

BRUNO CLAVIER
INÈS GAUTHIER

L'INCESTE NE FAIT PAS DE BRUIT

DES VIOLENCES SEXUELLES
ET DES MOYENS D'EN GUÉRIR



PAYOT

Ce livre nous concerne toutes et tous, de près ou de loin, qu'on le sache ou qu'on l'ignore, qu'on le dise ou qu'on le taise. Il accompagne la libération de la parole, donne du sens, et œuvre pour la prévention des violences sexuelles. Il offre à la fois des témoignages et une parole thérapeutique ; et s'il éclaire les victimes, il montre aussi les bourreaux. Cela tient à ses deux auteurs : Bruno Clavier, qui a lui-même subi des violences sexuelles dont un inceste, soigne les victimes ; Inès Gauthier, quant à elle, essaie d'empêcher les agressions.

Il sera beaucoup question ici de l'amnésie post-traumatique et de l'amnésie infantile, si importantes pour comprendre que plus les violences sexuelles ont lieu précocement dans l'enfance, plus il est difficile – mais pas impossible – de s'en souvenir. On évoquera aussi la responsabilité d'une partie de la psychanalyse dans la non-prise en compte de ces violences. Enfin, ce qui se passe dans la tête des agresseurs ou dans celle des personnes qui pourraient passer à l'acte sera décrypté. Dans tous les cas, il s'agira de guérir. Guérir pour ne plus subir, guérir pour ne plus détruire.

Bruno Clavier, psychanalyste et psychologue clinicien, est le principal représentant de la psychanalyse transgénérationnelle aujourd'hui. Il est notamment l'auteur des *Fantômes familiaux*, qui s'est imposé immédiatement comme une référence, et de *Ces enfants qui veulent guérir leurs parents*. **Inès Gauthier** est psychologue clinicienne spécialisée en psychocriminologie.

BRUNO CLAVIER
AUX ÉDITIONS PAYOT

Les Fantômes familiaux. Psychanalyse transgénérationnelle

Les Fantômes de l'analyste

Ces enfants qui veulent guérir leurs parents

L'inceste ne fait pas de bruit. Des violences sexuelles et des moyens d'en guérir (avec Inès Gauthier)

BRUNO CLAVIER
INÈS GAUTHIER

L'INCESTE
NE FAIT PAS
DE BRUIT

DES VIOLENCES SEXUELLES
ET DES MOYENS D'EN GUÉRIR

PAYOT

Retrouvez l'ensemble des parutions
des Éditions Payot & Rivages sur

payot-rivages.fr

Conception graphique de la couverture : Sara Deux -
Illustration : © Amélie Clavier

© Éditions Payot & Rivages, Paris, 2021

ISBN : 978-2-228-92889-2

I

Guérir pour ne plus souffrir

(Bruno Clavier)

INTRODUCTION

« Le sang ne fait pas de bruit¹ »

L'ampleur colossale des violences sexuelles

L'écriture de ce livre m'est apparue comme une nécessité. Pourtant, de nombreuses fois, j'en ai différé la réalisation, l'abandonnant, la reprenant, tandis qu'elle me taraudait jour et nuit. Je me retrouvais par moments paralysé, incapable de continuer à dérouler les mots qui évoquaient toutes ces souffrances. Celles de mes « patients », mais aussi les miennes.

J'ai subi moi-même de graves violences sexuelles enfant. Comment en parler ? Rares sont les psychanalystes ayant vraiment dévoilé leur plus profonde intimité dans leurs écrits ; et pourtant, je ne me voyais pas évoquer le sujet en faisant l'impasse sur ma propre histoire. Cependant, était-il possible de raconter cela avec la distance indispensable ? Et comment évoquer également les violences subies par les autres, mes patients, sans les blesser, sans

1. Phrase d'une petite fille de trois ans que j'ai reçue, Jeanne, phobique des masques, dont l'arrière-grand-père maternel a été condamné pour inceste sur ses deux filles. Elle évoque dans ses cauchemars un masque qui la tape et fait des câlins.

les trahir, même si j'avais leur accord ? Une sorte de crainte permanente, lancinante, comme si j'étais assis sur une poudrière : est-ce que je pouvais tout dire ? Comment certaines personnes allaient-elles réagir ? Comment éviter que tel terme, telle opinion, telle observation soit mal interprétés ?

Ces dernières années ont vu l'écllosion d'une série de mouvements collectifs visant à mettre en pleine lumière les violences sexuelles. Les premières dénonciations – le mouvement #MeToo – concernaient plutôt celles commises dans le cadre social ; des romans, des témoignages personnels ont successivement mis le focus sur d'autres violences, engageant encore plus l'intimité des victimes. Comme s'il avait fallu partir du général pour arriver au particulier : les violences des proches, à travers le livre *Le Consentement*¹, puis l'inceste, avec *La Familia grande*² ; d'autres ouvrages tout aussi bouleversants continuent cette quête de vérité³.

Tous ces témoignages nécessaires, fondamentaux, vont permettre un changement de nos mœurs. Cependant, pour une large transformation des pratiques de notre société dans ce domaine, il importe, au-delà des témoignages, de pouvoir mettre du sens, de comprendre les mécanismes et les effets de ces violences. Que se passe-t-il pour les victimes ? Comment en arrive-t-on à être bourreau ?

1. Vanessa Springora, *Le Consentement*, Paris, Grasset, 2020.

2. Camille Kouchner, *La Familia grande*, Paris, Seuil, 2021.

3. Je parle ici de ce qui se passe depuis la vague #MeToo. D'autres livres courageux ont paru auparavant sur le sujet, le plus célèbre étant *L'Inceste*, de Christine Angot, mais ils n'ont pas tous bénéficié du relais médiatique et des réseaux sociaux actuels.

Y a-t-il moyen de décrire l'indescriptible ?

Pas seulement parce qu'il s'agit de ce qu'il y a de plus abject de la part d'autres humains, mais parce que les faits de ce genre sont difficilement pensables et racontables ; ce sont toujours des expériences émotionnelles. Leur énoncé, même au plus juste et au plus précis, ne peut jamais rendre compte de l'enfer de ce qui a été vécu, les victimes ayant toujours du mal à partager ces sensations particulières qui n'appartiennent qu'à elles et que les autres auront peut-être du mal à entendre.

J'ai vécu des viols entre cinq et six ans dans une pension pendant plusieurs mois par deux adultes ; des abus, vers l'âge de trois ou quatre ans, par une personne dont je n'ai pas la mémoire ; l'inceste de mon grand frère une partie de mon enfance. J'ai énoncé ces violences dans l'ordre où je les ai travaillées tout au long de mes thérapies.

J'écris donc sur ce sujet, car je le connais par mon esprit, par mon corps. Par la souffrance de toute une vie.

Adulte, j'étais amnésique de ces violences sexuelles, sauf celle de l'inceste perpétré par mon frère aîné, mes souvenirs conscients sur cela ne commençant qu'à partir de mes huit ans. Douze premières années de psychanalyse ne m'ont pas fait retrouver la mémoire ; elles m'ont plutôt enfermé dans un statut de victime inconsciente. J'ai vraiment apprécié mon analyste et la manière dont cet homme, aujourd'hui décédé, m'a aidé dans de nombreux domaines, mais il n'a pas su le faire dans celui-ci. Par d'autres moyens, j'ai pu retrouver mon histoire, en partie. Ma mémoire globale revenant en rêve, il m'a fallu reconstituer ce qui m'était arrivé précocement pendant presque vingt ans de cauchemars

hebdomadaires. Après trente ans de travail psy personnel, je ne raconte pas les choses à la légère.

J'ai déjà exposé une partie de mon cas dans un de mes livres, mais à la troisième personne. Non que j'eusse peur d'en parler. Cela fait bien longtemps que je le fais dans mes conférences et formations. Je ne crains pas ce dévoilement, en tout cas consciemment. Première raison de ma dissimulation consciente derrière un cas anonyme : à l'époque, j'avais l'idée naïve de faire passer un message aux thérapeutes et surtout aux psychanalystes afin que puisse être révisée la théorie freudienne du fantasme, négation implicite des abus sexuels. Connaissant le milieu psy, et vu les remarques dont j'avais déjà été l'objet, je pensais que l'on dirait quelque chose comme : « Cet homme a été abusé et violé, donc il tourne en boucle sur le sujet. Il en est devenu maniaque, le pauvre. » Mais c'était peine perdue, car je n'ai jamais eu aucun commentaire sur ce que j'évoquais. Il valait mieux ignorer ce qui contenait implicitement une remise en cause de la psychanalyse plutôt que de le combattre et lui donner une quelconque publicité. Deuxième raison, plus inconsciente : dans ce procédé littéraire qui m'a amené à présenter mon cas comme celui d'un patient que j'avais reçu, je me cachais derrière le subterfuge de la troisième personne sûrement par honte et culpabilité, je préférais en tout cas disparaître, pensant être plus convaincant, mais il est probable que je souhaitais disparaître tout court. Comme si ma vie et ma mémoire volées dans mon enfance devaient l'être encore et toujours et à jamais.

Mais les temps ont changé pour les victimes ; ils ont aussi changé pour moi. Une des premières clés

de guérison d'une personne violentée sexuellement est justement de ne pas avoir honte, et surtout pas de sa honte première. J'étais un enfant, une victime. Je peux maintenant dresser haut la tête pour parler de ces violences.

J'ai donc décidé de raconter mon cas, plus complètement et à la première personne, parmi les divers exemples de ce livre et même comme un fil conducteur. Mon histoire, mais aussi celles de patientes et patients qui m'ont consulté, avec leur autorisation bien entendu. Ce n'est pas tant mon vécu douloureux qui m'a amené à écrire cet ouvrage – j'aurais préféré ne pas m'exposer à ce point – mais bien plutôt les personnes que j'ai reçues et celles que je reçois, qui m'ont fait découvrir l'ampleur du phénomène. Peut-être que par une meilleure compréhension de ses mécanismes et incidences, dans un souci de prévention, je pourrai contribuer à ce que plus jamais un certain nombre d'enfants, d'adolescents et d'adultes n'aient à souffrir de ce fléau comme moi et comme tant d'autres en ont souffert.

Curieuse observation : à partir du moment où j'ai retrouvé la mémoire, mes patients m'ont révélé tour à tour qu'ils avaient été abusés, violés. Comme s'ils se taisaient, ou même gelaient leurs souvenirs jusque-là, solidaires de ma prison intérieure. Comme s'ils attendaient inconsciemment que j'en sois moi-même libéré avant de se livrer eux-mêmes. Cette responsabilité écrasante du thérapeute donne à réfléchir. Ce processus de libération de la parole sur les violences sexuelles est extensible au niveau de la société entière ; au moment où elle se développe dans les médias, elle se libère dans les cabinets de psys. C'est ce que me disent mes collègues thérapeutes, ceux que je supervise et les autres.

Ainsi, la quasi-totalité des personnes adultes qui me consultent a subi des violences sexuelles, sachant qu'il m'a fallu parfois dix ans pour le comprendre vu que la plupart en étaient amnésiques ; plus d'un cas sur deux d'enfants que je reçois est en rapport avec les abus sexuels commis sur ses parents, ses grands-parents ou encore au-delà ; ces enfants, à qui rien n'est arrivé, présentent des symptômes en relation avec ces traumatismes parentaux ou ancestraux. Quand je donne des supervisions, privées ou dans des hôpitaux publics, dans des structures institutionnelles, quand je mène des groupes de formation, des stages, la majorité des cas est en relation avec ce phénomène d'une ampleur insoupçonnée ! Tout cela confirme l'urgence à entrer dans ce pays complexe et dangereux des violences sexuelles, pour les comprendre, pour en déceler les mécanismes pervers, pour qu'enfin on puisse en finir avec elles.

Sujet majeur dans mon existence, dans mon métier de psy, il l'est dans notre société. Une révolution dans les mœurs est en cours, dans les discours, dans les idées. Finalement, il s'agit aussi d'un sacré tremblement de terre pour la psychologie et surtout pour la psychanalyse. Je défends encore la psychanalyse pour tout ce qu'elle a pu m'apporter ainsi qu'à d'autres, mais je ne veux plus cautionner une position passée et encore malheureusement si souvent présente, dont l'absence de clarté est indéfendable aujourd'hui. En mettant la prépondérance théorique sur la notion du fantasme pendant près d'un siècle, on a commis des dégâts parfois irréparables.

Autre difficulté : ces violences sexuelles génèrent toujours une autre violence, sous une forme différente, rendant les débats sur cette question parfois

impossibles. Cette violence, je la comprends, je la connais de cœur et de corps ; il est toujours question de blessures, de celles des uns et des autres. Le silence fait souffrance mais la parole également et les mots peuvent devenir des couteaux à double tranchant.

Aussi ai-je été agressé à ce sujet sur les réseaux sociaux : parce que j'employais le terme « abus » au lieu de « viol » ; parce que j'affirmais que les enfants avaient une sexualité ; ou encore, parce que j'osais dire que les prédateurs sexuels « formataient » en quelque sorte leurs victimes qui vivaient par la suite une forme de jouissance à leurs dépens. Pour cette dernière affirmation, elle n'est que ce que je constate dans les thérapies que je mène et qui en fait une grande difficulté, parmi tant d'autres : un enfant abusé apprend des comportements sexuels qu'il aura tendance à reproduire ensuite, malheureusement. Enfant, adolescent ou adulte, il peut rechercher inconsciemment la répétition des abus. Une sorte de syndrome de Stockholm avec un agresseur intériorisé.

Je ne peux pas séparer les agressions subies à l'adolescence ou à l'âge adulte, de ce qui en fait l'origine : l'enfance. Les violences sexuelles prennent racine dans l'inceste au sein des familles, creuset fondamental de toutes les autres. Je comprends que certaines ou certains préfèrent stigmatiser uniquement les hommes et leur sexualité en général mais, tendus dans cette lutte, quoique justifiée et indispensable, on peut en oublier que c'est dans le silence, dans l'amnésie et le secret familial que tout commence le plus souvent. De nombreux actes n'auraient pu s'accomplir sans les complicités

conscientes ou inconscientes des uns et des autres, hommes ou femmes. Ce domaine est si complexe...

Pour l'utilisation du terme « abus », on m'a signifié – « brutalement » comme peuvent l'être les interventions sur ces réseaux sociaux – que je devais définitivement l'abandonner pour n'utiliser que le mot « viol ». J'en connais pour une part l'enjeu, relatif à la pénalisation des violences sexuelles, en rapport aussi avec la non-reconnaissance des préjudices subis par les victimes. Mais, jusque-là, le terme « abus » résume mieux ce à quoi j'assiste et ce dont me parlent les personnes que je reçois. Le mot « viol » implique la pénétration et la violence physique. Or, dans une majorité des cas, la ruse prédomine sur la violence visible ; abus car la position d'autorité n'utilise pas forcément une brutalité physique ; abus par séduction, tromperie, qui s'ancre sur une menace latente, sourde, tacite mais parfois impalpable. Ces violences sexuelles surviennent souvent dans un contexte flou : pendant l'enfance, gestes, attitudes déplacées, transgressives aux conséquences cependant gravissimes. De plus, beaucoup d'abus précoces n'ont pas été commis avec pénétration et pas toujours à dessein.

Les différents modes de prédation sont toujours une violence, mais n'utiliser que le terme « viol » conduit à ce que « l'opinion », et elle est importante, considère que le problème est uniquement, par exemple, celui des femmes violées à l'âge adulte par un ou des inconnus dans un lieu improbable. Or, comme pour les crimes de sang, la majorité des crimes sexuels est commise par des proches, des personnes que l'on connaît. Dans le cas des incestes, extrêmement répandus, la séduction concomitante à l'amour filial perpétue les violences. De plus, un

nombre incalculable d'atteintes sexuelles concernent les jeunes enfants. Incalculables car, à cet endroit, les statistiques ne peuvent plus rien : les cas d'abus sur les enfants avant cinq ou six ans, qui apparaissent comme tellement fréquents dans les thérapies que je mène auprès des adultes qu'ils sont devenus, sont pratiquement tous frappés par l'amnésie infantile naturelle couplée à l'amnésie traumatique¹. On peut au moins espérer que les temps nouveaux relégueront dans un passé archaïque ces crimes de l'ombre de la petite enfance.

Je choisis de ne pas utiliser systématiquement le mot « viol » pour prendre en compte cette multitude d'abus passés inaperçus par l'entourage et le plus souvent hors de la mémoire des victimes ; certains ont été les proies de pervers très organisés et d'autres livrés à des adultes débordés par la sensualité enfantine naturelle, très forte à partir de l'âge de trois ans. Un enfant dans une éventuelle recherche sexuelle, comme s'il cherchait à la vivre, veut en fait avoir des informations et surtout pas de sexualité : moment où l'adulte doit lui transmettre nos lois humaines, notamment celle de l'interdit de l'inceste et des rapports sexuels entre enfants et adultes mais aussi entre enfants². L'enfant attend des réponses

1. Voir, à ce sujet, Dominique Sigaud, *Peau d'âne et l'ogre. Viols et incestes sur mineurs en France*, Paris, Albin Michel, 2021.

2. J'entends souvent l'expression « touche-pipi » qui revient à banaliser des actes abusifs entre enfants, en voulant les ranger du côté de la découverte de la sexualité et de l'initiation : pour un enfant, un an de décalage avec un autre est déjà énorme et la prétendue initiation entre enfants n'est le plus souvent qu'une violence sexuelle de fait, répétition d'autres, commises à cette génération ou à celles d'avant.

humanisantes face à son émoi sexuel précoce comme il en attend également vis-à-vis de ses pulsions agressives : elles doivent toutes deux être placées sous le coup de la loi. Une bonne transmission le construit, le sauve des violences sexuelles pour en faire un futur humain accompli, libre ; en revanche, le message des pervers à travers les gestes, le silence ou les paroles, en plus du traumatisme, condamne la victime à une prison intérieure physique et psychique dont il ne sortira plus tard qu'à grands frais, s'il en sort. Une sorte de double peine : l'agression en elle-même et ses conséquences sur la vie entière de la personne, puis le travail long, coûteux et fastidieux pour « guérir » – quand cela est possible – des effets désastreux qui en sont issus et, enfin, toute la reconstruction que cela implique. Comment redevenir – ou devenir – un être confiant, aimant et respectueux de soi-même ?

Le surgissement encore récent d'une pensée sur les violences sexuelles est en avance sur le vocabulaire. Comme si l'impensé ancestral sur la question avait entraîné l'absence de mots. L'usage est encore très imparfait. Les termes de « viol » ou de « pénétration » ne suffisent pas, car les attouchements, les actes de voyeurisme, d'exhibitionnisme, et autres, au sein de la famille ont des effets dévastateurs d'autant qu'ils sont perpétrés tôt dans l'enfance. Un corps touché sans pénétration physique est intrusé, pénétré psychologiquement, avec toutes les conséquences que cela implique : le corps ne se limite pas à l'intérieur et à l'extérieur. J'utiliserai donc souvent l'expression « abus sexuels » – à regret – en attendant que le vocabulaire et l'usage trouvent le mot adéquat qui puisse englober tout autant la notion de viol que celle de ruse, de tromperie, de duperie ou bien

même que puissent surgir les termes qui mesurent justement la violence en cas de non-pénétration. Ainsi, « attouchement », bien qu'utilisé juridiquement, signifie usuellement – et malheureusement – « caresse légère » ! De même, « abus » implique « excès », comme si le problème n'était pas la nature même de cette sexualité, mais son excès. On voit toute l'ambiguïté du vocabulaire courant, qui n'est souvent que le reflet du déni commun qui a perduré jusqu'à l'éclosion récente des mouvements collectifs salvateurs contre les violences sexuelles et l'inceste.

La notion de consentement est également au cœur du débat. L'enfant, l'adolescent consent de fait, car il n'a pas le choix, que l'agression soit commise avec ruse, persuasion ou violence. Il obéit – ne demande-t-on pas aux enfants de toujours obéir aux adultes ? Il a peur, mais il est peut-être aussi attiré, curieux même. Quand l'agression vient d'un parent, d'un proche, il aime cette personne ou bien il perçoit que d'autres membres de la famille l'aiment. Une fois qu'il a consenti, il est « formaté¹ » : il consentira souvent, à son corps défendant, enfant, adolescent, adulte. Pour certains, encore et encore. Il a donc appris à consentir. Comment invoquer le consentement d'un enfant, d'un adolescent puis d'un adulte placé dans une position où un refus équivaldrait par exemple à perdre l'amour ou la protection de ses proches ; plus tard, au niveau social, son travail, sa carrière ? Dans le cas des incestes, si parfois la menace impose le silence et

1. Je reprends ici la notion de formatage de la victime, déjà développée dans l'ouvrage essentiel et fondamental de Muriel Salmona, *Le Livre noir des violences sexuelles*, Malakoff, Dunod, 2019, p. 121.

l'acceptation, l'amour est essentiellement en jeu. On est bien dans le domaine de l'abus. Sándor Ferenczi, l'un des disciples de Freud, décrivait ce phénomène dans *Confusion de langue entre les adultes et l'enfant*¹. L'enfant demande de l'amour, l'adulte lui répond par la passion, selon Ferenczi ; en d'autres termes, l'adulte répond sexuellement à une demande d'amour enfantine.

Une autre question m'est venue bien souvent au fur et à mesure que je découvrais l'ampleur du phénomène et je n'en avais pas la réponse claire : pourquoi les violences sexuelles ont-elles autant d'importance ? Les personnes humaines peuvent souffrir d'abandon, de maltraitance physique, psychique, de tant de choses encore, pourquoi ces violences sont-elles si particulièrement dévastatrices ? J'ai connu des individus régulièrement battus dans leur enfance qui ne présentaient pas les redoutables symptômes de ceux qui avaient été attouchés, ne serait-ce qu'une fois. Ma première réponse – je ne manquerai pas de la développer, mais il y en a sûrement d'autres : ces abus, ces viols viennent remettre en cause au plus profond de l'être la force de vie engagée dans les relations entre les humains, qui s'appuie sur leur désir fondamental de jouir, de vivre, en liberté avec l'autre.

Dans le cas d'inceste, il enferme la victime dans un conflit insoluble entre l'amour et la haine pour son agresseur. Cette violence s'empare donc et aliène ce qu'il y a de plus précieux pour un individu : sa

1. Sándor Ferenczi, *Confusion de langue entre les adultes et l'enfant* (1932), traduit par l'équipe de traduction du Coq Héron, préface de Gisèle Harrus-Révidi, Paris, Payot, coll. « Petite Bibliothèque Payot », 2004.

liberté absolue, en adéquation avec son plaisir, son besoin d'amour et de sexualité qui lui est totalement personnel. La psychanalyse a bien théorisé cette question du désir des humains, mais que devient-il quand il est confronté au traumatisme sexuel ?

Les violences sexuelles remettent en cause le principe d'existence de l'être. En conséquence, elles génèrent chez lui une angoisse incommensurable de mort et une compulsion suicidaire fréquente qui malheureusement arrive parfois à ses fins. Elle aliène sa capacité d'amour et de sexualité, d'une façon quasi inextricable dans le cas de l'inceste.

Malgré ce contexte si difficile, j'aimerais que la lecture de ce qui va suivre puisse aboutir à une attitude pacifiée et positive qui permette de penser au mieux. De changer les choses ; que tout cela ne se reproduise plus.

J'ai demandé à la psychologue Inès Gauthier de s'associer à cet ouvrage dans une deuxième partie. Elle fait un travail remarquable et indispensable avec ceux qui commettent ces agressions, et ces derniers, quoi qu'ils aient pu faire ou fassent, restent des êtres qu'il faut, quand cela est possible, écouter, aider. Ce n'est qu'en traitant et comprenant comment fonctionne l'autre versant de l'humain, le versant pervers, que notre société pourra aussi limiter la propagation de ce fléau. Il faut cependant que l'on ne se trompe pas de cible : l'homme, en tant que genre, n'est pas à mettre en cause mais bien plus les siècles de domination masculine, reflet d'une inhumanité archaïque que nous devrions maintenant laisser loin derrière nous. Il est intéressant que moi, homme, je puisse parler au nom des victimes, majoritairement féminines, et qu'Inès, femme, essaie pour sa part de nous faire comprendre ce qui

se passe pour les bourreaux, majoritairement masculins. Cette inversion des rôles est à l'image d'un apaisement souhaitable des rapports violents d'incompréhension entre hommes et femmes qui, à mon sens, ne sont que la conséquence désastreuse de l'histoire passée et actuelle de cette domination masculine. J'imagine et suis persuadé que de plus en plus d'hommes souhaitent que cessent ces violences faites aux femmes, dont ils ne récoltent, en fin de compte, que des limitations pour leur épanouissement et des souffrances pour eux-mêmes. De même, il est probable que les femmes ne pourront que bénéficier des nouvelles relations qui se dessinent avec les hommes, sûrement à inventer, après tous ces siècles désastreux sous le signe de la violence qui leur a été faite.

Vagues d'indignation, déchaînement sur les réseaux sociaux, jour après jour de nouvelles affaires surgissent au-devant de la scène. Justesse et justice : chaque cas nous rapproche encore plus d'une humanité qui faisait tant défaut. Jusque-là, les victimes souffraient en silence dans leur solitude, se cachaient avec honte et pudeur. Dorénavant, plus de retour en arrière possible.

Tout d'abord, je commencerai par mon histoire...

Mon histoire : une histoire d'amnésie

Toute ma vie, j'ai eu peur

La terreur m'a toujours accompagné. Comme une invisible « amie, ennemie » dont j'ai mis beaucoup de temps à déceler la présence. Pendant longtemps, je n'en ai pas su l'origine. Qu'est-ce qui avait bien pu la graver si profondément en moi et faire que, chaque matin de ma vie, j'en ressentais les effets désastreux à mon réveil ?

Mon chemin de psy m'a amené sur la route des psychotiques et de toutes sortes de personnes portant des affections psychiques complexes. Je retrouvais chez eux le même sentiment d'anéantissement effroyable et imminent que je connaissais chez moi. Croyant longtemps être d'une nature peureuse, en ressentant honte, tristesse et colère, j'ai tout de même affronté certaines épreuves de ma vie avec courage. Durant plus de vingt ans de pratique soutenue d'un art martial, sans être trop téméraire, je n'ai pas non plus reculé devant certains combats physiques et psychiques. La nature humaine m'a montré que chaque personne craint quelque chose, le plus intrépide pouvant céder devant ce qui apparaîtrait, pour un autre, ridiculement anodin. Tandis qu'à chaque