi d'une certaine confusion, et de la frustration surtout, que m'occasionne le malentendu autour de mon nom. Comment je signe au bas de mes dessins et bricolages moi, pour que tout le monde soit content ?

Et puis, un peu plus tard, pendant une autre période, où j'habite avec mon père cette fois-ci, c'est plutôt Mathieu L. Casavant. D'ailleurs je garde l'habitude de signer ainsi

¹² L'écriture de ce texte était pour moi une quête de compréhension des voies/voix par lesquelles ma vie a pris forme, au fil de mes expériences de vie.

encore aujourd'hui. Dans cette nouvelle formulation, c'est le nom de ma mère qui se retrouve... comment dire ? Quasi évincé ? Subsiste sa première lettre, un « L » (Elle) majuscule (Quand même!) suivi d'un « . » (Point) qui prend la place du « - » (Trait d'union). Aujourd'hui, sur mon baptistère, c'est bien écrit Mathieu Leblanc-Casavant. Mais, il faut l'avouer, j'ai encore du mal avec le « - » (trait d'union). Il me renvoie à cette image d'un pont étroit et précaire entre deux continents hostiles. Ou encore, comme s'il y avait là, en plein milieu de mon nom, une sorte de Don Quichotte, probablement timbré en plus d'être celui désigné pour une mission plus ou moins réaliste.

Je suis fils unique d'un père et d'une mère en guerre, séparés avant ma naissance. Un conflit, entre mes deux familles, qui dégènera jusqu'à un duel final à la cour pour déterminer à qui, de ma mère ou de mon père, on octroiera ma garde légale. Dans mon imaginaire d'enfant, l'entité « parents » est très vite devenue un concept impliquant deux parties distinctes, éloignées et hostiles. Il y a eu beaucoup de mouvance et je ne pourrais retracer exactement tout mon parcours et mes déplacements de cette époque. Ce climat familial austère s'étirera pendant plusieurs années. C'est pendant cette période que je vivrai mes premières expériences existentielles « *intenable* », mes premiers sentiments d'impuissance et d'incompréhension, mes premiers lieux de silence et de désespérance. À mon souvenir, je n'ai jamais vraiment rêvé de voir mes parents réunis, puisque je n'ai pratiquement aucune expérience réelle d'une vie de famille, par contre j'ai souhaité et prié, fort et souvent, pour leur réconciliation, pour le retour d'une bonne entente et du respect entre eux.

Né en 1979, à cheval entre « les X et les Y »¹³, je suis de cette génération où les divorces affichent un taux record alors que celui des natalités est en chute libre. Je suis de l'ère des multiples séparations et de l'émergence des familles recomposées. Sur le site de l'ordre des psychologues, on peut lire qu'au Québec des années 1890, il y avait seulement un taux de 5% de divorces, alors que ce taux est passé à 18 % en 1920, à 30 % en 1950

¹³ Référence aux générations X et Y : http://fr.wikipedia.org/wiki/Génération_X

pour arriver à 50% dans les années 1970 et on prévoit encore une augmentation substantielle pour les années ultérieures¹⁴. Quant à l'indice de divortialité, sur statistique Canada, en 1969, il était de 8,8 sur 100 mariages alors qu'en 2003 il était passé à 53,6 sur 100 mariages¹⁵. On peut dire que je suis issu d'une autre génération, voire même d'une autre civilisation, où le divorce, les familles monoparentales, les familles recomposées et les guerres parentales pour la garde des enfants ne choquent presque plus personne.

3.1.1 Retrouver le « mémoire »¹⁶

*Peu importe d'où nous vient vraiment l'Écriture de l'enfance
ou le récit dont nous nous réclamons, l'enfance nous situe en
un instant à la pérennité des origines. Qu'avec l'automne de
l'âge s'assombrissent les jours, que monte en nous cette
angoisse de l'inconnu qu'accompagne le vertige pascalien de
l'indicible, nous cherchons à nous y appuyer comme à notre
fondation la plus sûre.
Jean-Philippe Warren*

Je n'ai qu'un seul souvenir de mes parents réunis. C'est un fait qui m'étonne encore ! Jusqu'à tout récemment, ce souvenir de ma jeune enfance m'apparaissait incohérent dans la chronologie de mon histoire. Je n'arrivais pas à comprendre comment je pouvais avoir la souvenance d'un moment où mes parents étaient ensemble puisqu'ils m'avaient toujours dit s'être séparés quelques mois avant ma naissance. Je finis par croire que c'est une distorsion de ma propre mémoire, un événement qu'on m'a vraisemblablement raconté et que j'avais dû assimiler au fil du temps, au point de le prendre aujourd'hui pour une vague réminiscence.

¹⁴ <https://www.ordrepsy.qc.ca/fr/documentation-et-medias/chroniques-de-psychologues/yvon-dallaire/le-couple-a-t-il-un-avenir.sn>

¹⁵ <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/mariages-divorces/6p4.htm>

¹⁶ Le « mémoire » dont il est question dans cette section fait référence à un document juridique produit pour la cour dans le procès concernant ta garde légale ; le « mémoire de l'intimé ».

Alors que j'écris mon récit autobiographique, je *sors du grenier un mémoire* rédigé jadis pour la cour, et qui réunit plusieurs détails du dossier entourant ma garde légale. C'est un document tabou chez nous. Je suis informé qu'il existe depuis déjà plusieurs années. Plus jeune, on me disait qu'un jour, quand je « *serais grand* », je pourrais le consulter. *Plus grand*, on me dit qu'il serait peut-être préférable de le laisser là où il est finalement, histoire de ne pas m'écorcher inutilement l'existence. J'ai associé longtemps ce document à une sorte de grimoire mystérieux, ou encore de boîte de pandore, qui me faisait osciller entre la fascination et la crainte de trouver là des choses que j'aurais préféré ne pas savoir. Et puis, au fil du temps, je finis par renoncer à le récupérer et croire ce qu'on me raconte; vaut peut-être mieux laisser les fantômes tranquilles. Jusqu'à ce que, sur mon chemin, où je me forme à l'autobiographie et aux histoires de vie à Rimouski, l'intérêt me revienne alors comme une injonction. Je décide alors d'obéir à la nécessité intérieure d'assumer mon histoire au risque de réveiller de vieux fantômes.

Suite à ma demande soutenue, mon père finit par me remettre le document. Un bouquin assez volumineux, jaune, d'un peu plus de 200 pages. Je suis passé au travers d'un trait, comme je l'aurais fait d'un roman ou d'une bande dessinée. Je fais la lecture dans un état attentionnel rare. Je bois chaque mot comme un assoiffé, toujours un peu nerveux de tourner la page et de découvrir la suite. Quelle drôle de sensation que de retrouver des citations de moi-même alors que j'avais moins de six ans ! Je me dis que le mot *mémoire* est vraiment l'appellation appropriée pour ce manuscrit ; j'ai nettement la sensation de me récupérer un bout de ma propre mémoire jadis perdue. Il y a là une occasion inédite de faire du ménage dans tout mon fatras familial. Je peux enfin remettre des choses en place, faire de l'ordre dans le temps et l'espace, éclaircir certains pans de mon histoire familiale qui ne l'ont encore jamais été.

Les mots de Jean-Yves Leloup (2000) m'inspirent quand il rapporte l'importance d'oser aller à la conquête de ces lieux de nos mémoires individuelles ou collectives dont le temps et les épreuves ont fini par nous désertier. C'est un chemin de rapatriement, de

réappropriation, une marche consciente pour être plus vivant. Leloup invite à cette « descente dans ces lieux de la mémoire où sont tenus enfermés, captifs, les ancêtres de notre histoire. Il s'agit de purifier, éclairer, ouvrir ce contenu transgénérationnel afin que, de nouveau, la vie triomphe » (Leloup, 2000, p.72). Au bout de la lecture de ce *mémoire*, je vis une expérience étrange : une expérience fondatrice, initiatique. J'ai la sensation profonde que le sentiment d'ambivalence dans lequel j'ai toujours vécu, ce doute constitutionnel qui me tient depuis toujours dans une forme de brume identitaire, vient d'être levé pour de bon.

Au travers ce *mémoire* de la cour, on retrouve entre autre la chronologie précisément datée de tous mes temps de vie chez mon père et puis chez ma mère. C'est là que je découvre que mes parents étaient revenus ensemble une dizaine de mois, alors que j'avais trois ans à peine. Tout s'est alors expliqué ! À cet instant, mon souvenir exilé reprenait sa place légitime dans mon histoire.

L'existence même de cette souvenance me touche profondément ; qu'elle ait su se faufiler à travers les années et parvienne, encore aujourd'hui, à me restituer, en saveur et en ambiance, un état de moi-même quasi originel, intact et pur ! Quel miracle d'avoir en moi un réel souvenir de mes deux parents ensemble dans un climat sain. Quelle chance de ne pas avoir en moi que leurs guerres intestines qui ont sérieusement abîmé leurs vies, affecté leurs trajectoires et par ricochet les miennes.

Jouer avec des ciseaux dorés. Je me souviens, j'ai à peine trois ans. Il est très tôt dans la maison familiale et je viens tout juste de me réveiller. L'air est frais. Mes parents, eux, dorment encore dans leur chambre qui voisine la mienne. Tout doucement, je traverse de leur côté, à pas feutrés. Je joue à ne pas me faire entendre. Dans la chambre, mon père ronfle fort et ma mère dort dans une drôle de position sur le dos les jambes repliées. Je les trouve étranges, voire un peu bizarres tous les deux et ça me fait pouffer de rire. Avec mes petites mains, j'essaie d'étouffer ces sons qui échappent à mon contrôle et qui tentent de se faufiler hors de ma bouche. Il ne faut pas qu'ils m'entendent.

J'avance jusqu'à ce gros meuble en bois au fond de la chambre où s'empilent plusieurs vêtements. C'est la machine à coudre de ma mère. C'est là que j'ai de bonnes chances de trouver ses gros ciseaux dorés. Ils sont là ! Énormes et brillants ! Je les prends comme un trésor et, silencieusement, je me dirige vers mon père où un oreiller abandonné pendouille en dehors du lit. Choix stratégique. J'ai presque atteint mon but et ça me surexcite.

J'ai besoin de toute mon attention pour ne pas éclater de rire. À deux mains pour les manier, j'approche les gros ciseaux glorieux de l'oreiller. Et puis, « *couic* », je coupe un coin de la taie d'oreiller, un petit triangle de tissu amputé tombe au sol. Dans l'instant, mon père se réveille hébété. « Ah ben ! Mon petit tannant ! ». À son tour, ma mère émerge de son sommeil en sursaut. Moi, vainqueur, je laisse tomber les ciseaux diaboliques pour prendre la fuite, survolté, en laissant s'échapper, tout au long de ma longue course autour du lit jusqu'à l'extérieur de la chambre, de petits cris aigus ; expression de ma joie intense.

Au moment où j'écris ce souvenir joyeux de mon enfance, je suis fasciné par le jouet que je me suis choisi dans cette scène ; impressionné surtout par ce que j'en fais. Pour Winnicot (1975, p.105), le célèbre psychanalyste et pédopsychiatre anglais, le jeu fait office « d'espace intermédiaire ou transitionnel », où l'enfant peut s'exprimer dans une dimension qui n'est ni sa réalité psychique interne, ni un véritable espace appartenant totalement au monde à l'extérieur de lui. C'est à la fois dedans et dehors, ce qui permet à l'enfant de combiner des objets ou des phénomènes appartenant à une réalité extérieure, de les utiliser à sa guise, pour les mettre au service de l'expression de quelque chose qui appartient à sa réalité interne.

Or, pour en revenir à mes *ciseaux dorés*, si je ressens encore aujourd'hui la joie intense et le sentiment de puissance vécus ce matin-là, je me souviens par ailleurs des ambiances d'impuissance et d'insécurité qui ont peuplé mon enfance. Et ce matin-là, pendant que les adultes dorment, c'est moi qui exécute à ma guise. C'est moi qui choisis, avec joie et espièglerie, les objets et l'espace de mon jeu. C'est moi qui ai le pouvoir. Le pouvoir de couper, de séparer, d'exécuter mon plan, sourire en bouche ! Mes magnifiques ciseaux ont cette faculté particulière d'exprimer quelque chose de mon monde intérieur dans ma vie extérieure. Je devine, dans mon jeu et dans ma façon de considérer et d'utiliser

ces ciseaux dorés, un certain déploiement de ma propre puissance de création, voire une forme originale de sublimation de mon mal-être lié à la précarité du lien qui unissait mes parents. L'essai de mes parents à faire vie commune touchait à sa fin et j'irais jusqu'à croire qu'une part du jeune enfant que j'étais à ce moment en avait la prescience. Une fois séparés de nouveau, mon père est resté à Sainte-Victoire, alors que ma mère est allée vivre à Montréal.

3.1.2 Ma vie en ville

Au cours de ma jeune enfance jusqu'au début de mon primaire, j'habite Montréal avec ma mère qui accomplit courageusement ses études d'infirmières, tout en faisant ce qu'elle peut pour survivre à notre tsunami familial en plus d'assumer le rôle de mère monoparentale auquel elle tient tant. Elle est depuis peu dans une nouvelle ville, un nouveau quartier et, globalement, dans une nouvelle vie hasardeuse. Je ne sais pas comment elle fait pour tenir debout. Elle s'appuie sur sa famille, mais cela n'empêche qu'elle est seule à se battre sur tous les fronts. Elle veut tellement être à la hauteur de ses multiples défis. L'ambition est titanesque, pour ne pas dire que le défi est surhumain.

Ma mère a donc un appartement en ville. Un espace étroit, loin de la nature, saturé de fond en comble par le poids de son existence et de ses défis. Je sens son épreuve et son mal-être qui devient aussitôt et inévitablement nôtre. L'épreuve de la séparation d'avec mon père, les luttes infinies pour ma garde, ses efforts pour gagner son autonomie, pour prendre soin de moi, mon envie coupable et à peine avouable d'être chez mon père, tout ceci alourdit considérablement sa vie.

Je me souviens de mon malaise dès que je rentre dans cet espace ; je ne me suis jamais senti apte à supporter la désespérance de ma mère. Il y a toujours eu, entre elle et moi, cet immense chagrin. Il est là, dressé tel un mur qui nous empêche de nous rencontrer.

Du plus loin que je me souviens, il y a dans mon cœur une impuissance sans fond devant sa peine, et une énorme culpabilité de ne pas pouvoir la soulager.

Je me remémore que, pour bien dormir dans notre appartement en ville, souvent à l'insu de ma mère, je me glisse entre le mur et mon lit où je m'aménage, directement au sol, un abri en me bardant soigneusement sous des dizaines de peluches. Là, enseveli dessous le matériau moelleux de mes toutous, je me sens en sécurité, peut-être aussi prémuni du malaise de ma mère.

3.1.3 Ma vie en campagne

À Sainte-Victoire, chez mon père, il y a de l'air, de la vastitude, de l'espace, des animaux et une nature généreuse. Mon père habite à la campagne, au fond d'un rang. À cette époque, à une cinquantaine de mètres de la maison, il y a une fermette qui abrite des chèvres, des lapins et des poules. Mon père pratique aussi l'apiculture et, un peu plus loin encore sur le terrain, quelques dizaines de ruches s'y trouvent. Pour moi, tout ce petit univers me donne l'occasion d'être « autre chose » que le nœud d'un conflit.

Quand j'arrive pour une fin de semaine chez mon père, je retiens comment je compte rigoureusement le temps qui m'est accordé. Ne pas savoir encore comment lire l'heure n'enlève rien à ma conscience aigüe de la nature limitée du temps qui m'est alloué. « *Combien de temps il me reste?* » je demande à répétition à mon père ou à sa nouvelle conjointe. Un sablier invisible se retourne systématiquement, chaque fois que je pose le pied en dehors de la voiture quand j'arrive chez mon père. Un peu comme l'écrit Félix Leclerc (1944), j'ai moi aussi, à peu de différence près « [...] *deux montagnes à traverser, deux rivières à boire, six vieux lacs à déplacer, trois chutes neuves à mettre au lit, dix-huit savanes à nettoyer [...] avant la nuit* » [...]. Beaucoup de choses à faire en si peu de temps, avant de retourner à mon « autre vie », en ville.

Je me souviens de longues marches en forêt avec mon père, notre chien et le petit

troupeau de chèvres. Ça nous arrive aussi de faire de petites excursions en hiver, sur les terres, derrière la maison. Nous observons la nature et toutes ces pistes laissées au sol un peu partout jouent avec mon imaginaire d'enfant; nous marchons une forêt mirifique peuplée d'êtres silencieux et discrets ! Mon père amène de quoi manger et parfois, nous nous faisons un feu dans la neige. J'adore ça ! Quand nous rentrons, frigorifiés, nous prenons un bain chaud ensemble avant de manger un bol de gruau accompagné de toasts au « cheese whiz ». La perfection est alors atteinte, voire un peu dépassée. Après, repu, je peux aller dormir en paix.

À certaines occasions, il nous arrive aussi de dormir à l'étable. Au deuxième étage, il y a une sorte de mezzanine avec un petit lit et le nécessaire pour y passer une nuit. Ça aussi, c'est toute une aventure pour l'enfant que je suis. Le silence du lieu, de la nuit, à peine dérangé par la respiration et le mouvement des bêtes juste en dessous de nous, l'odeur forte de foin et de moulée, la présence de mon père qui m'apprend à aimer observer la vie qui m'entoure « *regarde l'araignée juste là, les étoiles loin là-bas, écoute, entends-tu la chouette et les ouaouarons dehors?* » tout ça me nourrit profondément. Je comprends alors que j'habite un monde vaste et merveilleux truffé de mystères, de choses belles à découvrir et qu'il est bien au-delà de tout ce qui arrive à me troubler. Je vois comment ça me fait du bien d'être juste là, au-delà de ce qui me trouble. Là où ce qui me trouble existe en dehors de moi, loin... Alors, de cette manne, j'essaie de bien m'en remplir les poches avant le dimanche 18 heures. Avant que mon temps à la campagne ne soit écoulé.

3.1.4 De mon désir tabou

En écrivant cette histoire, je réalise combien il est totalement impossible pour le jeune enfant que j'étais de troquer la vie abondante, vivante et insouciant que j'ai dans le rang chez mon père, contre une vie, seul, avec ma mère triste qui se débat comme elle peut pour nous deux dans les quartiers pauvres de l'est de Montréal. Même si j'ai quelques amis

avec lesquels je joue dans les ruelles, plusieurs sont un peu plus vieux que moi et, la plupart du temps, je trouve l'ambiance trop dure pour mon âge. Ça m'arrive de rentrer de l'école avant le retour de ma mère, de l'attendre chez les voisins ou dans les marches de notre appartement sans trop savoir quoi faire. J'ai le sentiment d'être à Montréal en attendant de retourner chez moi, à Ste-Victoire. Ma mère trouve insupportable l'idée que je préfère être chez mon père. Je le comprends assez vite.

De son point de vue, mon désir est surtout le produit des manipulations de mon paternel. Cette perspective doit la soulager et lui rendre la situation plus acceptable. Mais moi je n'y comprends rien. Je me dis aujourd'hui que j'étais sous l'emprise de la douleur de ma mère, voire des efforts de ma famille maternelle qui devait avoir comme fonction, j'imagine, de la protéger. Comme le propose Dorey Roger (1981), le phénomène d'emprise traduit ainsi une tendance fondamentale de neutraliser, pour ne pas dire de nier, le désir d'autrui. Il s'agit de la réduction de toute altérité, de toute différence, de l'abolition de toute spécificité, ce qui a comme effet de transformer l'autre en objet entièrement assimilable.

Dans ce contexte, je me sens totalement incompris et je trouve la situation absurde. J'ai l'impression aujourd'hui, que ma mère tout comme sa famille, n'étaient tout simplement pas capables d'envisager que moi, leur enfant, je puisse être heureux auprès d'un homme qui, à leurs yeux, était à la source de toutes les misères de ma mère, ils en oublient presque que c'est mon père.

Tout se passe comme si un parent se demandait comment cet enfant peut aimer encore un homme (une femme) que l'adulte déteste, comment il peut ne pas souffrir d'être seulement en relation avec lui, d'entendre sa voix au téléphone. Et donc ce que pense le parent dominant du parent refusé est forcément ce que pense l'enfant. Toutes les velléités que son enfant aura de dire ce qu'il ressent vraiment seront cassées d'une phrase: « Tu ne peux pas penser cela ». (Viaux, 2012, p.21)

À quoi bon parler si je ne suis pas entendu ? J'apprends ainsi à me taire, du moins à dissimuler comme je le peux à ma mère et à ma famille maternelle mon désir viscéral de vivre chez mon père, par peur de les blesser, de les trahir et surtout de me sentir encore plus coupable. Je crois que c'est pendant cette période que s'est creusée, entre ma mère et moi, peut-être même entre moi et une partie de moi-même, peu à peu, une fosse, une distance. Comme si par impossibilité de nous reconnaître dans nos désirs les plus intimes, notre relation a fini par perdre de sa profondeur et de son authenticité. J'ai tellement peur de la blesser davantage. Je suis si mal à Montréal et si bien dans les espaces vastes et ouverts de Sainte-Victoire, mais dire cela revient presque à dire que je n'aime pas ma mère ou encore que je préfère mon père, un tel choix est non seulement déchirant et culpabilisant, mais tout simplement invivable. Pour moi, le paroxysme de cette dynamique d'emprise parentale se joue à l'été 1986.

Pas de tonalité. Je me souviens d'un été qui tire à sa fin, il fait beau et assez chaud encore pour nous baigner. On m'avait annoncé que je recommencerais l'école à Ste-Victoire, que j'allais enfin vivre chez mon père après une période passée à Montréal avec ma mère. Je suis ravi. Cette journée-là, je suis en visite dans ma famille maternelle. Je me suis baigné une bonne partie de la journée dans la piscine. Je suis heureux parce que je crois vraiment cette longue période de conflit résolue. Si je ressens un certain malaise empathique dû au fait que je connais le désir de ma famille maternelle à me voir vivre avec ma mère, je suppose tout de même, bien candidement, que mes parents se sont pardonnés suite au jugement rendu par la cour. Je pense qu'ils recommenceront à mieux s'entendre désormais. À l'heure du souper, alors que je dois rentrer chez mon père, je demande pour qu'on m'y reconduise et on me répond, à ma stupéfaction la plus totale, que je ne retournerais pas chez mon père. Si je ne comprends pas pourquoi on choisit d'agir de la sorte encore avec moi, mon affolement lui m'informe du stratagème en cours ; je suis actuellement la cible d'un rapt organisé par ma propre famille.

Horripilé et terrifié, je tente tout de même de les convaincre, de leur expliquer calmement l'importance pour moi de rentrer, qu'on m'attend, mais j'essuie rebuffade sur rebuffade. Au bout d'un moment, ne sachant plus me contenir, je pleure. Je supplie même. Mais je suis devant de l'indifférence, devant des visages infrangibles sans réaction. Alors, je m'enrage et les brave en prenant l'initiative d'aller téléphoner moi-même à mon père. On me laisse aller. Je cours à l'intérieur et attrape le téléphone. Pas de tonalité. Ça ne fonctionne pas. Je tombe en crise. Je

crie, je hurle ; tentative désespérée pour que quelqu'un me voie, sache que j'existe et que j'ai besoin qu'on m'entende. Je souffre. Je me souviens de gens dans la cuisine, je ne sais plus trop ce qu'on y fait, si on lit ou regarde la télé, par contre je me souviens clairement qu'on s'applique sciemment et méticuleusement à m'ignorer.

Ensuite, tout s'assombrit. Tranquillement, tout s'obscurcit. Ma crise de nerfs ne suffit pas à leur faire la démonstration de mon existence, de mon besoin de retourner chez mon père. Mon adrénaline toute consommée, j'arrive au bout de mes forces. Doucement, je me résigne à disparaître et je disparaïs. S'en suit comme un long coma dans lequel mes souvenirs s'éteignent et se diluent.

Après cet épisode, mes souvenirs sont moins clairs. Comme si je me suis finalement résigné à demander, à dénoncer, à vouloir changer quoi que ce soit à ma condition. D'après Goudard (2008) dans une telle situation : « L'enfant apprend à nier ses besoins (...) L'enfant est littéralement ligoté [...] il n'a plus d'espace propre pour développer son identité. Il est en permanence sous pression » (Goudard, 2008, p.40).

D'après des recherches faites dans ce domaine : « Après une séparation douloureuse, atteignant l'un ou l'autre parent dans son narcissisme, l'enfant redevient le représentant de ce couple « perdu » dont le deuil n'est pas fait. » (Viaux, 2012, p.21) Le parent blessé tente alors de s'accaparer l'enfant, comme pour réparer, en gardant l'exclusivité de la relation qu'il n'a pas réussi à maintenir dans la réalité. L'enfant devient ici l'instrument pour faire mal à l'autre, pour le punir. On exerce ainsi une emprise sur le désir de l'enfant d'être en relation avec l'autre parent. D'après le même auteur : « L'emprise parentale se développe en niant l'autre (l'enfant) en tant que sujet à partir d'un mouvement psychique qui récuse l'existence de son désir (altruiste) vécu comme intolérable : le droit d'être « autre » est refusé à l'enfant, il est avant tout un « objet ». » (Viaux, 2012, p.21)

Aujourd'hui, avec le recul propre à ce temps qui s'est écoulé, je partage entièrement l'avis de Viaux quand il dit :

Qu'une mère ou un père qui se venge d'un ex-conjoint (qui parfois a aussi fait quelques accrocs à la bienséance en étant violent... ou trompeur... ou les deux...)

en le privant de son enfant est aussi quelqu'un qui souffre et dont la personnalité a subi probablement, antérieurement, des blessures graves (par un parent maltraitant, notamment). Cela ne justifie pas qu'il y réponde sur ce mode, mais c'est terriblement humain. (Viaux, 2012, p.19)

3.1.5 Enfant « enjeu »

Les parents se séparant, les enfants sont souvent sommés de prendre part pour l'un ou l'autre et deviennent un « enjeu » très facilement pour les adultes. [...] Dans ces conditions, cet enfant « enjeu » peut facilement passer du statut de sujet à celui d'objet.

Bénédicte Goudard

C'est de ce désir de vivre dans cet environnement à Sainte-Victoire et de la conscience de mon père devant mon énorme difficulté à être bien à Montréal, qu'est née cette guerre sans merci entre mes parents pour ma garde. Pendant qu'ils s'affrontent devant les juges, allant d'un procès gagné à un appel, moi, je suis contre mon gré obligé de vivre encore à Montréal. Les adultes autour de moi, surtout dans ma famille maternelle, tentent comme ils peuvent de « normaliser », voire de « banaliser » la situation et même de me convaincre que tous ces scénarios déchirants sont pour mon bien. Ils essaient de me convaincre qu'il serait vraiment plus raisonnable de vivre avec ma mère. Je n'ai jamais véritablement adhéré à toutes leurs élucubrations. Je me dis aujourd'hui qu'ils avaient raison de vouloir protéger ma mère, elle en avait bien besoin dans cette situation. Le problème c'est que cela se faisait à mon détriment. C'était moi l'enfant et ils ne semblaient pas vouloir écouter mes véritables besoins. C'était moi l'objet de la chicane, ou de la résolution, néanmoins, un objet. C'était d'une violence inouïe, une violence truffée de bonnes intentions, certes.

Je reconnais ici, ce qu'exprime fort justement Bénédicte Goudard (2008), dans sa thèse de doctorat sur la question de l'aliénation parentale lorsqu'elle dit que : « Ces enfants

n'existent plus pour eux-mêmes, mais comme objet de conflit entre les deux parents » (Goudard, 2008, p.35). Pour cette auteure, il s'agit :

D'un phénomène d'abus émotionnel aux conséquences aussi dévastatrices qu'un abus sexuel. En effet, sous couvert de l'amour, c'est un processus destructeur qui se met en place, un véritable viol psychique. La place de l'enfant n'est plus respectée, ses besoins fondamentaux, à savoir le besoin d'un père ET d'une mère (convention des droits de l'enfant) sont niés. (Goudard, 2008, p.40)

La plupart du temps, bien que je suis au centre de cette saga, je me sens comme un témoin impuissant d'une mise en scène absurde, ou plus encore, comme le protagoniste d'un scénario bancal sur lequel il n'aurait pas droit de regard, et encore moins de véto. Pourtant, je suis continuellement le premier à être assailli par les retombées de leurs frasques conjugales. À mes multiples questions, je reçois un sempiternel : « *Quand tu seras plus grand, tu comprendras mieux* » ! Dans le secret de mon cœur, ou lorsque j'ose exploser (ce que je ne me permets pratiquement que chez mon père), je me révolte, m'insurge et pose un regard critique sur cette dynamique familiale qui me semble démentielle. Je me dis que quelque chose ne va vraiment pas, que quelque chose leur échappe à ces adultes.

Je suis impressionné aujourd'hui de voir à quel point j'ai éprouvé très tôt et très intensément, ce désir tabou de vivre avec mon père. Il faut mentionner qu'à cette époque, un tel désir est non seulement contre-culturel, mais quasi impossible à entendre, autant pour ma mère, sa famille, mais aussi dans les milieux de la protection de la jeunesse, de la pédopsychiatrie ou encore dans la culture judiciaire. Ce n'est donc pas simple pour mon père non plus. En effet, comme on peut le lire dans les données disponibles au ministère de la Justice¹⁷, parlant du début des années 80 (ce qui est encore vrai aujourd'hui d'ailleurs), la garde légale est majoritairement octroyée à la mère. En 1994-1995, la garde exclusive revenait à la mère dans 87,4% des cas contre seulement 7,2% des pères. Dans mon cas, après un long et douloureux processus judiciaire, c'est à mon père qu'on donnera la garde

¹⁷ Ministère de la justice : http://www.justice.gc.ca/fra/pr-rp/lf-fl/famil/elnej-anlsc/p3_06.html

légale. J'ai alors sept ou huit ans. Tout aurait été tellement différent si j'avais plutôt voulu vivre avec ma mère. Je le sais bien ; mon père m'aurait tout simplement laissé aller vivre avec elle.

3.1.6 L'après-guerre...

C'est donc à l'âge de sept ou huit ans que je retourne vivre définitivement chez mon père. C'est l'après-guerre et la quête d'une paix sur les ruines de nos cœurs. J'ai tellement rêvé de ce jour! Une fois de retour « chez moi », je me hâte de ranger loin, dans je ne sais quel grenier de ma mémoire, tout ce pan douloureux de notre histoire. Boris Cyrulnik (2004, p.224) l'exprime fort pertinemment : « Quand la plaie est vive, on est tenté par le déni. Pour se remettre à vivre, on a besoin de ne pas trop penser à la blessure. » Je me suis remis à vivre, à profiter de ma nouvelle vie, dans cet environnement généreux situé à juste titre au côté d'un camp de plein air appelé « *Ville la Joie* ».

Vers la fin des années 1980, j'entre dans une nouvelle phase, celle d'une vie de famille. Mon père a une nouvelle compagne qui vient de me donner un petit frère, je deviens un fier grand frère. Malgré mon installation chez mon père et mon éloignement d'avec ma mère je suis très proche de mes cousins, les enfants de la sœur de ma mère qui dans cette période est pour moi comme une mère. Je suis dans une vie douce, peuplée d'amis à l'école et au village. Je profite de la vie et ces temps de conflits harassants se sont estompés et ne hantent plus ma conscience. L'amour tente de prendre racine par-dessus ce passé houleux. Personne n'a plus d'intérêt à tourner son couteau dans cette plaie qui nous est commune.

3.2 LA FIN DE L'ENFANCE : MA REBELLION

J'écris le mot jeune. De l'avoir lu, tu l'es déjà moins.
Félix Leclerc

*J'les ai boudés, y ont pas mordu
J'les ai quittés, y ont pas bougé
J'me sus fait peur, j'me sus tordu
Quand j'ai compris chu r'venu
Quand j'ai compris que j'faisais
Un très très grand détour
Pour aboutir seul dans un escalier
J'vous apprends rien quand j'dis
Qu'on est rien sans amour*
Paul Piché

Ma douce et tranquille vie de grand-frère, petit à petit, perd de sa candeur au fur et à mesure que je m'avance tranquillement vers la puberté, puis l'adolescence. Progressivement, je vois ma relation avec mon père se complexifier. Nous nous disputons fréquemment et nous nous évitons autant que possible de façon à maintenir le statu quo. Quelque chose en moi bout, me pousse à l'affirmation et à la confrontation, souvent excessives.

Un soir de colère. Je me souviens d'une soirée de grandes colères. À ce jour, les babioles qui ont dû déclencher notre brouille m'échappent. Je me rappelle surtout de l'intensité. Au bout d'un moment, nous nous engueulons comme rarement, jusqu'à nous lancer dessus sans retenue quelques enfilades d'invectives ponctuées de « sacres » bien gras. Sortir d'ici, partir loin, c'est tout ce que je finis par souhaiter. Et c'est au moment où je m'appête à m'en aller que mon père me dit que je peux bien quitter si tel est mon désir, ça lui est égal, ça fait son affaire même, cette fois par contre, ce sera autrement qu'avec sa voiture me précise-t-il. Je me retrouve donc à pied au fond d'un rang à une quinzaine de kilomètres de la ville. Ce soir-là, en plus, il pleut.

Mais, j'ai l'orgueil gonflé à bloc et je ne bronche pas d'un poil. Avant de sortir en claquant soigneusement la porte, bien enhardi, je prends le temps d'exprimer à mon paternel comment je n'en ai royalement rien à foutre de ses restrictions.

M'écloigner de la maison, c'est tout ce qui compte. Qu'importe que ce soit à pieds, qu'il fasse nuit et qu'il pleuve des cordes. Malheur à celui qui essaierait de m'en empêcher. Je suis parti sans imperméable. Ça m'est égal ça aussi. Je suis en furie, hors de moi. Enfiévré, les yeux brouillés de larmes et de pluie, je marche dans le rang d'un pas résolu, voire un peu fou. Je n'ai pas fait encore 500 mètres que je suis déjà trempé.

Derrière moi, j'entends une voiture qui s'approche. Elle ralentit lorsqu'elle arrive à mes côtés. C'est mon père. Je me souviens très bien de sa voix lorsqu'il m'adresse la parole : « Mathieu. S'il te plaît, calme-toi. Embarque dans la voiture. Mathieu. Calme-toi. » Il m'adresse la parole sur un ton que je ne lui connais pas. Étrangement, ça me traverse le cœur direct. J'entends dedans tout son désarroi face à notre incapacité à communiquer décemment. Je peux aussi percevoir, dans sa douce insistance, son souhait de trouver un terrain d'entente; il a baissé les armes alors que moi j'ai encore l'orgueil érigé en palissade entre nous deux. Toutefois, juste derrière tout près, je suis touché. Je ne pleure plus des larmes de rage. De la fermeture totale provoquée par ma colère, je passe à un état d'ouverture du cœur qui m'inonde maintenant d'une tristesse que je n'ai pas vu venir. Je suis chaviré. Sans mode d'emploi sous la main pour gérer ce que je ressens là, il me reste une seule option : battre en retraite, fuir, m'écloigner.

Honteux, je décide de bifurquer dans un champ à grandes enjambées, pour me distancier de mon père qui me suit toujours en voiture et, plus encore, de cet état intérieur intenable. Mes jambes sont comme possédées par la colère, me donnant encore cette cadence accélérée qui contraste avec mon cœur, qui lui, est las, triste et sombre comme cette nuit pluvieuse. Dans mon dos, j'entends encore mon père sur la route qui m'appelle : « Mathieu... Mathieu ! Arrête-toi. Allez, reviens. » Sa voix, comme une flèche décochée habilement, fraye son chemin dans l'obscurité opaque; ses mots, son ton, et son cœur dedans, m'atteignent dans le mille à chaque fois. D'un coup, je m'arrête net, traversé de bord en bord. Je reste un instant immobile et puis je rebrousse chemin. Je reviens vers lui.

Détrempé, le regard vide et le corps fumant, je m'assois côté passager sans rien dire alors que mon père fait demi-tour avec la voiture. Lui aussi reste muet jusqu'à la maison. Il gare l'auto, ferme le contact. Nous ne sortons pas de suite. Dans une sorte d'accord tacite, nous restons assis en silence dans la noirceur un bon moment, avec le seul bruit de la pluie qui vient frapper doucement sur la taule de la voiture. À mon souvenir, c'est lui qui rompt le silence. C'est simple, peu de mots. Nous sommes désolés l'un l'autre, désolés de voir comment nous nous sommes emportés alors qu'en réalité nous nous aimons tellement. En nous parlant, mon père et moi versons des larmes ensemble cette nuit-là. Des larmes rédemptrices, avec tout dedans : de la tristesse, des regrets, mais aussi de l'amour et au final de la joie. Oui, de la joie à retrouver, à sentir entre nous, cette part de

notre lien préservée, encore intacte et empreinte d'amour mutuel. Et puis, d'un regard complice et aimant, il me redonne les clés de la voiture. Je le remercie les yeux encore humides. Il sort. Referme la portière. Nouveau silence. Celui-là est sans poids. Je reste comme ça un petit moment encore, le temps d'absorber et de reprendre mes esprits avant de repartir retrouver mes amis dans un état de cœur que je me souviens avoir eu du mal à leur décrire.

Souvent, dans ces années, c'est seulement par ce qui me confronte, voire me met en péril quelque part, que j'arrive à accéder au meilleur de moi occasionnellement. Comme s'il fallait briser d'abord quelque chose de rigide pour que l'accès à ce qu'il y a derrière de lumineux, d'indompté et de tranquille s'offre à l'autre et à moi-même. C'est rarement un accès « naturel », qui coule et va de soi. Dans mon monde à cette époque, la paix est un phénomène qui survient le plus souvent accidentellement.

3.2.1 Vieillir à l'ombre d'une catastrophe

Car les blessures secrètes « suintent » et ces suintements peuvent faire des ricochets sur plusieurs générations.
Serge Tisseron

À ouvrir ainsi mes « sacs-à-souvenirs », « à creuser dans ma mémoire comme une lampe fouille la nuit » comme dirait Félix (F. Leclerc, 1978, p.173), je retrouve les ambiances de cette amitié à la fois mystérieuse et improbable entre ma mère et ma tante Isabelle, la petite sœur de mon père. Ces deux femmes s'aimaient profondément depuis belle lurette. Leur lien est né bien avant moi ! Elles étaient meilleures amies d'enfance. Cet amour et cette complicité qui les unissaient avaient résisté aux tempêtes conjugales de jadis. Isabelle a donné naissance à deux enfants. J'ai développé un lien particulier avec son fils aîné, Maxime, qui avait sensiblement le même âge que moi. Il avait quelques années de plus que moi. Enfant, il était mon idole ; mon grand-cousin. Quelle admiration j'avais pour lui ! Il avait toujours mille jeux inventés prodigieux, et le retrouver était à chaque fois une joie et une aventure. Avec lui, j'étais comme envouté, plongé presque automatiquement dans un imaginaire surpeuplé, magnifique, parfois affolant, mais toujours des plus

divertissants. Maxime perdra sa mère à l'adolescence. Isabelle choisit de s'enlever la vie en s'asphyxiant avec sa voiture dans son garage.

Isabelle. Je me souviens de très peu de choses autour de cet évènement. Sinon d'un poids, d'une gravité, partout au-dessus de nos têtes, et d'une coupure nette dans le cœur pour ne pas trop sentir. Quelques images terribles, mais froides dans mon souvenir : mon cousin Maxime, son visage ravagé, tout humide, ses grands yeux noirs qui débordent, son regard très bas qui me met mal à l'aise, son corps qui erre entre les siens ou qui s'effondre au pied de la dépouille de sa mère, des dizaines et des dizaines de regards très bas, la confiance d'un oncle dévasté; je l'entends chuchoter: il dit, à qui veut bien, ou peut l'entendre, « *qu'il aurait dû être celui-là, mort, étendu dans cette tombe...* »

Je retiens l'image d'un cimetière, de mon père qui marche avec moi, du bruit de ses mots pris dans une pâte inaudible (je n'ai rien retenu), d'anecdotes incongrues que je lui raconte par nervosité et inconfort, de mon écoute ailleurs, d'arbres droits, d'un rassemblement de gens sous leurs cimes, d'un trou béant dans le sol et d'une petite-fille-tempête qui hurle de toute sa vie. Et puis, de gens silencieux, immobiles, de la lente descente d'un cercueil, d'une petite-fille-tornade, au sol, qui arrache la tourbe et refuse l'évidence, de Maxime en pleurs qui la supplie : il tente de la contenir de peines et de misères. Je me rappelle de silhouettes affligées, de larmes éteintes et d'une petite-fille-en-feu tout en bruit et en vie, prête à étrangler de ses petites mains pleines de terre, cette mort qui venait de lui prendre sa mère, pour que sa maman puisse vivre à nouveau...

Quand la mère de Maxime s'enlève la vie, je vois déjà plus rarement mon cousin. Je l'ai progressivement perdu de vue ; probablement notre différence d'âge qui nous avait menés graduellement vers des intérêts qui s'accordaient moins. Moi, je suis dès lors dans mon époque de rébellion. Mon univers entier tourne autour de mon cercle d'amis. Rien d'autre n'a plus mon attention. J'éprouve à me le remémorer, la sensation de quelque chose d'hermétique, de protégé. Une bulle nécessaire à ma construction identitaire en cours sûrement ! J'en fais voir de toutes les couleurs à mon père encore. Ma mère est à Montréal et je ne la vois qu'occasionnellement, voire pas du tout. Je n'ai que très peu de souvenirs avec elle à cette époque. En fait, je me garde à distance de toute forme d'intimité

relationnelle ; m'articuler avec le sentiment de vulnérabilité que cela peut me générer provoque chez moi un malaise, voire un mal-être. C'est véritablement dans ces années que je commence à ériger les barricades hautes de mon indifférence.

Cette réalité du suicide dans ma famille vient m'ébranler beaucoup plus que j'en laisse paraître. Je me retrouve dans l'impasse la plus totale, face à face avec une réalité sauvage encore jamais rencontrée. Je n'arrive pas à regarder cette réalité dans les yeux de mon père, de ma mère, de Maxime et de tous les autres. C'est trop d'un seul coup pour le jeune adolescent que je suis. Le plus difficile c'est sûrement de rencontrer ma mère dans ce contexte. La distance habituelle entre nous rend la situation quasi insupportable. La voir ainsi abattue par la perte de sa meilleure amie, en plus de trouver difficilement sa place dans ce rassemblement de Casavant qui la replonge dans son union passée avec mon père. Je n'ai pratiquement jamais vu mon père et ma mère dans une même pièce. Tout ça m'expulse littéralement hors de moi. Tout de même, en orbite de moi-même, je sens tout, vois tout, mais sans capacité aucune à exprimer quoi que ce soit. Je suis au bord de l'implosion...

Et puis, comme si une catastrophe en attirait une autre, peu de temps après le décès de ma tante Isabelle, mon oncle André ira retrouver sa sœur comme il l'avait déjà annoncé lors de ses funérailles. Il se pend...

Les mots de Félix Leclerc me viennent quand je pense à André... « Il y a des gens sans racine, qui ne prennent ni note, ni femme, ni place. Ils passent sur la pointe des pieds et disparaissent. On se demande s'ils avaient un corps. » (Félix Leclerc, 1978, p.126)

André. Je me souviens de si peu. On m'a dit à quelques reprises que je lui ressemble beaucoup et ça me met mal à l'aise. Je n'ai, pour ainsi dire, aucun souvenir clair si ce n'est celui de mon père en larmes au travail, lorsqu'il apprend la nouvelle. Aux funérailles, je me rappelle l'absence de mes cousins, les enfants de ma défunte tante Isabelle. Absence réelle ou absence à mon souvenir? Je n'en sais

rien. La coupure au cœur est d'autant plus franche et nette cette fois-là que j'en demeure encore quasi amnésique.

Suite à tous ces évènements tragiques, je n'ai pas souvenir qu'on ait pris aucune mesure particulière dans ma famille, ni qu'il y ait eu de présences soutenantes pour m'aider à absorber de tels chambardements, pas même de livres ou quelques sages paroles pour m'aider à construire du sens autour de ces tragédies. L'aurais-je acceptée cette main tendue si elle m'avait été offerte ? Peut-être pas... Cela n'empêche, nous étions tous sidérés, sous le choc. Bruno Bettelheim, cité dans le livre inspirant « *Secret de famille* » de Serge Tisseron (2011, p.3), m'offre ici une parole à méditer : « Ce dont on ne peut parler, c'est aussi ce qu'on ne peut apaiser; et si on ne l'apaise, les blessures continuent de s'ulcérer de génération en génération... »

Ma hantise du suicide. Je me souviens, mon père. Il est sorti de la maison quelques heures plus tôt, s'est retiré, comme bien souvent, dans son atelier. Dans la maison nous sommes couchés au 2e étage dans nos chambres respectives. Et puis, à un moment, « BANG! » Une explosion... ou encore, un coup de feu. Je ne sais pas. De façon presque synchrone, dans l'éclairage tamisé du couloir, nous nous retrouvons, mon petit frère, ma belle-mère et moi dans l'antre de nos portes de chambre. Nous ne disons mot! Personne. Pas besoin, ou plutôt, il ne faut pas. Pas maintenant, pas devant mon petit frère. Quatre secondes s'écoulent maximum. C'est elle qui fend le silence. Trois mots : « Mathieu, va voir. » Je le regarde droit dans les yeux. Je comprends et acquiesce; c'est à moi d'aller voir.

Je sors dans la nuit, seul, descends la galerie et m'enlève vers l'atelier. Je brûle à l'intérieur d'une colère sacrée et chacun de mes pas franchis l'alimente et l'avive en feu ardent. C'est parfait ainsi et je ne voudrais pas qu'il en soit autrement. Une centaine de mètres me séparent encore de l'atelier. Rendu là, j'aurai pris feu; fait de moi-même une torche vive. Exactement comme j'ai déjà vu ma petite cousine le faire: je serai alors protégé de tout. D'une rencontre avec la mort même. Ou pire encore.

J'avance et je respire. Garder mon sang-froid. L'air est frais, pas de vent. La nuit est belle. Je longe le petit lac. Une lueur tout près de l'atelier, dehors, juste derrière. C'est un feu de camp. Une chaise me fait dos et fait face au feu. Le contraste ombre et lumière m'empêche de bien voir. Je m'approche. Une silhouette sur la chaise.

- « *Tiens, salut Mathieu.* »
- « *Qu'est-ce qui s'est passé ?!* »
- « *Ah, j'ai tiré au feu une vieille canne de WD40 ... Ça pète en maudit!* »

Il est saoul, mais vivant surtout ! Je bride ma colère de toutes mes forces, j'essaie de lui dire que ça nous a fait peur. J'arrive mal (ou pas) à lui expliquer de quoi nous avons eu peur exactement. De toute façon, ce n'est pas le moment pour en parler avec lui, je le sais. Je me tais après lui avoir dit qu'il devrait aller se coucher.

Je reviens rapidement à la maison. Ils m'attendent. Je les rassure et leur explique. Moment de détente commune, nos corps se relâchent face au constat tabou : ouf, il ne s'est pas suicidé ! Il était saoul... vivant surtout ! Je suis retourné me coucher, ma colère moins vive, mais toujours en brasier. Je me demande encore s'il savait secrètement de quoi nous avons eu tous peur ce soir-là...

Une part de moi baigne de plus en plus dans le non-dit, l'absurde et l'incompréhensible. Dans ces quelques années, une *indifférence* s'opère alors naturellement dans moi, par habitude peut-être. Mais c'est quand même fondamentalement par incapacité de transformer, ou d'intégrer ce que je rencontre, ou plutôt, ce qui me *tombe dessus*. Cette *indifférence* raconte une histoire triste, faite de malheurs répétitifs, de traumatismes familiaux et de désespérance face auxquels je me suis anesthésié à défaut de pouvoir m'y adapter. Elle n'est jamais un premier choix fait librement.

Cette *indifférence* s'est transposée un peu partout. Je pense à mon lien à mon cousin Maxime. Pendant cette traversée difficile, je ne sais pas où placer cette réalité dans notre lien déjà un peu affaibli par les années passées sans nous voir. Ce qu'il en restait ne pouvait qu'être englouti par la magnitude de ces bouleversements familiaux. Oublier, m'éloigner, couper et mettre un couvert « auto-justificateur-anti-culpabilité » où je me raconte à moi-même que c'est sûrement ce dont a besoin Maxime et sa sœur ; être loin de toute personne qui risque de les regarder avec le fantôme de leur mère en reflet dans le regard. Mais, tout ça c'est hypothétique et je n'en sais rien en fait. Ce que je sais par contre, c'est comment cette distance est nécessaire pour moi, par manque de force et d'espace à accueillir cette réalité trop aride pour l'adolescent que je suis. Alors les années

ont passé. Les Noëls sans la présence de mon cousin et de ma cousine se sont succédés sans que je ne le questionne réellement. Jusqu'à ce que tout ça devienne *normal*. Leloup (1994) parle de « normose », une expression qu'il place juste au côté de la névrose et de la psychose pour « décrire l'état d'un homme *adapté* à une société malade, malade lui-même de vouloir se conformer à une folie collective, entravant ainsi un plus profond désir [...] » (1994, p.269). C'est sûrement de ce genre de choses qu'il en retourne quand on *vieillit à l'ombre d'une catastrophe*.

Jeanne-Marie Rugira (1999) rappelle la description de Dorothée Sölle (1992) à propos de l'apathie qu'elle considère comme une habilité surprenante à *oublier* et à garder en place des œillères étanches face à notre souffrance propre ainsi qu'à celle d'autrui. Elle précise qu'on ne pourrait affirmer que l'apathique ne souffre pas pour autant et qu'il mène une vie satisfaisante, mais qu'il soit surtout doué pour s'anesthésier face à ce qu'il considère souffrant, sans issue ou sans sens, face à ce qu'il considère désespérant. Rugira complète en affirmant que les apathiques :

[...] n'ont ni langage ni geste pour s'expliquer avec la souffrance. Leurs sociétés manquent de place pour un certain nombre de tragédies humaines. Ainsi, les apathiques tentent désespérément d'amenuiser leurs souffrances, de les dédramatiser en vue d'en atténuer la douleur. Sinon, ils tentent de se convaincre qu'ils sont mieux que d'autres, ceux d'ailleurs, puisque la souffrance est étrangère [...] La fuite est leur mode de négociation avec la souffrance, à moins de la sublimer par toutes sortes de moyens comme, par exemple, l'alcool ou la drogue, ce qui entraîne d'emblée l'exclusion de tout espoir d'une expérience formatrice et transformatrice, toute possibilité d'apprendre à travers la souffrance, à partir de la vie quotidienne. (Rugira, 1999, p.37)

Tout au long de ma démarche d'exploration, je n'ai pas cessé de m'étonner et de me questionner à propos des non-dits, dans notre famille comme de ma capacité de procéder à une forme d'amnésie sélective. Je commence à soupçonner que tout ceci constitue une expression criante de notre impossibilité individuelle et collective d'affronter un réel désastreux dont il faut parfois savoir se détourner pour survivre, comme disait si bien Jorge Semprun (1994) dans son magnifique livre : « *L'écriture ou la Vie* ». « La vie était encore

vivable. Il suffisait d'oublier, de le décider avec détermination, brutalement. [...] Aurais-je le courage – la cruauté envers moi-même – de payer ce prix ? » (Semprun, 1994, p.271)

C'est dans ce sens que Boris Cyrulnick (2004) parle de mise à distance émotionnelle, un mécanisme de défense nécessaire et utile, bien que réellement coûteux. De tels mécanismes peuvent passer du déni aux allures de : « N'allez pas croire que j'en souffre... » à un phénomène d'isolation qui relate des événements avec une distance affective désarçonnante. Il y a aussi la propension à la rationalisation, qui tend à déployer des efforts titanesques pour comprendre dans une visée de maîtriser l'émotion insupportable. On constate également une propension à l'engagement dans un militantisme passionné pour juguler le retour de l'angoisse. La création quant à elle, aide à dire l'indicible grâce au langage symbolique, métaphorique et à la sublimation qu'autorise l'œuvre d'art. Selon le même auteur :

Tous ces moyens psychologiques permettent de réintégrer le monde quand on a été chassé de l'humanité. La tentation de l'anesthésie diminue la souffrance, mais engourdit notre manière d'être humain; ce n'est qu'une protection. (Cyrulnick, 2004, p. 22)

3.3 ERREUR EN QUÊTE DE SA *FORMATIVITE* : SUR LES TRACES DE MON DESIR PERDU

Pour la plupart, nous avons perdu très tôt notre Roi, il n'est peut-être pas mort pour toujours, mais il n'en est pas moins tombé et ne s'est pas relevé.

Robert Bly

C'est cette incapacité de m'adapter à l'immensité des défis qui étaient les miens qui m'a mis à la fois en errance existentielle et en formation. Comme le dit avec justesse Bernard Honoré (1992), l'homme n'existe qu'en formation. Pour lui :

Exister en formation c'est être dans un rapport de formation avec le monde, être avec autrui en interformation permanente, vivre dans le recueillement de la

compréhension, rester présent au monde, là où nous séjournons, avoir à former tout au long d'une vie, installer et organiser un environnement, animer un monde. (Honoré, 1992, p.14)

Sans le savoir totalement, porté par une « conscience subsidiaire », comme on dit dans les démarches de recherche de type heuristique (Craig, 1978), ou encore d'une manière préconsciente ou *préréfléchie* comme disent les phénoménologues à la suite de Husserl (Vermersch, 2006), je me suis engagé dans un processus formatif à travers toutes les expériences de ma vie.

Je ne savais pas alors que j'étais déjà sur *mon chemin d'apprenance*, je me croyais davantage en *errance*, tel un itinérant qui arpente les chemins interminables sans destination précise. Je ne pouvais pas encore voir l'intelligence ni la cohérence de mes essais et erreurs, il me faudra ce travail de recherche, cette démarche rigoureuse d'exploration pour dévoiler l'intelligence bienveillante qui a porté tous mes choix jusqu'ici.

Je suis donc passé à travers mon adolescence et mes années de jeune adulte en faisant des allers-retours entre des ouvertures vertigineuses à mes grands questionnements et une certaine *indifférence* vis-à-vis de ceux-ci, mais aussi vis-à-vis de ma vie en général; stratégie qui se présentait comme étant la seule solution viable pour moi. C'est un effort *de persévérer dans l'existence*, comme dirait Bernard Honoré (2001), d'un jeune homme qui apprend à vivre et à faire face aux énormes défis de son existence, sans carte ni boussole, sans guide ni mode d'emploi, dont témoigne le texte qui suit.

Je me souviens être entré au CEGEP en sciences humaines dans cet état particulier, sans passion et sans orientation précises pour la suite de ma vie. Après une session j'abandonne et ce choix participe à faire mousser mon impression angoissante de ne pas arriver à *appartenir* à ce monde. J'ai le souvenir d'avoir le sentiment de ma vie qui tombe en déliquescence et d'atteindre un paroxysme de délinquance. Mes amis commencent à

s'éloigner. Ils font leur chemin. Moi, je ne connais pas mes motivations. En dehors des fins de semaine que je passe à faire la fête, tout me semble morne et plat.

L'école, actuellement surtout pour l'adolescence, n'apporte pas le viatique bienfaisant pour l'aventure de vie de chacun. Elle n'apporte pas les défenses pour affronter les incertitudes de l'existence, elle n'apporte pas les défenses contre l'erreur, l'illusion, l'aveuglement. Elle n'apporte pas [...] les moyens qui permettent de se connaître et de comprendre autrui. Elle n'apporte pas la préoccupation, l'interrogation, la réflexion sur la bonne vie ou le bien-vivre. Elle n'enseigne que très lacunairement à vivre, défaillante en cela à ce qui devrait être sa mission essentielle. (Morin, 2014, p.64)

Mon père, avec tout son amour, tente de m'offrir une vie en me faisant une place dans son entreprise. Mais je réalise au bout d'un moment que la peinture d'un rêve est spécifique à chacun ; on ne marche pas le rêve d'un autre sans éprouver un inconfort qui va grandissant sur le chemin. Ce n'est pas là ma place au sein de l'entreprise de mon père. Mon désir ne s'y trouve pas, c'est tout ce que je sais, mais l'accès à mes réelles ambitions m'échappe toujours. Je ne fonctionne alors que par négation et rejet ; s'il y a évidence lorsqu'il est question de ce qui m'ennuie, c'est une tout autre histoire lorsque je cherche à identifier ce qui m'anime essentiellement.

C'est clairement pendant une de ces soirées avec un ami cher à moi que j'hérite, dans un moment de confiance, de cette belle question : « *Et toi, à quoi tu rêves ?* » Je n'avais jamais vraiment pensé ni parlé de ça avant. Je n'en sais rien ! Mon ami lui m'étonne ; il arrive à nommer quantité de détails et de nuances quand il décrit ses rêves ! Il gesticule comme s'il peignait l'espace autour de lui pour que j'arrive à mieux voir encore. Et je vois ! Ça s'anime et prend corps à en devenir presque tangible. Par contraste, je réalise ce soir-là à quel point je peine à me projeter dans ma propre vie d'adulte. Mes rêves, sont-ils inexistantes ou seulement hors de ma portée ? Était-ce là le revers de cette indifférence ? Néanmoins, sans le savoir réellement, ce soir-là mon camarade me met sur la piste de ce dont parle Monbourquette (2006).

Un jour ou l'autre, tout jeune homme reçoit une révélation de son anima (femme intérieure) et il entrevoit à travers elle toutes ses possibilités d'avenir. Il s'agit d'une révélation mystique de l'anima où l'adolescent pressent sa destinée et sa mission. Il sera désormais hanté par sa vision momentanée. (Monbourquette, 2006, p.38)

Dans cette même période, je finis par quitter le boulot que mon père m'avait généreusement offert et la vie m'offre une belle opportunité d'emploi dans un camp de vacances comme moniteur de ski. Craintif et l'estime de soi chambranlante, je m'y rends à reculons. Par chance, la vie dissimule souvent, sous des parures de *petits boulots*, de véritables lieux de soin et de guérison. Et alors que je m'affaire à mon travail, le regard occupé à mes tâches, la vie peut opérer ses alchimies ; elle panse, colmate, infuse, abreuve, régénère, ranime et ravive l'être. Je vis, à cette occasion, une expérience fondatrice qui me remet sur les rails de mon désir propre et me redonne une confiance que j'avais crue égarée pour de bon. La magie a lieu pendant deux semaines bien précises où j'ai la responsabilité d'un groupe de jeunes Français. 24 heures sur 24 ensemble, nous arrivons à faire germer un savoir-vivre-ensemble inédit, qui nous potentialise mutuellement. Et moi, je n'en reviens tout simplement pas ! Pour la première fois de ma vie, je fais une expérience relationnelle édifiante, éveillante et bouleversante au cours de laquelle je sais avoir tenu un rôle actif et décisif dans la création de cet espace entre nous. Une expérience de groupe et de communauté d'appartenance vivifiante ! À la fin du séjour, il y a cette ambiance caractéristique et presque palpable qui signe l'intensité de la communion vécue, et, au moment de nous quitter à l'aéroport, dans le silence de nos regards humides, se célèbre une reconnaissance profonde entre nous.

Je sors de cette expérience de groupe avec une énergie renouvelée et l'envie grandissante de voyager m'habite de plus en plus. Le voyage se présente à moi comme un moyen inédit d'expression de mon désir de vivre et de m'inventer moi-même, comme une porte ouverte bien grande sur ma quête d'un *mieux comprendre* à la recherche de ma manière singulière d'*appartenir* à ce monde. Alors, aller loin, très loin, avaler les kilomètres, fuir, oser l'inconnu avec l'espérance de tomber dans les bras d'une vie plus

vivante en dehors de ce qui m'est connu et de mes habitudes parfois mortifères à cette époque.

3.3.1 Voyager à l'ouest : une marche d'espérance

Il n'y pas de contradiction entre mon départ et l'amour que je porte à ceux que j'aime. Celui qui s'en va ne s'éloigne pas de vous. Il représente seulement l'action de partir. Il ne veut être qu'un exemple et peut-être un sujet de méditation, et peut-être un motif d'espérance [...]
Jean Giono

Traverser le Canada jusqu'en Colombie-Britannique *sur le pouce* : un premier voyage qui me donne une opportunité insoupçonnée de vivre une expérience d'introspection, de solitude, d'épreuves et de dépassements personnels. Un vrai voyage comme dirait Gaston Pineau (2012) : « *Voyage* » au sens de « *travel* », comme dans « *travail* », « *travaglio* », qui signifie souffrance, endurance, fatigue.

Dans ce périple tout semble ne dépendre que de l'effort que j'investis. J'y cherche ardemment, même si c'est presque inconscient, ce qui me rattache à la vie, me donne le sentiment d'être vivant et investi dans ma vie. Sur place, je finis par débusquer un petit travail au salaire minimum et c'est en pratiquant quotidiennement mon humble métier de « *janitor* » (concierge), plus précisément en passant l'aspirateur silencieusement pendant de longues heures, que me vient une sorte de vision, d'*Eurêka*, de sentiment fort d'*avoir trouvé* quelque chose d'important. Tout porte à croire en effet, qu'à astiquer chaque recoin sombre d'un corridor sans fin, j'avais fini par trouver là par terre, un rêve à moi. Un rêve où je me vois clairement revenir à la terre, à certains amours de jeunesse, en vivant une vie de paysan-jardinier consacrée au soin du paysage et de ses habitants naturels. L'intensité que je sens lorsque ce rêve m'habite devient une ligne directrice et justifie, à lui seul, de

nombreuses prises de décisions dans ma vie. J'ai le sentiment d'avoir rencontré en moi ce *Roi* dont parle Robert Bly (1990).

Cette part de nous-mêmes qui sait nos désirs et ce que nous aimerions faire jusqu'à la fin de nos jours, jusqu'à la fin du mois ou jusqu'au lendemain. Il sait nous faire comprendre ce à quoi nous aspirons sans que son choix soit influencé par les opinions de notre entourage : car il est directement relié au feu de nos intentions et à la flamme de nos passions. (Bly, 1990, p.158)

Je sais que je viens de récupérer, dans cet instant vécu à 4500 km de chez moi, dissimulé dans un repli oublié de mon être, un rêve qui était profondément mien. J'aurai dorénavant ce pressentiment discret, et pourtant puissant, que sans savoir où je vais précisément, je vais tout de même par là où ma vie le désire.

3.3.2 Retour aux études : Renouer avec l'« éco »

De retour au Québec et désireux d'honorer mon désir, je me consacre dorénavant à l'étude de l'environnement et des plantes. Je m'inscris donc à l'ITA (Institut de Technologie Agroalimentaire). Petit à petit, je renoue avec ma passion pour l'environnement qui remonte à l'univers singulier de mon enfance à Sainte-Victoire-de-Sorel. Je me souviens qu'à l'école primaire, une ou deux fois par semaine, nous sortions de notre classe habituelle pour étudier l'écologie. Je me rappelle de petites excursions dans la cour extérieure où nous avions à scruter la pelouse, les troncs d'arbres, à fouiller sous les roches à la recherche de petites bestioles, à examiner les nervures des feuilles et leur forme, et ensuite à colliger nos trouvailles en petit herbier pour nous initier à la taxinomie et apprendre que toute créature dans le *grand dehors* peut être identifiée, nommée et répertoriée selon *espèces, genres et familles*. C'est la *matière* que je préfère.

Pendant ces études je me découvre une certaine communauté d'appartenance ralliée autour de ces problématiques environnementales et agricoles que vit ma société, à ce que certains appellent le *ravage écologique* de l'ère moderne. Je constate les répercussions

catastrophiques qu'engendrent les pratiques et certaines *techniques* agricoles et environnementales sur la santé de la planète et des communautés. En quelques décennies, l'agriculture est devenue globalement une industrie « agro-économico-chimique », mobilisée majoritairement par des enjeux de productivité et d'efficacité.

À regret, je découvre que l'approche « conventionnelle » de l'agriculture m'assèche l'âme par son excès de technicisme, de scientisme et de productivisme qui l'a, en quelque sorte, dépossédée d'elle-même, du moins de sa nature propre et de ses valeurs ancestrales. Toutefois, de cette désillusion, je cherche des voies alternatives et fais de belles découvertes. Surtout, elle me rappelle que j'aspire davantage à l'essence du jardinier facile à s'émerveiller qu'à celle du producteur avide de profits. Ainsi, au travers de mes études collégiales en horticulture, ma quête existentielle finit par reprendre une place prédominante devant le besoin d'apprendre des « techniques horticoles ». Je suis à la recherche encore de cette *parenté* avec la nature, d'un sentiment de reliance vécu avec le monde et l'environnement. L'expression de mon manque originel s'y retrouve encore sans que je n'aie déniché beaucoup plus de réponses : je souffre toujours d'un sentiment de peu d'appartenances, de *peu de parenté* avec le monde dans lequel je vis sans savoir comment y remédier encore réellement. Le sens auquel j'aspire semble me glisser entre les doigts dans la routine de mes journées de travail interminables. Mes questionnements fondamentaux resurgissent comme si s'allumait à nouveau en moi ce *phare existentiel*.

L'ayant déjà expérimenté plus tôt, l'envie revient en moi de m'en remettre à nouveau au voyage, à l'inconnu, pour prendre un recul et générer possiblement de la nouveauté susceptible d'orienter la suite de mon chemin. C'est ainsi que je me suis remis en route sur le chemin de ma quête de *mieux comprendre* et cette recherche d'*appartenance*.

3.3.3 Voyager au sud : Renouer avec le « socio »

Je décide de partir pour l'Amérique Centrale. Je reste six mois au Costa Rica dans le cadre d'un projet appelé « Projet Jeunesse International, Costa-Rica ». En six mois, nous devons développer un projet agricole avant-gardiste qui réunit les aspects social, agricole et écologique que nous baptisons « proyecto socio-agroecologico » (Projet socio-agroécologique). Grosso modo, il vise la réinsertion sociale de jeunes vivant dans la précarité par le biais de l'horticulture. Mon principal allié dans ce projet est un sociologue dévoué à la jeunesse de son quartier. Sans que je l'aie vu venir, dans ce projet j'ai à former, à animer et à sensibiliser un petit groupe de gens aux rudiments de l'agriculture écologique. Du point de vue professionnel, c'était ma plus belle découverte : j'aime former, animer, sensibiliser, et surtout, être au contact des gens. Et, d'un point de vue plus personnel, ce voyage me fait rencontrer une culture où la relation et la famille sont des valeurs très fortes. L'individualisme des nord-occidentaux n'a pas la même emprise ici, je le constate par contraste avec ma façon d'être « habituelle » qui détonne particulièrement à travers ce contact direct avec la ruralité où je suis; je suis profondément touché par le lien que je développe avec ma famille qui m'héberge là-bas pendant toute la durée de mon séjour.

Au retour de cette petite odyssee, je me suis réellement découvert un appétit pour les relations humaines. Je cherche alors du boulot là où je sais que j'aurai à interagir avec d'autres humains. Ainsi, pendant une période je suis « animateur-technicien » pour un organisme qui promeut l'*écologie urbaine* où j'ai, entre autres, à informer et à sensibiliser aux problématiques environnementales et aux alternatives existantes auprès d'intervenants dans différentes institutions de la ville de Montréal. J'ai besoin de me sentir inséré dans mon environnement socioculturel et sociopolitique. C'est là que je me sens le plus utile. C'est là où je me sens « participer » concrètement à mon monde. Ce travail, par ricochet, me permet de rencontrer le milieu des jardins communautaires de Montréal où on m'offre un emploi comme « animateur horticole ». Ce métier me rapproche encore plus de la

sphère des interactions humaines qui m'attire. Le *communautaire* des jardins communautaires m'amène au cœur des relations humaines, de ses dynamiques et de ses enjeux. Avec ce travail j'ai l'occasion d'interagir et de travailler avec une douzaine de comités de jardins dans lesquels sont répartis environ 1200 jardiniers. J'ai maintenant un double rôle, soit celui d'avoir un œil sur la santé du jardin à travers ses plantes, et l'autre, celui d'avoir un œil sur l'évolution du jardin à travers sa communauté. Toutefois, au bout d'un certain temps, je me sens limité avec ma formation d'horticulteur, comme si je devais toujours investir le milieu humain par le biais de l'horticulture. C'est ainsi que j'ai décidé de faire un retour aux études.

3.3.4 De ma rencontre avec la psychosociologie uqarienne

Je quitte Montréal pour Rimouski où je m'inscris à l'UQAR dans un programme en « communication (relations humaines) ». Ces études sont pour moi une révolution. Si depuis le début de ma marche je me suis intéressé à l'environnement et à une certaine dimension sociale, en venant à Rimouski je fais un plongeon surprenant et inattendu à l'intérieur de moi-même par l'étude des groupes et des relations humaines.

Dès le début de ma formation, je vois les contours d'un monde nouveau qui ne manquent pas de m'interloquer particulièrement. Au départ, ce ne sont pas tant les contenus de cours qui m'interpellent que les dispositifs d'enseignement. Déjà, nous sommes assis dans presque tous les cours, en rond. Nous devons, au début et à la fin de chaque classe, déplacer et replacer tous les bureaux. Un petit rituel anodin qui m'informe tout de même qu'ici la pédagogie universitaire est prise différemment. J'entends souvent dans la bouche des formateurs ce concept de *pédagogie expérientielle* où une attention toute particulière est donnée à l'expérience vécue par les étudiants et aux dynamiques inhérentes au groupe lui-même, desquels le contenu des cours est extrait essentiellement. Ici dans les programmes de psychosociologie, on dit que nous travaillons « par/pour et avec » le groupe. Comme le rappelle brillamment Paul Carle (1999), « le petit groupe

comme lieu d'intimité et de solidarité, comme source de motivation et de loyauté, fait figure d'archétype, de valeur éternelle. Le retour en force de cette image-source [...] représente un immense effort pour faire contrepoids à diverses tendances lourdes du développement social moderne (massification, atomisation, individualisme et autres).» (Carle, 1999, p.21)

Je me souviens des premières journées de classe où on nous avait réunis à l'extérieur de l'université dans un lieu magnifique en pleine nature en périphérie de la ville. J'y rencontre là mon groupe pour la première fois. C'est aussi la première fois que je prends parole devant lui. Dans quelques tours de paroles, je découvre mes collègues, leurs origines, motivations et appréhensions. À quelques reprises je m'étonne de voir quelques-uns nommer plus intimement certains pans de leur histoire ou encore certaines appréhensions qui les habitent. Ce qui m'étonne davantage c'est de sentir que je suis touché, rejoint, interpellé par leur parole. Il y a longtemps que je n'ai pas ressenti ma propre fébrilité en présence d'autres personnes et je ne comprends pas trop ce qui m'arrive ni ce que je dois faire avec ça. On nous explique le phénomène de *résonance* (intersubjectivité) qui survient dans les petits groupes, que la parole et l'état sous-jacent des uns tendent à se transmettre chez les autres, que ce qui est révélé chez l'un contribue à révéler un équivalent chez l'autre.

Dans ces conditions, je découvre petit à petit une nature qui m'est singulière, qui m'est propre et qui avait tendance à m'échapper dans la *quotidienneté* de ma vie. La métaphore du jardinier intérieur et ce lien entre nature intérieure et nature extérieure m'inspirent et m'ouvrent petit à petit à un nouveau rapport à moi-même, aux autres et au monde. Rapidement, dans ma réalité de fraîche date à Rimouski, j'éprouve le sentiment d'être au bon endroit, avec les bonnes personnes en train de faire la bonne chose.

3.4 SUR LE CHEMIN DE MON DEVELOPPEMENT PROFESSIONNEL

Au bout de ma formation au baccalauréat en *communication option : relations humaines*, je me suis engagé à la fois sur le chemin d'un développement professionnel, en m'ouvrant les portes à différents secteurs de pratiques qui m'appelaient. Je me suis aussi soucié de mon développement intellectuel en m'inscrivant aussitôt à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales. Un programme qui vise le renouvellement des pratiques, mais surtout à former les praticiens à une démarche réflexive autour de leur expérience en vue de les habiliter à devenir des praticiens-chercheurs qui allient bien la réflexion, l'action et la production du sens et des connaissances. Ce parcours m'interpelait profondément et me faisait espérer que je pourrais trouver de cette manière, une voie pour me développer à la fois intellectuellement et professionnellement. Je devais dans le cadre de cette formation investir sur l'expérience professionnelle que j'étais en train de me construire.

3.4.1 De la proximité avec mon père aux réalités masculines

Les hommes peuvent parler de tout et de rien, mais un silence lourd les traverse lorsqu'il s'agit de parler d'eux-mêmes.

Marc Chabot

Au cours de ma formation en psychosociologie, j'ai eu à faire un stage professionnalisant où nous étions accompagnés étroitement pour trouver un milieu de stage qui s'arrime à nos motivations et désirs personnels. Je me souviens dire, dans un tour de parole où chacun expose ses avancées, que je suis pour ma part, encore dans l'ignorance de là où je souhaite m'investir. On me questionne à savoir s'il y a des événements ou n'importe quoi qui auraient pu attirer mon attention récemment et qui pourraient être porteur d'une piste pertinente pour la suite des choses. Je cherche. Non, on dirait que non... Et puis, voilà que je me souviens d'un coup de fil avec mon père. Un coup de fil intense! Il traverse une période difficile professionnellement et personnellement. Je l'écoute et le questionne pour le soutenir et pour essayer d'y voir plus clair avec lui. À

l'autre bout du fil finit par s'installer un long silence. Je me tais et j'attends. Et puis, dans une expiration qui sonne à mon oreille comme un craquement sec, comme quelque chose qui lâche, qui se relâche, je reconnais là mon père au bout du fil qui pleure. La situation est très inhabituelle. Les moments où j'ai été témoin de mon père en larmes sont très rares. S'en suit une discussion sur un autre ton dans une ambiance tout autre, que je trouve agréable, plus lente, plus attentionnée et pleine de sollicitude.

Et alors, dans mon cours avec mes collègues, en leur évoquant ce moment, je finis par me retrouver perplexe. Plus je repense à cet évènement, plus la contrariété me gagne. Comment se fait-il que je retienne ce moment comme un temps privilégié, rare et précieux partagé avec mon père, alors que lui était plutôt dans un état précaire et difficile qui le *dévoilait* vulnérable ? Et je vois bien que cet état délicat dans lequel il était a de toute évidence quelque chose à voir avec la profondeur touchée pendant notre échange. Tout ça m'embête. Mais alors, pour que j'aie accès à cette qualité de lien, cœur à cœur, faut-il que mon père soit nécessairement en difficulté, à la limite de lui-même ?

Une question qui en appelle plein d'autres ! D'où vient donc cette difficulté hallucinante à partager entre nous cette émotion, à *dévoiler* cette vulnérabilité qui ne fait que témoigner fidèlement de notre expérience de vie ? Cela aurait-il à voir avec ma réalité de fils ayant grandi quasi exclusivement avec son père ? Y a-t-il des habitudes, des manières d'être et d'entrer en relation qui découlent d'un tel contexte familial ? Comment les autres hommes rencontrent-ils dans leur vie ce genre de situation ? Et comment s'y prennent-ils, eux, avec leur *condition* masculine ? Plus je m'y attarde avec mes collègues de classe et plus je réalise que ces questions m'interpellent au plus haut point, jusqu'à penser qu'il y avait la matière à lancer un projet de groupe d'hommes autour de cette thématique des « réalités masculines ». Et c'est ce que je décide de faire. Peu de temps après, je réalise un stage où j'ai à mettre sur pied une recherche-formation auprès d'un groupe d'hommes étudiants universitaires. Je nous invite à questionner ensemble nos différentes *réalités masculines*, à sonder nos intériorités et nos identités masculines qui

semblent être en manque de contours clairs dans un monde en pleine mutation culturelle. En gros, la visée est d'apprendre ensemble ce que veut dire aujourd'hui être un homme entre les autres hommes et auprès des femmes dans la société actuelle. C'est là ma première expérience autour de cette thématique des *réalités masculines*. L'expérience est riche, féconde et utile. L'aboutissement de ce projet de groupe d'hommes me permet de rencontrer en moi l'urgence de tisser un lien solide entre ma nature intérieure et la nature extérieure. Ce constat me vient avec force et s'impose à ma conscience.

Assez rapidement dans cette même période, je commence à intervenir dans ce domaine et je développe petit à petit une pratique d'accompagnement auprès d'hommes en difficulté par le médium du groupe principalement. Je me souviens encore très clairement de mon premier groupe d'hommes en dehors du cadre scolaire avec l'organisme C-TA-C (Choix Transition Action Changement) à Rimouski pour lequel je commence à intervenir. Le groupe a lieu à Amqui, dans la vallée de la Matapédia, à l'intérieur d'un local communautaire. Six ou sept hommes y participent. Après quelques rencontres, un des participants se confie sur une période dépressive récente dans sa vie où il a eu des idées noires et a tenté de se suicider. Mon mentor avec qui j'anime le groupe acquiesce à son témoignage, en laissant d'abord un silence respectueux avant de s'adresser au reste du groupe : « Juste comme ça, est-ce qu'il y en a d'autres ici qui ont déjà eu des idées suicidaires ? » Je me souviendrai pour toujours de la scène qui suit. Aucun ne répond de sa vive voix, mais tous lèvent la main timidement en se regardant silencieusement les uns les autres. Je suis saisi. Aux prises avec un état paradoxal où je me retrouve à nouveau, comme pendant mon coup de fil avec mon père, confronté à un état précaire, à une vulnérabilité, à une désespérance présente mur à mur et en même temps, je suis devant une scène que je trouve, fondamentalement, d'une grande beauté et remplie d'espérance. C'est sûrement le voile levé sur cette réalité cachée qui me touche autant, et aussi de voir l'allègement vécu, la reconnaissance et le respect entre chacun qui s'installent dans le même instant. Paradoxalement, à aucun moment, la souffrance et la désespérance exprimées ne prennent le dessus sur la beauté du *dévoilement* en cours.

3.4.2 Intervenir en formation en psychosociologie

À cette époque, parallèlement à ce travail fait auprès des hommes, je commence aussi à travailler à l'UQAR pour le module de psychosociologie. Évènement que je vis comme une grande et belle opportunité à m'investir auprès de cette équipe qui m'inspire profondément. On m'offre un poste d'auxiliaire d'enseignement et de recherche où je m'implique surtout au niveau de la formation pratique des étudiants de premier cycle. J'ai, entre autres, la responsabilité de faire l'intermédiaire entre les milieux professionnels et les étudiants et j'ai aussi un rôle dans l'accompagnement et la formation des étudiants en stage. Sûrement parce que je suis moi-même passé par le chemin que les étudiants empruntent, j'aime particulièrement dans mon travail, m'efforcer d'arrimer les désirs et intérêts des étudiants avec un milieu professionnel approprié. J'aime rechercher avec eux cet accordage entre leur « *dedans* » et le « *dehors* ». J'aime travailler à joindre l'intime au collectif, m'ingénier à *apparenter* une certaine intériorité de la personne au domaine de la citoyenneté. Je porte la croyance qu'à cette intersection, des occasions d'apprentissages fertiles deviennent accessibles si de bonnes conditions pédagogiques sont mises en place.

J'étais engagé dans l'accompagnement des étudiants qui sont dans leur quête vocationnelle sans trop savoir à quel point j'étais moi-même dans mes premiers pas vocationnels.

3.4.3 L'implication en prévention du suicide et en intervention de crise

De fil en aiguille, au travers cette même période, beaucoup de choses se mettent en place dans ma vie. C'est un réel foisonnement de nouveautés pour moi! On m'offre de m'impliquer bénévolement comme membre du conseil d'administration au Centre de Prévention du Suicide et d'Intervention de Crises du Bas St-Laurent (CPSICBSL). Une offre inattendue que je n'avais pas envisagée et que j'accepte sans trop savoir ce qu'il en impliquera pour moi. Au début, je découvre un monde politique et de gestion où les enjeux sont souvent monétaires et légaux et j'ai l'impression d'atterrir dans un monde qui n'est

pas le mien, un monde assez loin de l'accompagnement humain dans lequel j'ai l'habitude d'être. Et puis, par la présence des employés délégués sur le conseil d'administration et de la direction aussi, j'attrape la réalité d'intervention avec laquelle l'équipe du centre vit tous les jours et cette réalité me touche particulièrement. Le centre de prévention du suicide et d'intervention de crise c'est comme une aide médicale sur un champ de bataille. Il se tient au front. Il veille et ne dort jamais. 24/7. Il se tient là, tout près de l'endroit où de graves catastrophes sont susceptibles de survenir à tout moment. Il est d'une générosité et d'un courage infini. Il est au service de tous. Il œuvre pour la vie, et plus encore pour ceux-là en pleine guerre intérieure, le plus souvent mal aimés, mal compris, en état de vulnérabilité, isolés et sans trop de moyens. Je m'incline devant cette lourde tâche que porte cette équipe chaque jour et chaque nuit au cœur d'une réalité si exigeante et encore tabou et je me rappelle ce pour quoi moi, je souhaite soutenir leurs efforts et me mettre à leur service.

Lorsque j'interviens, mon propre cheminement m'ouvre à une sensibilité particulière et déterminante quant à ma capacité d'accueillir et d'accompagner l'autre sur son propre chemin. Je considère que de s'approprier son *apprenance* est une condition essentielle au praticien du champ de l'intervention psychosociologique et de l'accompagnement du changement humain, notamment auprès des hommes en difficulté, en formation d'intervenants psychosociologues et en prévention du suicide.

C'est dans ce contexte et nourri de ces multiples expériences formatives et professionnelles que la mort de René m'a trouvé et qu'elle m'a plongé tout entier dans une quête à la fois existentielle, intellectuelle, éthique, relationnelle et pratique qui a pris place dans cette recherche de maîtrise. Je savais dès mon consentement à ce chemin que la visée première de cette recherche était la mutation de mon propre rapport à la désespérance, au suicide, à ma pratique d'accompagnement et au sens de la vie en général.

CHAPITRE 4
LA FEINTE DU PLONGEON HUARD

Un récit d'initiation

Aussi ai-je gagné la certitude que les catastrophes ne sont là que pour nous éviter le pire.

Christiane Singer



Figure 5 : *Dessin de René*

4.1 ÉCRITURE ET SOLITUDE

Quand tu es à ta table de travail devant ta feuille blanche, tu dois autant renoncer à toi-même qu'en nettoyant les débordements d'un égout. Ta pauvreté essentielle tu la rencontreras face à ton écritoire comme tu la rencontreras face à la misère des taudis.

Jean-Yves Leloup

Ok, ça fait un bail déjà que tu¹⁸ as posé tes doigts sur ces touches avec la simple intention de remplir cet espace blanc de tes nouvelles, de là où tu en es, de tes essentiels actuels suite au décès de René. C'est dur. Une vraie sensation de devoir percer quelque chose. Et cette première couche est comme imbibée d'une eau viciée, vieillie non pas d'âge, mais de stagnation et de doute non adressés. Parce que ce qui fait vieillir dans ta réalité, ce n'est pas autant le temps que l'inaction, l'indifférence et la désespérance... Quand tu t'en approches, tu as peur d'y manquer d'air, de t'y étouffer toi-même. Alors, faire l'autruche, remettre à demain, empiler, accumuler. T'empoussiérer l'être jusqu'à le perdre de vue.

C'est que le travail de l'écriture te rapproche de ta solitude, d'un antre, de ce que tu peux associer à un vide, à quelque chose d'instable, que tu ne contrôles pas. Il y a là qui t'attend au seuil de la porte, une armée de juges qui te regardent droit dans les yeux, prêts à te descendre bien creux, face à face avec ta condition humaine la plus misérable, avec tes incapacités, tes échecs et ta honte. Il y a là tous tes empêchements, la part de toi dépassée, contenue dans un rapport assassin à toi-même, et des bégaiements comme bruit ambiant, des mots qui ne

¹⁸ Tout le chapitre 4, mis à part son épilogue, est narré à la 2^e personne du singulier. L'utilisation de la 2^e personne du singulier au travers mon exploration, s'est révélée à moi comme une avenue stimulante et inspirante. Elle me permettait de me décoller de mon expérience et ainsi de mieux la nommer à travers une « voix-témoin » au langage que je découvrais plus affirmatif, avec quelques hésitations et censures en moins. Une *voix-témoin* qui m'a ouvert à un jeu dialogique en moi-même où cet « autre », ce « tu » naissant à l'intérieur de moi, m'apparaissait comme une voix jusqu'alors « tue » de mon « Je ». Une voix qui dépassait l'expression habituelle du « Je » tout en la contenant. La narrativité au « tu » a instigué une voix émergente de cette « conscience subsidiaire » occultée qui m'habitait pourtant et qui avait son mot à dire. « [Le Je] finit par devenir Tu pour lui-même. C'est cela, le début de la conscience de soi. » (Gadamer, 1987, p. 96)

connaissent pas encore leur son, des milliers de tentatives vaines à être plus que ce que tu es, une foule d'aliénés de toi-même, des mers d'angoisses, la saveur de tes mille échecs passés et l'anticipation de tous ceux à venir, tout ça comme un amas de lianes visqueuses qui s'agrippent à toi et te bouffent tout l'air environnant. Et quelque part, perdu au travers de tout ça, un enfant. Un enfant assis au pied d'un abîme qui prie.

Ce sont des lieux, rien à voir avec toi...
 On te rappelle cela
 Une petite voix dedans
 Loin

Ce sont comme des mondes superposés
 Avec leurs lois et réalités propres
 Et ici, ça tourne en rond
 Ça se complait, ça n'y croit pas
 C'est de vain en vain...

Malgré tout, il faut traverser
 Sans trop tendre l'oreille
 Ce qu'on y entend envoûte et endort si on s'y attarde juste un peu trop
 Et le réveil peut être long à venir ensuite
 Parce que l'indifférence est douillette à celui qui redoute sa destinée

En fait, ici, il n'y a rien à faire
 Sinon passer, traverser
 Faire un pas, puis deux
 Les enchaîner un à un
 Ce sont des couches à franchir
 Qui doivent être creusées dirait-on
 Comme tu creuses actuellement vers le bas de cette page
 À coup de lettres et d'inspirations fragiles

Écrire. Sans trop réfléchir
 Surtout, sans trop réfléchir
 Et puis, garder le regard bien droit
 Fixé sur l'horizon loin là-bas
 Il faut passer, traverser
 Parce que c'est le chemin
 Le seul on dirait

Tu es arrivé au bas de la page
 Et tu as gagné en chaleur et en air
 C'est bon

4.1.1 Revenir à l'écrit : Ton mémoire

Ce n'est pas pour devenir écrivain qu'on écrit. C'est pour rejoindre en silence cet amour qui manque à tout amour. C'est pour rejoindre le sauvage, l'écorché, le limpide.

Christian Bobin

Écrire ton mémoire... Mais encore, qu'est-ce que ton mémoire ?
Quel projet, motivation derrière ?

Tu souhaites qu'il soit l'occasion d'une rencontre significative avec le monde, ressentie profondément en soi, dans un mouvement naturel qui part de l'expression d'une intériorité bien à toi.

Faire de l'écriture un médium à te relier au monde, un médium à te surprendre et à t'apprendre.

Un médium où tu arrives à sentir ta propre participation au/à plus grand, à ta génération, sa nouveauté, ses promesses, ses écueils et insurmontables.

Un médium à déposer le « trop lourd », à nommer la désespérance et le vide, dans l'espoir de le voir se métamorphoser...

Un médium où prendront forme possiblement de nouveaux sens et repères pour ta vie et les suivantes.

Un médium à créer un lègue pour les générations suivantes, un héritage plus substantiel.

Un médium à sculpter ce socle destiné à recevoir l'intenable...

4.1.2 Voix/voie d'écriture

Tu te sais en train de te créer des conditions pour te donner un accès à ta voie/voix d'écriture. Tu as déjà ce qu'il faut maintenant. Il te faut simplement poursuivre, persévérer. Il n'y a pas de question pour le moment, et non plus d'hésitation même, seulement une poursuite nécessaire. L'hésitation, la maladresse viennent d'une confiance et d'une foi encore en chantier, d'une peur de t'être perdu, ou encore de ne pas y arriver, d'être en train d'échouer... Ces peurs

sont des couches à traverser... elles reviennent chaque fois que tu te relances, tu le sais, et ont tendance à être plus épaisses quand tu ne t'es pas invité à ta plume depuis un moment.

Ta voie et ta voix d'écriture. D'une certaine façon, elles sont une même chose. Il n'y a pas de différence entre la voie et la voix : écrire ouvre la voie et dévoile une voix silencieuse, écrite. Le langage ici est aussi paysage et sentier. Le langage ici est itinéraire et orientation. Le langage est mouvement et connaissance. Il est comme un monde à l'envers. Lumineux et vaste dans l'abîme d'une obscurité sans espace. Tu as besoin d'appriivoiser ce monde à l'envers et c'est ce que tu es en train de faire. Tu es à découvrir qu'il est chez toi. Il est ton monde.

Tu es à construire ta souvenance
 Tu as à gagner une souvenance permanente
 Pour le moment, tu oublies encore souvent

Tu oublies pourquoi tu écris
 Pourquoi tu danses
 Pourquoi tu chantes
 Pourquoi tu étudies
 Pourquoi tu travailles
 Et ce pour quoi tu vis même
 Et tu en souffres
 Et ceci est une bonne chose

Tu cherches
 Toujours et partout cet espace où ton inscription dans ce monde est ressentie loin dans ta chair
 Tu cherches, paradoxalement, ta propre nature vivante
 Ton identité première liée intimement au grand Tout
 Tu cherches à t'«émouvoir» de ça et ta joie à te «mouvoir» de là

Écrire t'y entraîne, comme le reste d'ailleurs, mais différemment...
 L'encre ancre quelque chose de ce monde à l'envers dans celui-là où tu crois être juste là
 Assis devant ton ordi à écrire ce mot

Parfois donc, tu y arrives à te trouver là où tu te cherches et d'autres fois moins
 Parfois tu n'y arrives plus...

Justement parce que tu y es arrivé l'instant d'avant.
On n'y arrive jamais là, comme on y est arrivé la fois d'avant
Ce monde-là, s'il est havre de paix et refuge éternel
Ne garde pourtant jamais rien de ses allures d'hier
Il n'est jamais comme tu pourrais le penser
Il ne se pense pas
Il se plonge...

Le résultat, le but que tu te fixes, te sauve
Mais il te tue aussi
Et, il te tue surtout dans ton cas
Il te tue quand tu oublies que tu n'écris pas pour bien écrire
Ni même pour produire un mémoire ou pour atteindre je ne sais quoi encore
Il te tue quand tu te crois loin alors que tu y es
Mais il te tue aussi quand tu te suffis à toi-même et que tu te crois arrivé

Souviens-toi que tu écris comme tu ouvres une porte
Des portes infinies comme autant de mots tracés d'ouvertures noires sans fin et sans fond

Tu écris pour t'ouvrir
Tu écris pour inverser ta solitude...
Et la découvrir foisonnante de rencontres improbables

4.1.3 Tour des lieux : prendre assise

Dès que l'aube éclaire les champs, lève-toi et regarde ta solitude. Autour de toi, s'élargit le terrain de ta joie et de ton noble travail. Ne t'inquiète pas du silence et de l'absence de bruits humains [...] Tu vas apprendre peu à peu à être un homme. Tu vas voir que ça signifie être le contraire de ce qu'on t'a appris à être. Tu seras d'abord dérouté par cette force qui tend à te donner la connaissance de toi-même et qui, dès l'abord, commence par te placer à ta place naturelle. Tu n'es plus au moyeu de la roue, mais dans la roue, et tu tournes avec elle. À chaque moment, les horizons que tu avais l'habitude de voir immobiles chavirent autour de toi comme à la naissance de l'univers. C'est que maintenant l'univers est en train de naître autour de toi et qu'il t'emporte dans sa naissance. Au moment même où tu prononces le mot de solitude tu entends les appels d'innombrables compagnons. Solitude était devenu un mot terrible, il imaginait les frontières de tout et voilà que tu te sens déjà mélangé au ciel qui s'éclaire, à l'oiseau qui vole, à la nuit qui se retire en entraînant ses renards.

Jean Giono

St-Elzéar, Bic. Tu es assis dans ton petit bureau, orienté plein nord dans ton quatre et demi, juché tout en haut de la rue St-Elzéar, au Bic, qui t'offre un certain panorama des alentours. Appartement que tu as appris à habiter bien progressivement après le décès de René et ta dernière séparation. Tu t'y es d'abord échoué comme un rafioteur usé avant son heure.

Tu as appris à le découvrir plus tard ton nouveau lieu. Petit à petit. Pièce par pièce. Graduellement. De ses intérieurs jusqu'à ses dehors avoisinants, au rythme de l'homme qui en est à apprivoiser sa propre solitude. Qu'existe-t-il de plus beau et de plus terrifiant que ces solitudes singulières à chacun?

Avant que tu arrives, ton logement était habité par une conteuse du coin. Une petite dame. Cheveux gris loup, courts, avec des lunettes noires à montures larges, toujours à chercher quelque chose on aurait dit. Elle bouge un peu plus vite que tout le monde, comme si la réalité en général n'était pas tout à fait assez confortable pour qu'on puisse s'y détendre, y prendre notre temps. Vous vous étiez rencontrés à quelques reprises avant que tu emménages. Elle t'avait confié déjà, en te présentant sa demeure, qu'elle était née conteuse ici, dans cette pièce où est ton bureau. Tu as toujours aimé savoir ça.

Ton bureau, il t'attend depuis un bon moment. Il était prêt avant toi ! Il a été la première pièce meublée, où tu as placé tous tes livres et plusieurs objets plus significatifs qui te rappellent à tes essentiels du moment. À bien y penser, tu réalises qu'il a été la 1^{re} pièce où tu as commencé à sentir que tu étais chez toi. À ta droite, juste là, au-dessus de ta table de travail, suspendu au mur, un babillard que tu étais sur le point de virer avant de déménager. Il fait office de cadre maintenant à une sorte de mosaïque de photos, dessins, cartes et objets disparates. Des photos de nature (rivières gaspésiennes, chanterelles et nénuphars), des dessins que tu as faits d'une époque déjà lointaine, il y en a un aussi fait par ton oncle René, bien sombre (à l'encre noire, il fait jaillir un portrait de ce qui est d'abord un gribouillage bien dense), tu l'avais trouvé dans ses affaires après son décès, il te rappelle à sa noirceur, à sa désespérance muette... Il y a aussi des photos d'amis, de la famille, de ton oncle René peu de temps avant son suicide, beau, de ton cousin Maxime et toi, alors que vous aviez à peine dix ans et que vous vous apprêtiez à aller jouer à la guerre dans les boisés sûrement, époque où vous saviez encore habiter un imaginaire souverain, grand comme un pays.

Tu as tardé à t'installer ici pour écrire, c'est que tout te rappelle à toi-même dans cette pièce. Comme sur ton babillard, le magnifique et le terrible se côtoient de près. Tu crois bien que c'est un peu pour ça que tu as lambiné à prendre la plume. Tu y es, là, en ce moment, à écrire depuis quelques jours. Pour le moment, tu en es simplement à avoir une bonne jase avec toi-même. Il te faut retrouver le confort de ta propre compagnie. Un peu comme ça finit par se passer avec un ami qu'on n'a pas vu depuis longtemps. Au bout d'un moment, l'inconfort laisse sa place à la curiosité. Revient alors le juste rythme, le naturel d'un dialogue qui sait prend appui sur le « déjà vu, déjà connu » tout en s'ouvrant à ce qui est « advenu et encore inconnu ». Bref, tu es heureux d'être là en train de t'exercer à l'écriture. C'est tout ce qui compte pour toi pour le moment.

Le fleuve. De la fenêtre de ton bureau, tu aperçois, plus loin derrière le clocher de l'église du village, le fleuve, qui pétille au soleil, d'un bleu céruléen bien contrasté avec le ciel de jour. Un fleuve qu'on soupçonne vaste et large avec ses îles nombreuses aux reliefs sabrés, caractéristiques du village du Bic, qui te rappellent à toi, quelque chose des décors de Jurassic Park ! Comme si à tout moment, on pouvait être témoin d'une envolée de ptérodactyles !

Le vieux moulin. Plus bas, sur la rue, il y a le vieux moulin à eau du village, dissimulé dans un bosquet de conifères et de quelques peupliers. Il est vêtu encore du même déclin de cèdre qu'à son origine tu oses croire, tellement vieux qu'il a pris presque partout la couleur de l'humus avec par-ci par-là, un gris plus clair parsemé de lichens et de champignons bien établis par la montée d'humidité régulière que génère la rivière.

Ça date déjà le jour où il a été vidé de tous ses organes internes, à l'exception peut-être de sa vieille meule et de quelques mécanismes de transmission trop lourds à déplacer, qui gisent comme des artefacts d'un temps révolu. C'est du pont, un peu plus bas, qu'il s'offre le plus majestueux, haut de quatre étages, juché directement aux abords d'un flanc rocheux de la rivière où elle est particulièrement agitée. En s'approchant de la rambarde, on peut apercevoir une grande ouverture pratiquée à même le roc presque au niveau de l'eau ; là a été jadis l'immense roue hydraulique connectée à son bras de transmission qui activait la meule à l'intérieur du moulin.

Et c'est facile alors de s'imaginer tout ça en marche : les bruits métalliques d'immenses mécanismes qui se mélangent au son aquatique de la rivière, comme une lutte éternelle entre les éléments, nécessaire à engendrer l'énergie indispensable au paysan. Puis aussi, ce son creux produit par la grosse meule, plus sec et sans échos, provenant de l'intérieur du moulin, assez puissante quand même pour faire trembler légèrement le sol jusqu'à nos pieds. Épars, par-ci par-là, quelques habitants qui s'activent autour, dans différents parcours et allers-retours, mouvements d'un quotidien révolu, suivant un rythme qu'on s' imagine plus lent que celui d'aujourd'hui. Dans l'air, l'odeur de céréale moulue suspendue un peu partout qui devait voyager assez loin jusqu'au village plus bas.

S'il tient toujours debout aujourd'hui ce vieux moulin, c'est peut-être grâce à ce vieux chaloupier bien barbu qui l'a rénové, qui y habite maintenant et en a fait aussi son atelier. On dit qu'il aurait été, avant d'être chaloupier, le dernier gardien de phare au Québec. Tu aimerais bien le rencontrer un jour.

La rivière. Une rivière coule, constante, juste l'autre côté de la rue. C'est elle qui alimentait le vieux moulin. De ton appartement, on ne la voit pas, on l'entend. La nuit surtout (c'est son heure on dirait), elle chante, claire et fière. Et c'est tout comme si elle débordait de son lit, partout, qu'elle enveloppait, de sa musique nocturne, la rue, ses maisons, sa végétation, jusqu'à l'habitant lui-même, qu'elle tire à l'orée de sa carcasse quotidienne pour le rappeler à ce décor en dehors. Oui, à celui-là, bien particulier, qui échappe au « familier », au « connu ». Toujours. Et qui jaillit aussi bien du « tout autour » que du bien creux, « tout en dedans ». Il y a une nature « autre » qui tient demeure dans ce décor en dehors, une nature étrangère qui connaît parfaitement le langage des viscères et de la chair silencieuse. Quand on s'y attarde, elle ouvre le poumon, dépose l'œil, détend la peau, ralentit le geste. Et c'est comme ça la nuit, que cette rivière déshabille tout le voisinage de ses habits coutumiers pour le draper d'un léger mystère ambiant. Rien n'y échappe. Pas même les étoiles qui gagnent, elles aussi, quand elles sont là, un je ne sais quoi d'aquatique et d'ondulant dans leur éclat. « Tout » chuchote, et raconte qu'il serait toujours, tout autre.

4.2 LE SUICIDE

Ce que je tente de dire, c'est que le phénomène du suicide a une complexité, et aussi une gravité, qui méritent l'attention de tout le monde, et les efforts de recherche dans toutes les disciplines. Ce que je tente de dire aussi, c'est que le suicide n'est pas une tumeur, ce n'est pas une tache ou un furoncle, ce n'est pas une vie en moins d'un consommateur ou d'un payeur de taxes, mais un acte, peut-être le plus radical en dehors du meurtre, par lequel l'individu indique qu'il est possible de choisir de mourir.

Nelly Arcand, « Se tuer peut nuire à la santé »

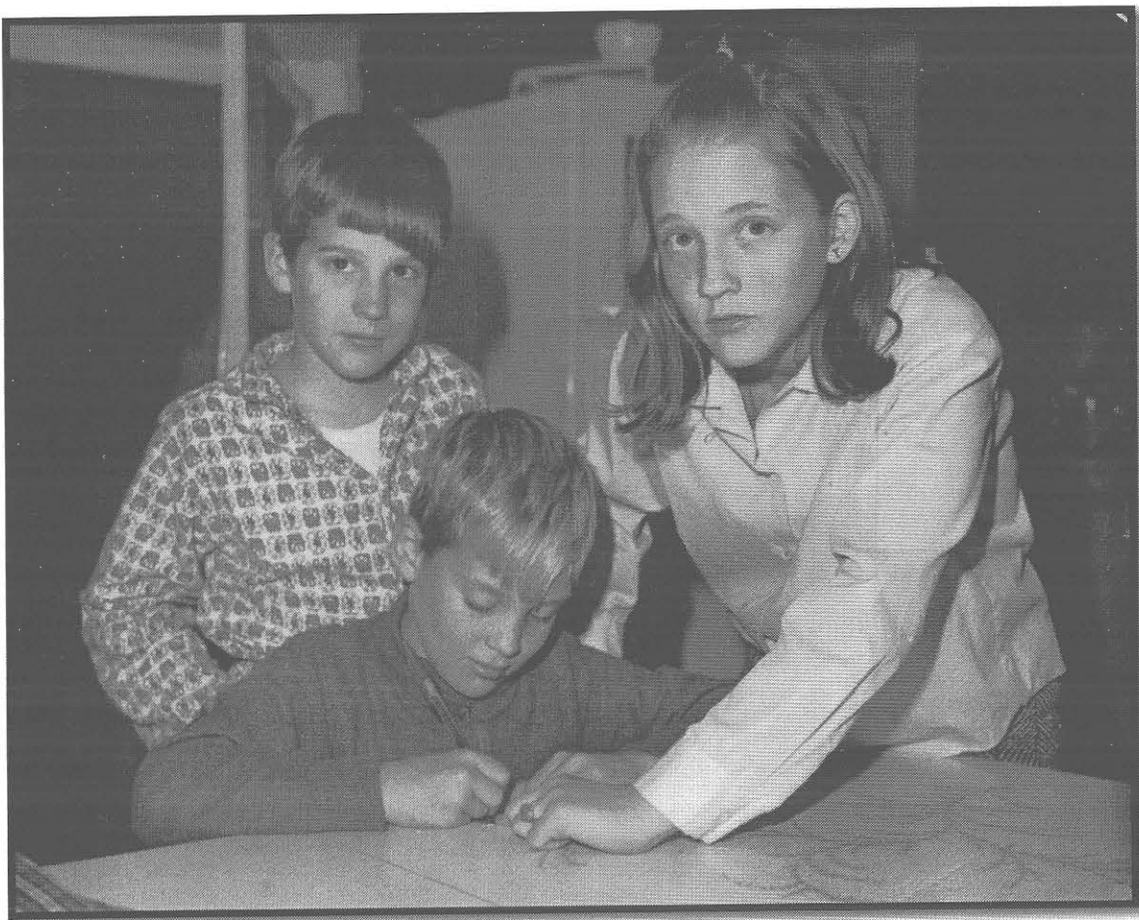


Figure 6 : Isabelle, André et René

4.2.1 Voir une vie se soulever par l'effondrement d'une autre

Quand un être humain se suicide, c'est une parole en moins. Quelque chose ne sera plus dit, quelque chose sera dit que nous n'entendions pas. [...] On peut même penser qu'un suicide permet à une parole autre d'exister, qu'un suicide est la plus radicale forme d'une parole. Le dernier mot d'un être parlant. Désormais je me tais définitivement, dit le suicidé. Ce silence de mort mettra tout le monde devant un fait accompli. Désormais, vous pouvez continuer de vous taire ou vous pouvez commencer à parler. Il est trop tard pour moi peut-être, il n'est pas trop tard pour vous.

Marc Chabot

Parfois, il y a de ces désastres qu'on ne peut pas soutenir seul. Tu le savais. Tu l'avais bien appris au cours de tes dernières années. Tu as alors écrit cette lettre à ton cousin Maxime. Ce cousin-frère-ami de ton enfance. La mort vous avait séparé. Elle devait payer ses dettes cette fois-ci. Elle va maintenant vous rapprocher.

Allo Maxime,

Je t'écris de Rimouski. Suis rentré de Sorel-Tracy-St-Victoire-St-Robert...¹⁹ j'ai l'impression de revenir de loin, de revenir du fin fond...

Normalement, j'aurais dû rouler jusqu'en Gaspésie à Carleton dans la Baie-des-Chaleurs. C'est là que j'habite pour l'été. Mais là, j'ai fait un arrêt au puits à Rimouski, chez des amis, besoin d'un répit.

Aujourd'hui c'est ma fête... 33 ans... et je suis triste, tellement triste Maxime.

Mardi dernier, mon père a téléphoné dans la nuit. 3 fois.

Trois fois, j'ai pas entendu.

Le matin, il faisait beau, terriblement beau.

J'étais à côté de la bibliothèque, dehors, à Carleton, la mer « drette » dans face à m'en faire cligner les yeux.

¹⁹ Illustre les différents déplacements pendant mon séjour. Mon père habite Ste-Victoire, mes grands-parents Sorel-Tracy et René St-Robert.

C'est là que j'ai vu sur mon cell "trois appels manqués, un message"...

J'le connais tellement mon père, c'est fou, il avait dit deux syllabes, ou moins encore, que je savais déjà qu'il allait me parler de mort, de choses graves. J'étais sûr que c'était grand-papa... pas René... pas René... je suis tellement désolé Maxime.

Quelques heures après, j'étais sur la route pour aller retrouver la famille Casavant. J'ai passé du temps avec mon père surtout.

Ti-bi²⁰ était souvent du décor à Ste-Victoire, sans mot, les yeux humides et toujours une bière à la main, ou à la poche arrière de sa salopette, à veiller comme il pouvait sur son ami, son voisin d'une vie. Et puis, j'ai été faire un tour chez grand-papa, grand-maman. Des oncles et des tantes étaient là, je les ai pris dans mes bras, comme j'ai pu prendre dans mes bras déjà de jeunes enfants tout en larmes. Ouf...

Il y avait là, sur la table de la cuisine, la lettre que René avait laissée avant de partir. Ils l'avaient ramenée de St-Robert... Mon père l'a lue d'abord, assis sur la chaise berçante près du vieux téléphone à pitons, ensuite il me l'a passée. Je l'ai lue plusieurs fois, au début parce que les mots ne rentraient pas, trop impressionné par ce que représente la lettre elle-même, ensuite pour bien m'imprégner de ses dernières paroles; René écrit comme il parle et sa lettre est douce comme lui.

Grand-maman était dévastée, ça m'a chaviré le cœur de la voir... Mon Dieu. Grand-papa, lui, était autrement. Résigné. Dépouillé. Ça m'a fait du bien de voir grand-papa. Quelque chose dans ses yeux je crois, il y avait du pétillant dedans et de petits éclairs en continu qui m'infusaient de la paix dans l'âme chaque fois que je regardais en plein dedans, au fond de sa pupille. Dans ses gestes aussi, des gestes lents et lourds habités d'une vie entière, comme si chacun d'eux était pesé et mesuré à chaque fois. Des gestes qui me rappellent ceux d'une tortue, ou ceux encore d'un alpiniste en haute randonnée ; enrobés d'une lenteur et d'une épaisseur qui témoignent, on ne sait jamais trop, soit du chemin parcouru ou de celui à venir. Ça m'a rassuré de le regarder, je ne sais pas trop pourquoi.

On est resté pas trop longtemps. Dans ces moments, ça fait du bien de se voir, mais après un certain temps, faut se laisser pour reprendre son souffle, sinon c'est trop on dirait. On devait aller à St-Robert chez René aussi après.

En arrivant à St-Robert, comme chez grand-papa et grand-maman ou encore avant de lire la lettre de René, j'ai eu peur avant de sortir de la voiture... Peur de ce que j'allais voir, ou ne pas voir, des images qui allaient venir dehors ou dedans ma tête. Peur de

²⁰ « Ti-Bi » est le surnom donné au voisin chez ton père

ce que j'allais rencontrer ou ne pas rencontrer. Peur de comprendre ou de ne pas comprendre René. Peur de ne pas sentir ou de trop sentir cet amour que j'ai pour mon oncle qu'il me reste encore à lui donner. Peur de regretter. Peur de lui en vouloir. Peur de me choquer après Dieu et de rester sans interlocuteur...

Il a fallu que je prenne une grande respiration avant d'ouvrir la portière.

Janie²¹ est venue vers nous, nous accueillir. Je l'ai trouvée forte et belle dans cette épreuve surréaliste... Moi, j'étais un peu décollé de moi-même, 3-4 pieds derrière, au-dessus ou au-dessous de moi-même. Pourtant, je me souviens de tout... Je lui ai demandé de tes nouvelles, j'étais impatient d'en avoir. Elle disait avoir eu de belles conversations avec toi...

Je m'arrête ici dans mon récit et mes nouvelles cher cousin...

J'avais envie de me déposer auprès de toi en mots aujourd'hui parce que je pense à toi souvent, tous les jours, toutes les heures depuis que j'ai appris la nouvelle... Et, la vérité c'est que je peine à seulement prendre contact avec toi... J'ai pensé t'appeler, t'écrire, aller directement chez toi à Mtl même... Mais, j'ai comme une habitude familiale d'inscrite dans moi, une pudeur à entrer en contact avec toi, compte tenu de nos histoires... Pardonne-moi Maxime...

Pourtant, quand je pense à ma famille Casavant, René et toi, vous êtes les plus importants pour moi... même si on se voit peu... J'espère que tu es bien entouré en ce moment, j'espère qu'on prend soin de toi, que tu as des lieux pour déposer ta peine, ta rage, tout, tout ce que tu n'as pas à porter seul sur tes épaules, ton cœur et ta conscience.

Sache que je suis là de cœur tout près, et prêt à tout, avec le désir fort aussi d'échanger avec toi, de partager plus, en temps et lieu...

Voilà mon cher cousin.

Fort avec toi.

Sincèrement.

Ton cousin Mathieu

* * * *

Maxime le savait aussi - Il était bien là au bout de son mail. On aurait dit qu'il t'attendait.

²¹ Janie était la conjointe de René

* * * *

Mon très cher Mathieu,

Je tiens d'abord à saluer le jour de ta naissance. Souligner ta vie aujourd'hui c'est prendre conscience de ce qui se poursuit. Et mon coeur est avide en ce sens. Le beau message que tu m'écris est l'oeuvre de ce bel homme que tu travailles à devenir.

33 ans..? Ayoye! Je file quasiment vieux avec mes 36 chandelles.

Je t'offre également toute ce qui se doit dans ce qui arrive. Embrasse ton père pour moi et serre-le trop fort dans tes bras.

C'est une grande tempête qui s'abat sur nous tous. Rassure-toi, je vais bien dans les circonstances. Depuis deux jours je suis très fatigué et je dors beaucoup. J'ai appris la nouvelle mercredi matin à mon travail et ça m'a plongé dans un état de choc dont je sors tranquillement.

J'ai beaucoup de soutien, mes collègues de travail se sont relayés pendant trois jours dans l'appart et mon patron est venu remplir le frigo de choses grasses et italiennes. Beaucoup de ces collègues connaissent René et sont atterrés par la nouvelle. Je ne manque de rien et j'ai l'espace pour vivre ce que j'ai à vivre.

Mais je t'avoue que je ne pensais jamais revivre un tel évènement... surtout avec autant d'intensité.

Depuis hier je prends un peu plus de temps en solitaire, je dors beaucoup vu la baisse d'adrénaline et ma pensée commence à redevenir claire. Je suis pas mal ébranlé, mais ça va bien aller. René me voudrait vivant et je me fais un devoir depuis toujours de ne pas le décevoir.

Je n'ai pas beaucoup de mots à mettre sur les émotions qui m'habitent. Il y a une grande confusion.

Le chagrin, bien sûr. Une avalanche de bons souvenirs qui me hantent... et me chavirent.

Le sentiment d'impuissance qui vient me frustrer. L'amour et la reconnaissance qui dominant tout...

C'est une peine immense qui s'installe. Mais René me laisse avec trop de beauté pour que je sombre dans les ténèbres.

Il m'a vraiment donné beaucoup. C'était mon meilleur ami déguisé en mononcle.

Les derniers moments pour moi...

C'est au début du mois de mai que je l'ai vu pour la dernière fois. Je suis allé passer une soirée là-bas avec un autre René qui est un ami commun. Nous avons fait un bon repas pour souligner ses cinquante ans et nous avons veillé tard autour de la table à jaser de la nouvelle maison et des projets pour le terrain. Janie me disait qu'il traversait une période plus triste et que cette visite lui avait fait du bien. Je l'ai trouvé un peu fatigué, mais l'ambiance était bonne et rien ne transparaisait vraiment. Je lui ai parlé au téléphone il y a deux semaines. Nous avons jasé un bon 45 minutes, surtout de politique et de casseroles. Il était question que j'aille aider pour installer la clôture sur le nouveau terrain et prendre quelques jours de vacances en passant.

Ce dernier appel était très relax et René semblait en pleine forme, rieur, vraiment rien d'anormal... même en y repensant bien.

Ses derniers mots dans mon oreille... "Merci d'avoir appelé" ... René disait toujours cela à chaque fin de coup de fil.

Mais il existait un autre René que peu de gens ont connu, sinon ceux qui ont passé de longues périodes en sa compagnie.

Le René triste et déprimé qui surgissait sans avertir et s'installait pour plusieurs jours. Il devenait alors impossible de communiquer avec lui, il avait tendance à se retirer dans un mutisme hostile aux autres et à lui-même. Dans ces périodes-là, notre oncle se détestait et se culpabilisait de façon démesurée. Il pouvait aller jusqu'à saboter son travail et mettre en péril des relations importantes. Mais en général, il se cachait surtout du monde.

Je l'ai toujours connu comme ça et il m'a dit avoir toujours été comme ça. D'autres oncles et tantes sont comme ça.

Mais René était conscient depuis plusieurs années de cet état et travaillait très fort à en sortir. Il voulait vivre.

Son retrait à la campagne s'inscrit dans une recherche explicite de mieux-être.

En 2010 il a commencé à consulter et il a été diagnostiqué pour la maniaco-dépression. Il suivait une psychothérapie et prenait des antidépresseurs. Il m'en parlait ouvertement. Ça lui faisait beaucoup de bien me disait-il, et ça semblait très concret l'été dernier lorsque nous étions au travail sur la maison. René s'est vraiment battu. Je

travaille très lentement à écrire une lettre aux oncles et tantes pour expliquer ceci. C'est difficile. Mais c'est une méditation pour moi que d'essayer. Certains d'entre eux sont à risque et ce nouveau suicide vient fragiliser davantage ceux qui le sont déjà.

*Merci de ton récit chez les Casavant. Je me sens incapable d'y aller. Je sais que grand-maman se remettra difficilement de ceci et grand-papa... je pense que c'est juste trop pour lui. Cette paix qu'il affiche cache une grande souffrance je pense. Ça me fait mal de penser à eux dans ces épreuves. Je les aime beaucoup. Je suis soulagé de savoir qu'il y a du soutien pour Janie. Je suis en contact quotidien avec elle. Je pense qu'elle va bien sortir de ça, elle est très résiliente et elle possède un bagage de battante. Mais ce sera long. Il faut prendre soin d'elle.
C'était le soleil de René.*

Je veux te dire que ton oncle t'aimait beaucoup et il était très fier de ce que tu fais avec ta vie. Je me souviens la première fois où il m'a donné de tes nouvelles après toutes les années. Il me disait que tu étais un homme en recherche. Très allumé. René aimait beaucoup les gens allumés et en recherche. Il en était tout un lui-même.

Et je dois dire qu'il aimait beaucoup sa gang de neveux et nièces, même ceux qu'il ne voyait plus, il me demandait souvent si j'avais des nouvelles d'un tel et je devais lui rappeler avec un sourire que j'étais maintenant plus sauvage que lui.

Je vais m'arrêter ici parce que je pogne un coup de fatigue. Ça me fait du bien de t'écrire ceci. J'ai l'impression de retrouver l'esprit.

Ma porte est ouverte. Ne te gêne jamais. Je ne refoule rien et je serai toujours disponible à partager avec toi.

*Et de grâce, ne te culpabilise jamais. Voici le geste d'une seule personne.
Nous ne l'aurions pas laissé faire si nous avions pu.
Et ton oncle n'aurait jamais voulu que tu te fasses du mal.
Ce dernier chapitre s'est vécu entre lui et lui seul.
La culpabilité est le poison du suicide pour les survivants.
Il n'y a pas de coupable.*

*En terminant... René a posé un geste de mort
Mais je l'ai vu poser cent mille gestes de vie
Il transformait le bois mort en abris
Et sortait les fleurs du sol
C'était l'ami de tout ce qui est. Il aimait
Notre oncle et notre ami rayonne plus fort que les ténèbres.*

Bonne fête Chuck.²²

Je t'embrasse.

Maxime

* * * *

Tu as reçu le courriel de ton cousin comme on reçoit un vent frais. Non parce que tu apprenais quelque chose de neuf sur le plan des contenus, mais parce qu'au moins, sur ce coup-ci, vous étiez ensemble. Tu étais plein d'émois. Vous étiez réunis par plus grand que la mort, par *l'amour immense* qui vous liait tous les deux à René.

* * * *

Allo Maxime,

Merci pour ton dernier courriel.

J'ai les mots qui cafouillent dans ma tête, dans ma bouche.

Suis "scotché"...

Cher cousin, ami Maxime,

Rassure-toi, tes 36 ans t'habillent bien jeune pour autant de sagesse contenue! Ton dernier message en témoigne. Tes mots sont magnifiques, puissants... Et qu'ils sont beaux et nécessaires à mes yeux... Essentiels.

J'y ai trouvé plein de petits miracles dedans, un lieu d'apaisement profond aussi, de reconnaissance, de joie même, et de familiarité étonnante...

Si le départ de René ravive tout un lot de blessures inouïes, tes mots, eux, participent à apaiser, panser une part d'elles, renouvellent quelque chose de cet héritage lourd d'une poussière de plus de 100 ans.

Ils m'éveillent le "cousin" aussi, la fibre familiale.

Et ça me touche de sentir qu'un bout reste intact, préservé, disponible encore et bien vivant... Sache que je m'intrigue sérieusement, et m'incline humblement, devant celui qui a répondu à mon appel avec autant de générosité et de bonté humaine.

Merci Maxime.

À mon tour, j'ai grand besoin de saluer ta Vie vivante, tout particulièrement celle-là messagère d'une résilience inespérée.

²² Un surnom lié à des jeux d'enfance

*Je suis content de savoir que tu es en bonne compagnie.
Je trouve que c'est une bonne idée d'écrire à la famille.
Ma mère pense beaucoup à toi et te transmet ses sympathies les plus sincères.*

*J'ai parlé avec notre tante hier, elle m'informait qu'une réception est prévue samedi,
chez grand-papa et grand-maman, ensuite chez René.*

*Je vais revenir jeudi ou vendredi.
Ça me ferait vraiment plaisir d'en profiter pour passer te visiter.
Seras-tu dans le coin ? Pensais-tu être là samedi ?*

*On se tient au courant.
D'ici là, je t'embrasse bien fort.*

À bientôt,

Mathieu

* * * *

Que pouviez-vous donc aujourd'hui dans une famille nombreuse comme la vôtre, une famille post-catholique qui ne connaît plus le sens de ses anciens rites ? Comment pouviez-vous vous accompagner dans une situation comme celle-ci ? Que pouviez-vous dire ou faire ? Avec qui et pourquoi ? Comment vous positionner après un troisième suicide dans la même fratrie en moins de 20 ans ? Encore une fois, personne ne savait.

Mais, il y avait les grands-parents. Pour eux au moins, il fallait tenter quelque chose. Faire comme si, et organiser un rassemblement familial chez eux, y inviter un prêtre ...

Masquer un peu l'errance de notre ère du vide, par des pseudo-funérailles. Et pourtant, malgré les apparences tout cela n'était sûrement pas vain, tu témoigneras ainsi de la grâce inespérée que tu as vue s'inviter...

* * * *

Allo Jeanne²³,

Simplement pour te dire que la journée d'hier s'est bien déroulée.

Je suis fatigué ce matin. Ces gestes posés dans la famille, j'ai l'impression qu'ils bougent des structures ancestrales, lourdes, très lourdes. Dans le visible ça semble bien simple pourtant...

*Je suis passé par deux fois chez Maxime pour finalement tomber sur lui...
Hier matin, juste avant de partir pour Sorel, j'ai décidé de repasser par chez lui.
Je ne pouvais pas me faire à l'idée d'aller retrouver ma famille sans l'avoir vu avant.*

Il était là, seul chez lui. On était un peu mal à l'aise au début. Ça s'est rapidement dissout. Il n'avait pas l'intention de venir chez les Casavant. On a eu une grosse discussion, douce et soignante, avec l'envie de nous raconter l'un l'autre qui est revenue naturellement; c'est qu'on a beaucoup d'années à rattraper!

Il m'a raconté beaucoup de choses en lien avec Isabelle, sa mère, et René... À la fin je lui ai offert de venir à la cérémonie et de me positionner en allié pour lui, que c'était bien naturel pour moi de lui offrir ça, que j'étais prêt à revenir avec lui à Montréal à tout moment, s'il sentait ça trop difficile. Il a accepté finalement... J'étais tellement content, même si j'aurais accepté totalement qu'il choisisse de rester.

*On est arrivé en retard d'une heure. On a manqué le prêtre. (Oups!)
Mais on était là, Maxime et moi, ensemble.*

Sentir cette alliance vivante entre nous, dans ce contexte, m'a donné un goût de survivance, et de très grande fierté. Quelque chose, dans notre arrivée ensemble, qui racontait une vieille histoire triste, avec de vieux cataclysmes qui auraient pu venir à bout de l'essentiel. Mais nous étions là cet après-midi-là, vivants, réunis, solidaires comme deux soldats en pleine hostilité.

J'ai senti, dans ces 50 pas communs et silencieux que nous avons franchis jusqu'au portail de la maison des grands-parents, une promesse d'une beauté rare. Il y avait là, dans la configuration de ce moment, l'esquisse d'un nouveau destin. Un insoupçonné, un inattendu, un inespéré profondément espéré, ou encore un espéré qui appartient à l'âme elle-même...

C'est tout comme si, à certains moments, le destin me semble plus mou, malléable et à portée de main, ou d'humain. Comme si la profondeur venait rejoindre, presque, la surface. Et que si le bon geste est posé, c'est possible d'influencer le cours des choses...

²³ Courriel à ma directrice de maîtrise suite à la réception familiale pour le décès de René.

Beaucoup de monde était là, c'était doux comme rencontre considérant le contexte, j'ai pensé que c'était le bon choix que d'attendre une semaine de plus. Janie, la copine de René n'était pas là. La réception qui devait se faire chez elle par la suite a été annulée aussi. Elle était fatiguée, tout le monde comprenait. Plusieurs étaient en contact avec elle quand même. Dans tout ça, j'ai peu vu mon père et je suis revenu avec Maxime et un autre cousin à Mtl. J'ai été souper avec lui hier soir dans un vrai resto italien. Maxime habite le quartier italien. Donc ambiance très "familia", d'ailleurs à un moment on s'est retrouvé avec des musiciens à côté de notre table qui nous jouaient des airs romantiques. On était à moitié mal à l'aise. On a parlé jusqu'à la fermeture... On s'est dit qu'on profiterait de la semaine pour se voir et peut-être aussi aller à St-Robert. Je me trouve chanceux de pouvoir vivre tout ça ainsi. D'avoir du temps...

*Je t'embrasse chère Jeanne.
À très bientôt
Amour.
Mathieu*

* * * *

Dans le monde contemporain post-religieux, les personnes comme les familles savent de moins en moins comment négocier avec la perte, la mort, le suicide et le désarroi qui vient avec. Et pourtant, nos contemporains sont loin d'être à l'abri du besoin d'être réconfortés, de se relier et de redéfinir la place de la personne défunte auquel tentent de répondre les rituels funéraires dans toutes les cultures depuis tous les temps. À défaut d'instances rassembleuses, le sujet post-moderne s'invente des nouvelles manières de répondre à ce type d'impératif. Il a besoin d'espace et de médium pour échanger à propos de l'être perdu, afin de retrouver soi-même du sens et sa juste place dans la chaîne des vivants. N'est-ce pas ce que tente de faire ton cousin dans cette initiative²⁴ bouleversante ?

* * * *

Lettre de Maxime à la famille

²⁴ Il s'agit de la lettre qui suit.

Très chère famille... très chers vous tous,

Il m'est difficile... très difficile de vous écrire ces mots, et je tente de le faire depuis plusieurs jours, sachant qu'il me sera impossible de le faire bientôt. Dans le deuil, vient un temps où il faut accepter que la vie continue. Je me prépare tristement à ce jour. La tragédie qui nous frappe me pétrifie et lorsque je reprendrai ma route, elle ne croisera probablement plus la vôtre que par le jeu du hasard.

Vous savez probablement tous que j'ai passé beaucoup de temps en compagnie de René votre frère dans les dernières années. C'était mon oncle, parfois mon patron et incontestablement, mon meilleur ami. Notre histoire commune est riche, et dans certains brouillons de cette lettre, j'essaye d'en faire un résumé qui demeure toujours bien incomplet. Disons simplement que René m'a remis au monde.

Suite au décès tragique de votre sœur, ma mère Isabelle, j'étais fragilisé et mon entrée dans la vie adulte se faisait sans passion. Une grande culpabilité m'habitait sournoisement et je m'estimais peu valable pour un avenir quelconque.

En fait je me sentais coupable de lui survivre.

Ironiquement... en ces années grises, c'est René qui est arrivé presque par hasard, avec de la vie plein les poches. Il en avait trop pour lui-même et m'en a donné beaucoup. Je pratiquais alors des jobines qui me passionnaient peu et je ne visais rien d'autre. Votre frère m'accueillait régulièrement dans son atelier de Montréal. Nous partagions alors une passion commune pour la musique et la littérature.

Un jour, René m'a initié à la sculpture et sans trop m'en apercevoir, je me suis retrouvé sur une route pleine de choses passionnantes. À force de travail et d'expériences communes, une simple camaraderie s'est muée en amitié profonde et inconditionnelle. Ça s'est fait tout seul. René savait que je l'aimais et je sais qu'il m'aimait. Je suis devenu un homme relativement solide et confiant.

Ces années-là, j'ai vu votre frère bâtir d'innombrables choses. J'ai été témoin de son ouverture aux autres et j'ai vu son attachement à la famille... à vous tous. Lorsque Maurice a eu son infarctus il y a quelques années, nous avons arrêté un gros chantier pour nous rendre immédiatement à son chevet. Je savais la relation troublée de René avec son père, mais je savais aussi l'admiration et l'amour résilient qu'il lui portait. Il suffisait de le voir décrire Maurice au travail pour percevoir toute sa tendresse de fils.

Au fil des années, René m'a raconté l'histoire de la famille de son point de vue. Ça venait souvent de lui-même, comme un irrésistible désir de transparence. Les particularités de chacun, la boutique, la religion, des anecdotes parfois très dures, souvent très lumineuses. Il ne m'a rien caché et m'a permis de comprendre bien des

choses. Il était comme ça le René que j'ai connu. Conscient de l'imperfection des choses. En route vers mieux. C'était un homme solaire.

Mais c'était aussi un homme qui cachait de grandes ténèbres. Régulièrement, parfois sans raison, René sombrait dans de lourds épisodes dépressifs. Il s'enfermait alors dans un mutisme hostile aux autres et pouvait aller jusqu'à saboter son travail et mettre de précieuses relations en péril. Mais en général, le René sombre se cachait du monde. Je l'ai vu très souvent dans cet état, puisqu'il m'arrivait de le fréquenter sur de longues périodes. Croyez-moi, il n'y avait rien à faire dans ces moments. Tout était négatif et tenter de le remonter c'était risquer de se faire virer de bord. Faut croire que je l'aimais assez pour l'endurer quand même, mais c'était « tough » ces « bouttes » là. Et c'était surtout irrationnel. Je lui assurais mon soutien et lui faisais confiance... quoi faire de plus?

Il y a dix ans, René a commencé à se battre pour sortir de ces états. Il a quitté Montréal parce que la vie urbaine le poussait à l'isolement. Il a transformé la compagnie de sculpture pour avoir une charge de travail raisonnable, et il se confiait à ses proches quand il se sentait anxieux. Depuis deux ans, René était diagnostiqué pour des troubles bipolaires de l'humeur. Il suivait une psychothérapie et prenait des antidépresseurs. Il me confiait que certains épisodes dépressifs l'avaient effrayé. Il craignait de tout perdre dans un de ces états et désirait vivre paisiblement avec la femme de sa vie, Janie. J'admirais sa lucidité et cette franchise envers lui-même.

J'ai constaté l'effet bénéfique des traitements l'été dernier. Je donnais alors un coup de main sur la nouvelle maison et j'ai vu René surmonter des problèmes qui, normalement, auraient dû le mettre à terre. La médication n'altérait pas sa personnalité ou sa créativité. Ça le protégeait simplement de ces abysses destructeurs enfouis en lui-même. Que s'est-il passé en ces dernières semaines pour qu'il tombe de nouveau ? Nous ne le saurons jamais vraiment.

Il est documenté qu'un arrêt soudain des antidépresseurs peut induire un état pire que celui traité à l'origine. Aurait-il cessé de prendre sa médication en cachette ?

Dans le fond... je ne sais pas quoi penser... et vous savez comme moi que questions et hypothèses viennent souvent torturer l'esprit du survivant. Ce que je sais avec certitude c'est qu'aucun élément externe ne suffit à expliquer son geste.

René travaillait-il trop ? ... Pas plus que certains d'entre vous... En fait, René a toujours travaillé. Ces dernières années il se concentrait sur des projets personnels qui lui faisaient surtout du bien. La maison a été un gros coup, mais la dernière fois où je l'ai vu, il en était très fier et heureux. Cet été nous étions supposés aménager le nouveau terrain. Il avait hâte. René était-il isolé en campagne? ... Non René était isolé à Montréal. Ces dernières années de campagne étaient pleines de vie et de projets pour l'avenir. Il s'animait à chaque fois qu'il en parlait. René était-il malheureux en ménage

?... Je suis témoin... Janie était la femme de sa vie. Ils avaient de grandes affinités et une belle folie commune pour la nature. C'est une femme lucide et pétillante qui lui a donné beaucoup d'amour. Le reste c'est les hauts et les bas d'une vie de couple qui traverse le temps.

Non... René était maniaco-dépressif, comme André, comme Isabelle... Comme certains d'entre vous.

Je connais l'histoire Casavant de plusieurs sources. Je connais sa beauté, sa noirceur et pas mal de ses lourds secrets. Je connais aussi l'histoire d'autres familles nombreuses. Leur beauté, leur noirceur et certains lourds secrets. Mais je ne connais aucune famille avec trois suicides successifs. Lorsque ma mère et André ont été diagnostiqués pour la maniaco-dépression, certains médecins ont soulevé l'hypothèse d'un gène héréditaire. Nous n'avons maintenant plus besoin d'un médecin pour en faire la preuve.

La vie est difficile pour tout le monde. Mais tout le monde ne sombre pas en dépression du jour au lendemain, année après année. Quand je repense à mon enfance dans la maison des grands-parents... Il y avait pas mal de monde qui ne filait pas. Des rumeurs qu'un tel est à terre, qu'un autre est fatigué à l'hôpital... Je vois ma mère qui se lève un matin, sur le down pour trois jours. C'est cyclique, c'est lourd et clairement hors contrôle. J'ai appris à marcher sur des œufs. Je n'ai jamais revu ça depuis... sinon quelques fois... chez René.

Je ne sais quoi vous dire et je ne sais pas vraiment pourquoi je vous dis ceci. Mais j'ai besoin que ces mots soient entre vos mains, devant vos yeux, peu importe si vous les lisez ou si vous choisissez de ne pas le faire. Je veux que ces mots soient entre vous lorsque vous allez vous rencontrer.

Je veux que ces mots soient inévitables.

Ce que je pense de tout ça...

Être bipolaire, ce n'est pas une faiblesse. Ce n'est pas la faute de personne.

C'est juste là, et ça gruge tranquillement l'espoir... jusqu'au délire.

Mais ça se traite et ça soulage de recevoir le traitement. Il est possible de recevoir ces traitements dans le respect de votre intimité et le progrès est exponentiel dans ce domaine. J'ai des amis qui se traitent avec succès et dignité.

Ça demande du temps pour trouver les bons dosages, raconter son histoire et ça prend l'humilité de celui qui se découvre... Qu'il ne pourra pas tout seul.

Il faut se laisser aimer.

Pourquoi est-il si difficile de vouloir aller mieux ? Je sais qu'il y a ici une question générationnelle. Vous avez connu une époque où ce qui touche au mental est jugé sous l'angle de la folie. Cette époque est révolue. La dépression tue assez de monde chaque année pour que la société change de vocabulaire à son endroit. Ce n'est pas une honte, c'est une condition. Il y a pire... mais la bipolarité c'est sournois. On se croit normal de filer aussi down. Le monde va mal, on a un divorce, une perte d'emploi ou mille autres raisons.

Va pour ma mère, va pour André chez qui on a étiré l'élastique jusqu'à la dépression majeure. Mais René... il n'avait aucune raison sérieuse de tomber si bas... aucune. René a enlevé une vie qu'il aimait.

Mais René se battait...

Oui... il est tombé.

Rien ne peut réparer ce qui n'est plus.

Mais cette vie, elle se poursuit... pour moi, pour Janie,

Pour vous qui lisez cette lettre...

Et maintenant surtout, pour vos enfants, vos nièces et neveux qui constatent impuissants l'étendue d'une tragédie en marche.

René se battait, Isabelle se battait et André se battait.

Je suis fier d'eux malgré ces fins tellement tragiques.

Ma mère n'est pas la femme qui s'est suicidée... c'est ma mère, une artiste de cœur et de caractère qui nous a aimés, protégés et cherchait un moyen pour aller mieux.

André n'est pas le gars qui s'est suicidé... c'est mon mononcle André qui venait me faire rire quand j'étais petit... Un homme sensible qui essayait d'accepter son homosexualité tout en se battant contre une terrible dépression.

René n'est pas le gars qui s'est suicidé... c'est mon ami créateur, qui faisait de sa vie une œuvre d'art, se foutait du prestige, un libre penseur... qui faisait face à l'adversité dans sa propre personne, et ce avec dignité.

Je les perçois comme des combattants, ceux qui découvrent avec stupeur la force de l'ennemi et entreprennent le combat... « drette » en face.

Ça... c'est ma leçon de courage pour la vie à venir. Elle me sert en ce moment même. La faiblesse pour moi... c'est fuir, se cacher, abdiquer avant même de tester ses forces.

J'ai vu le courage.

La preuve en est... J'ai côtoyé l'intimité de ma mère et celle de René, je subis de plein fouet le poids de leur suicide... Je devrais mariner à jamais dans des idées de mort... Et pourtant... encore une fois, je retiens une leçon de vie. La vraie vie, belle et dure. Chaque seconde qui passe, j'en connais l'importance. Je sais que toute la gloire, le prestige et la richesse du monde ne valent rien quand un triste cœur se cache.

Votre frère m'a appris cette vie. Il me laisse blindé de bons souvenirs.

Ces mots sont bien maladroits à vous faire sentir l'affection qu'ils contiennent à votre endroit. Mais je les écris dans un état de grande lassitude.

Je vous les donne, car je veux qu'on se souvienne d'un homme qui aimait. J'aimerais tant que vous puissiez pardonner ce geste terrible à votre frère qui a tant donné... Mais j'aimerais aussi que vous n'acceptiez pas ce geste, ni pour René, ni pour André, ni pour Isabelle, ni pour vous, ni pour vos frères ou vos sœurs.

J'aimerais croire que vous êtes tous des battants et que l'histoire à suivre est imprévisible. Mais je dois vous dire que j'ai maintenant peur et que je n'aurais plus la force de vouloir connaître la suite de cette histoire. J'ai épuisé ma réserve de confiance pour un « boutte ». Je suis certain que vous comprenez ça.

Je vous aime tous... enfin la plupart. Il y en a que je ne connais pas et d'autres qui sont enfouis dans mes souvenirs d'enfance. Il y en a que j'ai revu chez René dans les dernières années. Et il y en a un que je n'ai jamais vu. Mais je sais que vous êtes les miens. Ou plutôt... que je suis des vôtres. Je suis fier d'appartenir à ce clan d'artistes, de gens sensibles et intenses. J'ai aussi cette intensité et cette sensibilité des Casavant.

*Mais je suis maintenant trop blessé.
Ma mémoire crie trop fort.*

*Je vous demande de ne pas me répondre.
Je vous assure que j'irai bien, je suis bien supporté et je vivrai fort. Cette lettre est une forme de prière. Parlez-en entre vous ou pas...*

Quelques mots de plus avant de reprendre ma route...

*La culpabilité est le poison du suicide pour les survivants
Ce geste est posé par une seule personne
Vous auriez bloqué ce geste si vous aviez pu
C'était impossible
Ça s'est passé entre René et lui-même
Nous ne sommes pas devins, nous ne sommes pas coupables
Les questions resteront sans réponses*

Mais nous pouvons apprendre...

*René a commis un geste de mort
Je l'ai vu commettre cent mille gestes de vie
Il transformait le bois mort en abris
Il sortait des fleurs du sol
Il soignait les bestioles de toutes sortes
Il contemplait la beauté du monde
René aimait...*

C'est mon bel ami qui rayonne plus fort que les ténèbres

*Longue vie à nous tous
Je nous souhaite la force et la tendresse*

Votre neveu Maxime

* * * *

Bien que cette lettre soit poignante et qu'elle t'ait littéralement chavirée, force est de constater que tu en sais bien peu de la réception que ta famille lui a réservée. Chacun était seul avec lui pour la recevoir et faire son bout de chemin. Il manquait évidemment ce qui manque au sujet hyper moderne : une appartenance reliante et participante. Ainsi as-tu été toi aussi jeté là, seul avec ton désarroi jusqu'à ce que les chaînes qui te retenaient prisonnier de tes habitudes cèdent...

4.3 DESESPERANCE : « LA NUIT DES AMES »

*« La nuit des âmes. »
J'ai senti l'inutilité de poser une question. Ces mots me suffisaient.
Je percevais à leur densité que ce malheur n'était pas mon seul tribut; que je foulais là, en somme, une piste sauvage, mais aussi vieille que le monde. Ma solitude, tout subsistant, s'inscrivait dans la trajectoire d'autres errances. « La nuit des âmes. » De ces mots*

dont je ne percevais pas tout à fait le sens, je me suis néanmoins saisie avec ferveur, me promettant d'en extraire plus tard le suc.

Christiane Singer

4.3.1 Ta descente lente

Je ne me désespère pas avec de grands cris. Si quelqu'un passait maintenant sur la colline, il croirait que je fais la sieste, assis dans le thym, la tête penchée sur ma poitrine. Je suis pourtant en train de me battre avec la tristesse des hommes.

Jean Giono

René. Depuis son décès, tu peines. Il te semble avoir amorcé une descente lente, constante. On dirait que c'est inévitable. Sa mort par suicide a déclenché quelque chose de familialement dégénéscent dans toi. Et du dehors, ça n'a l'air de rien tu crois. D'autres vivent sûrement des souffrances bien plus atroces... Ce n'était pas ton frère ni ton fils, tu ne le côtoyais pas si souvent, d'autres l'ont connu bien plus que toi... Mais qu'importe, tout ça c'est encore du verbiage comparatif. Ça n'a rien à voir... Le « pire » pourtant, tu trouves, c'est d'avoir l'air « pas pire », d'être « pas pire », en te vivant secrètement « pire ». C'est lui « le pire », le vrai « pire ». Celui-là qui n'a l'air de rien, qui devrait être « pas si pire », mais qui se vit intimement « pire ». René avait l'air « pas pire », tu te racontes. En fait, tu n'en sais rien...

Le vide laissé par le suicidé est une souffrance intolérable. Son absence, obèse, prend toute la place. « Pourquoi? », la question devient obsédante. D'autant plus que la réponse ne se fera pas entendre. Non. Rien de rien. En guise de réponse, juste un immense « rien du tout » avec son écho sourd qui ne revient jamais et que tu vois s'éloigner sans cesse. Et toi, tu restes là alors, avec ta petite solitude toute renfrognée qui s'exprime par des cris inversés, ravalés, dans ton corps étroit, traversé bord en bord par le grand vertige propre à ce qu'implique ton choix fondamental de vivre ou de mourir.

C'est aussi grave et insidieux que ça ; devenir sensible à une seule de ces souffrances sans fond, c'est ouvrir la porte à toutes les autres. C'est comprendre qu'elles sont innombrables. Qu'il y en a mille autres encore. C'est comprendre que le monde en regorge, qu'il suinte d'atrocités. Si tu as survécu à une (ou deux, ou cent), une autre plus abominable viendra inévitablement, et finira par avoir ta peau.

Cet inconnu qui te ronge actuellement, tu te demandes si c'est celui-là qui les a tués. On dirait qu'il pourrait être dans tout, partout. Dans toute ta vie ! Tout pourrait expliquer cette désespérance, la justifier. Ta mère, ton père, ton enfance, les suicides, tes ruptures amoureuses, tes amitiés, ton boulot, la politique, le déclin international. Mais, elle n'est pourtant dans rien, ou finit par passer complètement inaperçue, insaisissable. Cachée au creux des coeurs...

Tu finis par croire que tu as la désespérance organisée comme un dépotoir occidental : bien enclavé, loin des lieux fréquentés, ignoré par la majorité, la plupart du temps immense et toxique par en dedans.

Et non, tu le sais, tout ça ne lui revient pas à René. Non, rien à voir avec ta rupture amoureuse, rien à voir non plus avec tes études. Tu n'as pas d'excuse autre que toi-même. C'est bien ça, c'est aussi « pire », et ça n'a l'air de rien tout à la fois. Presque un caprice. Un caprice, oui bien sûr ! C'est sûrement ça, tu te dis, qui arrive à te bouffer tout rond ta vitalité quatre-cinq heures par jour à grand coup de comptines morbides qui s'enchaînent dans ta tête en boucle infernale ! Souvent ça commence dès ton réveil. Tu en as de la haine à expier et tu la déverses sur toi-même ou dehors. Peu importe. Il y a toutes sortes de variations à l'expression de ta haine et de ta colère. Mais tout ça revient au même. Parce qu'ici, dans cet univers-là, tu le sais bien, cracher ou ravalé en revient à t'en imbiber de toute façon.

4.3.2 Ma lignée : Suis-je une catastrophe qui s'ignore ?

*Pourquoi nierais-je ma peur, ma peur lancinante de heurter les
brisants de la folie ou du suicide ?*

Christiane Singer

Ces jours-ci, quand tu es seul, ta solitude se tord et gémit chaque fois que tu n'oses pas ta propre compagnie, chaque fois que tu n'oses pas te retourner face à toi-même.

Seul, au début, tu as peur que t'échappe celui-là que tu crois être toi. Celui-là qui existe par tous ceux qu'il connaît, et qui le connaissent d'une manière ou d'une autre. En bien ou en mal. De près ou de loin. Et puis, après un temps, parfois, un voile se soulève. Une trame de fond nouvelle, tout autre, subtile et délicate. Et alors quelque chose se calme, s'apaise : tu renonces à vouloir devenir quelqu'un. Et alors, tout devient possible. Tout peut commencer.

Quand je réussis à m'éveiller, quand je réussis à sortir de ma somnolence de lecteur de journaux, à ce moment-là le silence et la solitude sont peuplés. Ils ne sont pas peuplés par des créatures invisibles --- même s'il y en a peut-être ---, mais ils sont vivants, battant comme un cœur. Ils sont respirants, ils sont mouvants... C'est le vrai chahut à l'intérieur du silence. C'est incroyable ce que ça circule à l'intérieur de la solitude quand elle est pleinement acceptée et rendue simple. Quand elle n'est plus objet de crainte. Là, il y a une parole. (Bobin, 2006, p.37)

Pourtant, le plus souvent, la solitude et le silence t'effraient. On dirait que de t'y installer, la cultiver vraiment, pourrait faire en sorte qu'un jour tu en viennes à renoncer à une forme d'humanité. Pire, que d'en choisir ainsi pourrait devenir un choix acceptable. Dans le pays de ta solitude, ta liberté s'étire loin dans le ciel et bien creux, dans la terre.

Tu as peur de toi qui aimes sa solitude.

Tu as peur de toi qui aimes cette part de toi-même sauvagement libre, qui pourrait renoncer à une vie « convenable » pour un inconnu précaire...

Mais tout ça, ça va encore.

C'est difficile de le dire sans détour : tu as peur de ta lignée...

Tu as peur de ta lignée peuplée de suicidaires et de suicidés.

Peur d'y retrouver là, tapi dans ta solitude, un amas de réminiscences morbides.

Et rien de plus, au final, qu'une allée directe vers ce « très bas » familial.

Peur d'être une catastrophe qui s'ignore.

Peur par anticipation, de ton propre suicide...

4.3.3 Le crachoir : quand la plume se met à postillonner

Avec le blasphème, ce qui est correct s'efface devant ce qui est nécessaire. Si l'agressivité du commun des mortels, celle du criminel également et même celle du fou trouvent un exutoire dans le blasphème, c'est parce que dans la parole sacrilège s'exprime un désir secret, primitif, qui nous est commun : celui de se libérer du poids des circonstances, du tabou et de la peur. [...] Elle libère même si à première vue, elle semble angoissante.
Jacques Beaudry

Ce soir, tout est un peu différent. Dehors, le vent est sur le point d'arracher le ciel comme une vieille tapisserie. Il s'amuse à faire gémir tout ce qui semble inerte et muet. Même l'immense paroi rocheuse du Pic Champlain, inébranlable, se lamente quelques centaines de mètres derrière toi dans le froid sombre de la nuit. Toi, tu es bien installé et à l'abri, avec tes compères, dans ce petit chalet planté comme un soldat face au fleuve. Face à l'immensité. St-Fabien-sur-mer c'est un peu comme un village de Gaulois tu te dis à toi-même. Un repère où la vie a l'ancrage nécessaire pour « faire face » et oser tutoyer la démesure.

La présence de tes amis te rassure. C'est qu'ils sont des compagnons de route pas comme tous les autres. De ceux-là, rares, avec qui tu te sens peu « en solitude » en leur présence. Ils sont ce genre d'êtres qui t'étirent les frontières, les mettent en lumière, te permettent d'être un peu plus qu'à l'habitude, un peu plus vivant que ce que tu t'en crois capable au quotidien. Et dans ta tentative de te remettre à l'écriture, leur compagnie t'est précieuse. Qu'ils soient là, autour de toi, audibles seulement de leurs doigts qui pianotent leur clavier, à leur propre tâche, te posent et t'invitent à oser entrer à ton tour dans ton « atelier », à entrer dans ton espace de création à toi.

Ainsi cette fois, ragaillardé par les lieux et la présence de tes alliés, tu as pris la plume comme on part à l'aventure, comme on ouvrirait une porte mystérieuse. Tu t'es avancé progressivement, jusqu'à cette rencontre nécessaire terrée dans le repli d'une impasse. Ton écriture presque subitement est devenue un geste grave, « (...) comme on commet un crime à froid, en conduisant d'une main ferme le couteau, jusqu'au cœur non prévenu. » (Bobin, 2011, p.90).

Il devient tangible, physiquement perceptible, que la seule réponse est de faire halte, de supporter longuement; le plus longuement possible, l'état de non- réponse, le hiatus.

Christiane Singer

* * * *

Ce texte est au fond de moi l'objet d'une volonté plus forte que la mienne, je le sens nécessaire, d'une nécessité vitale à laquelle je n'ai même plus la possibilité de me soustraire ! Eh bien, qu'il s'écrive donc !

Claire Lejeune

Capituler, renoncer, partir.
Chercher la vie ailleurs en mourant ici...

C'est ça qu'ils ont tous fait ??

C'est ça que vous avez fait ?!

Et pis, vous l'avez trouvée cette vie ailleurs ???!

Parce qu'icite on se fait chier, bordel!

Pis toi René, ta ptite lettre toute douce...

Va chier ostie ! Va chier!

Tu peux pas laisser une ptite lettre toute douce à côté d'une mare de sang,

Pis d'ton corps mort troué d'une balle que tu t'es mis toi-même dans la tête.

Tu peux pas, ça marche pas... J'en reviens juste pas...

C'est comme une ostie de joke plate :

Heille, super ! Merci de l'attention! Té fin en esti toé! Té poli ça pas d'allure!

Tu dis, quelque part, il me semble : ne vous souvenez que du beau,

Ché pas trop... Ça ressemble à ça en tout cas.

Il y a des affaires qui se demandent pas j'pense.

J'ai été ben naïf moi dans tout ça, tu comprends.

J'l'ai lue ta lettre, plusieurs fois.

Je l'ai trouvée belle même...

Le beau.

La beauté, la vie.

C'est ça que tu nous montres dans ta lettre.

La nature, les animaux, le temps, tes liens, ce que tu aimes,

Patatipatata...

Le laid.

Le profondément laid.

J'aurais voulu que tu nous en parles de ça aussi un peu ostie...

J't'ai pas vu après que tu te sois tiré,

Mais j'te jure, tu d'vais pas être beau comme sur les photos que j'ai de toi...

Mais là, c'était-tu ça ton problème ??

T'aimais tellement pas ça voir ton "pas beau" ...

Qu'un moment donné...

Suis tellement en colère d'être entouré d'autant de désespérances humaines...

Non, c'est pas vrai... si c'était juste de la désespérance humaine ça m'irait,

Ce qui me tue à mon tour c'est ce silence autour d'elle,

C'est cette honte,

Cette incapacité à se dire ou à se parler.

Que tu sois parti sans nous dire René tabarnac,

J'aurais aimé que tu laisses une chiasse,

Une vomissure au moins

Qui s'accorde à ton dernier geste...

J'te connaissais pas tant.

Mais j't'aimais...

J'te l'ai pas dit, j'ai pas eu le temps crisse

Mais j'aurais pu.

J'le savais pas c'que ça voulait dire avoir un oncle en dehors des formalités du temps des fêtes.

J'savais pas que ça pouvait être aussi simple, naturel de passer du temps avec un oncle.

J'le savais pas.

J'savais pas que tu étais un des miens autant que ça.

Que ça se pouvait de sentir dans nos tripes qu'on est de la même famille...

J'le savais pas que ça se pouvait d'être aussi fier d'un oncle,

D'être curieux autant d'un oncle,

De la suite qui t'attendait, qui nous attendait,

De découvrir tes rêves et tes impasses,

De savoir que je m'y reconnaitrais

Que tu m'inspirerais des bouts de mon futur

Parce que dans ton destin, il y avait là quelques traces du mien à venir

Comme une familiarité de destin.

T'imagines René...

Je vois une familiarité de destin avec toi.

Tu t'es suicidé...

Dis-moi que tu ne savais rien de tout ça,

Dis-moi que tu savais pas...

4.3.4 Une bête

Ce qui ne va pas, c'est justement ce qu'on a du mal à dire ou ce qu'on dit trop vite, c'est toujours ce qu'on ne dit pas...

Jean-Yves Leloup

Fin de journée. Le ciel est tranché en deux immenses continents, un bleu mer taché de crème et un autre gris sombre jonché de tourbillons presque noirs çà et là qui laissent aller la rumeur d'un bel orage à venir. Tu es lourd, tranché en deux toi aussi. Étiré entre ciel et terre, tourmenté d'une colère de désespéré. Aujourd'hui elle t'est restée coincée dans la gorge encore. Alors, sortir pour aller la pédaler. Rouler, t'éloigner, pour arriver finalement, bien en dedans, de plus en plus, dans ton propre décor. Pédaler pour expier ; pousser jusqu'à en devenir nauséux et sentir le goût du sang dans ta bouche. Pédaler à la rencontre de tes limites. Les inviter comme on invite quelqu'un à se battre. Laisser venir la possibilité que tu t'effondres, glisses ou manques une courbe. Pédaler à défaut de pouvoir gueuler, pédaler comme si tu hurlais un gros « TABARNAC ! » Comme si tu envoyais tout au diable. Pédaler comme un long cri silencieux et impossible. Pédaler comme ce que tu n'arrives pas à crier ni même à écrire. Pédaler l'absurdité. Pédaler comme un combat où tu n'as plus rien à perdre.

Une bête.

Voilà sur la route, une petite boule rousse qui traverse à la hâte. Un renardeau.

Et puis, en sens inverse, de l'autre côté de la route, un vieil homme qui marche tranquillement. Tu t'arrêtes. Sinon les poumons en feu, rien de visible à ton état de désespéré. Il est envahissant et pourtant si facilement dissimulable. Tu ne sais pas où il arrive à se terrer exactement. Tu attends, curieux, au pied du petit caniveau dans le sol où tu as vu le renardeau disparaître. Tu le guettes. Lui aussi il te guette. Tu l'as vu ; un coin d'oreille poilue avec un éclat de pupille dans l'ombre qui ont disparu le temps d'un instant. Le vieil homme vous rejoint. Il sait qu'une famille de renards habite le coin. Cinq petits et une mère. Tu le rencontres délicat, curieux lui aussi, mais un peu préoccupé. C'est qu'il ne voudrait pas les importuner. Le jour avant, il avait déposé quelques truites, juste là tout prêt qu'il t'explique, en regardant au travers les herbes. Elles ne sont plus là. La mère renard lui avait semblé bien maigre alors il avait pensé

demander à sa femme de sortir du congélateur une partie de sa dernière pêche pour la lui partager.

À parler d'elle, la mère renard a fini par sortir de nulle part quelques dizaines de mètres plus loin sur la route derrière vous. Le vieil homme, en la voyant, s'est éloigné aussitôt, titubant presque, te tournant le dos, renonçant même à terminer sa dernière phrase et à te saluer convenablement, tout absorbé qu'il était par la présence de la mère renard. Tu as souri du dedans. Tout à coup, c'est lui qui s'est mis à t'intriguer. Tu l'as trouvé beau. Juste là, à cet instant. C'était sûrement dans son souci de ne pas perturber, de ne pas déranger, de laisser l'espace ouvert. Surtout ne pas envahir, et quand même, veiller précieusement incognito. C'est à ce moment que tu as délaissé les bêtes pour rattraper le vieil homme. Tu l'as accompagné sur son chemin de retour vers chez lui. Vous avez échangé simplement. Tu l'as aimé silencieusement. Et puis, tu as repris ta route.

Où est passée cette colère viscérale, existentielle, qui faisait un doigt d'honneur à l'univers tout entier ? Qu'il n'en plaise à ton orgueil, force est d'admettre que quelque chose a bougé. Tu es dans un état de corps différent, tu le constates en pédalant. Il y a évidence. Un mélange des derniers 20 km avalés comme un train, de ta rencontre avec un jeune renard, sa mère et d'un vieil homme, tu te dis. Drôle de médecine. Tu t'interroges. Qui est-ce qui bouge au final ? Ta colère ou toi-même ? Colère alchimique ? Qu'est-ce que tu as aimé exactement dans cette expérience ? Comme si quelque chose avait eu lieu que tu attendais, que quelque chose t'avait été offert à vivre. « Comment ça marche tout ça ? » Comment l'impasse profonde de ton existence peut-elle se mouvoir ainsi ? S'éprouver si envahissante jusqu'à te bouffer tout l'espace intérieur et puis se dissiper aussi vite ?

Tu as maintenant les muscles électriques avec d'énormes bulles d'air de fleuve et de grands champs dedans, comme autant de poumons miniatures entre chacune de tes cellules qui respirent abondamment. La colère n'a pas disparu, elle est passée, t'a traversé ; un orage qui balaie puissamment tout un décor. Le grondement grave du tonnerre s'entend encore quelque part, partout, en bruit de fond, avec maintenant celui aussi, plus fin, du petit renard dissimulé dans son caniveau et la présence bienveillante d'un vieil homme qui veille. La colère est passée

comme un orage et elle te laisse le corps en rosée, tout humide, le mystère à fleur de peau, à demi-révéilé, qui pulse et murmure l'essence de tout ce qui vit autour.

4.5 RITUALISER : RE-POSER TA VIE

Je déplore dans notre civilisation morne et repue l'absence de toute pratique d'éveil — la sordide torpeur dont rien ne nous arrache. Le séjour au royaume des morts des jeunes Yaoutes, la traversée des nuits, l'ensevelissement, le visage dans la boue, sous des débris végétaux, l'enfermement des mois durant, accroupi dans une minuscule cabane de branchage — la faim, la soif, la peur, la nuit des yeux bandés, les blessures rituelles, que sais-je encore — tout parle la langue âpre et sauvage de la nécessaire initiation.

Christiane Singer

*Qu'est-ce qu'un rite ? dit le Petit Prince.
C'est aussi quelque chose de trop oublié, dit le renard.
C'est ce qui fait qu'un jour est différent des autres jours, une heure, des autres heures.*

Antoine de Saint-Exupéry

Il faut te ressaisir. D'abord, te poser. Poser ton projet, celui que tu amènes ici cette année :

- Celui-là qui n'a pas su se relever encore depuis le décès de René par suicide.
- Celui-là qui, à genou déjà et les bras las le long du corps, s'en est fait retourner face contre terre après une rupture amoureuse bien balancée, comme un grand coup en plein dans le plexus.
- Celui-là, cerné de désespérances, qui vit une descente (douce) progressive vers le bas, comme si ça ne pouvait être autrement.
- Celui-là qui, le plus souvent, n'a « l'air de rien », et qu'on entend répondre nonchalamment : « Ça va. Ça va... », « Ça va pas pire », ou encore « Ça va quand même... », avec toujours en filigrane ce « petit quelque chose » qu'il tente de maintenir « pas trop alarmant », « plutôt discret » et « contrôlable » autant que faire se peut. Pourtant, ils sont usés tous ses statu quo, avec par-ci par-là quelques

échancrures par lesquelles suinte une réalité tout autre que ce qu'il voudrait bien croire; ce « *petit quelque chose* » râpe l'âme et la lui brûle à petit feu.

Tu ne sais plus à quels saints te vouer ? Il faudrait peut-être essayer de te confier ne fût-ce qu'un moment à la bienveillante nature. Il serait peut-être temps de te créer des conditions pour ritualiser ton passage. Et si tu t'offrais une quête de vision²⁵ comme te le proposent tes amis ?

4.5.1 Cercle d'humains - Cercle de guérison

Parler vraiment à quelqu'un revient à accepter de courir le risque du délogement, le risque d'être entendu et écouté d'ailleurs que du point imaginaire où notre discours nous place. D'un autre côté, l'acte de parler se fonde sur l'espoir de la découverte d'un autre soi-même à partir d'une autre rive, celle de notre interlocuteur.

Jeanne-Marie Rugira

Comme à tes habitudes, tu t'inquiètes un brin, et tu anticipes les espaces de paroles en groupe plus que tes propres espaces de solitude. C'est ce que tu te racontes du moins. Puis, ça va toujours mieux que prévu en groupe et ça te nourrit beaucoup. D'ailleurs, tu mesures le chemin fait à ce niveau, ta capacité à te laisser parler, te laisser t'apprendre à toi-même par ta propre parole en présence d'un cercle attentif, d'un cercle qui a l'intention collective bien plantée dans quelque chose de sacré et propre à chacun. Un vrai cercle de guérison. Tu vois comment tu as

²⁵ Cette section de ce roman d'initiation fait référence à l'expérience de « *Quête de vision* », que je me suis offert. Pour Paul Lebrun (2013), l'expression "*quête de vision*" est un terme utilisé par les anthropologues anglais pour désigner un rite de passage propre aux Amérindiens des plaines. Le rite consiste à partir seul dans la forêt ou la montagne, à jeûner et à s'exposer aux forces de la nature sauvage en vue de recevoir des enseignements. On fait généralement une quête de vision pour marquer la transition entre deux cycles de vie. Du point de vue métaphorique, le jeûne symbolise le fait de mourir pour renaître à autre chose. Ce rite de passage crée un contexte puissant de rencontre avec soi-même et favorise l'ouverture à la dimension poétique du monde. La façon dont nous vous l'offrons est une combinaison de cérémonies propres à différentes cultures et d'outils plus contemporains.

gagné à laisser venir une parole imprévue, une parole qui t'étonne, qui se construit dans une intelligence qui appartient à l'instant et qui émerge sans cesse...

Tu as l'intuition d'être au bout d'une boucle. La période que tu traverses t'invite à revisiter des lieux connus (géographiques et intrapsychiques) avec un regard et un cœur propres à qui tu es aujourd'hui. Souvent des occasions s'offrent pour que tu prennes la mesure du changement, de qui tu es devenu. Ton voyage dans l'ouest cet été en juin, par exemple, ravivait automatiquement les souvenirs de ce premier voyage de ta vie et aussi, plus intimement, à une période de questionnements, de solitude (de désespérance) et d'ouverture à la dimension spirituelle de ta vie. Tu as eu dans ta vie trois ou quatre années comme celle-ci. Trois ou quatre années de grands renouveaux, de grands recommencements. Tu te sens dans une d'elles. Et ainsi, la résonance globale de ta période soulève naturellement la souvenance des autres. Le même phénomène se produira en arrivant dans cet atelier en nature. Tu es renvoyé automatiquement à celui-là que tu as déjà fait, il y a sept ans. Jour de présentation avec ton « enfant intérieur », celui-là longtemps oublié. Tu l'avais appelé en prière dans la tente de sudation. D'une voix claire, assumée que tu ne te connaissais pas à l'époque, tu te souviens t'être surpris toi-même en disant :

— *« Je prie pour l'enfant. Je prie pour qu'il se lève. »*

Vingt minutes plus tard, tu étais emporté à bras le corps par une joie de vivre intense. Pour une première fois dans ta vie, en compagnie d'autres gens, traversé par une liberté pure, dans le noir profond et la chaleur suffocante de la loge, tu as chanté, crié, joué des percussions sur ton corps dégoulinant d'une sueur qui démange et brûle les yeux. Ça t'était égal. Tout ce que tu croyais être la cause de tes souffrances l'instant d'avant était devenu si... comment dire ?... Ça ne faisait plus le poids, ça devenait sans intérêt devant cette joie si vive qui te maintenait dans un bien-être souverain, non redevable de quoi que ce soit en dehors.

« - Attendez-vous maintenant à la montée des boues.
J'étais interloquée.

- Des boues?
- Oui. Un puits se fore en vous. Avant que n'affleure l'eau claire, attendez-vous à la montée des boues. » (Singer, 1988, p.70)

Tu ne l'avais pas vu venir ; tu étais un peu plus naïf que tu ne l'es aujourd'hui quand même. Cette joie céleste que t'offrait cet enfant « relevé », rescapé de justesse, était un pan de l'histoire seulement qu'il avait à te raconter. Et bien assez tôt, il te rappellera à sa souffrance originelle... Il parlera par ton corps qui l'éprouvait, lui, comme s'il était là à nouveau, tout près :

— « *Je souffre, et on ne m'entend pas.* »

Quelques mots vacillants, entrecoupés de sanglots centenaires. « *Je souffre et on ne m'entend pas* ». Quelques mots survivants. Si simples et à la fois profonds comme un fjord. Ils étaient là, bien tapis, depuis vingt ans dans ta vie, en sourdine. Ils ont pris vie. Ils ont pris voix. Ils ont percé bord en bord de ton cœur hésitant de jeune homme de 27 ans. Le temps était venu. Quelques mots si intimes et pourtant universels, propres à notre humanité tout entière. Et si tu es ici aujourd'hui, c'est en partie pour honorer ce jour heureux. Remercier. Remercier ce jour où le temps avait été enfin venu.

Et c'est souvent comme ça donc ces derniers mois, ce qui se présente sur ton chemin fait écho à d'autres saisons passées de ta vie, certaines plus lointaines et d'autres plus récentes. Et ça se superpose, ça s'entretisse, s'entremêle, s'« alchimise » dans toi, et tout autour dehors, par des gens, des lieux, des états internes, jusqu'à raviver mille configurations aux significations symboliques pour toi. Tout ça t'invite naturellement au bilan de vie. À mesurer, évaluer l'implicite de ta vie : Quel chemin parcouru ? Où en es-tu aujourd'hui ? Et surtout, où vas-tu maintenant ?

Dans ce premier cercle, tu as parlé de ta réalité, de la désespérance de ta famille et de la tienne plus présente depuis un an, tout ça d'un ton plus contenu que retenu, posé, sans qu'il implique un filtre prédominant de ta part. Ça t'a informé sur toi-même. Il y avait là, dans ta

parole, ta fragilité bien présente, une tristesse profonde, mais aussi du cœur plein, pour ta génération, pour toi-même et pour tes amis en présence.

En écrivant, le souvenir te revient d'un temps privilégié avec Mire-Ô plus tôt dans l'été. Après ton échange avec lui et t'être ouvert, tu avais senti dans ta respiration l'appel et le désir neuf d'un air renouvelé, frais, d'un horizon dégagé loin devant... Tu étais libéré d'une couche que tu croyais intrinsèquement liée à toi. Et ensuite, la curiosité forte de ce que voudrait bien vouloir dire être « *hanté* » par de belles choses... par opposition à tes expériences actuelles en lien avec la désespérance, le suicide et ton héritage familial en ce sens.

4.5.2 À la rencontre du feu sacré

Les anges en robes rouges se sont mis à parler fort. La conversation du feu guérit de tout.

Christian Bobin

Il fait nuit. Le feu oscille et pulse avec les étoiles et les reflets sur le lac. Son crépitement éclate sans cesse des bulles de silence qui, lui, reprend sa place à l'infini. L'ambiance est au rituel. Malgré les tambours, les chants, la danse et tout ce cercle de pupilles noires, dilatées au maximum, les regards sont tournés vers leur propre mystère, en dedans.

Ce sera une longue soirée. Il pleut un peu. Tu t'installes sous ta capuche, les mains dans les poches et le lac dans le dos. Tu écoutes. Attentif aux récits encotonnés de nuit, de nature, de présences et de pluie fine. Le sens d'une parole est tellement intimement lié à la nature tout autour, tu te dis. Et parler peut être comme mettre une semence en terre. D'une parole peut naître et croître un chêne. Il faut savoir être précieux.

Dans tes poches, tes mains. Et dans ta main gauche, ton couteau. Tu l'as toujours dans ta poche gauche ton couteau. Et puis, une intuition qui te donne un frisson dans toute la colonne

jusqu'à te tendre le cuir chevelu. Tu crois l'avoir entendue dans la journée, et lui avoir fait la sourde oreille. Ici cette nuit, ce n'est plus possible de ne pas entendre.

— *C'est lui que tu dois brûler.*

— *Non.*

— *Il ne t'appartient pas. Il t'a été prêté. Rends-le.*

— *Impossible. C'est mon héritage. Le seul vrai que j'aie de René.*

— *Rends-le. Il t'a été prêté.*

— *Non!*

— *Jette-le au feu. Ce soir.*

Ton égo a négocié avec elle, ton intuition, pendant un moment. Mais tu savais du début que c'était elle qui avait raison. C'est toujours comme ça. Ça te paraît simplement coûteux d'obtempérer; tu as cette impression de trahir quelque chose de ta propre lignée, de les abandonner à leur sort. De faillir à une tâche, à un rôle que tu as voulu jouer qui était au-delà de tes forces.

Tu ne sais pas te tenir devant l'abîme que laisse avec son départ une personne qui commet le suicide. Tu ne peux tout simplement pas. Ça t'aspire avec ! Et tu ne veux pas ça. Tu veux vivre...

Alors, tu te lèves. C'est ton tour. Tu prends siège sur la « *bûche de parole* » et sors le couteau. Tu le tournes et le retournes dans tes mains longuement, l'ouvres et le fermes, comme tu avais pris l'habitude de le faire toujours, en lissant du bout des doigts le métal de sa lame et le bois de son manche. Et, comme si tu avais appuyé sur un mécanisme secret, un canal s'ouvre subitement : la tristesse te monte à la gorge comme un grand torrent. Tout se densifie autour de ta main et du couteau, jusqu'à la nuit qui se serre autour de toi. Quelque chose ralentit. Tu es tout à coup plongé en toi-même au cœur de ce cercle de présences attentives.

C'est à ce moment que tu choisis de parler. Tu racontes ce dialogue qui venait d'avoir lieu en toi. Tu présentes ton couteau au cercle, d'où il t'est venu et la symbolique qu'il revêt pour toi. C'est tout frais encore à ta mémoire.

Tu te souviens, tu étais au sous-sol de la maison de ton père, dans ce qui était ta chambre auparavant quand tu étais adolescent. Tous les effets de René avaient été rapatriés chez ton père et une bonne partie était empilée ici, dans cette pièce. Ton père et toi, vous étiez à explorer tout ce qu'il y avait là. En fouillant la poche d'une sacoche qui trainait dans une boîte, ton père en a ressorti ce couteau. Un Opinel. Neuf. Jamais utilisé encore. René avait dû l'oublier là. Ce même été, un mois avant, tu avais donné en cadeau symbolique ton propre canif à un ami. Tu l'avais eu sept ans environ et tu l'avais presque toujours sur toi. Après l'avoir offert, tu espérais qu'un autre couteau se présenterait à toi. Quand tu l'as vu, celui-là, dans les mains de ton père, tu as su que c'était pour toi. Tout de suite, une symbolique profonde s'y est rattachée. Une symbolique tissée à même l'héritage lourd de ta famille, de sa désespérance et de ses suicides. À ce moment, tu consentais à porter ce couteau, cette symbolique, comme si tu avais là quelque chose à rencontrer, à dépasser. Tu ne savais trop encore exactement...

Et puis, après ton récit, tu te lèves, avec ce sentiment d'être plus grand que nature, à demi nauséeux. Perché bien haut au-dessus du feu, la tête dans le ciel noir, tu tends le bras, et puis ta main gauche laisse aller son emprise. Le couteau tombe longtemps et lourdement en élevant un petit nuage d'étincelles orangées dans la noirceur ambiante.

La nuit, magnifique, a repris toute sa place et son rythme normal l'instant d'après. Le canal s'est refermé. Le chant des grillons a retrouvé ses accès jusqu'à ton tympan et t'a rendu à l'étendue, vaste et bien vive, tout autour. D'un seul coup, te revoilà irrigué à nouveau de ces milliers d'artères minuscules qui te communient avec ce grand corps en dehors.

Tu es soulagé de quelque chose dont tu n'avais pas mesuré le poids... Une dissociation s'est opérée avec quelque chose que tu avais fini par confondre avec « toi ». Il fallait te désidentifier. Ce geste rituel vient de t'apaiser là où rien n'avait su le faire jusqu'à ce jour. Un peu abasourdi, tu étais le premier étonné de ce qui venait de se produire.

4.5.3 S'éprouver seul avec soi - en nature

Clairières assassines, soleils bénisseurs, arbres méditants : la nature est une guérison en marche.

Christian Bobin

Premier jour. Pluie, pluie, pluie... Difficile l'humidité. Il doit être autour de 20 heures déjà, considérant la luminosité. Tu écris à la chandelle. Malgré 24 heures sans nourriture, tu ne ressens pas vraiment la faim. Étonnamment, la journée a passé vite. Plus tôt, tu as installé ton abri rapidement et roupillé un bon moment par la suite. Le lac est tout près. C'est beau, mais le vent entre plus fort, et de façon plus directe. Tu espères vraiment que demain la pluie cessera pour arriver à faire sécher ton matériel... ton tapis de sol est détrempe... ça t'inquiète un peu, mais c'est surtout désagréable. Tu espères que tu n'auras pas trop froid cette nuit.

C'est vraiment une épreuve d'endurance ce solo en nature... Tu côtoies la nature au maximum ces derniers jours. Tu vois son rythme, ses habitants, ses couleurs, ses périodes. Tu entends, tu sens, tu touches ses constituants à l'état brut et par dose élevée. Simplement, tu constates avec plus d'acuité comment tu peux être loin d'elle dans ta vie de tous les jours ; tu te dis aimant de la nature... finalement peut-être pas tant que ça ! Par grands bouts aujourd'hui tu somnoles agité et par dépit, avec l'envie d'échapper au temps qui s'étire en longueur. Tu auras écrit aujourd'hui, ta seule réelle activité en dehors de l'installation de ton campement... c'est au moins ça.

La forêt est un beau paradoxe. Elle est plutôt sans danger, mais réveille toutes ces peurs inconscientes et devient une figure de projections hallucinantes. Quand tu es corps à corps avec elle, tu es impressionné d'observer ton humeur se laisser autant influencer par les variations du climat extérieur. Par exemple, à un moment dans la journée, tu es complètement dans le brouillard, sans vent, avec une pluie fine. Tu ne vois même plus le lac qui est à moins de trois mètres de toi ! Alors, tu as juste envie de te terrer plus profondément dans ton abri rudimentaire et sombrer dans tes propres brouillards intérieurs. Le temps que ça passe. Le temps que ça se dissipe. Et en attendant prier pour du beau temps.

Tu visites en toi l' « écart », tu cherches l' « entre » : ton « abri intérieur »... Tu essaies de ne pas trop te prendre au sérieux dans tes extrémités : tes hauts et tes bas. À quelques occasions, tu sens que tu te fais du bien, malgré ces conditions hasardeuses et primitives. C'est étonnant. C'est un rappel à l'essentiel : tu as des pensées pour ceux que tu aimes. Ce ne sont pas vraiment des pensées, tu les as plutôt en présence, sorte d'effluves qui t'embaument l'esprit, un peu à la manière de ce sapinage qui parfume ton petit abri. Ça t'apaise. Dans toute cette humidité, cette absence de nourriture et de distraction futile, tu fais l'expérience que te recueillir ainsi, vers ceux que tu aimes, en revient à te garder auprès de ton cœur, et être à proximité de ton cœur te nourrit.

Tu t'apprêtes à dormir, avant d'éteindre ta chandelle, tu te rappelles qu'hier tu as brûlé le couteau de René ; tu pries ce soir pour arriver à embrasser dans ta vie jusqu'à l'ombre de ton histoire familiale la plus noire. C'est ce à quoi tu travailles depuis plusieurs années déjà, en filigrane dans ta vie, à travers tes études et ton travail. Ces nouveaux horizons, cette nouvelle énergie, tu en entends la rumeur depuis quelque temps, tu t'en réjouis et malgré la pluie et la noirceur ambiantes, tu restes au chaud quand tu as l'attention bien plantée dans ton espérance.

Vers le milieu de l'après-midi, un silence s'est fait partout dans le pré. Le ciel soudain a pâli comme quelqu'un à qui on vient d'annoncer une mort. Il n'y avait plus rien (...) C'est quelque chose qui arrive très souvent, vers le milieu de l'après-midi (...)

l'étoffe du jour est trouée. Par les trous on voit le diable — ou, si vous préférez ce mot plus calme: le néant. Il y a un instant où le monde est laissé seul. Abandonné. C'est comme si Dieu retenait son souffle. Un intervalle de néant entre deux domaines de lumière.

Christian Bobin

Deuxième jour. Pluie, pluie, toute la nuit... Une longue nuit. Paisible malgré tout. Tu as mieux dormi que ce que tu anticipais. Au chaud, étonnamment, malgré ta tête trempée que tu tentais de protéger, sous ta capuche et ta tuque, de la pluie qui entrainait à cause du vent dans ton petit refuge. Tu as vu l'aube se lever. Orange. Douce. Progressive.

Aujourd'hui, c'est la journée parfaite. Le soleil est de retour avec un vent chaud et les moustiques font une trêve. Tu en profites pour faire un ménage plus complet de ton lieu. Tu aménages le bord du lac où tu passes une bonne partie de la journée, nu. Quel plaisir et quel repos ! Aucune crainte d'être vu. Être nu, libre, offert comme ça est d'une allégresse avec laquelle tu n'étais pas familier. Tu aimes et explores ta nouvelle pratique nudiste une bonne partie de la journée pendant que tes choses sèchent sur une corde à linge que tu t'es improvisé entre deux épinettes. Tu fais des allers-retours entre le lac, pour te baigner, et ton campement. L'eau fraîche est une vraie médecine pour toi, elle te met en vitalité, restaure ton énergie, t'amène ailleurs dans tes pensées, te nettoie. Souvent, quand tu entres ou sors de l'eau, un huard chante, pas très loin. Tu l'aperçois effectuer sa ronde paisiblement d'un bout à l'autre du lac.

La faim se fait sentir en milieu d'après-midi pendant une promenade et une vague à l'âme te prend en même temps, comme ça, pour rien on dirait. Sur l'entrefaite, tu ne le réalises pas, mais venait de sourdre en toi-même la chimère que tu souhaites affronter, celle pour laquelle tu entreprends toute cette aventure. Celle que tu désires ardemment dépasser, dompter, maîtriser, transcender, celle-là même qui s'est révélée à toi suite au décès de René. Ta bête noire. Les blessures qu'elle t'inflige te saignent de ton sens, de ta force et de ta foi. L'indifférence t'envahit. Tu détestes cet état d'être où tu oublies tout, jusqu'à toi-même. C'est le pire pour toi... Il te donne l'envie de rien, sinon de dormir pour ne pas sentir : ne pas sentir ton

impuissance à exprimer quoi que ce soit de ton vécu interne, ne plus sentir que tu es, dans ces moments, totalement muselé en toi-même.

De retour à ton abri, tu essaies de t'assoupir, mais rien n'y fait. C'est tout comme si on t'obligeait à faire face à cette part d'ombre de toi-même. « Regarde-la dans les yeux. » C'est laborieux et très inconfortable. Quand même, tu finis par t'arracher péniblement à ton humeur funeste en retournant marcher. Tu essaies d'exprimer, voire d'exagérer cet état envahissant au travers ta marche pour l'extérioriser. Alors tu chemines las et indifférent, les bras longs, tu déambules lourd et sans conviction comme un itinérant, le corps courbé vers l'avant tout engouffré sous ta capuche. Et c'est comme si de t'exprimer ainsi en mouvement, en dehors d'une cognition pure, en habitant cette désespérance sans vouloir l'éviter, la bloquer, ou même la changer, tu arrivais paradoxalement à t'en décoller un peu, à te la sortir du corps peu à peu. C'est à se demander si ce qui est souffrant est l'état de désespérance ou plutôt ta propre résistance à cet état...

À ton retour, tu te sens un peu mieux, mais en fin de journée ça te reprend et ton combat de l'après-midi s'étire alors comme de la colle à demi séchée. Ta patience est à vif. À ce moment précis, si quelqu'un arrivait pour t'offrir une télévision, de bons fauteuils, de grosses pizzas et quelques bières tu n'hésiterais pas une seconde à plier bagage. Quelque chose renonce à aller plus loin et se ferme à l'intérieur de toi. Tu deviens dur et tu commences à tourner sur toi-même dans un huis clos névralgique. Tout te semble de plus en plus absurde et tu glisses irrésistiblement dans ta propre faille...

« Plouff !! » Une fois. « Plouff !! » deux fois. Un bruit ! Comme si on venait de jeter deux gros cailloux à l'eau. Juste à côté de ton campement. Instantanément, tu sors de ton hébétude préalable et ton attention tourne le dos aux doléances de ton ego. Nerveux, tu te lèves, prends la hache et sors prudemment. Qui sait ce qui t'attend par là ! Dans la demi-lumière du jour tombant, un castor ! À vingt pieds de toi environ, il nage. Il sait que tu es là de toute évidence. Il fait des arcs de cercle et toutes les dix secondes environ il plonge en tapant de la queue sur l'eau

vigoureusement. « Plouff !! » Quel spectacle ! À faire du tapage ainsi, il finit par attirer l'attention d'un autre castor qui se joint à la parade crépusculaire. Il longe la rive en passant si près de toi que tu entends clairement les va-et-vient de sa respiration rebondir sur l'eau sous son museau. Le lieu d'inconfort existentiel dans lequel tu baignais avant l'arrivée des castors est transfiguré. Tu te sens ailleurs, sans pour autant avoir oublié d'où tu arrives. Quelle drôle de coïncidence tu te dis ! Tu es interpellé, intrigué par la scène qui vient d'avoir lieu tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de toi. Elle te laisse la conscience mystifiée sur un fond d'adrénaline à moitié consumée et de ventre vide. La nuit contraste avec ton état d'éveil, avec ton corps électrique, sensible et allumé, qui s'applique comme rarement ce soir-là, à faire de tout, une nourriture d'âme.

Dix secondes et tu as filé au ras de l'herbe jusque dans le bois, à l'autre bout de mes yeux. Le passage devant la fenêtre d'un ange en robe noire ne m'aurait pas mieux apaisé. [...] Les animaux sont des théologiens muets. Leurs nerfs sont les cordes du ciel.

Christian Bobin

Troisième jour. Si tu crois ta première nuit comme ayant été la plus difficile, tu dois te raviser : celle-ci a été une nuit de vigie... merci aux moustiques, entre autres, qui t'ont gardé éveillé en revenant à la charge à chaque fois précisément où tu étais sur le point de t'endormir. Te garder éveillé... c'est peut-être là leur fonction spirituelle tu te dis (Tiens, voilà que tu as tout à coup un peu plus de cœur pour eux). Toute la nuit, tes sens sont restés sur le qui-vive après la visite des castors. La nuit était d'un silence incroyable, presque désagréable ; à en avoir l'impression d'être aux prises avec des acouphènes et d'avoir le dedans plus bruyant que peut l'être le dehors. Et puis, au milieu de la nuit, la température est descendue subitement. Tout semblait un peu plus étrange qu'à l'habitude... Au loin, très loin, un hibou ou une chouette chantaient à un rythme précis comme une horloge et sans arrêt. Tu te sentais dans une mise en scène, épié par tu ne saurais dire quoi ! Chaque bruit est potentiellement louche. « Plouff ! » Tes camarades castors sont revenus, juste à côté de ton campement encore. Et il y avait aussi les huards qui participaient à l'ambiance surréelle de leurs chants énigmatiques qui faisaient échos

loin en couvrant tout le lac et la forêt environnante. Tu n'as pas fermé l'œil. Tu es sorti de cette nuit insolite comme tu reviendrais d'une longue croisade ou d'un interminable rêve.

Il te reste quelques heures avant le retour au camp. Tu arrives au bout de ton temps de solitude en forêt. Tu n'es plus impatient comme hier. La faim ne t'assaille pas autant que tu l'avais anticipé et tu ne sens pas la hâte de te remplir la panse. Tu ranges soigneusement ton campement. Après, tu retournes jouer, nu, avec le lac une dernière fois. Un peu plus tard, alors que tu rêvassais tranquillement au bord du lac, un énorme pygargue à tête blanche décolle ! Il était perché à quelques mètres de ton campement avant de prendre son envol juste devant toi, presque à ta hauteur ! Pantois, tu restes là debout un bon moment, à poil, avec une sorte de rictus niais flanqué sur ton visage. Tu te demandes si ce n'était pas lui le responsable du tapage des castors hier et du silence quasi anormal qui régnait. Tu as le pressentiment que l'aigle a passé la dernière nuit à tes côtés, tout près...

Vient le temps du départ. Un peu avant, le huard passe à une distance que tu ne l'avais pas vu franchir encore. Il s'approche encore plus en te regardant, fait quelques allers-retours devant toi et s'éloigne vers l'est. Il t'inspire beaucoup de douceur, de bienveillance et de paix, avec la sensation qu'il joue un rôle ici sur ce lac qui dépasse ta compréhension. L'esprit du huard...

Au cours de ces journées de solitude en forêt, la mystique de la nature s'est révélée à toi comme étant une participation toute simple à la vie naturelle, avec ses êtres qui vont et viennent, dans leurs activités et façons propres. Une intégration à une réalité presque banale, du moins bien naturelle... de la nature. Sentir ta participation à ce monde naturel (ton monde) t'ouvre à sa mystique.

Tout à coup nous ne sommes plus étrangers au monde, mais frères de galaxies, « poussières d'étoiles ». La conscience réelle qui pose sans cesse le sujet devant l'objet est comme abolie, une unité qui n'est pas un mélange, mais le tutoiement innombrable des êtres et des choses se révèle à nous. Nous sommes réellement « dans » le paysage et non plus « devant », c'est à dire devant la représentation mentale ou l'interprétation que donne notre cerveau de ces ondes sonores et colorées que

nous appelons paysages. Alors c'est l'arbre, c'est la montagne qui viennent vers nous...
 Tout est immobile, tout est paisible, seul « l'oeil du merle » a tremblé, il nous regarde...
 (Jean-Yves Leloup, 1994, p.57)

4.5.4 De la nécessité de s'inviter à la limite de soi : l'initiation

Finally, c'est l'aveu de la défaite, l'aveu du « dead end » qui nous amène en Quête de vision.

Paule Lebrun & Gordon Robertson

Trois jours en solitude dans la nature. C'est une expérience formidable et intense, mais c'est aussi tellement difficile. Et le plus difficile de tout n'a rien à voir avec la faim ou la solitude. Le pire du pire c'est la confrontation avec le vide qui se cache souvent derrière ta faim et ta solitude. C'est un vide de « rapport à soi / à l'autre / au monde ». Comme un néant souffrant dedans, que tu jettes dehors, partout, en projections excessives. Une sorte de tic existentiel que tu as, à toujours habiller l'inconnu de mille et une folles croyances galères bien à toi. Et puis, tu finis par te croire, que le monde c'est cela, parce que tes projections ont tous les attributs d'une solitude réelle, sèche, aride, d'un tiers-monde en soi, d'un dépotoir...

S'il est rencontré ce désert en dedans sans résolution, sans nouvelle orientation, sans vision, sans mains tendues bienveillantes, tu sais qu'il peut y avoir là un réel danger. C'est le lieu même où tu es dépassé, exposé totalement. Comme un nouveau-né. Au bout du bout de la limite de soi, là où rien n'est encore construit en toi qui peut t'habiliter à la rencontre avec cet espace neuf et ouvert. Tout y sera possible là, dans ce nouveau monde, si encore quelques êtres aimants sont du rendez-vous pour t'y accueillir.

Vient un temps où tu dois t'inviter jusqu'à cette frontière en toi-même et oser croire à l'étirement, à l'ouverture, à une brèche où la vie saura pousser là où tu as échoué souvent à vivre plutôt. Un rendez-vous de cette nature aussi grave et sérieuse finit par arriver, de toute façon, que tu en sois conscient ou pas, que tu le veuilles ou non, l'initiation finit par venir à soi.

4.5.5 La feinte du Plongeon Huard

Cet Autre-là, comme la mort, est aussi à vérifier comme illusion. « Au-delà du principe de plaisir » il fallait sans doute parler de pulsion de mort, mais au-delà de la pulsion de mort? L'ultime détente serait-elle repos qui couve un plus haut désir? Mais avant de donner accès à ce plus haut désir, il n'est pas inutile de désespérer, perdre son âme (son moi) pour la trouver --- la trouver perdue : trouée. Pour faire perdre à Narcisse ses illusions, il n'est pourtant pas nécessaire de le noyer. Un bain, une plongée dans son image suffisent. L'eau où le fascine son image n'est pas une glace, elle n'est pas moins glacée. Suffisant à un réveil.

Jean-Yves Leloup

Le détail immense qui t'échappe. Avant dernière journée de ton stage en forêt. Tu termines ton avant-midi comblé. Il a été gorgé de ce que tu aimes tant, d'échanges vrais avec les tiens empreints d'intensité et de légèreté. Tu te sens privilégié, ces fois-là, d'une vie abondante, signifiante. Depuis le matin, l'envie te tiraille d'aller au lac à nouveau. Tu l'as déjà retrouvé une fois à l'aube. Tu es habité encore par ce désir intense de rester branché sur ce que tu expérimentes ici au contact de la nature. Ce désir, tu sais qu'il rôde depuis que tu es revenu de tes trois journées de solitude en forêt. Alors, au moment du dîner, tu sors dehors.

Il fait beau. Tu fais quelques pas et tu sens que ton désir n'est plus tout à fait ce qu'il était le matin même. Il y a quelque chose de différent, de moins clair. C'est fin. Tu le sens dans ta parole, dans ton humour, c'est à peine perceptible. Quelque chose de moins fluide, le sentiment d'être un peu « à côté », presque double. Mais, tu n'en fais rien dans l'instant et tu finis par descendre au lac quand même.

Tu t'enlignes sans réfléchir et plonges, exactement comme tu l'as fait le matin même. L'eau est fraîche, parfaite. Tu avances. Tu traces sur le dos du lac un sillon, loin, jusqu'à son centre un peu vers l'est. Tu cherches, à son contact, une rencontre, une douceur, une « non-peur ». Peut-être avec cette seule différence (non négligeable) que tu es habité de la confiance de M. : le lac porte dans ses entrailles, immergé quelques dizaines de pieds sous ton corps, la lame du couteau de René, les restes de ce que le feu n'a pas su digérer. Des restes que la terre et l'eau sont à mastiquer patiemment quelques centaines d'années encore au moins. Le couteau de René, qui tenait dans son esprit toute la symbolique de désespérance et de suicide de ta propre lignée. Tu glisses alors sur les

eaux de ce lac devenu différent d'hier, advenu « autre » aujourd'hui, plus sacré, plus proche, sans réaliser vraiment ce détail immense qui gît dorénavant sous sa surface. C'est que cette filiation avec le lac, née quelques heures plutôt, est si neuve que tu ne mesures pas encore toute sa portée. Tu ne le sais pas encore, mais cette candeur existentielle qui frôle l'inconscience est sur le point de te quitter pour toujours...

Rejoindre le Plongeon Huard. Un huard plus loin, tu cherches à t'approcher. Il est à bonne distance de toi. Il apparaît et disparaît de la surface. Tu l'enlignes et progresses lentement vers lui jusqu'à ce que tu notes qu'il n'est plus visible depuis un bon moment déjà. Il est sous l'eau à la poursuite d'un repas sûrement. Tu t'arrêtes et l'attends. Mais il ne vient pas. Tu balaies du regard de gauche à droite en nageant sur place. Rien. Tu notes alors un vent qui caresse ton dos. De petites vagues successives s'échouent une à la suite de l'autre sur tes épaules en t'éclaboussant légèrement. Tu te retournes et fais face à là d'où tu viens. Tu mesures toute la distance parcourue. Tu es loin, et le vent balaie assez puissamment la portion du lac où tu te trouves. Le premier tiers est protégé par les arbres, mais là où tu es maintenant, tu es complètement exposé. Tu te sens dériver sans savoir vraiment dans quelle mesure. Le son du vent et celui des vaguelettes emplissent tes oreilles et s'associent progressivement dans ton corps à quelque chose de menaçant. La panique s'empare de toi. Branle-bas de combat à l'intérieur, l'adrénaline grimpe et tes pulsations doublent en un éclair. Tu vois la réalité tranquille basculer subitement vers autre chose qui pourrait devenir rapidement dramatique. Tu n'as rien vu venir... ou presque.

La peur panique : s'éveiller aux synchronicités (transgénérationnel). Tu regardes la distance que tu as parcourue et essaies d'évaluer ta capacité à rebrousser chemin. Ça ne te paraît pas réaliste vu la situation et tu as raison. Tu cherches les alternatives. Traverser de l'autre côté ? Ça ne te paraît pas plus réaliste, la distance est similaire. Autre option, vite. Te laisser dériver dans le sens du vent pour sortir à l'autre extrémité du lac ? Pas mieux. Aucune option n'arrive à te calmer. C'est l'impasse partout où tu regardes autour. Sur l'adrénaline, tu sais très bien que les minutes sont comptées avant l'épuisement, que les muscles se crispent, deviennent lourds et oublient littéralement leur capacité innée à flotter. La situation devient tragique et absurde. Elle contraste d'autant plus avec ce beau temps, ces gens plus loin dehors, paisibles, qui discutent, et qui t'imaginent à te baigner tranquillement alors que tu es peut-être en train de te noyer. Tu te dis que, si vraiment c'est le cas, tu le sauras bien assez vite.

Tu penses crier à l'aide, mais tu restes avec la sensation que personne ne pourrait se rendre jusqu'à toi à temps et qu'en plus, crier donnerait à cette panique une prise de plus sur ton sang-froid. De toute façon, tu sais que ta voix ne saurait pas se frayer un chemin hors de toi. Pas dans cet état. Toutes sortes de pensées défilent à la vitesse de l'éclair dans ton esprit. Cet article lu récemment sur Facebook, par exemple, qui explique que les noyades ne se produisent absolument pas comme dans les films. Les gens ne crient pas et ne sortent pas les bras de l'eau pour attirer l'attention. Ils restent silencieux pour éviter de faire entrer de l'eau dans leur bouche et gardent les bras sous l'eau pour flotter du mieux qu'ils peuvent, le plus longtemps possible. C'est bien vrai tout ça tu te dis...

Mais, le plus terrifiant pour toi dans cet instant, c'est la prise de conscience progressive de cette synchronicité morbide en cours. Cet échange du matin avec M. où tu apprends pour les restes du couteau de René qui charrie avec lui le symbole d'un héritage familial lourd duquel tu cherches à t'émanciper et qui gisent au fond de ce lac. C'est de l'ordre du mauvais sort !! « Ce n'est pas possible ! » voudrais-tu crier sans que ce soit une option réelle. Tu t'es baigné 200 fois dans ce lac ! De jour. De nuit. Tu l'as traversé, d'un côté comme de l'autre, sans jamais avoir peur de te noyer. Et là, ça arrive ce midi, aujourd'hui, juste après cet échange. Un cauchemar en marche !

Surmonter la tentation exquise du désespéré. Les secondes sont éternelles, pourtant le temps t'est compté. Tu sais que tu ne veux pas couler ici. Tu veux vivre. Agir. Tu décides d'avancer droit devant toi, en évitant de prendre le vent de front. Tu t'actives et commences à nager. Tu n'arrives pas à savoir si tu avances ou fais du « sur place » et ça te pétrifie. Ça te panique davantage et tu te vois essayer de nager vite, beaucoup trop vite, à lutter plus qu'à tenter de nager. Tu ressembles à un chiot coincé dans une piscine. Tu entends maintenant tes battements de cœur comme un roulement de tambours qui ponctue ta respiration saccadée. Tu as vraiment le cœur qui se démène. Dans une seule respiration, tu le sens donner trois-quatre grands coups de pompe. C'est beaucoup trop. Ça n'ira pas du tout si tu continues comme ça.

Tu t'arrêtes à nouveau. Si le geste paraît simple, il cache pourtant un effort démesuré ; celui de surmonter la tentation exquise du désespéré qui se meurt d'envie de continuer jusqu'à l'épuisement. Tu coules si tu écoutes ta peur, si elle vient qu'à te posséder. Tu le sais. Et c'est tout près. Juste là, quelques millimètres sous ton nez. Tu essaies de faire du « sur place » pour reprendre ton souffle, nager sur le dos. Rien ne le fait plus. Tes muscles sont déjà trop tendus et tu arrives difficilement à flotter. Tu avales une ou deux gorgées à cause des petites vagues.

Le décor a glissé. L'horizon est sens dessus dessous. Il te chatouille les narines à chaque inspiration. Il menace de t'avaler, de t'aspirer vers un au-delà aquatique qui te terrorise. Ne reste plus que ton regard et puis un petit bout de ta tête qui soient encore du bon côté. Du côté des vivants.

Tu te parles. Ultime discussion avec toi-même.

Ça dit à ton cœur, à celui-là constitué de chair, d'artères et de sang noir :

« JE T'EN PRIE, CALME-TOI. CALME-TOI. TU DOIS TE CALMER. JE T'EN PRIE. C'EST SERIEUX LA, TU DOIS TE CALMER. ÉCOUTE-MOI, CALME-TOI. JE T'EN PRIE... »

Dans chaque mot, chaque syllabe, cette voix insistante qui chuchote et cherche à t'injecter des doses massives de calme dans les veines.

Nager vers ton calme intérieur. Tu fais une deuxième tentative. Tu te remets à nager, avec ces mots qui se répètent sans cesse comme un mantra. Une prière. Et puis, quelque chose va s'opérer progressivement en toi. D'abord, ce sont tes gestes qui vont chercher une vitesse qui s'accorde à ces mots qui se répètent sans cesse dans ta tête, à ce calme qu'ils incarnent. Tranquillement, tu vas oublier peu à peu le point d'arrivée, arrêter toute anticipation, toutes ces tentatives vaines à mesurer ta possible dérive ou encore le temps qu'il te reste. Tu t'accroches totalement à ce rythme qui appelle à ton calme, à ta sérénité. Ton focus change et ton regard se vide. Ou plutôt, il fait volte-face, se retourne sur lui-même et regarde ton cœur paniqué en plein dans les yeux. Il ne le lâche plus d'un seul battement. C'est toute ta présence qui l'enrobe, l'accompagne, d'un battement à l'autre, et puis à l'autre encore, comme ça, sans cesse. Tu nages vers ton calme intérieur. Tout ce qui est à l'extérieur n'a présentement plus une once de ton attention. Tu es ailleurs. Ici, existe uniquement le rythme de tes gestes, tes mots, ta respiration, et ton cœur, comme une boucle continue qui constitue une sorte d'aura de présence et d'attention.

Le rythme de tes gestes, tes mots, ta respiration, et ton cœur.

Devenir le Plongeon Huard. Et puis, tu ne sais trop quand, ça se produit quasi subitement, tes pulsations et ta respiration vont revenir à la normale. Ta panique se volatilise.

Il te reste encore un tiers de distance à parcourir, mais tu glisses sur le dos du lac à nouveau, comme le huard.

Calme et bien conscient de là où tu es cette fois. Frais et dispo à nouveau, et plein de cette vitalité propre à cette vie qui t'est prêtée. Tu es ce calme. Tu es cette conscience en mouvement. Tu es attention inébranlable, tournée radicalement vers le dedans, collée à ton propre cœur, aux battements près.

Tu reviens de loin. Pourtant le voyage a été court en temps. Mais ça ne veut rien dire, parfois, le temps. Tu reviens vraiment de loin.

À partir de cet instant, tu progresseras ainsi jusqu'à la rive, tranquille comme un guerrier, l'attention plantée bien creux dans ton cœur jusqu'au fond du lac, habité d'une joie pleine de gravité.

Revenir à la rive (vie) : écrire pour réparer, écrire pour remercier. Et, comment dire ? Tu voudrais savoir quoi dire après un moment comme celui-là.

Les mots te manquent encore en écrivant... parce que, la vérité c'est que ta vraie joie n'avait rien à voir avec le fait de retrouver les copains, la terre ferme... ta vraie joie était d'avoir vécu cette connexion au cœur de ton cœur dans l'épreuve.

Et... tu aurais voulu rester là, sur la rive, face au lac, plus longtemps peut-être, en ta propre compagnie encore un peu. Un peu comme le rescapé a ce réflexe de se blottir silencieusement dans les bras de celui qui l'a secouru quand bien même il serait un étranger. Parce que, qui d'autre pouvait apprécier, comprendre l'expérience que tu venais de vivre ? C'était entre toi et toi, et ce lac, et ce pan de ta lignée qui te terrorise.

Fondamentalement, cette expérience est du domaine de ta solitude.

Mais, en sortant du lac, tu n'as pas fait comme tu avais besoin de faire. Tu as été voir les copains. Tu as parlé un peu trop vite, tu as tenté d'exprimer l'inexprimable, ce qui venait de t'arriver, que tu étais en vie, patati patata, que tu l'avais échappé belle. Mais,

tout ça, c'était de la maladresse. Un manque de savoir-vivre avec toi-même, avec la part sacrée de ton être. Tu finiras pas apprendre.

C'est pour cette raison que ces mots que tu écris à l'instant ne servent personne d'autre que ta propre personne. Tu le réalises en l'écrivant. Ils ne tentent pas de raconter à qui que ce soit, quoi que ce soit. Ça ne se raconte pas vraiment de toute façon. Tu rattrapes tout simplement un temps perdu avec toi-même. Tu écris pour t'inviter/inventer à nouveau, juste là, tout près de ton cœur. Tu écris comme tu reviendrais chez toi, cogner à ta propre porte, en ouvrant grand les bras, pour te remercier du fond du cœur : « Je suis en vie! Merci du fond du cœur... »

4.6 SAINTE-VICTOIRE²⁶

Nous n'existons pas à moins d'être profondément et sensuellement en contact avec ce qui peut être touché, mais non connu.

D.H. Lawrence

4.6.1 Nettoyer, brûler, s'alléger

Du ménage. Vous avez fait du ménage. Tu imagines la période actuelle de ton père chargée. Tu sais bien comment il a besoin de se garder en action, en mouvement. Toujours. « Rien faire » n'est naturellement pas son truc. De son point de vue, ça revêt quelque chose d'un peu « malaisant » et d'étrange. Et là, avec ses parents vieillissants qui sont nouvellement en pension, leur maison familiale à vendre, René décédé, une sœur et un frère gravement malades, tout ça l'entoure de transitions tellement peu banales, d'un rappel à sa propre finitude sûrement. Alors, en arrivant chez lui, tu as trouvé la maison encombrée, beau bordel de travaux de rénovation en cours et de tâches ménagères de base délaissées depuis un moment. Comme si ce qui finit par écoper le plus dans la période actuelle, c'est son environnement rapproché, son chez lui. Il t'a tellement supporté cette dernière année... Et, tu as ce double sentiment d'être en dette et d'une envie de l'aimer comme tu le peux, toi, à ta façon. Là, c'était en faisant le ménage. Te

²⁶ Cette section fait référence à un séjour chez mon père, à Sainte-Victoire qui a été particulièrement significatif pour moi en lien avec le décès de René.

mettre en mouvement avec lui, nettoyer, dépeussier, trier, jeter, ranger. À ce moment, l'aimer pour toi, ton père, c'est faire ces tâches simples avec une attention silencieuse posée sur la symbolique de ces gestes. C'est être en conscience du rituel en cours. L'aimer c'est, l'air de rien, prier pour lui, pour vous tous... en faisant le ménage !

Tu as passé un bon temps au sous-sol. Tu n'aimes plus l'ambiance des sous-sols en général. Chez ton père, c'est là où était ta chambre. Il te rappelle à ton adolescence ; une période sombre par grands bouts. Sous terre avec si peu d'horizons. Humide, avec toujours quelques-unes de ces araignées à longues pattes dans les coins. Tu avais « tout » quand même à cette époque, jusqu'à cette table de billard et une entrée indépendante juste pour toi, qui te permettait de rentrer aux petites heures sans attirer l'attention de ton père (ça devait l'arranger lui aussi). Tes amis t'enviaient.

Après le décès de René, une bonne partie de ses effets ont été empilés dans la pièce où était ta chambre avant. Et, ces derniers mois, chaque fois qu'un pan de ton histoire se superpose à la sienne, qu'on peut faire « association » et vous « apparenter », tu contractes un malaise intense. C'est comme ça depuis qu'il s'est enlevé la vie. Comme s'il y avait là une sorte de synchronicité symbolique, qui te faisait débouler dans une part de ton univers psychogénéalogique effrayante pour toi. Les lieux et les objets significatifs sont des reflets de vos tissages identitaires. Et il y avait là, dans ton ancienne chambre d'enfant et d'ado, un croisement avec les effets de René, suicidé, qui te rappelle à ta frousse de ce destin familial inquiétant. Tu n'as pas envie de mourir, mais tu as peur, par anticipation, de ton propre suicide. Tu as peur des suicidés...

Alors, tu te retrouves au sous-sol à nettoyer cette garde-robe sous les escaliers. Il y a toujours eu là un ramassis de tout ce qui ne sert plus vraiment. Un lieu épars de toutes ces choses qui produisent une ambivalence quand on les prend dans nos mains, à savoir si elles doivent être jetées ou rangées ailleurs. Aujourd'hui c'est différent. Sans hésitation, vous jetez, vous trie, vous allégez. Tu iras jusqu'à passer l'aspirateur dans quelques recoins bien creux qui ne

connaissaient pas encore les caresses un peu rudes des poils d'embout de balayeuse. Tout ça tu le fais en sentant bien qu'il y a là cette symbolique, ce rituel en cours.

Au mur de la garde-robe, accrochée à un support, une veste bleue et un chandail de laine gris. Ton père te dira qu'ils appartenaient à René. Ce sont ses derniers vêtements dans la maison. Tous les autres, il les a déjà brûlés. Il t'avait déjà dit qu'il refusait de les donner, comme s'il y avait là un aspect trop funèbre à porter ces vêtements, et qu'il préférait tout brûler. Tu acquiesces à son choix. Mais ceux-là, René avait l'habitude de les porter quand il venait faire des travaux à la maison. Trop difficile de les brûler. Tu comprends parfaitement. C'est dans le deuil d'un proche qu'on sent comment le matériel est habillé d'affectif et de souvenirs. Après t'avoir raconté tout ça, il les a récupérés, puis il est monté à l'étage. Tu ne sais pas ce qu'il voulait en faire sur le moment. Tu ne lui as pas demandé et tu as préféré garder le silence.

Te voilà maintenant dehors avec ton père, devant le petit hangar pas trop loin de la maison où des piles de boîtes qui appartenaient à René se trouvent, mélangées à de vieilles charpentes de chaises, de vieilles valises aussi, pleines, à leurs tours, de vieux outils rouillés. Un fouillis d'antiquités! René et ton père aimaient faire les brocantes. On ne pouvait même pas entrer là ! C'était empilé partout, du sol au plafond. Plein de « René » en objets de toute sorte.

Vous triez en faisant deux piles : à jeter et à garder. Vous vous amusez à ouvrir les boîtes une par une, curieux de découvrir ce qu'elles contiennent. Dans plusieurs d'entre elles, vous découvrez des articles de chimie, une vieille balance, des fioles, des béchers, des éprouvettes par centaines, emballés dans du vieux carton grugé par de petits rongeurs sûrement. Tout sent le vieux et le poussiéreux. Tout ça appartenait jadis à un vieil oncle décédé, de la génération de mes grands-parents. René avait récupéré tout son matériel de chimiste. Tu ne l'avais pas connu toi, ce vieil oncle. Apparemment, il travaillait dans une usine à Tracy. Un vieux garçon. Dans ses temps libres, il avait développé un goût pour le savoir, la science et la chimie plus particulièrement. Tu as donné un coup de pouce avec les gros objets pour épargner le dos de ton père, puis tu es retourné astiquer l'intérieur de la maison. De la fenêtre la cuisine, tu as vu un feu

prendre de l'ampleur, attisé d'une bonne partie de ce que vous veniez de trier dans la remise. Brûler le surplus. Brûler l'inutile et le révolu. Brûler le souvenir et l'attachement qui ne servent plus. Faire de la place, oui, créer un espace immense qui invite la vie neuve. Le feu te motive à poursuivre de plus belle, comme si un troisième venait de se joindre à la tâche. Purifier et alléger le dehors opère en même temps quelque chose en dedans. Tu le sens bien. Ton père aussi sûrement...

4.6.2 S'émerveiller : L'esprit de la famille

S'émerveiller. S'intriguer profondément de l'esprit des choses, qu'elles soient animées ou inanimées. Ton père a ça. René avait ça. Ce vieil oncle chimiste dans ses temps libres aussi, de toute évidence. En y pensant comme ça, juste là en écrivant, une magie opère et trace un sourire sur ton visage. Elle agissait aussi cette magie dans ce moment bien précis avec ton père, alors que vous étiez à vous émerveiller simplement au travers de cette exploration des objets ayant appartenu à René et que des artefacts familiaux d'une autre génération vous apparaissaient ; symbolique qui ajoutait une profondeur de plus à cette congruence, à cette familiarité entre vous. Il est question ici bien plus que d'un trait de caractère commun ! C'est d'un esprit vivant qu'il en va ! Ça circule, ça se faufile et ça s'éprouve au cœur de soi, parfois. Là, c'était là. Comme une présence, qui invite au silence, ou du moins à parler moins (et plus bas). C'est là le sens de la communion pour toi, cet esprit n'a d'autre finalité que de se partager entre les cœurs précieusement.

Il y a des instants où nous nous sentons soulevés hors de la réalité familière. Ce que nous éprouvons alors semble ne pas être de ce monde. Il s'agit de moments singuliers, empreints d'un merveilleux, qui nous touche soudain. Tout ce que nous vivons est imprégné d'une qualité particulière. Une sorte d'enchantement nous rend à la fois étrangers et tout à fait nous-mêmes, totalement protégés en quelque chose de familier. Impossible de dire ce que c'est et, d'ailleurs, si ce n'était pas indicible ce ne serait plus « cela ». Même s'il s'agit d'un sens inconnu, cet insaisissable, ce « Tout autre », est cependant réel, car une force qui lui est propre en émane. Elle baigne d'une clarté et d'une valeur singulières notre conscience de vivre. Pour un instant, dégagés des puissances quotidiennes, nous éprouvons une impression d'extraordinaire liberté. Si

nous avons des oreilles pour entendre, la voix d'un maître, qui n'est pas notre petit moi centré sur lui-même, est perceptible à ces instants. À condition de posséder l'intuition juste, nous pressentons, là, à travers les murs de notre conscience ordinaire, une vie inconnue et pourtant profondément familière. (Leloup, 1991, p.50)

Tout ça te ramène à ce qui unissait ton père et René. À cette façon qu'ils avaient de partager ensemble l'essentiel et d'être intimes. Ils aimaient s'émerveiller silencieusement. Souvent, ça passait par des projets de rénovations sur leurs terrains. Des coups de pouce qu'ils se donnaient comme ça, à l'occasion. Ils ne partageaient pas tout, non, mais ils étaient frères de rêves. Tu veux dire par là qu'il y avait ce « *je ne sais quoi* » qui s'apparentait dans leur façon propre à rêver leur monde. Ils s'inspiraient l'un l'autre naturellement, ils s'élevaient juste en se regardant vivre, en se regardant faire. Toujours le geste manuel, direct sur la matière, sur l'environnement ; qui touche, qui manipule, sculpte, peinture, déplace, construit. C'est par l'action et dans l'action que la création vient à eux, que leurs imaginaires prennent forme, et qu'ils plongent dans l'esprit des choses. Et c'est là précisément leur beauté, c'est là qu'ils faisaient l'expérience toute naturelle d'être frères.

4.6.3 Le souper : à la recherche d'une parole neuve

Un repas, à la bonne franquette en fin de journée, au coin de la grande table. Vous discutez un temps de tout, de rien. Tu le sais soucieux de ta traversée des dernières semaines. Vous n'avez pas abordé le sujet encore depuis que tu es là. Il y a là, des habitudes communicationnelles qui entrent en jeu. Tu n'as pas l'habitude d'ouvrir sur l'intime de ta vie avec ton père. Tu as beau te considérer proche de lui et sentir une alliance toute particulière entre vous, tu peines à t'ouvrir à lui. Tu as de la retenue. Lui aussi tu crois bien. Vous pouvez avoir de longues discussions, évoquer certaines de vos expériences vécues comme vous décririez un voyage ou encore un paysage en dehors, parler de ce qui vous choque aussi, comme de ce qui vous éblouit de beauté, mais rarement vous vous offrez l'expression de vos états d'âme du moment. Que ce soit l'amour immense qui vous habite qui pourrait s'exprimer par un simple « Je t'aime » ou encore l'expression de vos êtres usés d'exister, rouillés

d'incompréhensions et d'impuissances par un aussi simple « Je suis triste ». Ces bouts-là, ils ne vont pas de soi. Ils planent tout autour et s'accumulent en poussière dans le silence ambiant.

Tu as tendance à lui reprocher qu'il t'écoute peu et qu'il parle trop. Il y a de ces histoires qu'il te raconte et que tu as entendues trop souvent déjà. Ça t'use la patience quand ça arrive et te rappelle de mauvais souvenirs. Tu peux devenir sec ces fois-là, comme quand tu étais ado. Sévèrement, tu te dis qu'à défaut d'arriver à exprimer une certaine « qualité » propre à ses récits, il y va de « quantité » ; conter et re-conter à nouveau... En espérant toucher cette « qualité » sans y arriver trop. Sauf quelques fois, rares. Cette « qualité » recherchée n'appartient pas à l'histoire racontée, ni même au passé. Elle est du domaine du présent, elle est « état de cœur » qui cherche, ces fois-là, à se dévoiler maladroitement. Et, en t'arrêtant, tu le vois bien, tu as exactement ce même sentiment devant lui ; l'impression d'arriver bien peu à lui partager ce qui t'importe : qui tu deviens, tes questionnements de l'heure, ce à quoi tu es sensible, etc. Vous cherchez à vous rencontrer là, les deux sûrement, maladroitement et avec vos manières propres.

Avec un peu de recul, en écrivant par exemple comme tu le fais à l'instant, tu arrives à remonter à la surface la beauté dans toutes ces maladroites relationnelles. Tu l'entrevois dans l'effort à vouloir se rencontrer « autrement ». C'est vraiment là le plus important (bien plus que ce que vous arrivez à vous communiquer ultimement). Vous amener au bout de vous-même, jusqu'à vous sentir un peu dépassés, et croire que vous n'y arriverez peut-être pas. Pas ce soir. Mais tenter tout de même ! Et savoir que vous vous écorcherez peut-être. Encore. Et probablement davantage même que la fois précédente. Parce que par-là, le sentier est toujours étroit. Il exige des habiletés jamais complètement acquises. C'est comme ça. Et vous vous écorchez la peau, le cœur sur les récifs de l'autre. À coup sûr. Mais vous essayez. Et ça prend du temps. Des années le plus souvent. Avant une grâce. Une seule. Qui disparaît l'instant d'après habituellement. De toute façon, c'est dans cet effort bien propre à l'humain, dans son désir d'atteindre plus, plus loin, maladroitement, qu'il y a sa plus belle expression, la preuve de son amour de l'« autre ». Cette main tendue en dehors, étirée à s'en déchirer les ligaments.

Tu as aimé comment tu as été accueilli chez lui, ce jour-là. Tu as aimé ne pas parler. Sentir que « *ne pas parler* » de ta situation difficile c'était aborder délicatement le sujet. Une façon de prendre soin. Et ce temps dans l'action, toute la journée, occupés à « faire », n'a rien à voir avec l'évitement. Tout au contraire. Tout ça prenait soin. Comme une prémisse. Un accordage préalable où ton père te disait de ses gestes : « *Tu es le bienvenu ici. Mets-toi à l'aise. Prends ton temps.* » Tout ça, c'était une mise en condition d'accueil de ce qui demande à être reçu précieusement. Discuter des choses plus importantes en fin de journée, ça te va très bien.

Depuis le décès de René, vous ne vous abordez plus tout à fait comme avant. C'est mystérieux de devoir en arriver là, au bord de vos cœurs piétinés jusqu'à l'intolérable, de ses ouvertures saignantes, pour vous récupérer quelques bouts d'essentiels qui avaient été laissés là par terre. Ça vous est arrivé à quelques reprises déjà. Des baumes inespérés. Des raisons de continuer. Au bout du bout, la peur au ventre d'incompréhension et de chagrin, alors que vous vous avouez vaincus par la vie (ou la mort), c'est là uniquement qu'un filet mince de lumière se faufile d'un regard à l'autre. Et c'est plus que suffisant. Et puis, oui, il faut le dire, ces évènements tragiques ouvrent un chemin, ouvrent les cœurs aussi. Ils ne laissent pas derrière eux, sur leur passage, que délabrement et misère. Ils laissent des cœurs à nu de beauté. Des consciences plus vives et plus aimantes. Et ça n'a rien à voir avec un optimisme déplacé. Ça se voit. Ça se sent. Ça se vit.

4.7 AVOIR DANS LE REGARD LE MIRACLE ET LA CATASTROPHE

Aujourd'hui, tu as eu la chance d'entendre les paroles d'un homme traversé par une allégresse incroyable en apprenant que sa fille allait devenir mère. Il pleurait d'émoi à l'idée d'accueillir ce petit être alors qu'il allait lui-même naître grand-papa. Son sourire et sa joie s'étiraient partout dans la pièce comme de belles guirlandes festives. Et puis, dans un silence mystérieux, il s'est assombri subitement, ses paupières se sont abaissées et de grosses larmes rondes se sont mises à rouler le long de son visage. Dans un sanglot poignant, il vous a raconté que sa nièce, une bonne amie de sa fille, venait de perdre un enfant. Au cœur de son immense

joie, cette peine était d'autant plus intolérable. Accueillir en lui ces deux réalités l'écartelait littéralement, la situation lui labourait le coeur. Embrasser en soi l'annonce d'une vie neuve à venir et celle d'une mort prématurée au même moment lui demandait un étirement quasi inhumain. Au même instant, avoir dans le regard le miracle et la catastrophe. Au bout d'un certain temps, il a relevé la tête et pris une grande respiration. Il est resté silencieux en nous regardant les yeux encore mouillés. Du poids s'était déposé sur son visage et le révélait autrement. Il chérissait infiniment les siens, tous, d'une joie lourde et pleine, et il se tenait là comme un monument le coeur tout courbaturé. Il aimait large.

4.8 CE QUE VEUT DIRE POUR TOI « ETRE HANTE PAR DE BELLES CHOSES »

Cette nuit, tes draps sont rudes et ton lit a quelque chose de suspect; tu dors agité. Ton esprit fait des allers-retours interminables en lui-même, comme s'il était occupé à débattre de sujets nébuleux avec quelques interlocuteurs imaginaires. Tu t'éveilles à plusieurs reprises et prends conscience que ton sommeil est contaminé, envahi, peuplé d'impasses. Impossible de t'y reposer. Il y a dans la noirceur de ta chambre le goût de ce qui t'accable ces derniers temps et ta solitude commence à te démanger sérieusement. L'impatience finit par te prendre et te laisse avec l'envie d'engueuler la vie entière... même les morts y passent. René. Tu lui en veux cette nuit. À demi conscient, tu lui parles dans tes songes. Tu l'accuses de ton malheur. Et puis, dans une drôle d'impulsion, le regard pointé à travers ton plafond jusque dans le ciel noir derrière, tu t'entends lui demander sévèrement en toi-même :

— « *Tu pourrais pas m'aider à place ?! Tu pourrais pas... tu pourrais pas m'aimer à place ?* »

Ce qui survient l'instant suivant te prend par surprise. Sa face, sa belle face, celle-là précisément sur une de tes photos que tu gardes de lui, avec son regard oblique, doux, te vient en conscience. Tu jurerais l'entendre te répondre silencieusement un immense « oui » à ta question. « OUI... » Interloqué, tu descends de tes grands chevaux et, comme un somnambule reviendrait à son lit, tu retournes à ton sommeil et te rendors finalement jusqu'au petit matin.

Dans l'après-midi, un bon ami vient te visiter au Bic. C'est en prenant le temps de vous donner des nouvelles l'un de l'autre que te revient le détail de ta dernière nuit. Tu l'avais pratiquement oublié! Ça t'est revenu comme un rêve peut refaire surface dans la journée parfois. Sur ce ton qu'on prend pour raconter une anecdote étonnante, tu t'appliques à décrire le détail de ton souvenir nocturne à ton ami. Et puis au moment où tu mentionnes cette image qui t'était venue de René, l'émotion te prend à la gorge par surprise ; la même douceur t'envahit entièrement encore une fois. Tu te sens comme regardé, veillé... aimé. C'est tout simple, naturel et apaisant.

Ébahi, tu prends conscience à ce moment précis que tu viens de recevoir l'esquisse d'une réponse à cette question que tu te poses depuis un moment : tu as maintenant une bonne idée de ce que peut vouloir dire pour toi « être hanté par de belles choses »...

4.9 ÉPILOGUE : L'HOMME RE-NE

Non, vraiment, qui pourrait croire! Qui pourrait croire, en plein hiver — quand les branches sont de bois mort et les prairies autant de tapis pourris, gorgés de neige fondue, quand les buissons enchevêtrent leurs ronces — pelotes inextricables de fils cassés, quenouilles lasses de filer du destin? Qui pourrait croire, alors, sans être taxé de démente, que tout ce désastre couve un printemps.

Christiane Singer

Pendant mes derniers mois, j'ai beaucoup cogité... si je peux m'exprimer ainsi. Le décès de René a été le déclencheur, le révélateur principal, la mise en abîme... Pour différentes raisons je me retrouvais dans un sentiment d'échec intense... un sentiment d'être vaincu, de ne pas y arriver malgré des efforts... j'ai eu peur pour moi... de ma propre désespérance. L'année suivant le décès de René, j'avais eu peur pour ma famille... Je n'avais pas pensé que mon tour allait venir aussi intensément...

Ma raison avait besoin d'explications, de responsables, de comprendre, de s'expliquer la situation... J'ai craqué... Et, je l'avoue, j'ai tenu ma famille pour responsable par moment de ma désespérance et de mon incapacité à passer au travers... Et puis, le jour suivant je m'en voulais moi-même d'être aussi incapable de me sortir d'affaire, de surmonter moi-même mes situations avec tout le support que j'avais ici, incapable de passer à autre chose, incapable de me libérer du passé, je me suis jugé en me considérant bien immature ... avec l'impression que j'étais "pas si pire" à comparer à d'autres... et pourtant à l'intérieur ça jouait dur... On ne passe pas au travers de tels événements, ça nous passe au travers...

Malgré tout, je crois que j'ai ramené de cette période de belles choses, je crois que ce contexte m'a permis de m'agripper un "certain moi-même" fuyant, coulant, glissant qui m'échappait le plus souvent et avait l'habitude de passer inaperçu. *« Je sais que ces démons qui m'entourent étaient ceux qui m'habitaient incognito, passagers jusqu'alors clandestins. Je me les suis enfin arrachés du ventre pour les affronter. » (Singer, 1988, p.97)*

J'ai appris dans ces mois à me « laisser voir » un peu plus là où je peine, à oser me regarder moi-même dans les yeux, j'ai appris à moins retenir en moi ce qui me pèse, à lâcher prise... À m'appuyer aussi sur une foi nouvelle...

Et j'ai fait quelques pas de plus sur ce chemin d'apprentissage si exigeant qu'est celui de « se laisser aimer »... J'ai senti l'amour des miens comme rarement.

J'ai appris aussi à me confier à ma plume comme à un ami, à la retrouver quand je suis seul et faire confiance qu'elle puisse m'aider à me dévoiler et me guider si je consens seulement un peu à me laisser faire par elle...

Cette lettre s'écrit de la main d'un homme devenu, d'un homme Re-Né, de 35 ans, un homme qui porte en lui-même tout autant la vie vivante hallucinante de forces et de ressources que cette noirceur inquiétante, celle-là qui cherche à s'engloutir elle-même...

Je suis vôtre, d'un sang commun de militants battants, et de créateurs merveilleux, mais aussi de suicidaires et suicidés... Je suis vôtre, d'une lignée qui à plusieurs reprises déjà, s'est tuée elle-même...

Cette lettre s'écrit de la main d'un homme suffisamment devenu pour affirmer qu'il a choisi un chemin de libération, d'introspection, d'étude et de guérison, suffisamment devenu, oui, pour remercier, et savoir profondément qu'il a été béni d'une vie débordante d'occasions de résiliences et de rencontres formidables en ce sens. Elle s'écrit de la main d'un homme qui cherche à se redonner à sa parole singulière... Une certaine voix qu'il a cru perdue, celle-ci qui advient sous ma plume en ce moment...

Cette lettre s'écrit de la main d'un homme qui souhaite l'allègement pour lui-même et pour les siens, qui souhaite apprendre, croire et sentir qu'il est porté, supporté et qu'une construction plus grande que lui est en cours à laquelle il participe avec les siens...

Cette lettre s'écrit de la main d'un homme Re-Né, tremblant, mais plus libre aussi, le cœur au vent.

Par moment, je reconnais la saveur de ma propre souveraineté...

Par moment, j'écris et je parle en mon propre nom...

* * * *

PARTIE III

CHEMINS DE COMPREHENSION

Comprendre c'est comprendre les motivations, situer dans le contexte et le complexe. Comprendre ce n'est pas tout expliquer. La connaissance complexe reconnaît toujours un résidu inexplicable. Comprendre ce n'est pas tout comprendre, c'est aussi reconnaître qu'il y a de l'incompréhensible. La compréhension nous mène enfin à l'aptitude au pardon et la magnanimité.

Edgar Morin

La compréhension constitue la troisième phase de la démarche heuristique telle que proposée par Craig. Au cours de cette étape, le chercheur réunit l'ensemble de ses expérimentations, explorations, ressources, écrits, expériences, découvertes, visions et remémorations pour les examiner en profondeur (Craig, 1978, p.184). C'est un temps où le chercheur est invité à prendre un certain recul sur son expérience de recherche pour en saisir sa dimension plus globale et « holistique ». Il pose son attention spécifiquement sur ce qui a été dévoilé par l'effort de sa recherche afin de le rendre accessible et compréhensible.

Craig affirme que pour bien mener ce processus de compréhension, « la solitude et la réflexion sont des valeurs essentielles » (1978, p.184) au chercheur. Elle demande d'entrer en dialogue avec son expérience comme on entrerait en dialogue avec un autre que soi, pour la laisser nous parler et nous raconter ce qu'elle porte en elle-même. Le défi principal est d'arriver à trouver les mots, les concepts et l'organisation dans une description qui intègrent fidèlement l'expérience vécue. Le chercheur doit tout mettre en œuvre et puiser à toutes ses ressources pour illustrer de façon rigoureuse la compréhension de ses découvertes en une « vision intégrée ». La compréhension fait irrémédiablement appel à la créativité, à l'intuition et à la foi du chercheur. Il est important de préciser à cette étape de mon argumentaire que ce chemin de transformation a nécessité en plus de mon engagement

personnel dans une dynamique d'écriture, d'autres conditions d'accompagnement qui ont contribué à rendre fécond mon processus d'apprenance. Soulignons entre autres, la présence des alliés, les stages en nature, le sport, les accompagnements personnels, les activités d'écriture en groupe, les lieux de prise de parole et de partage d'expérience dans des contextes de formation ou de diffusion de connaissances, etc.

Rappelons que la démarche compréhensive à l'œuvre dans cette partie de ce mémoire s'est faite comme nous l'avons déjà mentionné dans le chapitre qui présente nos choix épistémologiques et méthodologiques selon ce que Paillé et Mucchieli (2008) appellent « *l'examen phénoménologique* ». Un processus itératif d'écriture, de lecture, de réécriture et de relecture et ainsi de suite... m'a permis de faire une interprétation à la fois sensible, cohérente et rigoureuse en vue d'identifier quelques catégories émergentes susceptibles de me permettre de répondre aux interrogations premières qui ont initié cette démarche de recherche. Pour ces deux auteurs, dans une démarche de recherche qualitative, *l'examen phénoménologique* demande au chercheur de consentir à se mettre entièrement à l'écoute de ses données, pour ce qu'ils ont à lui apprendre avant de tenter lui-même, de les faire parler. L'écoute phénoménologique des données est un acte qui donne la parole, qui accepte d'entrer dans un véritable processus d'apprentissage au contact de ses données. Le chercheur prendra parole narrativement pour présenter ses résultats après s'être acquitté de sa responsabilité première d'être un écoutant de sa propre démarche de recherche. Dans le même ordre d'idées, Nathalie Depraz (2006) nous introduit dans le monde de la recherche phénoménologique en présentant ainsi la fonction du texte produit dans le cadre d'une démarche d'écriture compréhensive de type phénoménologique.

Pour commencer à pratiquer la phénoménologie, il s'agit d'abord de considérer le texte non comme un objet clos sur lui-même et auto-finalisé, mais comme le support provisoire, contingent et incarné d'une expérience qui est prioritairement déterminante et qu'il va s'agir de faire émerger pour elle-même. (Depraz, 2006, p.17)

Pour Paillé et Muchielli (2011, p.86), il ne peut y avoir de compréhension réelle d'un phénomène sans la prise en compte du sujet et surtout de son intention de communication. Ceci signifie qu'il importe non seulement de se mettre à l'écoute de l'expérience, mais aussi d'accorder du crédit, de la valeur à cette expérience. C'est toute cette démarche de recherche phénoménologique qui part de l'expérience vécue, éprouvée, observée et décrite à son écoute, sa réécriture et sa compréhension qui m'a permis de faire un chemin transformateur qui va de la désespérance à l'apprenance.

CHAPITRE 5

COMPREHENSION

*Les arbres que je vois trahissent les
tempêtes
Grondant dans la tiédeur revenue des jours
Et venant battre mes fenêtres peureuses.
J'entend les lointains me dirent des choses
Que je ne puis supporter sans ami,
Ni ne peut aimer sans avoir de sœur*

*La tempête passe, elle bouleverse tout,
Traverse la forêt, traverse le temps,
Et soudain tout est sans âge :
Le paysage, comme le verset d'un psaume,
Est gravité, vigueur, éternité.*

*Combien petit ce contre quoi nous luttons,
Mais ce qui lutte contre nous, comme c'est grand!
Si nous nous laissions, plus semblables aux
choses,
Terrasser ainsi par l'immense tempête –
Nous deviendrions alors vastes et ineffables.*

*Nous ne triomphons que de petites choses,
Et le succès lui-même nous abaisse,
Mais l'éternel et l'inouï
Ne veulent pas être fléchis par nous.
C'est l'Ange apparu aux lutteurs
De l'Ancien Testament :
Quand les tendons de ses adversaires
Durcissent dans la lutte comme du métal
Ils sont sous ses doigts comme des cordes
D'où montent de profondes mélodies.*

*Celui que terrassa cet Ange
Qui renonça si souvent au combat,
Celui-là ressort droit, redressé
Et grandi de cette dure poigne
Qui se moula à lui comme pour le pétrir.
Il n'est pas convié aux triomphes.
Il ne grandit qu'en étant défait
Par une immensité qui ne cesse de croître.*

Rainer Maria Rilke. *Le Livre des Heures,*
Le contemplateur

5.1 INTRODUCTION

Me voilà qui encre cette page blanche comme on ancre un bateau, il me semble que j'arrive au bout de ma traversée, je me sens déjà ailleurs, comme sur un autre rive. Les mots que j'inscris dans ce chapitre, je les pose un à un comme de premiers pas sur une nouvelle terre. Au départ, je cherchais une voie pour m'acheminer au-delà d'une désespérance qui m'assailait suite au décès de mon oncle et qui me donnait un éclairage troublant sur ma vie et son histoire. Je cherchais aussi à récupérer ma voix, une capacité à me dire, à nommer mon expérience pour mieux la comprendre et croire qu'il soit possible de me créer des conditions pour me former et me transformer.

J'ai choisi de passer par une écriture autobiographique, d'inspiration phénoménologique. Une écriture qui tente de saisir mon expérience immédiate, de la décrire pour mieux la voir, de l'interpréter pour mieux me comprendre et mieux partager les enseignements de cette expérience qui m'est à la fois propre et fondatrice.

J'aimerais rappeler, à ce stade, ma question initiale et mes objectifs de recherche :

Question de recherche

Comment et à quelles conditions mon processus d'écriture m'a permis de passer de la désespérance à l'apprenance ?

Objectifs de recherche

Explorer à travers mon processus d'écriture les contours de l'expérience vécue au contact du suicide d'un proche.

Identifier les différentes conditions qui ont émergé de mon processus de recherche et de formation m'ayant permis de passer de la désespérance à l'apprenance.

Comprendre comment et à quelles conditions mon chemin d'apprenance et mon processus d'écriture ont participé à ma transformation comme personne et à mon renouvellement comme praticien-chercheur.

Dans les lignes qui suivent, je voudrais dégager ce qui a été mes principales pierres de gué (conditions) au cours de cette traversée. Il m'importe de mentionner comment cette aventure était une réelle plongée dans l'inconnu et qu'elle a été, bien souvent, un chemin où j'ai marché à tâtons, où j'avais, comme le dit si bien Luis Gomez²⁷, à chercher ce langage évolutif qui se construit par *succession d'aveux d'ignorance*. Un réel chemin d'itinérance!

[Et] notre engagement dans cette voie d'itinérance dépend de la confiance que nous sommes capables de nous accorder, d'accorder aux autres et à la vie malgré les apparences. Cette itinérance se fait, le plus souvent, au gros prix fait de fatigues et d'angoisses, de blessures et de rides, de sueur et de larmes [...] Cet itinéraire sollicite donc un engagement solitaire dans un cheminement solidaire. Rugira (2004, p.215)

5.2 PORTEURS D'ESPERANCE

D'où vient que certains êtres nous font mettre plus de vie dans la vie ? Nous donnent le goût d'exister sans mesure, en nous faisant souvenir que nous sommes nés pour tutoyer l'infini.

Alexandre Jardin

Suite au décès de René, j'ai souvent repassé en mémoire le déroulement d'un cours du baccalauréat qui s'est révélé extrêmement porteur pour moi. Il abordait la question de l'interculturalité et de la place qu'occupe l'oralité dans différentes cultures. Le cours était dispensé dans une session intensive d'une semaine à l'extérieur de l'UQAR sur un site magnifique en pleine nature. Jeanne, ma directrice de maîtrise d'origine rwandaise, dirigeait le cours et était assistée d'un autre collègue, Roger, d'origine amérindienne, de la nation attikamek plus précisément. Dans sa tradition, Roger a appris à utiliser le conte et les chants sacrés pour soigner les siens. Il est guérisseur traditionnel et dit faire partie des dernières générations à être né sous les tipis. Jeanne, pour sa part, vient d'une tradition africaine où « l'arbre à palabre » fait partie des mœurs. Souvent un baobab, l'arbre à palabre est un lieu traditionnel de rassemblement, à l'ombre duquel on s'exprime sur la vie

²⁷ Luis Gomez (2014) Littérature grise : notes de cours : Récit autobiographique. UQAR.

en société, les problèmes du village, la politique, etc. Fréquemment, les enfants viennent y écouter les anciens de la communauté raconter des histoires. Ces deux cultures qui donnent une place centrale à la parole deviendront pour moi des phares porteurs d'espérance.

Dans l'[espérance] nous sortons de nous en nous ouvrant à ce qui n'est pas nous, en admettant les contraintes des mises en forme plutôt qu'en les évitant par la fermeture de notre coquille et en bouclant le monde dans les formes que nous lui connaissons. (Honoré, 1992, p.125)

Pendant la semaine, un évènement tragique est survenu. On apprend un matin que le frère d'une étudiante qui participait au cours s'était enlevé la vie dans les dernières heures. Je me souviens du choc, de tout le monde qui retient son souffle, certains restent muets, sans trop savoir où se mettre ni quoi faire, pendant que d'autres échangent tout bas en petit groupe. L'étudiante en question a quitté le matin pour aller retrouver sa famille et après son départ, je me souviens avoir ressenti un grand vide. J'avais envie de partir de là moi aussi pour fuir ce silence froid qui s'installait dans moi progressivement après l'annonce de cette nouvelle. À cette époque, la réalité des suicides dans ma famille était encore occultée à ma conscience et je m'anesthésiais à grande dose d'*indifférence* comme je l'ai déjà mentionné dans ce mémoire.

Je me suis retrouvé assis en cercle avec le reste du groupe, embarrassé et inconfortable. Je me demandais si nous allions poursuivre le cours. Et, si oui, comment! Roger a pris la parole et nous a proposé de nous offrir quelques chants amérindiens qu'il utilise dans ce genre de circonstances avec les siens. Dans le cercle que nous formons, accompagné uniquement de son tambour, il se met à chanter dans une langue que je ne comprends pas. La situation est vraiment inhabituelle et je me sens dans un drôle d'état. Qu'est-ce que je fais là ? Qu'est-ce qui est en train de se passer ? Je vois les gens, certains dans un état sûrement similaire à moi ne savent pas comment se tenir ni où regarder, d'autres pleurent. Je pose mon regard au sol pour échapper à la scène incommode. Roger chante plus fort, sa voix est grave, pénétrante, et peu à peu je me laisse emporter par elle. Je ne comprends pas ce qu'il dit, mais le ton qu'il prend, lui, accompagné du son régulier du

tambour, me traverse littéralement et me bouleverse. Je sens dans son geste une générosité immense, comme s'il nous invitait à nous tenir ensemble d'une manière particulière, solidaires, vivants, le cœur ouvert, offert, dans un chant étranger, au-delà des mots, de nos langages respectifs, de nos cultures, de nos mondes séparés, déchirés, et de nos blessures ancestrales. Peu à peu, une lucidité me happe : un Amérindien est parmi nous et il nous tient ensemble dans la crise par son chant, par sa culture. Il nous offre généreusement sa tradition dans sa plus pure expression et par le fait même nous ouvre un chemin pour que nous puissions accompagner et vivre nos propres tragédies. La scène est surréaliste. Elle m'étire au-delà de moi-même et je suis éclaboussé par une résilience qui traverse tout et dépasse mon entendement. Dans l'instant, je pleure abondamment sans comprendre tout ce qui m'arrive. Les effets dans mon corps dépassent largement ce qu'il m'est possible d'intellectualiser. Quelque chose d'important avait lieu, c'est tout ce que je savais. Avec le recul, je crois que je pleurais là mes suicidés pour une première fois sans le savoir réellement. Comme si à cette époque, pour être rejoint il me fallait des mots incompréhensibles et que, pour pleurer mes suicidés, je me devais de ne pas « savoir » que j'étais à les pleurer, sinon c'était trop dur pour moi. J'avais besoin de pleurer des larmes anonymes, qui restaient discrètes à propos de leur origine réelle.

Pourtant, à travers ce moment inédit, un dialogue profond s'initiait d'humain à humain, par-delà les cultures et pourtant à travers elles, par des gestes symboliques. Un dialogue en amont du langage habituel (celui-là formalisé par nos cultures) me conviait à la rencontre de notre commune humanité. Si la culture de Roger, Amérindien attikamek, était un monde étranger à mon propre monde, elle m'a permis de révéler, par contraste, mes manières propres et de découvrir là où ma culture ne m'avait pas permis de trouver les conditions pour bien accompagner mes deuils passés. Ainsi, ce qui me semblait « étranger » au départ a muté en un sentiment d'« étrange familiarité ». Une part de moi reconnaissait là, dans cette culture étrangère, des façons de faire et des manières de voir qui créaient un terreau d'accueil à ce qui était laissé en plan dans ma propre culture.

Ouvrir le dialogue, comme dirait Morin (1969), c'est ouvrir « la dialectique de l'extrême proche et de l'extrême lointain » et ainsi créer des espaces d'accueil, aussi bien au semblable qu'à l'étranger; c'est aussi s'engager (p.274) dans un dialogue, c'est prendre le risque de « ...dialoguer avec l'inconnu jusqu'à ce qu'on se sente semblable à lui et dialoguer avec le semblable jusqu'à ce que l'on se sente inconnu à soi [...] D'où pourrait naître la prise de conscience de soi, la compréhension d'autrui, ainsi qu'une « éthique des moments de vérité. » (Rugira, 2004, p.219)

Il y avait là les prémisses d'une ouverture, d'une possibilité d'exprimer un intime inexprimable jusque-là pour moi, en quelques balbutiements, c'est à dire en fredonnant maladroitement les airs d'un chant étranger, à la limite de ma conscience et de mon identité familiale et culturelle.

L'expérience ira plus loin, à l'heure de clôturer ce cours inédit, dans un dernier cercle de parole, je me souviens voir Jeanne, ma directrice de maîtrise, danser sur une musique Rwandaise au centre de notre cercle. Je savais déjà depuis un moment qu'elle avait fait un doctorat sur la souffrance humaine comme expérience formatrice. Et je savais aussi que son sujet s'était imposé comme une nécessité pour elle suite au génocide survenu en 1994 dans son pays. Elle avait mis une musique rwandaise pour accompagner sa danse. Encore une fois, j'étais confronté aux limites de notre langage. Et cette limite m'offrait peut-être une occasion de poser mon attention ailleurs. La musique est douce, très douce. Ce sont des femmes qui chantent, elles sont plusieurs. Leurs voix réunies appellent une paix inaliénable chez moi. Jeanne au centre du cercle est droite, posée, sereine, les yeux mis clos avec un demi-sourire qui irradie la quiétude. Elle se déplace lentement, gracieusement. Avec, en trame de fond, cette tragédie du suicide qui venait de survenir, sa danse, la musique qui l'accompagne et son visage paisible me bouleversent. J'entends dans un langage sans mot et pourtant transculturel et profondément humain, un discours profond, le plus percutant qu'il ne m'ait jamais été donné de recevoir à propos de l'espérance. Je vois une femme debout, tranquille, dans un choix radicalement positionné du côté de la vie. Et cette femme debout me confie un secret précieux. Elle me dit : « Regarde, c'est possible. C'est possible. »

L'[espérance] suppose que la sortie se fasse dans un monde en changement qui ne fasse pas que nous porter, mais nous transporte dans la mise en forme des possibles sur lesquels nous nous projetons. L'[espérance] est le sentiment de notre ouverture sur le monde ouvert. (Honoré, 1992, p.125)

Plus tard, Jeanne me confiera qu'elle dansait sur une musique composée par un groupe de femmes rwandaises qui se sont réunies suite au génocide. Elles étaient toutes endeuillées de leurs maris et enfants et cherchaient une raison valable de poursuivre leur vie. Elles ont choisi de chanter leurs mémoires en racontant ce dont elles avaient été témoins. Jeanne m'a raconté qu'elles se sont déplacées dans des orphelinats et ont chanté pour les enfants survivants. Certains, muets depuis les événements tragiques, se sont mis à chanter avec elles, retrouvant ainsi la parole. Elles ont enregistré leurs compositions. Et voilà que pendant cette semaine au Québec, à Rimouski, où un frère québécois choisit de mourir, laissant ceux qui l'aiment dans l'incompréhension et le deuil, cette musique fait surface, et participe à panser la blessure vive pour les uns et les autres, participe progressivement à me redonner à ma propre parole, et à ma propre mémoire. Participe à m'ouvrir le regard vers un possible en amont de la survie, à une vie qui n'est pas qu'une survie. À une vie tellement large de possibilités inespérées.

Toi, celle qui vient d'ailleurs, ma sœur lointaine
 Mon improbable et si chère amie
 Tu es pour moi celle qui danse
 Tranquille
 Au cœur des ruines et des cadavres
 Précieusement
 Yeux mi-clos, sourire fin
 Indestructible
 Je t'ai vue
 Tu es celle qui renaît et qui montre le chemin
 Gardienne d'un silence originel
 Tu es celle-là devenue par-delà les catastrophes
 Sereine et vive comme l'aube
 Patiente comme un chêne
 Tu es celle-là venue de si loin
 Pour me confier l'espérance

Et dans l'[espérance], la rencontre de l'autre est vécue comme un appel. Appel du monde par le visage et la voix de l'autre. « Une voix nous appelle à espérer, elle nous donne l'[espérance] comme un signe, elle nous invite à l'[espérance], elle nous ordonne l'[espérance], elle nous rejette à l'[espérance]. » (Heidegger, Qu'appelle-t-on penser?) [...] L'[espérance] rapproche, relie, relationne. On se sent en communion ou en appartenance en un monde partagé. Cette appartenance n'est pas la familiarité éprouvée dans la rencontre de ce qu'on connaît bien et qui nous rassure. Elle est participation ensemble à la formativité de l'existence. L'[espérance] révèle mon appartenance au monde et ma participation à sa formation. (Honoré, 1992, P.125)

Envisager d'entrer dans ce projet d'écriture et de recherche ne m'aurait pas été possible sans la rencontre de cet *autre* dont parle Honoré qui appelle l'espérance en moi. « Quand s'éveille en nous l'égalité d'âme devant les choses et que l'esprit s'ouvre au secret, nous pouvons alors espérer parvenir à un chemin menant vers une terre nouvelle, un nouveau sol. » (Heidegger cité par Honoré, 1992, p.127) L'espérance est une condition fondamentale pour me permettre une écriture qui puisse me faire passer de la désespérance à l'apprenance. Sur mon chemin de recherche, ces porteurs d'espérance ont été nombreux.

5.3 « M'AVOUEUR VAINCU » OU M'ENGAGER SUR UN CHEMIN D'APPREANCE

Résolution et engagement sont les conditions de la démarche formative impliquant l'homme dans la responsabilité et la solidarité [...] C'est dans la résolution que l'homme choisit de se retrouver lui-même [...] Choisir de se retrouver soi-même, c'est admettre l'exigibilité de remonter jusqu'à un choix perdu, c'est y voir clair en conscience [...] Par l'engagement, l'être-homme sort de lui-même authentiquement, et se retrouve face à l'autre dans la révélation de son manque.

Bernard Honoré

Suite à l'annonce du décès de mon oncle, c'est un effritement progressif et silencieux de mon identité, de mes espoirs et de ma foi en la vie qui s'opèrent. J'ai tenté de colmater les fuites autant que possible pendant une bonne période, mais mes différents

contextes familiaux, académiques et professionnels n'avaient de cesse de me ramener cette réalité de la désespérance sous les yeux jusqu'à ce que je n'aie d'autre choix que de m'avouer vaincu et dépassé. « Et puis le chaos, dont je ne me suis échappée qu'au prix de le traîner avec moi, dans mon avancée, m'a rattrapée. » (Jacques Daignault, *La joie...*, texte inédit, 1997, cité par Jeanne-Marie Rugira, 1999, p.168)

Je ne savais plus « gérer » la situation. J'étais en crise et je n'avais d'autre alternative que d'émettre un S.O.S. à mon entourage. Cet appel à l'aide me rend visible à l'autre, me dévoile là où j'étais jusque-là sans visage et sans mot. Si la crise avait une emprise sur moi jusqu'à me cerner de toute part, elle me donnait aussi une prise nouvelle sur moi-même. Dans ce *lâcher-prise*, en m'avouant vaincu, je découvrais, presque au même moment, un cœur émergeant qui m'imbibait d'une délicate tristesse par laquelle je sentais une délivrance qui semblait m'indiquer une voie douce vers une résurrection progressive. Ainsi, cette crise me rendait visible à mon entourage d'une manière inhabituelle et inédite, mais aussi elle me donnait à voir mon entourage, ma vie, ma personne, mon histoire et mes liens d'un point de vue nouveau.

Par l'engagement, il s'élançait hors de lui, en réponse à l'appel à y voir clair en conscience, activé dans son avoir-à-former. Il se met en marche sur le chemin du sens. Dans l'engagement, il y a un saut de la pensée de l'agir qui, d'utilitaire devient œuvrant, et un saut de la pensée du dire qui, de montrant et désignant, devient dialoguant. (Honoré, 1992, p.216)

L'engagement comme un saut hors de soi, hors de ma *quotidienneté*, qui implique un *lâcher-prise* qui n'a rien à voir avec un abandon de soi. Il vise plutôt une *suspension* de mes aprioris, c'est-à-dire de mes manières d'*être-au-monde* dissimulées jusque là, prises à la légère, ou du moins, prises dans la désespérance. Dans l'*avoir-à-former* d'Honoré, ce que je découvre, c'est bien plus que la responsabilité d'apprendre, il y a en amont une nécessité d'apprendre, voire une obligation de s'ouvrir à l'existence dans l'espérance de la venue de nouvelles possibilités. Ainsi, m'engager c'est consentir, c'est m'ouvrir au monde dans le dévoilement de soi à soi, et dans le consentement à aller autrement à la rencontre

des autres. La « pensée de l'agir et du dire » dont parle Honoré, renvoie à une bascule qui opère un changement d'attitude et de posture, qui déclenche une mise en recherche d'actions et de paroles nouvelles, non habituelles, ouvertes sur un inconnu à découvrir. En m'avouant vaincu, je ne suis ni passif ni réactif. Comme le dit Honoré, « Je laisse faire, au sens de « Je permets », ce qui est à faire dans l'avoir-à-former. Dans ce laisser-faire, je relâche l'emprise des formes déjà faites pour donner prise aux formes à venir. » (1992, p.151) Cette attitude de lâcher-prise est susceptible de créer des conditions de dévoilement de ma dimension formative, de mon *être-au-monde* et de mon *être en apprenance*. Paradoxalement, *m'avouer vaincu* était la clé de voûte de mon engagement réel à entrer en formation, la condition *sine qua non* à mon chemin d'*apprenance*. Je peux dire maintenant que je bénis ma crise, que je loue ce moment où j'avais le sentiment de perdre pied sans savoir que j'entrais enfin dans la vie.

5.4 RENCONTRES EPISTOLAIRES : DEJOUER LA « NORMOSE » FAMILIALE

Dans la situation où je m'engage, résolument, l'autre est là aussi, appelé et dans l'élan ou en puissance de l'être. Nous sommes ensemble en convocation au cœur de la situation pour accomplir notre agir. En sortant de moi-même, je provoque autrui par mon engagement à entendre son propre appel et à s'élancer. En retour, il s'engage et me maintient en veille.

Bernard Honoré

En revisitant mon chemin de recherche, je repense à certaines correspondances qui ont été cruciales dans mon processus. C'est d'ailleurs pour cette raison que certaines se retrouvent dans mon récit phénoménologique. Je pense notamment à mon cousin Maxime pour qui j'ai une affection toute particulière. Suite au décès de René, nous avons eu une correspondance qui m'a profondément ému. Je n'avais pas eu de contacts avec lui depuis plusieurs années et j'étais pris avec un malaise à l'aborder depuis le décès de sa mère comme je l'ai déjà décrit dans mon récit autobiographique. Comme si le respecter revenait

à garder une distance, un mutisme lié à ces événements passés. Cette distance et ce mutisme avaient pratiquement envahi l'entièreté de notre lien, jusqu'à nous perdre de vue.

Quand René est mort, j'étais secoué à l'idée de l'épreuve démesurée qu'il devait traverser connaissant le lien tout particulier qu'il avait avec notre oncle. Je pensais à lui sans cesse. J'ai senti fortement le besoin de prendre de ses nouvelles tout en sachant que j'entrais en dualité avec ce malaise lié à nos habitudes familiales, cette « normose » dont parle Jean-Yves Leloup (1991) et qui s'était insidieusement installée. C'est-à-dire ces façons d'agir sédimentées dans notre vécu familial suite au suicide, nous empêchant d'accéder à nos envies singulières et plus profondes de nous relier.

L'écriture s'est imposée à moi naturellement pour reprendre contact avec lui. Je savais qu'en écrivant j'arriverais à mieux lui communiquer l'essentiel de ce qui m'habitait dans cette traversée surréaliste. En voici un court extrait :

J'avais envie de me déposer auprès de toi en mots aujourd'hui parce que je pense à toi souvent, tous les jours, toutes les heures depuis que j'ai appris la nouvelle... Et, la vérité c'est que je peine à seulement prendre contact avec toi... J'ai pensé t'appeler, t'écrire, aller directement chez toi à Montréal même... Mais, j'ai comme une habitude familiale d'inscrite dans moi, une pudeur à entrer en contact avec toi, compte tenu de nos histoires... Pardonne-moi Maxime... [...]
Pourtant, quand je pense à ma famille Casavant, René et toi, vous êtes les plus importants pour moi... même si on se voit peu... J'espère que tu es bien entouré en ce moment, j'espère qu'on prend soin de toi, que tu as des lieux pour déposer ta peine, ta rage, tout, tout ce que tu n'as pas à porter seul sur tes épaules, ton cœur et ta conscience.
Sache que je suis là de cœur tout près, et prêt à tout, avec le désir fort aussi d'échanger avec toi, de partager plus, en temps et lieu...

La réponse à ce courriel était inattendue et elle a agi sur moi comme un baume incroyable. Je rencontrais là, dans ses mots magnifiques, un homme admirable qu'il me semblait n'avoir jamais rencontré et que je reconnaissais en même temps totalement. J'ai senti profondément et instantanément que je parlais avec un des miens et je me suis senti chez moi. J'ai su que j'avais été totalement entendu par lui. J'ai reconnu là, dans notre

correspondance, un lien familial inespéré. À travers cette reconnaissance filiale s'offrait de la *vie vive* partagée au cœur de notre désarroi total, qui l'allégeait considérablement. J'ai vu dans sa réponse une fracture nette avec nos habitudes et les manières familiales qui nous constituaient :

*Mon très cher Mathieu,
 Je tiens d'abord à saluer le jour de ta naissance.
 Souligner ta vie aujourd'hui c'est prendre conscience de ce qui se poursuit. Et mon cœur est avide en ce sens. Le beau message que tu m'écris est l'œuvre de ce bel homme que tu travailles à devenir. [...]
 Ma porte est ouverte. Ne te gêne jamais. Je ne refoule rien et je serai toujours disponible à partager avec toi.
 Et de grâce, ne te culpabilise jamais. Voici le geste d'une seule personne.
 Nous ne l'aurions pas laissé faire si nous avions pu.
 Et ton oncle n'aurait jamais voulu que tu te fasses du mal.
 Ce dernier chapitre s'est vécu entre lui et lui seul.
 La culpabilité est le poison du suicide pour les survivants.
 Il n'y a pas de coupable.
 En terminant...
 René a posé un geste de mort
 Mais je l'ai vu poser cent mille gestes de vie
 Il transformait le bois mort en abris
 Et sortait les fleurs du sol
 C'était l'ami de tout ce qui est
 Il aimait
 Notre oncle et notre ami rayonne plus fort que les ténèbres.*

L'écriture épistolaire a donc été un moyen pour contourner ces habitudes familiales, une voie/voix de passage, un outil assez puissant pour ouvrir une brèche dans la ligne fortifiée de nos habitudes relationnelles à travers notre *quotidienneté*, une source d'inspiration et une raison de persévérer dans ce projet d'écriture, pour ma vie, pour mon cousin, pour les miens et pour transcender notre désespérance.

C'est en restant sur la voie qui mène au sens, qu'en découvrant le visage de l'autre et sa proximité, je peux réassurer mon désir momentanément choqué et viser d'autres possibles dont certains dépasseront, transcenderont les formes prises par les possibilités désespérantes. Rester présent dans l'affliction c'est encore vivre une lutte du désir sur la crainte. Désir de surmonter la situation - de survivre - en restant

dans l'ouverture d'autres possibles, généralement offerte par la présence des autres.
(Honoré, 1992, P.115)

Maxime, quelques semaines après le décès de René, a écrit une lettre à la famille Casavant qui est aussi intégrée dans mon récit phénoménologique. Cette lettre est pour moi un pivot central, une bascule, une perche de vie, un soleil levant. Toute cette recherche est en quelque sorte, une tentative de réponse à son appel, à son invitation, à son courage. Je me permets d'en rappeler ici un passage :

Mais René se battait...

Oui... il est tombé.

Rien ne peut réparer ce qui n'est plus.

Mais cette vie, elle se poursuit... pour moi, pour Janie,

Pour vous qui lisez cette lettre...

Et maintenant surtout, pour vos enfants, vos nièces et neveux qui constatent impuissants l'étendue d'une tragédie en marche.

René se battait, Isabelle se battait et André se battait.

Je suis fier d'eux malgré ces fins tellement tragiques.

Ma mère n'est pas la femme qui s'est suicidée... c'est ma mère, une artiste de cœur et de caractère qui nous a aimés, protégés et cherchait un moyen pour aller mieux.

André n'est pas le gars qui s'est suicidé... c'est mon mononcle André qui venait me faire rire quand j'étais petit... Un homme sensible qui essayait d'accepter son homosexualité tout en se battant contre une terrible dépression.

René n'est pas le gars qui s'est suicidé... c'est mon ami créateur, qui faisait de sa vie une œuvre d'art, se foutait du prestige, un libre penseur... qui faisait face à l'adversité dans sa propre personne, et ce avec dignité.

Je les perçois comme des combattants, ceux qui découvrent avec stupeur la force de l'ennemi et entreprennent le combat... « drette » en face.

Ça... c'est ma leçon de courage pour la vie à venir. Elle me sert en ce moment même. La faiblesse pour moi... c'est fuir, se cacher, abdiquer avant même de tester ses forces.

J'ai vu le courage.

La preuve en est... J'ai côtoyé l'intimité de ma mère et celle de René, je subis de plein fouet le poids de leur suicide... Je devrais mariner à jamais dans des idées de mort... Et pourtant... encore une fois, je retiens une leçon de vie. La vraie vie, belle et dure. Chaque seconde qui passe, j'en connais l'importance. Je sais que toute la gloire, le prestige et la richesse du monde ne valent rien quand un triste cœur se cache. Votre frère m'a appris cette vie. Il me laisse blindé de bons souvenirs.

La mort de mon oncle et la redécouverte de mon cousin Maxime dans un lien renouvelé à travers ces rencontres épistolaires m'ont sorti d'un engourdissement et de l'oubli. « Oubli que l'autre, là maintenant, et que moi et lui, demain peut-être, nous transformerons ces significations. C'est donc l'oubli des possibilités, des mondes possibles. » (Honoré, 1992, p.80). Redécouvrir ainsi mon cousin dans son ouverture, c'était par le fait même, redécouvrir mon *pouvoir-être* dans cette traversée. « Le soi-même révèle ainsi l'étant dans son être et laisse les autres se découvrir dans leur pouvoir-être le plus propre. » (Honoré, 1990, p109) La puissance de ces correspondances a provoqué une réaction en chaîne d'une série de moments inédits. C'est lors du rassemblement avec la famille Casavant suite au décès de René que j'ai vu toute la portée et la puissance de cette alliance inédite. Elle m'est apparue dans notre choix de nous y rendre ensemble. Dans mon récit phénoménologique, j'ai décrit comment et en quoi cette circonstance a été révélatrice d'espérance et de possibilités pour moi. En voici un extrait :

Sentir cette alliance vivante entre nous, dans ce contexte, m'a donné un goût de survivance, et de très grande fierté. Quelque chose, dans notre arrivée ensemble, qui racontait une vieille histoire triste, avec de vieux cataclysmes qui auraient pu venir à bout de l'essentiel. Mais nous étions là cet après-midi-là, vivants, réunis, solidaires comme deux soldats en pleine guerre.

J'ai senti, dans ces 50 pas communs et silencieux que nous avons franchis jusqu'au portail de la maison des grands-parents, une promesse d'une beauté rare. Il y avait là, dans la configuration de ce moment, l'esquisse d'un nouveau destin. Un insoupçonné, un inattendu, un inespéré profondément espéré, ou encore un espéré qui appartient à l'âme elle-même...

C'est tout comme si, à certains moments, le destin me semble plus mou, malléable et à portée de main, ou d'humain. Comme si la profondeur venait rejoindre, presque, la surface. Et que si le bon geste est posé, c'est possible d'influencer le cours des choses...

Si la catastrophe était démesurée, j'avais le sentiment d'éviter quand même le pire pour reprendre les mots de Christiane Singer (1996). Le pire aurait été de cristalliser davantage ces habitudes de retrait déjà bien installées et qui cachent mon sentiment d'être dépassé, vaincu par les événements, et qui alimentent ma désespérance muette. Je savais qu'il y avait là un filet d'espérance et de beauté que je me devais d'attraper et que je découvrirai, dans mon processus de recherche, comme un dévoilement de mon chemin d'*apprentissage*, que je figurerais de la manière suivante.

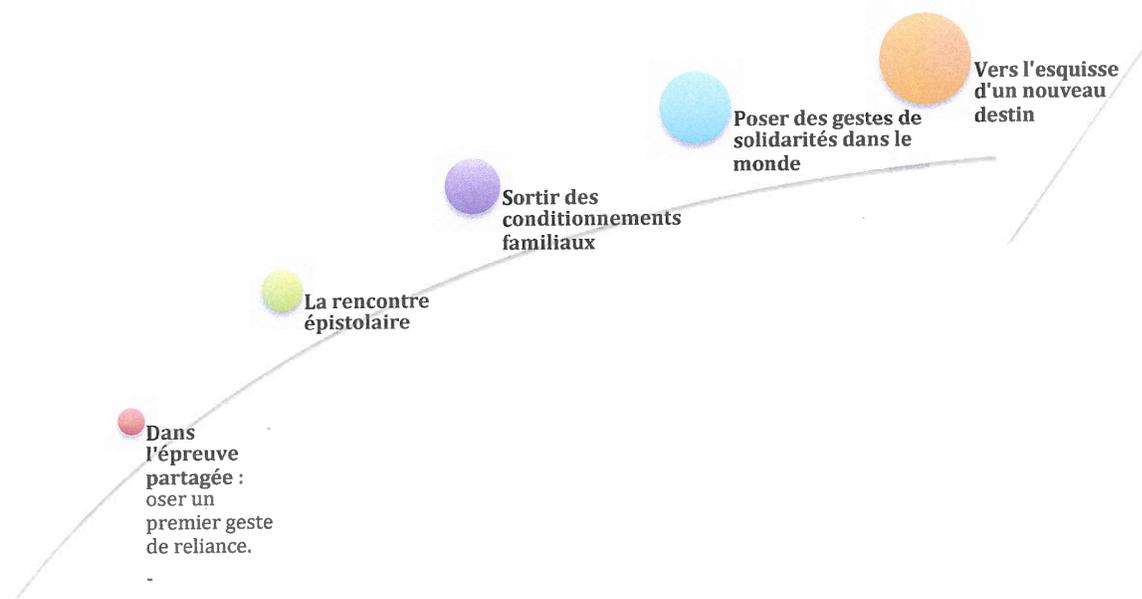


Figure 7 : Le processus d'apprentissage comme chemin de renaissance solidaire

5.5 L'ÉCRITURE PHÉNOMÉNOLOGIQUE : LIEU DE DEVOILEMENT DE LA VIE QUI VIENT

Le souvenir a incontestablement une double vertu poétique et thérapeutique [...] contrairement à la simple remémoration d'un fait, le souvenir transforme notre vécu pour nous le restituer plus riche et plus vivant qu'il n'a été. [...] Avec Bergson, nous croyons que le souvenir est plus qu'une simple résurgence visuelle du passé, mais qu'il est créateur d'une nouvelle réalité.

Jean-Luc Berlet

Après le suicide de René, j'ai pris conscience que je n'abordais nulle part, dans mes écrits, mon vécu à propos des différents suicides qui ont eu lieu dans ma famille. Avant d'entamer ma démarche d'écriture, il me semblait avoir trop peu de souvenirs de ces expériences. J'avais le sentiment que les mémoires qui m'en restaient fussent soit superflues, soit trop partielles pour qu'il y ait là quoi que ce soit de réellement intéressant ou signifiant. J'ai alors fait le choix de m'intéresser davantage à l'expérience vécue dans l'instant de cette nouvelle épreuve plutôt que de chercher à déterrer des histoires anciennes qui me semblaient loin dans ma mémoire. Je ne me doutais pas à quel point mon corps était plein de ces expériences et les gardait intactes. J'ai écrit mon expérience telle qu'elle se donnait de jour en jour, telle qu'elle s'actualisait au fil de mon processus.

Ce qui conditionne ainsi la démarche phénoménologique est l'adhésion infrangible à l'expérience dans sa nudité première. [...] Porter son attention à l'expérience en train de se vivre, c'est s'efforcer de développer le moins de projections, de préjugés ou de présuppositions à son endroit, de façon à la laisser apparaître pour elle-même dans sa fraîcheur native. (Depraz, 2006, P.21)

Lorsque j'ai écrit pour la première fois à propos de ce vécu en lien avec la réalité des suicides, je me suis donc appuyé sur le peu qu'il m'en restait en mémoire. Même si le souvenir était voilé et lointain, devenu froid à ma conscience, je me suis appliqué à décrire mes quelques réminiscences, comme un archéologue qui trouverait un artéfact abîmé, empoussiéré et quasi inidentifiable. Je m'y suis accroché comme à un vestige; le seul qui subsistait pour témoigner d'un pan de mon histoire, le seul par lequel j'avais une possibilité

de retracer une réalité presque effacée, perdue. J'ai donc repris du début en commençant à propos d'Isabelle :

Isabelle. Je me souviens de très peu de choses autour de cet évènement. Sinon d'un poids, d'une gravité, partout au-dessus de nos têtes, et d'une coupure nette dans le cœur pour ne pas trop sentir. Quelques images terribles, mais froides dans mon souvenir : mon cousin Maxime, son visage ravagé, tout humide, ses grands yeux noirs qui débordent, son regard très bas qui me met mal à l'aise, son corps qui erre entre les siens ou qui s'effondre au pied de la dépouille de sa mère, des dizaines et des dizaines de regards très bas, la confiance d'un oncle dévasté; je l'entends chuchoter: il dit, à qui veut bien, ou peut l'entendre, « *qu'il aurait dû être celui-là, mort, étendu dans cette tombe...* »

Je retiens l'image d'un cimetière, de mon père qui marche avec moi, du bruit de ses mots pris dans une pâte inaudible (je n'ai rien retenu), d'anecdotes incongrues que je lui raconte par nervosité et inconfort, de mon écoute ailleurs, d'arbres droits, d'un rassemblement de gens sous leurs cimes, d'un trou béant dans le sol et d'une petite-fille-tempête qui hurle de toute sa vie, de gens silencieux, immobiles, de la lente descente d'un cercueil, d'une petite-fille-tornade, au sol, qui arrache la tourbe et refuse l'évidence, de Maxime en pleure qui la supplie : il tente de la contenir de peines et de misères. Je me rappelle de silhouettes affligées, de larmes éteintes et d'une petite-fille-en-feu tout en bruit et en vie, prête à étrangler de ses petites mains pleines de terre, cette mort qui venait de lui prendre sa mère, pour que sa maman puisse vivre à nouveau...

Ensuite, j'ai poursuivi avec André, avec lequel j'avais encore moins de souvenirs :

André. Je me souviens de si peu. On m'a dit à quelques reprises que je lui ressemble beaucoup et ça me met mal à l'aise. Je n'ai, pour ainsi dire, aucun souvenir clair si ce n'est celui de mon père en larmes au travail, lorsqu'il apprend la nouvelle. Aux funérailles, je me rappelle de l'absence de mes cousins, les enfants de ma défunte tante Isabelle. Absence réelle ou absence à mon souvenir? Je n'en sais rien. La coupure au cœur est d'autant plus franche et nette cette fois-là que j'en demeure encore quasi amnésique.

Au fur et à mesure que j'écrivais en plongeant dans l'expérience telle qu'elle m'apparaissait dans l'immédiat, j'ai senti se dissiper mes *préjugements*. Comme si, peu à

peu, se redessinait un décor passé tel qu'il est aujourd'hui, réactivé au présent. Je découvrais comment la mémoire n'est pas fixée dans un passé, mais constitutive de mon présent, mouvante, formative et apprenante. À l'instar de Bergson (2009, 2010), la mémoire serait une prise de conscience que l'individu a d'exister. Ainsi, je pourrais dire que mon expérience s'appuie sur l'expérience que je vis au présent. Dans ce processus, le passé m'apparaissait plus clairement dans une dynamique qui permet sa possible reconfiguration comme une matière malléable qui se transforme tout en me donnant forme nouvelle. C'est dans cette reconfiguration que la représentation de l'évènement passé se dévoile tout en s'effritant et en ouvrant sur une vision inédite de l'évènement passé et de la vie qui vient. J'ai ainsi un sentiment nouveau d'accomplissement, accompagné d'une sensation d'être en train de faire œuvre, et donc de laisser mon oeuvrement me remettre au monde. Cette expérience n'est pas seulement intellectuelle ou existentielle, elle est véritablement entière, incarnée et holistique.

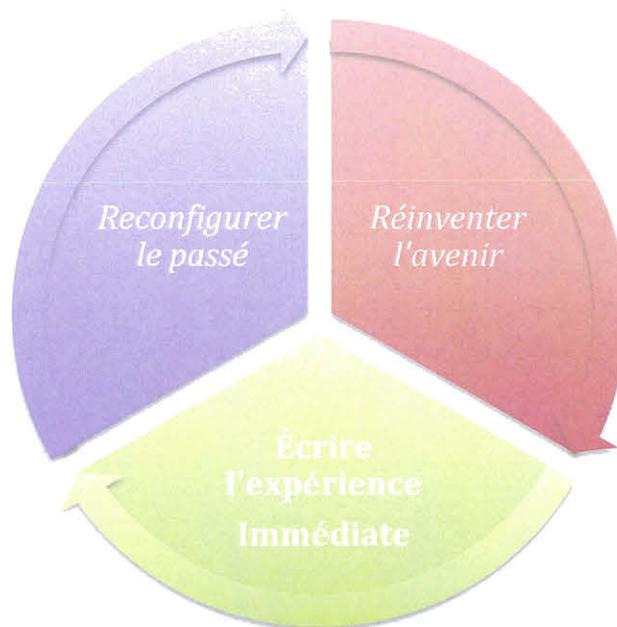


Figure 8 : L'écriture phénoménologique pour se réinventer

5.6 L'ÉCRITURE : UN LIEU OU DEPOSER MON CRI

À quoi bon cette bataille ? Naître, vivre, mourir. Vivre ? Vivre ? Pourquoi ? Pourquoi ? Ce n'est pas toi qui répondras ni moi non plus. Mais, sans espoir de réponse, si tu ne cries pas la question, alors tu n'es qu'un os...

René Barjavel

J'ai eu, pendant une période précise à travers mon processus d'écriture, à rencontrer ma colère. Elle m'attendait dans le détour et m'a pris sans que je l'aie vu venir. Une colère intense, camouflée sous mon mur d'indifférence. La désespérance muette des miens, de ces suicidés de ma famille m'indignait profondément sans que je ne m'y sois réellement attardé. C'est par la plume, l'obligation ressentie de m'en remettre à elle intégralement, comme si je m'accrochais à mon embarcation naviguant sur un fleuve inconnu, soumis à ses courants et au gré des vents, que j'ai pu aller à la rencontre de cette colère, de cette indignation muette qui m'habitait.

Tu t'es avancé progressivement, jusqu'à cette rencontre nécessaire terrée dans le repli d'une impasse. Ton écriture presque subitement est devenue un geste grave, « (...) comme on commet un crime à froid, en conduisant d'une main ferme le couteau, jusqu'au cœur non prévenu. » (Bobin, 2011, p.90).

« Ce texte est au fond de moi l'objet d'une volonté plus forte que la mienne, je le sens nécessaire, d'une nécessité vitale à laquelle je n'ai même plus la possibilité de me soustraire ! Eh bien, qu'il s'écrive donc ! » (Lejeune, 1992, p. 36)

J'ai laissé sortir un long *cri écrit* silencieux. Ils sont ceux que j'ai intégrés à mon récit phénoménologique intitulé « Quand la plume se met à postillonner ». Je me permets d'en rappeler ici un extrait :

*Suis tellement en colère d'être entouré d'autant de désespérances humaines...
Non, c'est pas vrai... si c'était juste de la désespérance humaine ça m'irait,
Ce qui me tue à mon tour c'est ce silence autour d'elle,
C'est cette honte,
Cette incapacité à se dire ou à se parler. [...]
Que tu sois parti sans nous dire René tabarnac,*

*J'aurais aimé que tu laisses une chiasse,
 Une vomissure au moins
 Qui s'accorde à ton dernier geste...
 J'te connaissais pas tant.
 Mais je t'aimais...
 J'te l'ai pas dit, j'ai pas eu le temps crisse
 Mais j'aurais pu.*

Ces mots étaient incontournables, ils se sont imposés à moi dans une force étonnante. Une force, comme un grand flot qui emporte tout sur son passage, nécessaire pour rompre l'embâcle d'une retenue immense qui m'habitait. Une colère qui m'a fait pousser un *cri écrit*, comme l'entend sûrement Jeanne-Marie Rugira (2004).

Le cri représente ici l'expression d'une extrême douleur, de l'éclatement du « moi », mais surtout d'un immense espoir en la présence d'un certain *Autre* qui pourrait se laisser toucher, accueillir ce cri ou, à défaut, autoriser le début d'un balbutiement, pour enfin les transformer en mots afin que naisse le dialogue. Le dialogue incarne alors ce lieu par excellence de l'émergence du sens et du sujet. (Rugira, 2004, p.219)

Une fois lâché, un inconfort est venu me hanter. Ai-je le droit de l'exprimer ? N'est-ce pas là, plus de bruit ? Une pollution supplémentaire ? De la désespérance empilée sur de la désespérance ? Au début, je suis resté mal avec ces cris écrits. Je n'avais même pas la force de les relire. J'avais l'impression qu'ils formaient un amas immonde. Un détritrus informe et vulgaire. Et puis, j'ai laissé passer du temps. Jusqu'à les oublier presque.

Je ne me souviens pas exactement quand j'ai décidé de les revoir. Je me souviens surtout que je les ai retrouvés différents. Comme si le temps avait accompli quelque chose. Mon regard sur eux avait changé. Ils m'horripilaient un peu moins. Et puis, j'ai senti la possibilité nouvelle d'en faire quelque chose d'autre. De cette possibilité qui m'apparaissait, j'ai cru que je devais irrémédiablement m'en saisir. Une responsabilité. Comme si j'avais devant moi un bloc de glaise brut, humide et un peu dégoulinant. Au moins, j'avais matière à sculpter ! J'ai coupé des bouts, retravaillé quelques sections. À un moment, j'ai décidé de les intégrer sur un dessin qui appartenait à mon oncle et que j'avais

récupéré suite à son décès. À travers ce geste, la même sensation d'un accomplissement, comme celle que j'avais ressentie en écrivant mes mémoires du suicide de ma tante et de mon oncle, m'est revenue et m'encourageait à poursuivre de plus belle. Alors, j'ai fait quelques allers retour encore, en laissant passer un peu de temps, et puis je revenais, en retouchant encore quelques bouts, avec la sensation que ce bloc de glaise devenait de plus en plus quelque chose qui me satisfaisait. Il me donnait la sensation de mettre en forme une part de moi inexprimée jusque-là qui avait besoin de l'être et qui faisait partie de mon expérience. En cela même, ces mots, aussi immondes m'avaient-ils paru au départ, avaient leur légitimité, leur droit d'expression être-au-monde comme étant moi-même. Au bout d'un moment, j'ai osé les partager à quelques alliés, pour ne pas rester seul avec eux. À l'instar de Rugira (2004) j'ai pu accueillir ce cri et le transformer en un texte partageable qui me permettait le début d'un dialogue. Au fur et à mesure que je travaillais sur ce *cri écrit*, j'ai vu l'émergence d'un sujet qui était sur la trace de sa voie/voix d'*apprenance* par l'appivoisement de cette colère qui avait été jusque-là, muette. Enfin, suite à une mutation de mes propres représentations enfouies, du sens nouveau avait la possibilité d'apparaître.

Je suis depuis, sensibilisé à cette colère silencieuse qui peut nous habiter comme un miroir aussi violent que cette tragédie qui nous a frappés. Je considère l'expression de celle-ci, dans un processus de deuil par suicide par exemple, comme une étape cruciale pour nous acheminer au-delà de ces non-dits qui peuvent s'insinuer en nous de façon pernicieuse. Le suicide d'un proche transmet le non-dit dans son entourage, comme un héritage avec lequel nous devons, nous les vivants, nous dépatouiller par la suite...

En écrivant mon cri avec la liberté d'expression qu'offre l'écriture et en le partageant, je crois mieux comprendre ce que l'art et la philosophie peuvent apporter lorsque Marc Chabot (1997) parle d'« écrire sur la souffrance comme seule vraie médecine de l'âme », c'est-à-dire de soigner notre souffrance en la représentant et en la partageant. J'ai approché cette colère silencieuse sous-jacente à la désespérance par l'écriture, j'ai encouragé son expression libre à travers le *cri écrit*, et partagé.

Une des dimensions les plus importantes héritées de mon processus d'apprenance, a été la découverte étonnante de cette capacité alchimique de l'écriture qui fait passer de la crise à un cri communicable qui s'offre à partager dans un écrit relié et reliant. Il y a dans cette audace de passer d'une contenance muette et sidérée de sa crise pour oser s'arracher du corps un cri-écrit : non encore socialisé, mais qui est une voie de passage nécessaire pour réintégrer son humanité parlante et reliaante. La figure suivante présente cette marche initiatique qui s'arrache de soi pour s'offrir au monde dans une extrême vulnérabilité en attendant une renaissance à partager.

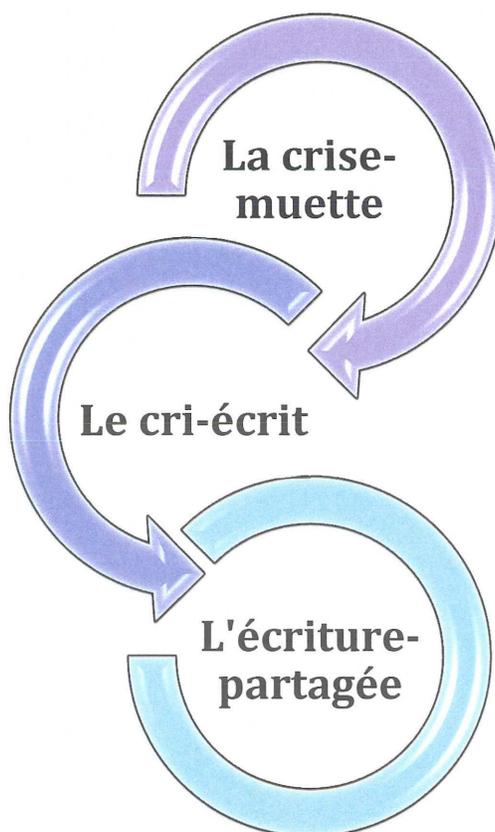


Figure 9 : Un cri-écrit pour passer de la crise muette à la reliance apprenante

5.7 L'ÉCRITURE COMME EXPÉRIENCE DE SOI : M'ÉPROUVER DANS LA PÉREVERANCE

La sagesse multimillénaire des langues gréco-latines a formé ce mot d'expérience au moyen de deux prépositions : ex, qui signifie le départ, volontaire ou forcé, hors du milieu usuel ou initial, et per, qui décrit le voyage à travers un Nouveau Monde, tout autre. Ce double mouvement, d'arrachement et d'étrangeté, dans l'errance et la pérégrination, implique des risques physiques, donc de mort et de bannissement social et politique, ce pour quoi le terme d'expérience avoisine celui de péril et y trouve une racine.

Michel Serres

L'écriture est une expérience qui s'est révélée être une épreuve (expérience vient du latin *experiri*, et signifie éprouver) dans ma démarche. Ce que j'entends par épreuve peut être associé à ce que Heidegger (1976) nomme « faire une expérience ». Le fragment qui suit donne à penser que faire une expérience consiste à se laisser atteindre par ce qui va nous transformer.

Faire une expérience avec quoi que ce soit, cela veut dire : le laisser venir sur nous, qu'il nous atteigne, nous tombe dessus, nous renverse et nous rende autre. Faire veut dire ici passer à travers, souffrir de bout en bout, endurer, et accueillir ce qui nous atteint (Heidegger, 1976, p.143)

Ainsi, je découvrais l'expérience de l'écriture comme une épreuve au sens d'un exercice exigeant, mais aussi, et surtout, comme l'occasion de m'éprouver, de me mesurer par l'acte alchimique qu'est l'écriture elle-même. Écrire en revient pour moi, à déménager. À m'établir dans un ailleurs. Je vais à l'écriture comme j'entre dans une forêt. Elle est belle, mystérieuse, pourtant c'est difficile d'y rester après un certain temps. Simplement faire face à la page blanche et oser taper un premier mot me demandait souvent un effort considérable et impliquait bien des détours. J'ai plusieurs passages dans mes *journaux-brouillons* qui témoignent de cette épreuve de la page blanche :

Souvent, une fois assis devant mon écran, je me sens éparpillé, agacé, irrité et je me retrouve figé, sans mot, avec la peur d'en oser un qui soit inapproprié. J'ai besoin de débridage. Pour me lancer, j'ai besoin de me chauffer, de me réchauffer

en laissant couler, avec la possibilité que ce soit n'importe quoi, le temps de quelques mots, le temps de quelques paragraphes, me laisser dire, au risque d'être « à côté de mes pompes ». Mais, au fait, qu'est-ce que c'est que d'« être à côté de ses pompes » quand j'écris ? Est-ce que c'est d'écrire quelques phrases que je juge incohérentes ou de ne pas arriver à en écrire une seule en plusieurs heures, de peur d'être « à côté de mes pompes » ? Dans mon cas, c'était la plupart du temps la deuxième option. Alors, d'abord taper des mots sur une page --- ÉCRIRE --- tout simplement. Me dégoûter la patte en cherchant à entrer en contact avec cette qualité de présence propre à l'instant d'écriture. J'aime cette expression : « instant d'écriture », il désigne pour moi ce moment où je trouve le confort de ma propre compagnie dans l'acte d'écrire. Habituellement, il finit par s'installer progressivement un état de présence à moi-même : j'entends mes doigts qui tapent sur le clavier, le bruit des touches qui s'enfoncent et l'esprit arrive à se débrider peu à peu jusqu'à ce qu'un dialogue s'installe. Le plaisir de se parler à soi-même. C'est dans le bouquin de M. Chabot je crois où il disait que l'écriture c'était d'éprouver le double plaisir de se parler à soi-même et à une foule tout à la fois. C'est précisément là que la solitude peut devenir foisonnante, pleine de rien, de tout, mouvante.

L'épreuve de l'écriture m'invitait à apprendre la persévérance. Et persévérer, c'est faire une expérience ou encore, m'éprouver en temps réel par une *praxis* d'écriture. C'est une occasion de discussion avec moi-même, avec mon corps, mes motivations, mes rêves, avec ma nature, dans ses dimensions les plus tacites, qui se trouvent à être révélées *dans et par* l'action d'écrire. M'éprouver dans la persévérance c'est donc m'engager dans une pratique d'écriture qui dévoile mes manières d'être-au-monde pour les mettre en dialogue dans l'espérance d'une rencontre avec de nouvelles possibilités. C'est chercher cette discussion comme étant l'occasion d'un accordage, d'une collaboration sentie profondément dans le corps. C'est apprendre l'écoute subtile de « l'autre » en soi comme en parle Sylvie Morais.

On pourrait dire que je fais l'expérience qui me fait, avec le risque d'une exposition à une altérité qui m'atteint en plein cœur. Autrement dit, faire une expérience c'est mettre ce que je vis à l'épreuve de l'altérité. Et si le propre de l'altérité (du latin *alter*, autre) est précisément ce qui nous altère, nous transforme, faire une expérience convoque au changement, à la mise en mouvement, à une altérité qui nous fait courir le risque, le danger de la perturbation, celui de l'égarment et de la vulnérabilité. (Morais, 2014, inédit)

Dans l'effort propre à cette persévérance, je m'étire jusqu'au bout de moi-même. Il faut que je sois d'une certaine façon « au bout de moi », à ma limite, pour que j'entre en contact avec un certain advenir. J'aime associer cet advenir au sens de l'« apex », vocable que j'ai recueilli dans mes études en horticulture. L'apex, dans le monde botanique, correspond à l'extrémité d'un organe constitué d'un amas de cellules non différenciées, de cellules prêtes à devenir ceci ou cela. L'apex a aussi une signification dans le monde astronomique, il définit ce point de l'espace dans la constellation d'Hercule vers lequel semble se diriger tout le système solaire. « Me faire apex » consisterait alors à m'exposer profondément à l'inconnu, à ce qui me dépasse. Fournir un effort dans la persévérance c'est me frotter à l'inconnu, à ce qui est juste de l'autre côté de moi dans l'attente d'une rencontre avec un autre que moi.

M'éprouver dans la persévérance, « me faire apex » c'est donc de rencontrer mes limites et mes impasses, c'est accepter de les éprouver parfois jusqu'à avoir mal, jusqu'à croire que je n'y arriverai plus. C'est faire face à mes ambivalences et mes incertitudes générées par la rencontre de mes difficultés. Un peu comme à vélo, au moment d'un pic d'effort où l'inconfort est omniprésent, il y a la panique de mon esprit anticipateur qui part en vrille, qui se projette déjà face au fait qu'il ne peut envisager endurer ça encore longtemps ni même envisager revivre ça ultérieurement. Il y a aussi ma peur de voir cet inconfort augmenter encore. Il y a mille justifications à l'abandon, mille formes au découragement dans ces instants précis d'effort. Voici un extrait de mes *journaux-brouillon* qui relate cette expérience :

Aujourd'hui, seul avec mon écriture dans ses différents décors où elle me projette, je m'éprouve au contact d'un silence, d'un « tout autre » qui m'encercle. En projection sur lui, le reflet d'une solitude triste qui croit au vide, à l'absence et à l'indifférence. Et puis, à m'y frotter, une nuance qui brèche mon préjugement, c'est venu sur le dos d'un mot ou d'un espace blanc entre deux phrases, je ne saurais dire exactement... quelque chose a bougé en arrière du décor, c'est doux l'univers juste là avec ma solitude qui consent à se laisser faire un peu... Quand ça vient, j'ai soudainement envie de croire en ma propre transformation : que de « me sentir avec » serait le premier lieu, le socle

fondateur sur lequel tous les autres se posent. Comme s'il y avait là aussi dans ces instants difficiles, une conscience qui se distingue de mon esprit anticipateur, une conscience du moment lui-même qui arrive à le calmer alors qu'il pourrait naturellement commencer à se désespérer avec toutes ses anticipations pessimistes. Cette conscience du moment lui-même, quand j'arrive à poser mon attention dessus, elle s'avive, gagne en espace et donne une qualité différente à toute mon expérience. C'est comme si elle ne cherchait qu'à être prise en compte, elle est d'une nature délicate, profonde, difficile à atteindre et pourtant quand je la touche, elle se réverbère partout et donne une aura de paix, d'acceptation et le goût d'une persévérance douce et pourtant sans compromis. Je suis à me dire que c'est elle que je cherche, avec sur le portail de sa demeure, toujours, qui m'attend, la meute de mes empêchements. Pourtant, c'est là qu'il faut me rendre pour arrêter d'être joué par tous ces conditionnements et ces peurs, c'est bien là que je dois m'amener pour comprendre et sentir cette vivance, ce « un peu plus qu'à l'habitude », ce « je ne sais quoi » qui fait toute la différence pourtant.

M'éprouver dans la persévérance c'était aussi découvrir ma foi discrète, au travers du bruit de mes impasses et de mes ambivalences. J'étais en train d'apprendre à ne plus me lâcher quand la désespérance venait à travers l'effort que j'investissais, et que mon cœur s'emballait. Je découvrais qu'elle avait sa limite et qu'elle n'était pas à craindre tant. Elle se tolérait. La désespérance était ma limite, mais le secret était qu'elle avait elle-même sa propre limite et que je pouvais m'élever au-delà, progressivement. J'apprenais à mieux vivre avec elle en sachant qu'elle m'annonçait la venue d'autres mondes, de moi autrement et qu'elle m'indiquait, à coup sûr, que j'étais sur le chemin de ma propre formation. Ces impasses, comme autant de nœuds sur lesquels je me suis buté quand j'ai écrit la désespérance, la peur, le sentiment d'échec et la mésestime, formaient un mur, un écran ou plutôt un palier à gravir au-delà duquel je m'acheminai pas à pas, mot à mot, sur le dos de ma persévérance.

Ce serait s'égarer que de concevoir l'espoir comme antidote de l'angoisse. [...] L'angoisse et l'espoir sont deux sentiments fondamentaux et complémentaires de notre situation dramatique d'existants. Le refus de l'un entraîne le refus de l'autre. De quelle manière? Par l'oubli du possible. C'est en effet le Possible qui est le concept unificateur du temps et de la relation, de notre espoir et de notre angoisse. Et parler du possible, c'est parler de l'existence en tant que possibilité. (Honoré, 1992, p.127)

En somme, envisager l'expérience de l'écriture comme possibilité de m'éprouver dans la persévérance est une posture, une attitude que j'ai exercée et par laquelle j'ai appris à consentir à la rencontre de mes impasses dans l'ouverture au possible.

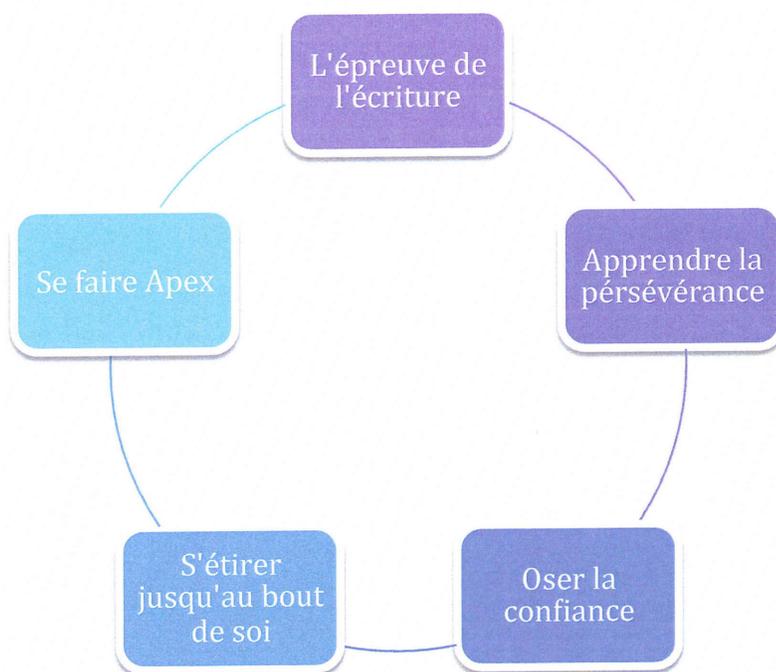


Figure 10 : À l'épreuve de l'écriture : S'entraîner à la persévérance

5.8 ME « METTRE A VUE » : LE PARTAGE COMME POSSIBILITE D'UNE PAROLE NEUVE

Parler vraiment à quelqu'un revient à accepter de courir le risque du délogement, le risque d'être entendu et écouté d'ailleurs que du point imaginaire où notre discours nous place. D'un autre côté, l'acte de parler se fonde sur l'espoir de la découverte d'un autre soi-même à partir d'une autre rive, celle de notre interlocuteur.

Jeanne-Marie Rugira

Sur mon chemin d'apprenance, l'écriture s'est avérée indissociable de l'oralité. Le partage ponctuel de certains de mes écrits a été une des étapes fondamentales au travers ma démarche. J'ai découvert la puissance et l'importance de partager. Chaque fois, j'anticipais

ces moments, ça m'intimidait, je craignais l'intensité qui risquait de s'y trouver en sachant toutefois que l'exercice était important, voire initiatique. Voici une explicitation d'un moment où je décris cette expérience que j'y fais et ce sur quoi je porte mon attention pendant un tel exercice.

Je me souviens. L'ambiance est tamisée et solennelle, l'écoute de tout le monde se ressent. Au début, j'ai peur de ne pas arriver à lire ce que j'ai écrit. C'est un exercice exigeant. Quand je lis, je cherche une voix, un ton et un rythme qui s'accordent à ce que je lis, qui honorent ce que je lis et me permettent de le contenir. Je suis tremblant quand je lis. Lire devant les autres mes écrits n'est pas la même expérience que les écrire seul avec moi-même, c'est plus intense.

La distance présente entre l'évènement et celui qui l'a écrit un peu plus tôt s'abolit, fait corps presque subitement et il y a un réel choc qui me fait trembler de tout mon corps. L'artéfact abîmé, qui me paraissait sans intérêt, tout à coup révèle tout son univers, non pas que je retrouve plus de mémoire, mais j'éprouve dans ma chair l'effet de mon souvenir. Dans l'instant, mon rapport à mon souvenir mute. Je n'y suis plus indifférent. Si le souvenir était sec et froid en moi avant, maintenant il bout et me traverse de part en part. Comme si quelque chose germait, prenait vie, s'alliait dans moi. Une alliance oui, entre un passé et un présent de laquelle naissait un nouveau rapport à l'évènement, mais surtout à moi-même, à mon histoire et à ma communauté en présence.

Alors, je lis tremblant en cherchant tout au long comment mieux me contenir. Ma voix devient ce par quoi je m'accorde à moi-même. La caisse de résonance étant mon propre corps et les autres formant un cercle de présence et d'écoute silencieuses et attentionnées autour de moi. Et, au fur et à mesure, cet accordage se trouve. Il y a progression, même si je reste fébrile jusqu'à la fin, un certain confort se trouve (heureusement). Une voix qui prend appui dans le fond de mon ventre, que je dois tenir dans un ancrage plus bas, comme si c'était de là, dans mon ventre, que j'arrivais à contenir sans étouffer et sans défaillir non plus au contact de ce qui m'habite. Il y a un rythme plus lent que je prends. Chaque phrase et chaque mot ont leur poids et ont besoin d'être mastiqués. Lire mes écrits dans ce contexte est comme une digestion à l'envers : non pas du dehors au dedans, mais du dedans au dehors; une digestion initiée à la sortie de mes mots dans le monde. Le rythme et le ton sont cruciaux à la bonne assimilation tout autant que l'est l'écoute attentive.

Quand je termine ma lecture, je note le silence, l'écoute est presque matière tangible, une pâte de silence et de regards humides. Je reprends mon souffle avec eux. Si ce moment ne dure pas très longtemps, il n'est pas moins important que le

reste. Il me semble que je pourrais me « nourrir » de cet espace plus longuement. C'est exigeant de tenir l'intensité emphatique du moment. Je garde en mémoire les regards intenses de certains qui me touchent et dans lesquels j'aurais envie de me poser longuement. Je vis une certaine retenue même si j'ai le sentiment d'être dans une proximité rare avec chacun, et de m'abreuver à l'essentiel dans cet instant. L'après-lecture me laisse dans un état malléable, atteignable là où je le suis rarement : l'autre peut me rejoindre et entrer en moi. Je deviens dans cet instant « métissable ». La fibre sédimentée de moi-même a chauffé suffisamment pour qu'un alliage nouveau prenne forme.

Ainsi, lors de la lecture de mes écrits, l'« autre » entre là où j'étais prisonnier de mon propre rapport à mon histoire. Ce qui est problématique est bien mon rapport à mon histoire, et non pas l'histoire elle-même, dans ces moments-là ça devient évident, la distinction devient visible et je suis en mesure de différencier l'apriori naïf, de l'histoire elle-même.

[L]es évènements qui arrivent à chacun d'entre nous déterminent moins sûrement nos actes, nos espérances, nos performances, notre acceptation ou notre révolte, notre équilibre affectif que ne le font les interprétations et les justifications que nous donnons de ces évènements eux-mêmes. (Mezirow, 2001, p.15)

Par ailleurs, il ne s'agit pas de n'importe quel « autre », mais d'un autre bienveillant :

Ce n'est que dans un accueil bienveillant que l'[on] peut saisir l'occasion de se former et ainsi apprendre à *vivre-en- [apprenance]*. C'est donc dire qu'avec un autre bienveillant, dans un accueil de qualité, l'[on] apprend à se saisir pour soi-même la condition de [son apprenance] : cette occasion unique qui lui permet de changer, de se transformer, de se former, simplement. (Morais, 2012, p.226)

À la lecture je m'éprouve donc autrement, entre moi et l'autre bienveillant qui m'inspire et m'attire comme un futur moi-même. L'« autre » bienveillant comme une présence silencieuse et pleine de sollicitude qui abreuve nos « êtres de solitude » et ouvre nos propres espaces intérieurs à une infinité de possibles. J'advieus à moi-même dans une forme actualisée de qui je suis, de qui j'ai été et, certainement, j'ose le croire, de qui je deviendrai. C'est un réel exercice de mise en forme qui a lieu et qui s'opère. Je m'exerce à « advenir », à me faire naître dans une forme plus achevée, plus aboutie, plus complète et

plus libre de moi-même. Je suis, dans ces moments de lecture de mes écrits avec un autre bienveillant, au monde en *apprenance*.

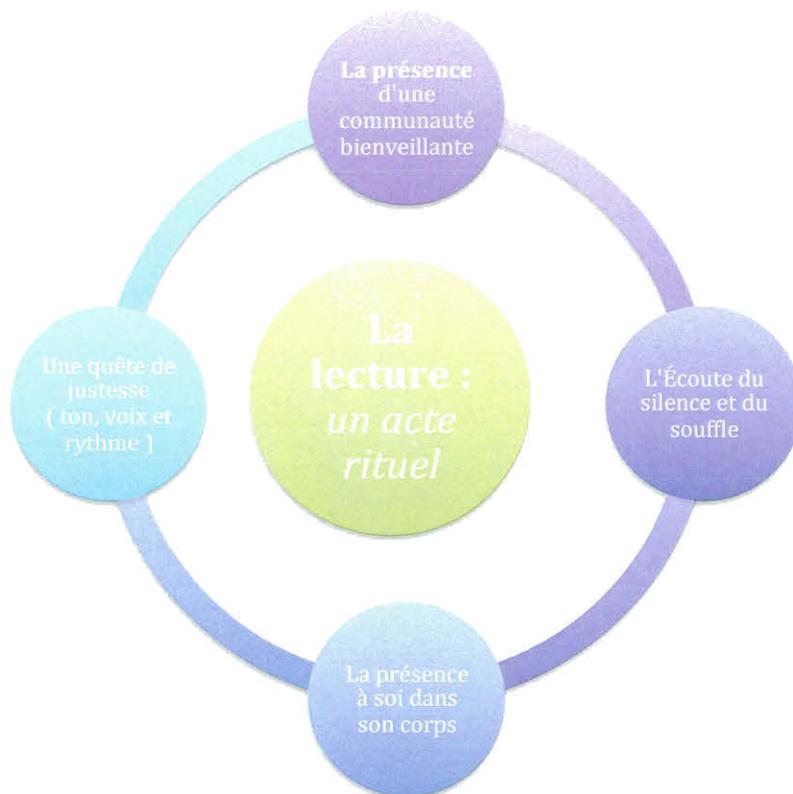


Figure 11 : *La lecture comme acte rituel*

5.9 SYMBOLISER UNE EXPERIENCE INTERIEURE : LA METAPHORE DU *PLONGEON HUARD*

[L'écriture comme œuvre] invite à la lecture du sens caché et du sens en train d'opérer et de féconder le futur. Les signes qu'elle offre à nos sens sont à la fois témoignage d'expériences et intuitions symboliques pour des formes à venir.

Bernard Honoré

Pendant cette traversée peu commune, j'ai senti l'urgence de me trouver d'autres espaces de formation susceptibles de m'aider à renouveler le sens de l'épreuve que je rencontrais. Je me suis donc saisi de différentes occasions qui se sont présentées sur mon

chemin en envisageant qu'elles puissent m'acheminer vers des points de vue inexplorés. Toutes ces occasions de formation ont été des conditions essentielles à ce que mon écriture me permette d'entrer en apprenance à travers la désespérance que je rencontrais. Notamment, j'ai participé à un stage en pleine nature qui m'a beaucoup aidé à ritualiser mon passage et à retrouver du sens et de l'espérance. Par ailleurs, toute une section de mon récit phénoménologique en est inspirée. L'expérience de ce stage combinée à ma démarche d'écriture a contribué à dévoiler et à accroître le potentiel formatif de l'un et de l'autre. Ainsi, il s'opérait une boucle itérative entre les expériences vécues et l'écriture phénoménologique qui venait amplifier et enrichir le sens que je donnais à mon vécu singulier.

J'ai pris tout particulièrement conscience de cette boucle de sens quand je suis revenu, par écrit, sur cette expérience décrite dans mon récit phénoménologique que j'ai nommé « La feinte du Plongeon Huard ». Cet épisode a été extrêmement marquant pour moi, j'étais face à l'insolite.

« [L]’insolite est tout ce qui étonne et surprend par son caractère inhabituel, non conforme ou anormal. Il est tout ce qui ne permet pas une représentation immédiate, et encore moins une explication rassurante. L’insolite est aussi le « je-ne-sais-quoi » et le « presque rien » où l’exceptionnelle finesse de pensée de W. Jankelevitch voyait la chose la plus importante « la seule qui vaille la peine d’être dite et la seule justement qu’on ne puisse dire... ». [...] L’insolite est là, partout, à tout moment, dans les interstices de ce qui nous apparaît dans sa forme connue, et vis-à-vis desquels nous ne savons que dire ni à quoi nous en tenir. [...] Il capte alors l’attention et maintient la vigilance. C’est le moment d’être à l’écoute et d’avoir l’œil sur la forme à l’état naissant. C’est aussi le moment où il mobilise l’attention authentique, génère une émotion où se mélangent l’aspiration et la crainte. (Honoré, 1990, p.219)

Après l'avoir vécu, j'étais sans mot, ou du moins, les mots me semblaient inappropriés et insuffisants pour exprimer toute l'importance contenue dans l'évènement, ou plutôt dans mon étonnement.

L'étonnement caractérise la force d'une impression appelant une explicitation qui

elle-même engendrera des nouvelles représentations et de nouvelles explicitations, mais sans anticiper sur le sens à venir. Il est le sentiment de l'ouverture du sens. (Honoré, 1992, P. 115)

C'est dans cette visée d'Honoré que j'ai été revisité cet évènement par écrit à la manière phénoménologique telle que je l'ai décrite déjà. J'ai eu le sentiment de plonger à nouveau dans le lac en ayant la possibilité de revisiter chaque étape et de les déplier une à une plus finement. Mon principal étonnement sera de découvrir, au travers de ces différentes étapes qui émergeaient par l'écriture, qu'elles me semblaient profondément rattachées à mon processus de formation que je poursuis dans ma recherche. Comme si à travers elles, l'essentiel des étapes de mon processus apparaissait symboliquement.

L'écriture de « La feinte du Plongeon Huard » m'a ainsi introduit à la dimension symbolique du langage. Maurice Legault, professeur de psychopédagogie à l'Université Laval, s'est intéressé à cette dimension en contexte de formation. Selon lui on retrouve :

... un mouvement naturel de déploiement de ces symboles vers la révélation du sens. Le travail avec le symbole consiste ainsi davantage à lui permettre de se développer jusqu'à la pleine maturité du sens. Une condition propice à ce déploiement du sens est la qualité de la présence et de l'attention que la personne porte à son symbole d'identification. (Legault, 2009, p.36)

Toujours selon Legault (2009, p.39), la symbolisation travaille « comme un liant entre les étapes de l'intelligibilité. » C'est-à-dire que la symbolique permet de maintenir entre elles chacune des étapes du « processus réflexif ». La symbolique aurait donc « une fonction de reliance » entre les différents « plans d'intelligibilité ».

Comme chercheur, la symbolique du Plongeon Huard m'a permis de prendre de la distance sur ma traversée tout en amplifiant ma sensibilité à l'expérience de celle-ci. Ce texte symbolique m'a accompagné tout au long de mon chemin d'apprenance, comme un moment ressource qui me tenait *en veille* (Honoré) tout en m'inspirant une voie de passage, une vision jusqu'à son aboutissement dans l'*apprenance*.

En premier lieu, le Plongeon Huard, comme dans l'allégorie présentée au début de ce mémoire, fait figure de métaphore propre à la posture du « chercheur » qui doit « plonger » dans ses propres profondeurs pour aller cueillir un enseignement, une compréhension, une nourriture nécessaire à sa vie, à son monde, à son époque. Le plongeur huard est aussi symbole d'une *formativité en potentiel*, ou encore, d'une *possibilité d'apprenance*, dévoilée au contact de l'événement du suicide de mon oncle. Il est une intersubjectivité et donc, tout à la fois, un symbole de moi-même, de René et de cette réalité du suicide qui nous est commune dans notre histoire familiale.

Rejoindre le Plongeur Huard « *Un huard plus loin, tu cherches à t'approcher. Il est à bonne distance de toi. Il apparaît et disparaît de la surface.* » Cette section symbolise l'« appel », celui d'entrer sur mon chemin d'apprenance : il est ce qui m'attire sans que je ne sache clairement « ce vers quoi je suis appelé » ni même « ce qui en moi est appelé ». Pourtant, je suis sans équivoque quant au ressenti de cet appel et, plus encore, je dirais qu'il me pousse à croire que je m'avance « là où ma vie me veut ». Cette attitude m'évoque la *naïveté* propre à celui qui s'élance dans sa vie : ses motivations ne sont jamais *claires en conscience* et lui seront dévoilées seulement progressivement, chemin faisant. Précisément comme j'ai été moi-même rattrapé au travers de mes différents contextes qui « conspiraient » à me faire retrouver la mémoire et à me redonner à la proximité de mon expérience passée et présente.

Le détail immense qui t'échappe « *Tu ne le sais pas encore, mais cette candeur existentielle qui frôle l'inconscience est sur le point de te quitter pour toujours...* » Ce passage illustre ce qui était occulté chez moi jusqu'alors, mon *angle mort*, et qui a été révélé par cette résonance intersubjective avec la mort de René ainsi que par ces différents contextes de ma vie qui *conspiraient* à me faire retrouver la mémoire.

La peur panique : s'éveiller aux synchronicités transgénérationnelles « Tu penses crier à l'aide, mais tu restes avec la sensation que personne ne pourrait se rendre jusqu'à toi à temps et qu'en plus, crier donnerait à cette panique une prise de plus sur ton sang-froid. » À travers ce passage, je suis plongé dans mon épreuve, jusqu'à me sentir cerné de bord en bord, par ce qui était dissimulé à ma conscience jusqu'alors. Je prends la mesure de ce qui m'habite, de ses impacts sur ma vie, sur mon histoire, mais surtout sur mon devenir. Je me retrouve face à mes impasses, à mes culs-de-sac, mes difficultés à me « dire » et à me dévoiler, j'existe à ce moment dans le voile sombre de mes représentations, de mes *préjugements* qui étaient enfouis en moi-même jusqu'au décès de René.

Surmonter la tentation exquise du désespéré « Tu n'arrives pas à savoir si tu avances ou fais du « sur place » et ça te pétrifie. Ça te panique davantage et tu te vois essayer de nager vite, beaucoup trop vite, à lutter plus qu'à tenter de nager. Tu ressembles à un chiot coincé dans une piscine. » Ce passage fait référence à mon envie de ré-agir et de me maintenir dans une *sur-vie*, de me démener en fuyant ou en niant l'impasse. Il réfère aussi à ma prise de conscience que je devais m'arrêter, me re-positionner même si cette idée me terrorisait. C'est le moment délicat de bascule vers mon choix de m'adresser autrement à ma situation et à moi-même.

Nager vers mon calme intérieur « Tranquillement, tu vas oublier peu à peu le point d'arrivée, arrêter toute anticipation, toutes ces tentatives vaines à mesurer ta possible dérive [...] Ton focus change et ton regard se vide. Ou plutôt, il fait volte-face, se retourne sur lui-même et regarde ton cœur paniqué en plein dans les yeux. Il ne le lâche plus d'un seul battement. » Ici, c'est la conversion de mon regard, le moment où je me « retourne » vers l'intérieur et où je m'adresse concrètement à mon cœur emballé en le priant de se calmer, le découvrant comme étant la seule alternative viable, la seule possibilité me restant pour me sortir d'affaire. Cette conversion de mon regard m'invite à une tout autre manière d'aborder la situation et me fait pénétrer dans une autre réalité : « Tu es ailleurs. Ici, existe uniquement le rythme de tes gestes, tes mots, ta respiration, et ton cœur, comme une boucle continue qui constitue une sorte d'aura de présence et d'attention. »

Devenir le plongeur Huard « Tu es ce calme. Tu es cette conscience en mouvement. Tu es attention inébranlable, tournée radicalement vers le dedans, collée à ton propre cœur, aux battements près [...] À partir de cet instant, tu progresseras ainsi jusqu'à la rive, tranquille comme un guerrier, l'attention plantée bien creux dans ton cœur jusqu'au fond du lac, habité d'une joie pleine de gravité. » Ce segment est l'illustration de l'intégration d'une attitude en veille constante, d'une attention nouvelle, qui a été révélée par l'épreuve du suicide de mon oncle.

Revenir à la rive (vie) : écrire pour réparer, écrire pour remercier. C'est la compréhension de l'épreuve traversée, « ta vraie joie était d'avoir vécu cette connexion au cœur de ton cœur dans l'épreuve. » C'est la découverte aussi de l'écriture comme médium pour m'acheminer vers la compréhension et la communicabilité de mon expérience : « Tu écris pour t'inviter/inventer à nouveau, juste là, tout près de ton cœur. Tu écris comme tu reviendrais chez toi, cogner à ta propre porte, en ouvrant grand les bras, pour te remercier du fond du cœur : « Je suis en vie! Merci du fond du cœur... »

*et régulièrement pour survivre à tout cela
il faut aller plonger
au plus profond de l'inconscience
dans les brèches et les abîmes
du songe et du sommeil
se ressourcer au plus obscur de l'obscurité
mimer la noyade, simuler l'agonie
arrêter d'être, goûter sombrement
la volupté absolue du néant
puis revenir, réapparaître
déjà plus léger plus humble
ayant rejeté quelques kilos d'existence
envoyer l'âme seule dans des périples
à travers les siècles & les continents
à la découverte d'un passé-présent
retrouver au détour d'un chemin
Gilgamesh puis Qohélet puis Omar Khayyâm
et tomber d'accord avec eux
qu'il y a beaucoup de raisons de pleurer
et quelques-unes de sourire*

Lambert Schlechter - L'envers de tous les endroits (2010)

En somme, arrivé en bout de course, l'essentiel du compréhensif de la symbolique contenu dans « *La feinte du Plongeon Huard* » illustre l'écriture elle-même comme une « plongée » et une voie/voix de passage sur mon chemin d'*apprenance*. L'épreuve était :

- D'être à la hauteur de cette intersubjectivité qui révèle à ma vie ce qui était dans son *angle mort* : je porte en moi la désespérance propre à ma réalité familiale ;
- De surmonter la tentation d'être désespéré en déjouant mes réflexes de sur-vie par le « retournement » de mon regard vers mon « calme intérieur » ;
- Et, finalement, de découvrir l'écriture comme véhicule pour m'acheminer jusqu'à ces possibilités nouvelles de comprendre autrement.

« La feinte », quant à elle, c'était : *mourir symboliquement et renaître à une peau neuve*.



Figure 12 : *Le lac aux Huards*

5.10 LA RENAISSANCE DU PRATICIEN-REFLEXIF

On enseigne le mieux ce que nous avons le plus besoin d'apprendre.

Richard Bach

Le sens de la profession pour ses acteurs reste toujours en attente d'être découvert.

Bernard Honoré

J'ai eu à communiquer pour une première fois, en fin de parcours, l'état de ma recherche dans un symposium du Réseau Québécois pour la pratique des histoires de vie qui avait lieu au Québec, à Saint-Alexis des monts dans la région de la Mauricie, au bord du « lac à l'eau claire ». Cet exercice a été exigeant et extrêmement significatif.

L'expérience de la recherche heuristique atteint son apogée lorsqu'elle devient expression publique ou communication des découvertes. Ce processus est un véritable acte d'engagement pour le chercheur, un acte inspiré par le désir intérieur de faire valoir la signification de ses expériences et découvertes. Il s'agit de la projection dans le domaine public de la quête personnelle de connaissance et de compréhension d'un individu. (Craig, 1978, p.187)

Il s'est présenté à moi comme une réelle épreuve initiatique, qui exigeait de moi de sortir de ma solitude créatrice, pour revenir tout tremblant dans la communauté, offrir les fruits encore trop tendres de ma traversée. Cette communication n'était pas pour moi, un simple exercice de diffusion de connaissances issues de mon chemin de chercheur. C'était toute une expérience en soi, un prolongement obligé de mon processus de formation et de transformation. Elle était formation en agir ! Elle me mettait au défi d'exposer mon chemin de chercheur et me demandait de me dévoiler, de me « mettre-à-vue », à partir de mes découvertes tout autant que de mes impasses en lien avec ce chemin initiatique que je n'avais pas le sentiment encore d'avoir réellement terminé. Avant de présenter, je me retrouvais dans une expérience de stress avancée comme dans toutes mes premières fois significatives. Je me sentais vulnérable, craintif et pas tout à fait rassuré par rapport au défi qui m'était proposé. Toutefois, je savais que je pouvais m'appuyer sur tout le chemin

parcouru jusqu'ici. Je savais que malgré mes craintes et mes tremblements, j'arriverais cette fois-ci, à me tenir plus stable en moi-même. Je savais aussi que, peu importe le résultat, mon choix était d'abord de prendre parole là où le silence avait régné longtemps et de dire tout simplement ce qui avait besoin d'être dit pour muter toute cette mort en un supplément de vie pour moi et pour les miens.

Je me souviens, je suis là, debout face à cette assemblée, j'avais le corps tremblant et le cœur qui battait la chamade. Avant de prendre parole, j'essayais encore de trouver ce « *calme intérieur* » en mettant mon attention sur « *le rythme de mes gestes, mes mots, ma respiration et mon cœur* ». La symbolique de « *La feinte du plongeur Huard* » était omniprésente pendant ma communication, en appui derrière. Ça m'a pris un certain temps avant de trouver mon calme, mais il a fini par arriver, exactement comme ça m'était déjà arrivé dans le lac, et puis je me suis senti devenir progressivement libre, libre de dire, libre de regarder cette assemblée attentive qui m'accueillait, et que j'accueillais aussi en restant ouvert et offert. Je me sentais libre de m'exprimer, de laisser la vie révéler ce qu'elle avait fait de moi au bout de cette longue et éprouvante traversée. Je suis arrivé à raconter les fragments clés de mon chemin de recherche et de formation, tout en restant connecté profondément à mes ambiances intérieures, sans perdre de vue l'autre devant moi. Par moment, j'étais très ému, sans pour autant craindre de défaillir et de perdre mon fil.

Lorsque j'ai terminé, j'ai eu le sentiment d' « arriver à la rive (vie) » et d'avoir enfin traversé symboliquement mon épreuve. Suite à cela, j'ai été particulièrement interpellé de voir une femme aller au micro, tremblante, pour partager à son tour un texte qu'elle avait écrit à propos du suicide de son frère. En la voyant, si le récit était envahi de souffrances, j'étais davantage saisi par la beauté du dévoilement, par la femme debout qui parle son histoire et son expérience singulière et intime devant une assemblée. J'ai pris conscience d'être alors en train de vivre, à cet instant précis, ce pour quoi j'avais fait cette recherche et écrit ce mémoire; j'espérais à travers cette démarche de recherche retrouver une *parole égarée, la mienne. J'espérais qu'une fois retrouvée, ma parole pourrait éventuellement*

offrir aux autres non seulement une oreille, mais aussi l'autorisation de s'engager à leur tour sur leur propre chemin d'apprenance.

Être témoin de cette femme debout dans sa parole suite à ma communication restera un moment phare pour moi. J'ai vu qu'en assumant mon chemin, en me tenant moi-même debout dans mon histoire et ma parole, j'étais susceptible d'ouvrir les conditions nécessaires au dévoilement de l'autre dans sa *formativité*. Je passais d'une posture où l'on veut transmettre quelque chose à celle où l'on se transmet soi-même à l'autre. En me déposant ainsi dans une communauté, j'étais dans un *agir en formation* et ceci demeurera fondamental pour moi et pour aider l'autre à dévoiler son propre chemin d'*apprenance*.

L'agir en formation ne peut parvenir à créer les conditions de dévoilement de la formativité dans tout agir que si les acteurs s'engagent résolument dans une démarche propre à révéler, pour ceux à qui elles s'adressent, la possibilité - dans leurs pratiques de toutes sortes - d'être eux-mêmes engagés dans une démarche d'animation formative du monde. (Honoré, 1990, P. 215)

Pour conclure, le déroulement de cette communication m'ouvre à nouveau la porte du « praticien-réflexif » et donc celle d'une pratique d'accompagnement qui puisse être appuyée sur les conditions qui se sont dévoilées tout au long de mon processus d'écriture expérientielle en lien avec la réalité du suicide. En somme, cette traversée fondatrice et initiatique de mon histoire s'est transformée en un véritable levier d'apprenance.

Une action de formation professionnelle, dans quelque domaine que ce soit, pour être réellement formative, doit permettre de découvrir en quoi les activités professionnelles considérées s'accomplissent en une œuvre pour ceux qui y sont impliqués. C'est donc une action qui doit rechercher comment une profession peut elle-même être formative. Cette recherche se fera au niveau des personnes, des institutions et de leurs organisations, dans tous les aspects individuels et collectifs de l'Exercice d'un métier. Le sens de la profession pour ses acteurs reste toujours en attente d'être découvert. (Honoré, 1992, p.169)

Je voudrais pour terminer ce chapitre présenter brièvement dans le tableau ci-dessous, les quelques *voies de passage*, qui, telles des pierres de gués ont balisé mon processus d'apprenance. Le lecteur y trouvera également, *les actes fondateurs* qu'il m'a fallu non seulement choisir régulièrement, mais poser et reposer tout au long de ce long chemin de

recherche-trans-formation. Ainsi, ai-je pu parcourir le chemin très peu balisé du moins pour moi, qui va de la désespérance à l'apprenance en passant par la voie exigeante d'une démarche d'écriture phénoménologique radicalement ancrée dans l'expérience immédiate du chercheur.

Tableau 3 : Synthèse de mes Voies/Voix de passage

Les Voies/Voix de passage	Les Actes
Porteurs d'espérance	Entrevoir l'existence en tant qu'ouverture permanente des possibles
« M'avouer vaincu » ou m'engager sur un chemin d'apprenance	S'engager entièrement dans sa voie formative
Rencontres épistolaires : déjouer la « normose » familiale	Dépasser les habitudes familiales « sédimentées »
L'écriture phénoménologique comme lieu de dévoilement	Faire <i>epochè</i> (suspendre, convertir et lâcher prise) : l'ouverture à l'expérience
L'écriture : un lieu où déposer mon cri	Oser son cri écrit : l'occasion d'exprimer sa désespérance
L'écriture comme expérience de soi : m'éprouver dans la persévérance	Faire acte d'écriture dans la durée : pratiquer la vigilance
Me « mettre à vue » : le partage comme possibilité d'une parole neuve	Partager ses écrits avec un autre bienveillant
L'écriture symbolique : la métaphore du plongeur Huard	Figurer l'advenir par la symbolisation
La renaissance d'un praticien-réflexif	Communiquer : vers une communauté apprenante

CONCLUSION GENERALE

*L'heure sonne si proche au-dessus de moi
Si clair et précise
Que tous mes sens en résonnent
Je le sens maintenant : il y a un pouvoir en moi
De prendre et donner forme à mon monde*

*Je sais que rien n'a jamais été réel
Sans mon regard pour le contempler
Tout devenir a exigé ma présence
Mon regard fait mûrir les choses
Et elles viennent vers moi, pour rencontrer et
être rencontrées.*

Rainer Maria Rilke

Me voilà enfin arrivé à ce qui commence comme dirait Gaston Miron. Dès le début de cette aventure, j'ai voulu répondre à *l'appel du monde* que m'adressait impitoyablement cet état de crise déclenché par le suicide de mon oncle René, le troisième de la famille à s'enlever la vie. Cet évènement avait eu pour effet de bousculer sérieusement certaines dimensions de ma vie personnelle, familiale et professionnelle. Interroger cette expérience m'a permis de prendre conscience de l'impératif de me mettre à l'épreuve de mon expérience sans la fuir ni m'y complaire. Le chemin était ardu bien que nécessaire. C'était mon chemin d'apprenance. En m'engageant dans un processus d'écriture, j'ai retrouvé cette *parole égarée* qui continue de me guider et de porter la plupart de mes pas d'homme. Je souhaite sincèrement que cette parole née de mes abysses puisse offrir une oreille attentive à d'autres qui comme moi cherchent leur voix/voie.

Dans le cadre de ma maîtrise en étude des pratiques psychosociales, j'ai choisi d'investir ma recherche dans une perspective heuristique (Moustaka 1961, Craig 1978). Selon une approche d'inspiration phénoménologique « radicalement » (Vermersch, 2006) en première personne, j'ai répondu à un contact authentique et intime avec ma propre expérience. Dans l'esprit de cette recherche en première personne j'ai exploré mon

expérience à travers un travail d'écriture et de réécriture de mon vécu singulier. Il m'a permis de dévoiler les conditions nécessaires à cette forme d'écriture *expérientielle* (Depraz, 1999) pour me permettre de faire cette traversée de la *désespérance* vers l'*apprenance*. De là, l'horizon de ce chemin d'*apprenance* a émergé et produit du sens et de la connaissance, non seulement pour moi-même, mais aussi a fait écho à d'autres personnes touchées par la thématique du suicide. De plus, les conditions qui rendent possible le passage de la désespérance à l'apprenance par l'écriture expérientielle peuvent aussi permettre d'outiller d'autres praticiens dans l'accompagnement.

À ce jour, au bout de cette réelle odyssée, je suis tout à fait étonné par la signifiante des expériences vécues sur mon chemin d'apprenance et de recherche. Je suis bouleversé de constater ce qu'il dévoile en terme de connaissances, de sens, d'espérance et de résilience pour moi. Dans le cadre de cette recherche, je me suis appuyé uniquement sur mon expérience personnelle. Je sais que mon expérience singulière porte une trace réelle d'universalité, c'est vers elle que j'ai tant marché.

J'ai choisi de concentrer ma recherche autour de mon processus d'écriture, témoin éveillé de mon chemin d'émancipation. L'écriture a été ma voie, elle m'a donné à ma voix. Elle m'a permis d'entrer profondément au contact de ma déroute en quête d'une porte de sortie, du dedans... En fait, tout au long de ce processus de formation, de recherche et de création, je croyais apprivoiser l'écriture, alors que c'est par elle, avec elle et en elle que ma vie m'apprivoisait.

L'écriture m'a mis en apprenance et m'a ainsi remis au monde. Elle est ce chemin qui va vers moi-même, vers cet être oublié, encombré d'une désespérance centenaire qui me dépassait et dont j'étais l'impuissant héritier... prisonnier de ses loyautés familiales et de la douleur des survivants.

Le lecteur trouvera à travers ce texte des pierres de gués qui ont balisé cette traversée émancipatrice. Sur des sentiers inconnus, j'ai croisé des alliés multiformes et tous généreux, du vent frais et de l'eau claire, du feu et des bâtons de pèlerins comme autant d'amitiés fécondes. De mon écritoire à mon bureau, de la rivière au fleuve glacé jusqu'au lac initiatique, du vieux moulin au vieillard qui pleure, du castor à l'aigle en passant par le renard, de la forêt à la nudité, quel maître n'ai-je pas eu moi ? Il y a eu aussi des frères humains, des vivants et des morts. Leur accorder mon attention et ma curiosité a su apaiser considérablement la virulence de ma désespérance en me mettant un baume au cœur. Je ne pensais pas, je me pensais tout au long de la traversée de cette mer houleuse qu'était mon deuil, avant de pouvoir m'approcher des noyés intérieurs et extérieurs de notre aventure collective.

Puis, un beau matin, je me suis réveillé sur l'autre rive. Étonnamment, le jour d'avant, je me suis cru quasi mourant, une sorte de survivant éclopé. Et pourtant me voilà plus vivant que je ne l'ai jamais été... vulnérable, sensible, curieux... j'avais un crayon à la main et l'horizon ouvert. Je m'intrigue maintenant de voir ce qui cherchera encore à s'écrire.

Je m'attends...

* * * *

La vie a voulu que je sois obligé de découvrir moi-même les chemins. Ceux qu'on me proposait, j'en voyais le déroulement me porter vers le désespoir. Je suis revenu vers les premières traces. Je les ai remontées pas à pas. D'abord inquiet. Le bruit de votre science s'était tu. Il ne restait qu'un petit chemin dans l'herbe. Ceux qui avaient passé là étaient morts depuis longtemps. J'étais dans la double solitude du temps et de l'espace. Parfois, les traces se perdaient sous l'herbe. La glaciale présence du dieu se penchait au-dessus de moi comme l'ombre d'une montagne. Les échos retentissaient d'un silence plus violent que tous les bruits de la terre. Mais, chaque fois, un ordre partait du plus secret de moi-même; d'un nœud d'artères enterré au plus noir de mon corps fusait un sang précis qui soudain éclairait mes yeux, débouchait mes oreilles, affinait ma peau au point que je me sentais aussi nu qu'une flamme. Je ne cherchais plus le chemin, j'étais la recherche même, comme le soc et le sillon. Je m'enfonçais de plus en plus loin dans ma brousse; dans cet effroyable amas de matière vivante. Il fallait écarter des lianes lourdes comme des serpents, se glisser entre des feuilles qui me retenaient comme des mains vertes, saisissant ma poitrine, mes bras, mes jambes, et je sentais palpiter dans leur force le halètement d'une sève capable de vivre pendant mille ans; l'odeur des humus tournait en lent tourbillon autour de moi, si féroce ment déchainés qu'ils me jetaient par terre, m'entraînaient comme dans les remous d'un fleuve de la montagne. La vie m'ensevelissait si profondément au milieu d'elle sans mort ni pitié que parfois, pareil au dieu, je sentais ma tête, mes cheveux, mes yeux remplis d'oiseaux, mes bras lourds de branches, ma poitrine gonflée de chèvres, de chevaux, de taureaux, mes pieds trainant des racines, et la terreur des premiers hommes me hérissait comme un soleil.

Jean Giono

* * * *

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- ARCAN, Nelly (2004) *Se tuer peut nuire à la santé*. Article paru dans le magazine P45 aussi dans *Burqua de chair* (2011).
- BARBIER, René (1997) *L'approche transversale : l'écoute sensible en sciences humaines*. Paris : Anthropos, 357 p.
- BARJAVEL, René (1966) *La faim du tigre*. Paris : Denoël.
- BEAUDRY, Jacques (2011) *La fatigue d'être*. Montréal : Éditions Hurtubise.
- BEIGBEDER, Frédéric (2009) *Un roman français*. Paris : Éditions Grasset & Fasquelle, 248 p.
- BERLET, Jean-Luc (2005) *Au-delà du désespoir*. Paris : Éditions L'Harmattan, 260p.
- BOBIN, Christian (2014) *La grande vie*. Paris : Éditions Gallimard.
- BOUCHARD, Yvon (2004) *La recherche en éducation : étapes et approches*. Éditions du CRP, Thierry Karsenti et Lorraine Savoie-Zajc, 316 p.
- CARRÉ, Philippe (2005) *L'apprenance, vers un nouveau rapport au savoir*. Paris, Dunod.
- CHABOT, Marc (1997) *En finir avec soi*. Montréal : VLB, des hommes et des femmes en changement, 161 p.
- CHABOT, Marc (1987) *Des hommes et de l'intimité*. Anjou : Éditions St-Martin, 175 p.
- CHAR, René (1977) *Chants de la balandrane*. Paris : Éditions Gallimard, 81 p.
- CORNEAU, Guy (2007) *Le meilleur de soi*. Montréal : Les Éditions de l'homme.
- CRAIG, Peter Erik (1978) *La méthode heuristique : Une approche passionnée de la recherche en sciences humaines*. Traduction du chapitre consacré à la méthodologie tiré de la thèse de doctorat intitulée : « The heart of the teacher : a heuristic study of the inner world of teaching », Boston University Graduate school of education, p. 157-218.
- BLY, Robert (1990) *L'homme sauvage et l'enfant. L'avenir du genre masculin*. Paris, Éditions du Seuil.
- CLEIREN, M. (1993) *Bereavement and Adaptation : A Comparative Study of the Aftermath of Death*. Washigton, DC: Hemisphere.

- CYRULNIK, Boris (2004) *Les vilains petits canards*. Paris : Odile Jacob. 241 p.
- D'AMOURS, L., KIELY, M. (1985) *Le processus de deuil après un suicide : essai de conceptualisation*. *Revue québécoise de psychologie*, 6 (3), 105-117.
- DEPRAZ, Nathalie (1999) *Écrire en phénoménologue : une autre époque de l'écriture*. France : Encre Marine, 219 p.
- DEPRAZ, Nathalie (2006) *Comprendre la phénoménologie*. Paris : Éditions Armand Colin, 306 p.
- DEPRAZ, Nathalie (2012) *La crise de l'humanité européenne et la philosophie*. Collection dirigée par Laurence Hansen-Løve. Edition numérique : Pierre Hidalgo La Gaya Scienza.
- DEPRAZ Nathalie, VARELA, Francisco Javier & VERMESCH, Pierre (2000) *La réduction à l'épreuve de l'expérience*. *Études phénoménologiques*, 15, p.165-184.
- DE SOLEMME, Marie. BOBIN, Christian. BESNIER, Jean-Michel. (2006) *La grâce de solitude*. Paris : Albin Michel, Essai (poche), 132p.
- DOREY, Roger (1981) *La relation d'emprise*. Nouvelle Revue de Psychanalyse, Gallimard.
- DOUGLAS, B. G., MOUSTAKAS, C. (1985). Heuristic inquiry : the internal search to know. *Journal of Humanistic Psychology*, 25, 3, 39-55.
- GADAMER, Hans-Georg (1987). *Qui suis-je et qui es-tu?* Commentaire de « Cristaux de souffle » de Paul Celan, trad. E. Poulain, Actes Sud, 173p.
- DE GAULEJAC, Vincent (1999) *L'histoire en héritage : roman familial et trajectoire sociale*. Paris : Desclée de Brouwer.
- DE GAULEJAC, Vincent (2009) *Qui est « je »?*. Paris : Seuil, 219 p.
- GAUTHIER, Jean-Philippe, LAPOINTE, Serge, PILON, Denise & RUGIRA, Jeanne-Marie (2007) *Récits de vie et sociologie clinique*. Sous la direction de Lucie Mercier et Jacques Rhéaume. Les Presses de l'Université Laval. Collection culture & société. 348 p.
- GIONO, Jean (1992) *Les vraies richesses*. Paris : Grasset.
- GOMEZ, Luis (2014) « Littérature grise : notes de cours : Récit autobiographique ».

- GOUDART, Bénédicte (2008) *Le syndrome d'aliénation parentale*. Thèse soutenue à l'Université Claude Bernard-Lyon1.
- GOYER, Christiane (1998) *La recherche théorique en sciences humaines: réflexions sur la validité d'énoncés théoriques en éducation*. Revue des sciences de l'éducation, vol. XXIV, n 2, 1998, p. 267 à 284.
- HEIDEGGER, Martin (1976) *Acheminement vers la parole*. Paris : Gallimard, 143 p.
- HEIDEGGER, Martin (1986) *Être et temps*. Paris : Gallimard.
- HONORÉ, Bernard (1977) *Pour une théorie de la formation. Dynamique de la formativité*. Paris : Payot.
- HONORÉ, Bernard (1990) *Sens de la formation, sens de l'être*. Paris : Éditions l'Harmattan, 255p.
- HONORÉ, Bernard (1992) *Vers l'œuvre de formation. L'ouverture à l'existence*. Paris : L'Harmattan.
- HONORÉ, Bernard (2003) *Pour une philosophie de la formation et du soin. La mise en perspective des pratiques*. Paris : L'Harmattan.
- HONORÉ, Bernard (2011) *La mise en perspective formative, à l'épreuve d'une rétrospective existentielle*. Paris : L'Harmattan.
- HOULE, J. MISHARA, B., en collaboration avec Suicide Action Montréal (2003) « *Évaluation des projets-pilotes d'aide aux hommes suicidaires par l'intermédiaire de leurs proches* », Rapport final de l'évaluation.
- KUHN, T. (1962) *The Structure of Scientific Revolutions*. University of Chicago Press.
- LAROSSA, Jorge (1998) *Apprendre et être : Langage, littérature et expérience de formation*. Paris : E.S.F. Éditeur.
- LAZARUS, Antoine (2009) *Effets et conséquences du suicide sur l'entourage : Modalités d'aides et de soutien*. Paru dans *Effets et conséquences du suicide sur l'entourage : modalités d'aide et de soutien*. Audition Publique organisée par la Fédération Française de Psychiatrie. Espace Reuilly – Paris.
- LEBRUN, Paule & ROBERSTON, Gordon (2013) *Quête de vision Quête de sens. Un grand rite de passage amérindien*. Paris : Éditions Véga, 275 p.
- LECLERC, Félix (1978) *Le petit livre bleu de Félix: ou, Nouveau calepin du même flâneur*. Montréal : Nouvelles éditions de l'arc, 302 p.

- LEGAULT, Maurice (2005) *La symbolique en analyse de pratique Pour une pratique de la présence au vécu de l'action et au vécu de la réflexion (1 partie). Expliciter le journal de l'association GREX, Groupe de recherche sur l'explicitation, n° 62, novembre 2005, p.35-44.*
- LEGAULT, Maurice (2009) *Les symbolisations non verbales en recherche qualitative. Une méthodologie de l'indicible. Expliciter le journal de l'association GREX, Groupe de recherche sur l'explicitation, n° 80, p.34-41.*
- LELOUP, Jean-Yves (1991). *L'absurde et la grâce.* Paris : Éditions Albin Michel.
- LELOUP, Jean-Yves (1994) *Le manque et la plénitude.* Paris : Éditions Albin Michel.
- LELOUP, Jean-Yves (2000) *L'icône, une école du regard.* Paris : Éditions Le Pommier-Fayard.
- MARIA RILKE, Rainer (2005) *Le Livre des Heures.* Bruxelles : Éditions le Cri.
- MCINTOSH, J. L., KELLY, L. D. (1992) *Survivors' reactions : suicide vs. other cause », Crisis. 13 (2), 82-93.*
- MERLEAU-PONTY, Maurice (1964) *L'œil et l'Esprit.* Paris : Éditions Gallimard, 1964, 95 p.
- MEZIROU, Jack (2001) *Penser son expérience. Développer l'autoformation.* Chronique sociale. Pédagogie formation, 265 p.
- MONBOURQUETTE, Jean (2006) *La violence des hommes. Essai de psychologie et de spiritualité masculine.* Ottawa : Novalis. 252 p.
- MORAIS, Sylvie (2012) *L'expérience de l'artistique comme pratique de soi en formation : une approche phénoménologique.* Paris : Thèse présentée à l'Université Paris 13 en science de l'Éducation.
- MORAIS, Sylvie (2014) *Faire de la recherche en première personne et de la recherche-crédation en première personne.* Article paru à l'Université du Québec à Rimouski.
- MORIN, Edgard (2004) *La Méthode 6 – Éthique.* Paris : Seuil.
- MORIN, Edgard (2014) *Enseigner à vivre, manifeste pour changer l'éducation.* Arles : Éditions Actes Sud, Play Bac, 228 p.
- MOUSTAKAS, Clark. (1990). *Heuristik Research : Design, Methodology and Applications.* Beverly Hills, Sage, 1990.

- NAESS, Arne (2009) *Vers l'écologie profonde*. Marseille : Éditions Wildproject, 328 p.
- PAILLÉ, Pierre et Alex MUCCHIELLI (2008) *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Paris : Armand Colin, 315 p.
- PINEAU, Gaston (2012) *Rendez-vous en Galilée, journal de voyage à vélo*. L'Harmattan 236 p.
- ROCHON, Serge (2011) *Solitude en nature : regard sur les quêtes contemporaines de vision*. Presses de l'Université du Québec, 262 p.
- RUGIRA, Jeanne-Marie (2004) *La souffrance comme expérience formatrice : Lieu d'autoformation et de coformation*. Rimouski :Thèse présentée à l'Université du Québec à Rimouski en éducation.
- RUGIRA, Jeanne-Marie (2005) *Se former à l'espérance*. Educational Insights.
- ST-LAURENT, D., BOUCHARD, C. (2004) *L'épidémiologie du suicide au Québec : que savons-nous de la situation récente ?*. Institut national de santé publique du Québec. En ligne. <http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/281-EpidemiologieSuicide.pdf>
- SCHLECHTER, Lambert (2010) *L'envers de tous les endroits*. Luxembourg. Éditions Phi.
- SCHNEIDMAN Edwin (1973) *Deaths of man*. Edition Quadrangle New-York Time Book Co., p. 33-34-31.
- SÉGUIN, M., LESAGE, A. D., KIELY, M. C. (1995) *Parental bereavement after suicide and accident: A comparative study*. Suicide and Life. Threatening Behavior, 25 (4), 489- 498.
- SÉGUIN, Monique (2009) *Le suicide, le comprendre pour mieux le prévenir*. Montréal : Les éditions au Carré inc., 159 p.
- SEMPRUN, Jorge (1994) *L'Écriture ou la Vie*. Paris : Éditions Folio/Gallimard, 400 p.
- SERRES, Michel (1995) *Éloge de la philosophie en langue française*. Paris : Fayard.
- SINGER, Christiane (1988) *Histoire d'âme*. Paris : Éditions Albin Michel.
- SINGER, Christiane (1996) *Du bon usage des crises*. Paris : Éditions Albin Michel, 147 p.
- SINGER, Christiane (2001) *Où cours-tu? Ne sais-tu pas que le ciel est en toi?* Paris : Albin Michel, 174 p.

- SOUBRIER, Jean-Pierre (2009) *L'ultime Prévention?* Paru dans Effets et conséquences du suicide sur l'entourage : modalités d'aide et de soutien. Audition Publique organisée par la Fédération Française de Psychiatrie. Espace Reuilly - Paris.
- TAYLOR, Charles (1993) *Grandeurs et misères de la modernité*. Cap-St-Ignace : Bellarmin, 150 p.
- TISSERON, Serge (2011) *Les secrets de famille*. Paris : Presses Universitaires de France, 128 p.
- TOUSIGNANT, M., SÉGUIN, M. (1998) *Le suicide comme point culminant d'une crise familiale*. Actes du colloque Un Québec sans suicide ? Tout faire pour y arriver.
- VAN EERSEL, Patrice et MAILLARD, Catherine (2002) *J'ai mal à mes ancêtres. La psychogénéalogie aujourd'hui*. Paris : Éditions Albin Michel, 203 p.
- VAN MANEN, Max (1984) *Doing phenomenological research and writing: an introduction*, librement traduit de l'anglais en janvier 2014 par Thierry Leuzy. Alberta, CA : The Althouse Press.
- VERMERSCH, Pierre (2006) *L'entretien d'explicitation*. Paris : ESF.
- VIAUX, Jean-Luc (2012) « Aliénation parentale : Controverses, fausses allégations et pragmatique de la démarche clinique », *Le journal des psychologues*, n° 296, p. 16-22.
- WARREN, Jean-Philippe. 1998. *Un supplément d'âme*. Québec : Les Presses de l'Université Laval, 177 p.
- WERBER, Bernard (1991) *Les fourmis*. Paris : Éditions Albin Michel.
- WERTHEIMER, A. (2001) *A Special Scar : The Experience of People Bereaved by Suicide* (2nd ed.). New York : Brunner- Routledge.
- WINNICOTT, D.W. (1971) *Jeu et réalité*. Paris : Éditions Gallimard, 277 p.

En ligne :

La légende du Plongeon Huard :

<http://www.medecinedemereterre.com/pages/philosophie-amerindienne/legendes-amerindienne/la-legende-du-huard.html>

http://agora.qc.ca/dossiers/Huard_a_collier

Larousse en ligne, désespérance :

<http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/désespérance/24399>

OMS, dépression :

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/fr/>

Référence aux générations X et Y :

http://fr.wikipedia.org/wiki/Génération_X

Site ordre des psychologues du Québec :

<https://www.ordrepsy.qc.ca/fr/documentation-et-medias/chroniques-de-psychologues/yvon-dallaire/le-couple-a-t-il-un-avenir.sn>

Institut de la statistique du Québec :

<http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/mariages-divorces/6p4.htm>

Ministère de la justice :

http://www.justice.gc.ca/fra/pr-rp/lf-fl/famil/elnej-anlsc/p3_06.html

Musique :

LECLERC, Félix. J'ai deux montagnes 1944.

PICHÉ, Paul. L'escalier, 1980.