

Se réinventer pour exister



EXTRAIT DE CE LIVRE À VENIR ET QUI RISQUE D'EN
ÉBRANLER PLUS D'UNE ET PLUS D'UN...

Se réinventer pour exister

Lorsqu'on pousse notre premier cri et que l'air emplit nos poumons pour la toute première fois, nous n'avons qu'un seul instinct : vivre. Sans savoir ce que cela signifie vraiment, nous nous accrochons avec une force inouïe à cette existence qui vient de commencer. Rien ne nous a encore appris la peur, rien ne nous a encore brisé. Nous sommes une page blanche, remplie d'une énergie brute et d'un désir insatiable d'être.

À cet instant précis, il n'y a ni doutes ni questionnements. La seule chose qui importe, c'est d'exister. Quelque chose d'inscrit en nous, gravé au plus profond de notre essence, nous pousse à chercher la lumière, à inspirer une première bouffée d'oxygène, à crier notre présence au monde. Nous ne doutons pas encore, nous ne remettons rien en question. La vie est un élan, un élan irrépressible, qui nous habite dès la première seconde et qui, en théorie, ne devrait jamais s'éteindre.

Mais bien vite, la réalité nous rattrape. La vie n'est pas aussi fluide et docile que nous l'imaginions inconsciemment dans notre innocence. Elle est rude, pleine d'épreuves et de désillusions, parfois même cruelle. Nous sommes projetés dans un monde où tout est à apprendre, où tout est à conquérir, et où, très tôt, nous comprenons que nous ne pourrons pas toujours être maîtres de notre destin.

Si l'existence nous semble parfois insupportable, ce n'est pas parce qu'elle est injuste en soi, mais parce qu'elle est façonnée par les autres. Par leurs attentes, leurs exigences, leurs croyances et leurs peurs. Petit à petit, nous intégrons des règles que nous n'avons pas choisies, nous nous conformons à des modèles qui ne nous ressemblent pas toujours et nous nous laissons guider par une éducation, une culture, une société qui ne nous demande jamais vraiment qui nous sommes ni ce que nous voulons être.

C'est là que deux choix s'offrent à nous.

Soit nous acceptons ce que l'on nous impose et nous devenons des spectateurs de notre propre vie, ballotés au gré des décisions des autres, conditionnés par des schémas que nous n'avons jamais remis en cause. Dans ce cas, nous vivrons peut-être dans un certain confort, celui de la conformité, mais nous risquons de nous perdre en chemin, de nous éteindre à petit feu, de devenir étrangers à nous-mêmes.

Soit nous décidons de nous affranchir, de remettre en question tout ce qui nous a été transmis, d'examiner chaque croyance, chaque certitude, chaque valeur avec un regard critique. Nous faisons alors le choix d'être les auteurs de notre propre histoire. Cette voie est plus ardue, semée d'embûches, car elle demande une force immense, celle d'affronter le rejet, l'incompréhension et parfois même la solitude. Mais une solitude, qui pourra s'avérer devenir une alliée incontournable, une amie qui ne nous décevra jamais...

Se défaire de ce que l'on nous a inculqué, apprendre à penser par nous-mêmes et à nous écouter réellement, ce n'est pas un acte de rébellion. C'est un acte de survie. Car nous ne pouvons pas espérer être heureux si nous vivons dans un rôle qui n'est pas le nôtre. Nous ne pouvons pas espérer nous épanouir si nous suivons un chemin que l'on a tracé pour nous sans nous consulter.

Prendre cette route demande du courage, car cela implique de déconstruire des fondations qui semblaient solides. Cela signifie parfois aller à l'encontre de tout ce que l'on nous a appris, oser affronter les regards désapprobateurs, remettre en cause des relations que nous pensions immuables. Cela signifie surtout se poser une question fondamentale : qui suis-je, en dehors de tout ce que l'on m'a dit être ?

Dans cette quête d'authenticité, nous pouvons ressentir un vertige immense, un sentiment d'incertitude qui peut nous faire vaciller. Mais c'est aussi dans cet espace de doute que nous trouvons la plus grande liberté. Car lorsque nous décidons enfin de nous écouter, de nous faire confiance et d'embrasser pleinement notre vérité, nous nous offrons la possibilité d'exister pleinement.

Le monde nous a appris à croire que remettre en question l'ordre établi était une forme d'insoumission, que se libérer des carcans familiaux, sociaux ou culturels était une forme de trahison. Mais en réalité, il ne s'agit pas de se rebeller contre les autres, il s'agit de se battre pour soi.

Alors pourquoi appelle-t-on cela de la révolte ? Pourquoi ce besoin de catégoriser cette quête de soi comme un affrontement ? Il ne s'agit que d'un droit fondamental, celui d'exister selon nos propres termes. Celui de choisir notre propre chemin. Celui de revendiquer ce que nous sommes sans avoir à nous excuser d'être différents.

Et si, au lieu de craindre cette remise en question, nous la considérons comme une renaissance ?

Revenons un instant à ces moments clés de notre existence qu'est l'enfance et tout ce que cela implique en termes de questionnements et de doutes. Il semble d'ailleurs que nous doutions bien moins à cet âge qu'une fois devenus adultes, comme si ce que l'on nous inculquait ou ce que l'on tentait de nous inculquer ne nous apportait pas forcément l'assurance que l'on espérait. Il est fascinant de voir à quel point certains enfants font preuve d'une combativité hors du commun dès leur plus jeune âge, tandis que d'autres se laissent happer par les événements, incapables de se défendre face à ce qui les dépasse.

Même si je ne me posais pas la question à l'époque, je savais que je n'étais pas comme la plupart de mes camarades. J'étais animé d'un feu et d'une force qui me dépassaient, comme une énergie intérieure que je ne comprenais pas encore totalement. Était-ce un héritage mystérieux venu d'ailleurs ou la situation dans laquelle j'avais atterri m'avait-elle poussé à développer certaines aptitudes dont la plupart des enfants n'avaient pas besoin ?

Pourquoi mon frère ne semblait-il pas doté des mêmes capacités, alors que nous avions grandi sous le même toit et vécu les mêmes drames ? Pourquoi moi et pas lui ? Pourquoi moi et pas ces autres enfants que je voyais sombrer sans réaliser l'ampleur du danger qui les menaçait ? Je ne mesurais d'ailleurs pas non plus la violence du quotidien dans lequel j'évoluais, jeté en pâture devant mes yeux d'enfant qui n'avait pas d'autre choix que d'endurer et de s'adapter.

Très tôt, une certitude s'est ancrée en moi, indiscutable et absolue : fuir pour ne pas mourir. M'éloigner de ce cercle infernal où plus personne ne semblait maîtriser quoi que ce soit était devenu une nécessité vitale. Et cela, en un âge où plus que jamais, nous devrions pouvoir nous reposer sur des repères solides et sains.

Je savais, sans que personne ne me l'explique, que cet environnement me détruisait à petit feu et qu'il finirait par m'être fatal si je ne trouvais pas un moyen de m'en extraire. L'amour d'une mère aimante se confondait avec l'indifférence d'un père insensible à tout ce que nous faisions, mon frère et moi. Je sentais au fond de moi que je devais réagir, et ce, dès mon plus jeune âge.

Un instinct de survie ? Peut-être. Peu importe le nom que l'on donne à cette pulsion tant qu'elle sauve quelqu'un.

C'est ainsi que s'est amorcée ma première déconstruction. Il me fallait me débarrasser de tout ce qui me faisait du mal, commencer par identifier les racines de cette souffrance et les arracher une à une. L'indifférence de mon père fut la première à disparaître de mon esprit, non sans douleur, car il n'est jamais facile d'accepter qu'un père ne nous aime pas comme nous l'aurions espéré.

Petit, j'imaginais que nous étions encordés, lui et moi, gravissant ensemble un sommet escarpé, avançant pas à pas vers un ciel lumineux, comme ces pères et fils que l'on voit dans les films et que l'on envie en secret. Mais cette vision fugace n'était qu'un feu follet s'éteignant avant même d'avoir réellement existé. La réalité m'a vite rattrapé. Mon père ne changerait jamais. Il était bien trop préoccupé par lui-même pour me voir, pour me considérer comme autre chose qu'une présence silencieuse évoluant en périphérie de son monde clos.

Face à une telle indifférence, deux choix s'offraient à moi : tenter inlassablement d'exister à ses yeux en espérant un jour une reconnaissance qui ne viendrait peut-être jamais, ou l'ignorer autant qu'il m'ignorait et construire ma propre existence, loin de cette quête insensée.

J'ai choisi la deuxième option. J'ai choisi d'arrêter d'attendre un signe, d'espérer un regard, une parole bienveillante. J'ai préféré me tourner vers d'autres figures, d'autres modèles capables de combler ce vide. J'ai découvert qu'il existait ailleurs des présences bien plus nourrissantes et bien plus riches que ce père absent.

Il est essentiel de comprendre que ces choix ne sont jamais anodins et qu'ils ont des conséquences. Certains passent leur vie entière à essayer de se faire aimer d'un parent qui n'a jamais su leur accorder l'attention qu'ils méritaient, s'accrochant à une illusion, attendant une validation qui ne viendra jamais. D'autres, comme moi, choisissent d'abandonner cette quête impossible pour partir à la recherche d'un autre modèle, quitte à devoir accepter qu'ils ne seront jamais le fils dont leur père aurait pu être fier.

C'est une décision lourde de conséquences, mais ô combien libératrice. Il faut un courage immense pour renoncer à l'image d'un père idéalisé et accepter qu'il ne soit qu'un homme avec ses failles, ses égoïsmes et ses incapacités. Il faut une force incroyable pour se dire que ce que nous cherchons désespérément dans ce regard absent, nous pouvons le trouver ailleurs, dans d'autres relations, dans d'autres échanges, et surtout en nous-mêmes.

Cette prise de conscience peut être douloureuse, car elle nous oblige à faire le deuil d'un idéal et à accepter que nous n'aurons jamais l'enfance que nous avions espérée. Mais elle est aussi une opportunité de se reconstruire sur des bases saines, loin des attentes et des illusions.

Lorsque l'on comprend cela, nous nous donnons enfin la possibilité d'être nous-mêmes, sans chercher à plaire à tout prix, sans espérer une reconnaissance qui nous a toujours été refusée. Nous apprenons à nous détacher de ce besoin viscéral d'être validés et nous réalisons que notre valeur ne dépend pas du regard d'un seul homme, aussi important a-t-il pu être à nos yeux.

Il ne s'agit pas de haine ni de ressentiment, mais d'une forme de détachement nécessaire à notre survie. Il ne s'agit pas de renier notre passé, mais de refuser qu'il nous définisse. Il ne s'agit pas de renoncer à aimer, mais d'apprendre à aimer différemment, avec des attentes plus justes et une liberté plus grande.

Petit à petit, en nous délestant de ces poids inutiles, nous nous redécouvrons, nous nous réinventons. Nous comprenons que l'amour que nous avons tant cherché à l'extérieur peut aussi exister en nous et qu'il ne dépend d'aucune validation extérieure.

Ce processus de déconstruction n'est pas simple. Il est semé de doutes, de regrets, parfois même de rechutes. Mais il est nécessaire. C'est à travers lui que nous nous libérons des chaînes invisibles qui nous ont entravés si longtemps.

Et lorsque, enfin, nous prenons ce recul salvateur, lorsque nous comprenons que notre valeur ne dépend pas de ceux qui n'ont jamais su la voir, nous pouvons alors avancer, la tête haute, le cœur plus léger, et surtout, libres.

Un feu intérieur commençait à crémier, réchauffant chaque parcelle de mon être, comme si je renaissais après une longue période d'hibernation forcée. Après avoir brisé ces carcans imposés, ces images d'un père modèle qui n'avaient jamais existé ailleurs que dans mes illusions, après m'être battu contre moi-même pour me libérer de cette emprise, après avoir ressenti cette étrange sensation d'être différent, presque étranger à mon propre monde, après avoir appris à me réfugier dans l'imaginaire pour me sauver lorsque la réalité devenait trop pesante, après avoir frôlé les abîmes d'une dépression insidieuse qui aurait pu engloutir mon enfance, je découvrais enfin un espace où tout devenait possible.

Ce fut un moment de bascule. J'avais perdu un père dont je savais désormais qu'il ne me dirait jamais qu'il était fier de moi, qu'il ne prendrait jamais le temps de poser un regard aimant sur mon existence. Mais en échange, j'avais gagné quelque chose de bien plus précieux, une liberté que je n'aurais jamais osé soupçonner, une autonomie de pensée et de cœur qui allait me porter bien plus loin que toutes les fausses promesses de liens filiaux.

Je déconstruisais, morceau après morceau, tout ce qui avait été érigé comme sacré, ce mythe de la famille unie, ce diktat de loyauté indiscutable, cette obligation de respect qui ne laissait aucune place à la remise en question. Je reconstruisais, pierre après pierre, un édifice à ma mesure, modelé par mes expériences, mes rencontres, mes rêves. Chaque fragment de bonheur glané au fil de mes errances devenait une pièce essentielle de cette nouvelle construction.

Pendant que la violence continuait de se jouer sous mes yeux et que l'indifférence m'effleurait comme une brise froide et distante, je me détachais peu à peu. Ce qui, autrefois, m'aurait brisé ou terrassé, ne m'atteignait plus de la même manière. Je ne ressentais plus cette blessure ouverte et béante qui me rappelait sans cesse mon insignifiance aux yeux de ce père absent. Je commençais à comprendre que le problème ne venait pas de moi, que je

n'étais pas la cause de cette froideur, de cette distance inhumaine.

Je devenais imperméable, comme un canard sur lequel glissent les pluies les plus diluviennes sans jamais l'immerger complètement. Sans même en avoir conscience, je me fortifiais, je me solidifiais, et plus je m'éloignais de cette quête insensée d'amour parental, plus je m'ouvrais à d'autres horizons. Le bonheur ne se trouvait pas là où je l'avais longtemps cherché, il se cachait ailleurs, dans les éclats de lumière d'un sourire inattendu, dans la chaleur d'un regard bienveillant, dans la douceur d'un geste sincère.

Je me créais un nouveau monde, un refuge où chaque personne rencontrée devenait un élément de mon équilibre. Je ne cherchais plus un père dans celui qui ne voulait pas l'être, mais dans ceux qui, au fil du temps, prenaient naturellement ce rôle. Des figures masculines qui, sans en avoir conscience, me montraient une autre façon d'exister, d'aimer, d'accompagner. Je trouvais des pères de substitution, des modèles d'admiration, des exemples d'intégrité qui comblaient ce vide béant laissé par mon géniteur.

Toute opportunité devenait une chance à saisir. Je fonçais vers l'inconnu sans peur des conséquences, avide de rencontres, avide de découvrir d'autres manières d'aimer et d'être aimé. C'était une forme d'instinct de survie, mais aussi une quête de vérité, une volonté inébranlable de prouver que le lien du sang ne définissait pas l'amour, que l'on pouvait s'en détacher et exister malgré tout, peut-être même mieux, en dehors de ces attaches toxiques.

Ce passage fut une prise de conscience essentielle, un tournant décisif dans ma construction. En m'accordant le droit de chercher ailleurs ce que je ne trouvais pas chez moi, en acceptant l'idée que l'amour pouvait exister sous d'autres formes, je me donnais la chance de me construire sur des bases solides, non pas sur les ruines de mon passé, mais sur les fondations d'un futur que je pouvais façonner à ma guise.

Le monde regorge de présences bienveillantes, de personnes prêtes à tendre la main sans rien attendre en retour. Il existe des êtres magnifiques, des âmes lumineuses qui, telles des planètes accueillantes, ne demandent qu'à être découvertes. Il suffit d'oser s'en approcher, d'oser croire que la chaleur existe, même après avoir connu le froid le plus mordant.

J'appris à m'émerveiller de ces rencontres, à les accueillir comme des cadeaux inespérés. Et plus encore, je compris que ces échanges, ces fragments de bonheur partagés, devaient à leur tour être transmis, comme des petits cailloux semés sur le chemin, permettant à d'autres égarés de nous retrouver, de se retrouver eux-mêmes.

Cette liberté, ce choix de réinventer sa famille et son entourage, c'est peut-être là le plus beau cadeau que m'a offert la vie. Loin des illusions brisées, loin des attentes déçues, je pouvais avancer avec cette certitude chevillée au cœur : on ne choisit pas d'où l'on vient, mais on peut choisir où l'on va et avec qui on veut cheminer.

Didier Berger



Passionné des mots, Didier Berger a publié plusieurs romans à Paris et en Suisse. Lauréat de concours de nouvelles, il a également publié de nombreux textes et nouvelles dans des revues littéraires, magazines et journaux de France, de Suisse et du Canada. Citoyen du Monde avant tout, grand voyageur, il a parcouru le globe sac à dos à maintes reprises et côtoyé de nombreux peuples et cultures différents, ce qui lui permet d'avoir un esprit d'ouverture fort apprécié. Grand amoureux de la nature, il préfère les grands espaces aux villes.