

UN GOÛT DE VIEILLE MONNAIE

Roman



Teodoro Adrián Cardós

UN GOÛT DE VIEILLE MONNAIE

UN GOÛT DE VIEILLE MONNAIE

Novela

Teodoro Adrián Cardós

Índice

Prologue · Le sel	9
Partie I · L'HÉRITAGE	12
Chapitre 1 · La file	13
Chapitre 2 · La voiture	19
Chapitre 3 · De treize à dix-huit ans	24
Chapitre 4 · Le parloir	28
Chapitre 5 · L'irresponsabilité	33
Chapitre 6 · Le terrain vague	36
Chapitre 7 · Le corps	41
Chapitre 8 · Laura	46
Partie II · L'ÉCLAT	50
Chapitre 9 · Le premier éclat	51
Chapitre 10 · Le canapé	55
Chapitre 11 · Quitter et revenir	60
Chapitre 12 · La maison de Rocío	64
Chapitre 13 · L'appartement	70
Chapitre 14 · Le métier de lire	75

Chapitre 15 · La femme plus âgée	79
Chapitre 16 · Le motif	84
Partie III · MARTA	89
Chapitre 17 · Marta	90
Chapitre 18 · L'école d'art	96
Chapitre 19 · La moto	101
Chapitre 20 · Deux urgences	106
Chapitre 21 · Le trouple	111
Chapitre 22 · La chaîne	116
Chapitre 23 · L'endroit du père	121
Chapitre 24 · La consultation	125
Chapitre 25 · Un dimanche d'hiver	130
Chapitre 26 · Le vaisseau	134
Partie IV · LE NOM	139
Chapitre 27 · Le premier service	140
Chapitre 28 · Le nom	144
Chapitre 29 · L'héritage	149
Chapitre 30 · Bien et fort	153
Chapitre 31 · Tout retourner	158
Chapitre 32 · La doctoresse	163
Chapitre 33 · Le Messie	169

Chapitre 34 · Le vingt-sixième étage	177
Chapitre 35 · Les audios	182
Chapitre 36 · Le pardon de Lidia	188
Partie V · LA CHUTE	193
Chapitre 37 · La trêve	194
Chapitre 38 · La ligne	199
Chapitre 39 · Le podcast	204
Chapitre 40 · Le jour où ça a commencé	209
Chapitre 41 · La colocation	214
Chapitre 42 · Sept mots	219
Chapitre 43 · Le salon	224
Chapitre 44 · Claudia	229
Chapitre 45 · La caméra à deux heures du matin	233
Chapitre 46 · Le paravent	239
Partie VI · LA MAUVAISE LIGNE	245
Chapitre 47 · Le médecin qui parlait	246
Chapitre 48 · Cent cinquante-cinq kilos	250
Chapitre 49 · Le chaton	255
Chapitre 50 · Sans ligne droite	259
Chapitre 51 · Lidia, encore	264
Chapitre 52 · Le troisième rendez-vous	268

Chapitre 53 · La lettre	273
Chapitre 54 · L'hospitalisation que j'ai demandée	278
Chapitre 55 · Les cauchemars	284
Chapitre 56 · Ceux qui sont restés	288
Chapitre 57 · Pour Claudia	292
Épilogue · La prise du soir	296

Prologue • Le sel

Il y a des goûts qui arrivent avant la notice. Celui du lithium est métallique, mais pas comme une fourchette : c'est la rouille d'une pièce de monnaie oubliée depuis des années au fond d'un tiroir et que quelqu'un s'avise de te poser sur la langue. Quand j'ai mis dans ma bouche le premier comprimé (trente-trois ans tout juste, un service fermé, une fenêtre qui donnait sur une cour intérieure où il ne poussait absolument rien), je n'ai pas découvert ce goût. Je l'ai reconnu. Il venait de bien plus loin. Il venait du flacon orange qui est resté toute mon enfance sur le bord de l'évier, dans la cuisine de cette maison-là, coincé entre l'éponge et le sel de cuisine.

Mon père s'est tué au lithium. J'avais vingt ans.

Je le pose comme ça, sans rien dessous pour amortir, parce que toute autre façon de le dire serait du maquillage. Sur le papier officiel, ils ont appelé ça autolyse par lithium. Deux mots de dictionnaire médical pour une maison dont le sol s'est effondré ; quelqu'un les a écrits, a refermé le dossier et est allé déjeuner. Ma sœur Sonia a tout rangé dans une chemise bleue, cet été entier là-dedans, et cette chemise, je l'ai ouverte une fois. Je ne l'ai jamais rouverte. Je sais bien de quoi ça a l'air : de la lâcheté. Ça n'en est pas, et je ne le dis pas pour me donner le beau rôle. C'est que je n'ai besoin d'aucun papier pour me le rappeler. Je le porte sur moi. Mon père avait ce cerveau qui est le mien et cette maladie qui est la mienne depuis le jour de sa naissance, avec son nom technique et son diagnostic posés sur la table ; ce qu'il n'a pas eu, c'est quelqu'un à côté de lui pour lui tenir le traitement, et la tête, dans les périodes où la tête s'en allait toute seule faire un tour. Et il a fini par se servir du cachet qui était là pour le maintenir en vie pour cette autre chose que le même cachet sait faire aussi quand celui qui le tient dans la main est seul et cassé.

Treize ans après cet été-là, celui qui occupait le lit, c'était moi. Blouse prêtée, un bracelet en plastique au poignet avec mon nom imprimé dessus (la manière élégante de te dire que là-dedans tu es un colis avec une étiquette), et devant moi une psychiatre menue, cheveux courts, qui m'expliquait sans se donner

d'airs solennels que ce truc-là n'était pas pour quelques mois mais pour toujours. Je lui ai parlé de mon père, parti avec une overdose de cette même chose. Je ne l'ai pas surprise : elle l'avait sous les yeux, écrit dans mon dossier. Elle me le prescrivait quand même, parce que la seule autre possibilité, c'était de ne pas me le prescrire. Et la conversation s'est arrêtée là. Je joue aux échecs depuis que je suis gamin et je reconnais tout de suite ces positions où ça revient au même, quoi que tu bouges. J'ai demandé pour combien de temps, surtout pour demander quelque chose. Le délai, c'était ça : toujours. Le type un, on ne l'enlève pas. On le porte.

Je l'ai pris cet après-midi-là. Et avec la vieille monnaie qui fondait dans ma bouche est arrivé d'un bloc tout le reste, comme il arrive chaque fois et comme il arrivera tant qu'il me restera une langue : mon père, l'évier, le flacon orange, cette cuisine, la chemise bleue que je n'ouvre pas.

Ça fait plus de sept ans. Fais le compte si ça te chante : ça dépasse les deux mille sept cents jours, et il n'y en a pas eu un seul où je n'aie pas avalé le sel deux fois, au lever et avant de me coucher. Ça fait plus de cinq mille fois mon père dans la bouche. Mais il y a une partie de tout ça que je supporte bien plus mal que le goût, et je la raconte ici parce qu'elle explique cette maison mieux que n'importe quoi d'autre. Le matin, c'est un comprimé et demi. Ce qui veut dire que tous les deux ou trois jours je dois en couper un en deux. Et je ne sais pas le faire seul. Chaque fois que ça tombe, j'appelle ma mère pour qu'elle vienne et qu'elle reste à côté de moi, et on le fait à deux, debout dans la cuisine, presque sans parler. Moi, j'appelle ça le rituel. Parce que couper en deux le cachet exact avec lequel mon père s'est supprimé, ce n'est pas prendre un médicament : c'est refaire avec les mains le geste qu'il a fait. Et ce geste-là, sans personne devant moi, il ne sort pas.

Et ce même sel est en même temps la seule chose qui me tient debout. C'est pour ça que sur n'importe quelle analyse à mon nom il y a une ligne qui dit lithium dans le sang, un virgule dix, et ce chiffre veut dire deux choses à la fois : que je suis traité, et quelle distance exacte il y a entre mon père et moi.

Ça ne se guérit pas. Le lithium ne m'enlève pas la maladie de dessus, il la contient, ce qui n'est pas la même chose. C'est une digue. Et derrière une digue l'eau ne disparaît pas : elle reste là, elle monte avec la même patience que toujours, à attendre le jour où quelqu'un se distraira avec les vannes. C'est pour ça que ce qui a emporté le plus de monde, parmi ceux qui sont là-dedans, ce n'est pas la maladie de face : c'est une idée raisonnable, sensée, presque de bon sens,

qui te vient un bon matin, l'idée que tout ça ne sert plus à rien. On va bien, oui. Et on va bien exactement pour cette raison. Mon père a ouvert les vannes d'un coup : le même cerveau que le mien, la même boîte dans le même tiroir, et une nuit il a décidé que ça suffisait, et il a bu d'une traite toutes les gorgées qui lui restaient devant.

Et maintenant, aujourd'hui, pour qu'on comprenne dès cette première page ce qui se joue dans celles qui viennent. Aujourd'hui est un bon jour. J'ai pris le comprimé et demi avec un café, debout à la fenêtre, à regarder la montagne qu'on voit d'ici, et en milieu de matinée je descendrai prendre un autre café avec Laia, la femme avec qui je suis depuis un an et qui dort dans cette maison une nuit sur deux. J'ai un travail dont je suis en arrêt, ma mère à dix minutes à pied, une sœur qui me pose deux verres d'eau sur la table quand je vais manger chez elle, et une chatte. J'ai arrêté tout ce qui m'enlevait des morceaux, dans cet ordre et sans la moindre ligne droite : d'abord les joints, puis le tabac, puis l'alcool. J'ai quarante et un ans et depuis mes trente-trois j'ai aussi le nom de ce que j'ai. C'est ça, l'inventaire complet. Ce n'est pas grand-chose, et c'est le plus que j'aie jamais eu.

Au-dessus de tout ça il y a une chose accrochée que je n'ai pas l'intention d'enjoliver : la demande d'une hospitalisation longue, du genre un an, signée par des gens qui ont décidé il y a deux ans que je suis autre chose que ce que je suis. Si cette hospitalisation arrive, elle me sépare du café, de la fenêtre, de Laia et de la chatte. Donc je n'écris pas ça par nostalgie, qui est la première chose qu'on pense et la plus fausse qu'on puisse penser. De ce qui apparaît dans ces pages, rien ne me manque. Je l'écris parce que c'est la seule façon que j'aie d'expliquer ce qui m'est arrivé, et parce qu'aujourd'hui est la seule chose que je ne suis pas prêt à perdre.

Ce qui vient derrière, il m'a fallu sept ans pour arriver à le mettre par écrit. Et ce n'est pas tiré de la mémoire : c'est tiré contre la mémoire, avec l'archive ouverte à côté, parce que des années qui vont apparaître ici ma tête garde un désastre auquel je ne me fie pas. Ça commence bien avant le cachet. Ça commence dans une file, devant une prison, avec ma mère enceinte de ma sœur.

Partie I • L'HÉRITAGE

Chapitre 1 • La file

Ma mère a fait deux fois la même file, à vingt-cinq ans d'écart, et les deux fois pour voir le même homme. Je commence par la première parce que c'est elle qui explique la seconde, et parce que, des deux, c'est la seule que je n'aie pas vue : je n'étais pas né. Ce que j'en sais, je le sais par ma mère, qui l'a écrit à sa façon et me l'a raconté à sa façon, et les deux versions coïncident sur l'essentiel.

C'était un chemin de terre, pas goudronné, celui qui allait du village à la prison, et ma mère le faisait à pied une fois par semaine avec un sac dans chaque main (du linge propre, à manger) et un ventre de cinq mois qui poussait, qui poussait. Un jour elle est tombée et elle n'arrivait pas à se relever, et elle est restée là, par terre, à pleurer de peur qu'il soit arrivé quelque chose à la petite, jusqu'à ce qu'un gamin qui passait à vélo descende et l'aide. Ensuite la file devant la porte, avec les autres. Autour d'elle il n'y avait que des femmes avec des gosses pendus à leur jupe, et elle se demandait ce qu'elle fabriquait là, à quel moment elle était descendue si bas, elle qui avait traversé une mer avec un diplôme en poche. Et dans cette file, la petite dans le ventre, elle s'est fait un serment : que sa fille ne mettrait jamais les pieds dans une prison pour voir son père derrière des barreaux. Après, le parloir, la vitre sale, le téléphone, le supplice d'avoir son mari en face et de ne pas pouvoir lui effleurer les mains. Et le retour en pleurant par le chemin de terre. Chaque semaine. C'est comme ça qu'elle se l'est juré.

Pour comprendre comment on arrive à cette file, il faut reculer, et le tout premier élément est un taxi. Ma mère est italienne. Elle est née à Cagliari, une ville avec un port, en Sardaigne, et sa maison était sicilienne d'origine : ses parents avaient quitté la Sicile, chassés par la faim et par les dettes, et avaient débarqué sur l'île sans rien dans les poches, pour dormir dans une chambre louée à l'intérieur de l'appartement d'une autre famille. C'est là qu'ils l'ont eue. Et quand ils se sont retrouvés sans père, ma grand-mère a chaussé les bottes de son mari et a pris sa place au marché de gros : elle traversait la ville à pied à trois heures du matin, seule, dans le noir, qu'il pleuve ou qu'il gèle, pour arriver à temps dé-

charger les caisses de fruits. C'est avec cette femme devant les yeux que ma mère a grandi, et c'est avec cette femme devant les yeux qu'elle a fait ce que personne de son sang n'avait fait : entrer à l'université. Et y entrer à contre-courant, en se battant avec sa propre mère, qui soutenait qu'étudier était du temps jeté par les fenêtres quand une femme finirait mariée de toute façon. Elle a décroché sa licence de Langue et Littérature espagnoles dans les quatre années réglementaires et sans repasser un seul examen. Il lui restait la thèse, et son directeur lui a mis sous le nez un sujet qui lui a paru un cadeau : Federico García Lorca dirigeant La Barraca, le théâtre ambulant qui est monté dans un camion pour porter les classiques dans les villages d'Espagne. En Italie, là-dessus, il n'y avait pas de matériel. Les journaux dont elle avait besoin, ceux d'avant la guerre, étaient ici. Alors elle a traversé une mer derrière un poète assassiné et des archives de presse, à vingt-trois ans, tout validé sauf ça, et c'est pour ça qu'elle était là le jour où elle est montée dans ce taxi. L'espagnol lui était entré dans le sang en chemin, et l'italien ne l'a jamais quittée : quarante ans plus tard elle traîne encore l'accent, et quand elle se fâche ou quand elle prie, c'est la langue de sa mère qui sort, celle dans laquelle j'ai appris à compter. Il y avait une file de taxis à la sortie du terminal et celui qui lui revenait n'était pas celui de mon père, qui était derrière : celui de devant, allez savoir pourquoi (personne n'a jamais su l'expliquer), s'est tourné vers la voiture d'arrière et lui a cédé le tour. Elle est montée dans celui-là. Donc je viens de ça, littéralement : d'un chauffeur de taxi qui décide de ne pas prendre une course. Si cet homme ne tourne pas la tête, je ne suis pas là.

Au volant il y avait un homme brun, avec un grand nez et une cicatrice à côté d'un œil, la trentaine passée, habillé en noir des pieds à la tête, comme la voiture. Il avait l'air d'un croque-mort, dit-elle, et elle dit aussi que les signes ne pouvaient pas être plus clairs et qu'elle aurait dû les lire. Mais l'homme a ouvert la bouche et ne l'a plus refermée jusqu'à la pension. Il lui a sorti la valise du coffre, il la lui a montée dans la chambre (une chose que, comme il le lui a reconnu bien plus tard, il n'avait faite pour personne de sa vie) et au passage il lui a proposé de sortir cet après-midi-là même, dîner et faire un tour en ville. Elle n'arrive toujours pas à expliquer pourquoi elle a dit oui à un inconnu de onze ans son aîné. Elle a dit oui. Deux heures après elle l'avait devant la porte, en costume-cravate. Le seul rendez-vous ponctuel de toute la vie qu'ils ont passée ensemble. Il l'a emmenée dîner et danser et il l'a déposée à la pension au petit jour. Et comme ça quinze jours, jusqu'à un baiser sur une hauteur d'où on voyait

la ville entière avec les lumières qui tremblaient en dessous. Et c'est de là que me vient l'outil de la maison : le bagou. À mon père, il a suffi de parler. À moi aussi, toute ma vie.

Les signes étaient là, et pas écrits en petit. Simplement, elle ne savait pas lire cette langue-là, et aujourd'hui elle en a la chair de poule quand elle repasse tout ça. Cet homme ne dormait presque pas et fonctionnait à une vitesse différente de celle du reste du monde : un boulot le jour, un autre la nuit, la bouche qui ne s'arrêtait pas, la tête qui lançait des projets énormes et qui, sept jours plus tard, en avait d'autres, et par-dessus une intensité qui donnait le tournis et qui, maintenant qu'elle sait ce que c'était, faisait aussi un peu peur. Depuis Cagliari, sa mère et sa sœur l'ont flairé sans pouvoir le nommer, et ça a mis du poison supplémentaire dans un rejet qui était déjà là d'usine : si le chauffeur de taxi s'avisait de se pointer là-bas, on le descendait par les escaliers. Elle, elle traduisait chaque chose à l'envers. Le symptôme sonnait comme de la passion. Une tête accélérée lui semblait un homme qui avait envie de vivre. Et elle a fini par faire ce que fait une fille d'une vingtaine d'années amoureuse jusqu'à la moelle et avec la famille contre elle : elle a décroché son diplôme, acheté un aller simple, laissé sur la table une lettre d'adieu et elle est sortie de chez elle un matin où il n'y avait personne, avec la valise qui attendait depuis des semaines sous le lit. À Barcelona, mon père l'attendait avec une orchidée dans les mains.

Et là vient la scène qui est, pour moi, la clé de toute cette histoire, même si sur le moment elle lui a paru une formalité. Quelques jours avant le mariage, lui et sa sœur l'ont emmenée dans un cabinet de psychiatrie sans lui donner trop d'explications en chemin. Ils voulaient le lui dire avant le oui. Mon père faisait des dépressions. Il y avait un traitement, et avec le traitement sa vie était une vie ordinaire ; le problème commençait quand il l'arrêtait, et il l'arrêtait tous les quatre matins, ce qu'elle allait vérifier en un rien de temps. Elle est sortie de là accrochée à son bras et tranquille, sûre que ce truc n'aurait pas le dessus sur eux deux, parce qu'elle avait l'âge qu'elle avait et qu'elle croyait dur comme fer à cette histoire que l'amour arrange tout. Ils se sont mariés à cinq heures de l'après-midi, comme les corridas, et en voyage de noces il lui a encastré le flanc de la voiture prêtée dans un camion à un feu rouge, à la sortie de la ville. Le premier d'une très longue série.

On lui avait dit la moitié. Et ce n'était pas un mensonge, attention : c'était la moitié du bas. Dépressions, c'était le nom qu'on donnait à l'époque à la partie de cette maladie qui fait mal à celui qui l'a, celle qui se voit, celle qui amène un

homme en consultation. L'autre moitié, celle du haut, personne ne la lui a nommée dans ce cabinet, parce que la moitié du haut n'avait pas l'air d'une maladie : elle avait l'air de lui. Un homme qui ne dort pas, qui parle sans arrêt, qui fait des projets, qui abat deux journées de travail, qui séduit une Italienne en un trajet de taxi, ça, vu de l'extérieur, ce n'est pas un symptôme. C'est un caractère, et en plus un caractère formidable. C'est ça, le piège de la maladie que mon père avait et que j'ai : ce sont deux pôles, et des deux, un seul fait mal au malade. L'autre fait mal aux autres, et plus tard, quand la facture est déjà passée, celle des nuits sans dormir, des projets, de l'argent, des accidents, des disparitions. Un médecin met un nom sur ce qu'il voit en consultation, et en consultation mon père était en bas. Le haut, c'est ma mère qui le voyait, seule, à la maison, sans médecin et sans mot.

Et ce que fait une famille avec une maladie qui n'a pas de nom, c'est lui en coller un moral. menteur. Égoïste. Irresponsable. Fou, dans le pire des cas, et fou n'explique rien : c'est la façon qu'a le langage de rendre les armes. Ma mère a passé trente ans à essayer de séparer l'homme de ce que l'homme avait, et elle a essayé les mains vides, parce que le seul outil qui serve à ça, c'est le mot exact, et ce mot, personne ne le lui a donné. À moi on me l'a donné à trente-trois ans, dans un service fermé, et ça n'a pas été un cadeau non plus. Mais au moins on me l'a donné entier.

Jusqu'à la nuit où il n'est pas rentré. Elle l'a passée entière à la fenêtre, à chercher le bruit du moteur dans chaque voiture qui montait la rue, la peur nouée à la gorge à l'idée qu'il lui soit arrivé n'importe quoi. Dès le lever du jour elle a appelé sa belle-sœur pour lui demander conseil, et ce qu'elle a entendu à l'autre bout, c'est une voix tranquille comme tout qui lui disait de ne pas se mettre dans cet état, qu'il avait déjà disparu d'autres fois, que c'était la maladie. Le deuxième jour, mon père s'est présenté à la maison avec une entaille au front et un accident dans la bouche, et c'est pour ça qu'il n'avait pas pu prévenir. Elle a avalé. Il lui a fallu des années pour apprendre ce qui s'était vraiment passé, parce que c'est lui qui le lui a raconté : il n'avait pas eu le cran de rentrer et de se planter devant elle, et l'entaille, il se l'était faite tout seul. Ce n'était pas une scène montée. C'était une tête malade qui, dès que la crise serrait, préférait se faire du mal plutôt que de s'asseoir et regarder en face la vie qu'elle avait. Et ça s'est répété un paquet de fois, avec les excuses les plus variées : l'après-midi où il a laissé sa mère et la mienne à une terrasse avec un « je reviens tout de suite » et où elles ont dû rentrer en taxi, ou le jour où, dans le collège où elle enseignait, il y a eu

une alerte à la bombe, l'immeuble a été évacué, et ma mère l'a trouvé dans la rue, en train de l'attendre. Il l'a emmenée prendre le petit-déjeuner et il lui a lâché, avec tout l'orgueil du monde, que l'appel, c'était lui : pour elle, pour lui voler un bout de cette matinée.

— Tu es fou, elle lui a dit.

Ça l'a fait rire et il est passé à autre chose, comme si ça n'avait pas la moindre importance. Et l'histoire entière est là : elle qui lâche le mot sans se rendre compte qu'elle le dit sérieusement, et lui qui rit parce qu'il ne s'en rend pas compte non plus.

Il a raccroché le taxi et il a monté un atelier de bijouterie, ce qu'il faisait avant, et il a dit à ma mère qu'un ami allait lui prêter l'or pour démarrer. Atelier le jour, volant la nuit. Jusqu'à une nuit où, les deux déjà couchés et ma mère enceinte de cinq mois de ma sœur Sonia, quelqu'un s'est mis à tambouriner à la porte. Ouvrez, police. Mon père s'est levé, il a ouvert et ils l'ont emmené sans rien expliquer à personne. Quelques heures plus tard ils sont revenus avec lui, ils sont allés droit à la chambre, ils ont ouvert l'armoire et ils en ont sorti un sac chargé de bijoux. Il n'y a jamais eu d'ami avec de l'or : mon père achetait la matière à ceux qui la volaient, il la fondait et il faisait les commandes avec, et les voleurs l'avaient balancé du premier coup. Recel, et pas d'un seul endroit. Ma mère a trouvé un avocat honnête et pas cher, qui a demandé la liberté sous caution et se l'est vu refuser, et qui a obtenu ensuite que le juge la reçoive, elle, des fois qu'elle arriverait à l'attendrir. Ni les larmes ni le ventre ne l'ont ému.

— Madame, oubliez votre mari, parce qu'on va le condamner à plus de dix ans de prison.

Elle est sortie de ce bureau l'âme par terre, et derrière est venu le chemin de terre, un sac dans chaque main et la file avec les autres femmes. Des mois comme ça. Pour réunir la caution elle a vendu la voiture avec la licence de taxi dessus, et on l'a appelée avec la bonne réponse une semaine avant son terme. Elle s'est plantée devant la porte pour l'attendre et elle a vu sortir mon père au milieu d'un groupe de détenus qu'on libérait ces jours-là pour une autre affaire, pour des histoires de politique. Ils ont garé le cauchemar, et ma sœur est née. Après il y aurait d'autres disparitions, d'autres excuses, une autre prison et une condamnation par contumace qui l'a fait entrer et sortir du pays pendant des années avec de faux papiers, et de tout ça je parlerai quand ce sera le moment. Ce qui compte ici, c'est le serment. Vingt-cinq ans plus tard, devant la porte d'une autre

prison, pour voir le même homme, ma mère a refait cette file. Avec sa fille à côté. Et avec un fils de seize ans derrière, qui était moi.

Chapitre 2 · La voiture

Le viseur nocturne, c'est mon père qui me l'a mis dans les mains sur une plage, la nuit, avec le geste d'un père qui passe les jumelles à son fils pour regarder les avions un dimanche. Je devais avoir onze ans, douze au plus. J'ai regardé. Dans le viseur tout était vert et granuleux, et dans ce vert il y avait un canot, et des hommes dans l'eau jusqu'aux genoux, et des ballots qui passaient de mains en mains jusqu'au sable. Pas un mot d'explication. Ça n'en demandait pas non plus. Cette nuit-là le masque lui est tombé pour de bon, et moi j'ai fini de nouer ce qui était déjà à moitié noué depuis un moment.

Parce que dans cette voiture, j'y suis monté à huit ans. Au début on partait en famille, et pour n'importe quel voisin qui nous voyait sortir le coffre fermé c'étaient des vacances et rien d'autre : la côte, les îles, la moitié de l'Europe, un gamin derrière avec une bande dessinée et un père au volant qui conduisait comme un dieu. Ce qui voyageait sous le gamin, personne dans cette voiture ne le savait, et ma mère moins que tout le monde. Ensuite mes parents se sont séparés et les voyages ont continué, mais lui et moi seuls, et ils n'avaient plus rien de vacances. La couverture officielle, c'était qu'il représentait une bijouterie. Moi qui lisais beaucoup, qui avalais de la télévision à toute heure et qui étais nettement plus malin que ça n'arrangeait personne, je ne tombais pas sur mes comptes : des nuits entières à dormir chez des gens qu'on ne connaissait pas, des familles marocaines, des types très bizarres, des endroits où aucun représentant en bijouterie au monde n'a rien à faire. Il me laissait des heures dans la voiture sans me dire ni pourquoi ni jusqu'à quand, exactement comme il avait planté ma mère sur cette terrasse. Et moi j'attendais. Un enfant ne sait pas que sa maison est une maison bizarre tant qu'il n'en a pas mis les pieds dans une autre, et moi je n'en avais pas d'autre où les mettre.

À douze ou treize ans je savais parfaitement dans quoi on trempait. Je le dis sans me réfugier derrière l'alibi de l'enfant qui ne comprend rien : je comprenais. Personne ne me l'a raconté, il n'y a pas eu de conversation de père à fils, personne ne s'est assis avec moi pour me l'expliquer. Je l'ai sorti tout seul, en as-

semblant les pièces. Les visages qui apparaissaient, les villages, les heures impossibles, un argent qui se matérialisait et s'évaporait comme dans un tour de magie fait par un mauvais magicien. Et alors j'ai fait ce que fait un gosse dégoûré qui est seul : regarder beaucoup, ne rien demander et tirer des conclusions. C'est de là qu'est sortie ma première idée de ce qu'était l'autorité, et c'est lui qui me l'a donnée sans le vouloir : qu'on peut venir te chercher chez toi en uniforme, qu'avoir peur de la police n'était pas une paranoïa à moi mais une peur fondée, et que les gens qui sont là pour te protéger peuvent te transformer en complice de choses dont un enfant ne devrait même pas avoir connaissance.

Et malgré tout ça, et je l'écris parce que c'est la vérité et parce que si je le tais on va croire que je sors d'un égout, mon enfance a été heureuse. Heureuse et plutôt ordinaire. Une maison avec des horaires, avec ses voyages en famille, et une mère qui s'est occupée de moi et qui a fait pendant des années office de mur de soutènement : si j'ai mis si longtemps à découvrir le vrai métier de mon père, c'est parce qu'elle s'est employée corps et âme à ce que je ne le découvre pas. Il y a eu des engueulades, de celles qu'on entend en entier depuis la chambre porte fermée, et je ne comprenais pas ce qui se passait pour une raison qui me paraît aujourd'hui évidente : il me manquait le terme de comparaison. Jusqu'à dix ans j'ai été un enfant normal et aimé. Je suis sorti d'une maison. Ce qui est venu après est arrivé à quelqu'un qui venait de quelque part.

De tout ce délire, le meilleur, ça été les maisons. Ces familles marocaines, dans des quartiers de banlieue de villes dont je ne savais même pas prononcer le nom, nous ont mis à leur table comme si on portait leur nom, toutes les fois, sans une seule exception qui me soit restée en travers. Elles nous nourrissaient, elles sortaient le thé, elles faisaient de la place à deux Espagnols débarqués de nuit et pour une affaire qui n'avait pas grand-chose de présentable. J'étais un gosse, mais je me rendais parfaitement compte de ce que j'avais devant moi : des gens qui ne nous devaient absolument rien et qui partageaient le peu qu'ils avaient. Et ça m'a vacciné, et j'emploie le mot exprès. Quand tu as dîné dans la cuisine d'une famille de celles qui, aux informations, ne sortent jamais que dans la rubrique des problèmes, le titre ne passe plus, par aucun bout.

Mon père, avec tout ça sur le dos, je ne le voyais pas malade. Je ne le voyais pas non plus comme un homme qui enfreignait une règle après l'autre, ni comme celui qui avait le coffre chargé de drogue et son fils sur le siège d'à côté. Moi, je voyais un héros. Celui qui venait me sortir du collège où on me pourrissait la vie, celui qui tenait une nuit entière au volant, celui qui frappait à des

portes qui s'ouvraient chez des inconnus. Il avait la maladie qui allait me démontrer la vie des années plus tard, diagnostic compris, et il prenait son traitement à sa sauce, ce qui est une façon élégante de dire par périodes : il l'arrêtait, il reprenait, il l'arrêtait encore, comme celui qui arrose une plante le jour où il y pense. Et avec le haschisch il s'était monté son propre système pour financer ce que dépassaient les phases du haut et pour supporter le plomb de celles du bas. Au volant c'était un phénomène et sur la route il était désastreux, les deux à la fois et sans que ça lui paraisse contradictoire : il se torchait avec les panneaux de signalisation comme avec les règles de la vie en commun et le code pénal en entier, et il s'en torchait précisément à cause de ce qu'il avait. C'est pour ça que, dans les années où il a couru le monde, ce rôle de chauffeur d'une bande qui braquait des banques, celui qui attend moteur tournant pendant qu'à l'intérieur il se passe ce qui se passe, lui est allé comme un gant cousu à sa taille. Tout ce qu'il a fait dans cette vie, il l'a fait avec une voiture sous lui.

Et d'où ça lui venait, tant qu'on y est, parce que de la maladie mentale, dans ma famille, il y en a toujours eu. Des papiers pour le prouver, aucun. Pour que quelque chose reste écrit il faut d'abord avoir les mots, et les Herrera, question mots pour ce qui compte vraiment, on a toujours été à découvert. Mon grand-père paternel est né dans un de ces villages du Sud où la seule chose qu'il y a, c'est le village, et là-bas on disait de lui que c'était un homme de contrastes, ce qui était la façon polie et paysanne de dire ce que moi j'expédie aujourd'hui avec deux sigles et un manuel sous le bras. Des périodes d'une énergie et d'une bonne humeur qui emportaient la famille entière ; et après, sans prévenir et sans qu'il se soit rien passé, des semaines enfermé dans sa chambre sans sortir, sans parler et sans vouloir voir personne. Dans les villages de ce temps-là, ça n'était pas un diagnostic. C'était un caractère. Il est comme ça, voilà, disait-on. Et allez, il faut moissonner.

Sur cet homme-là l'Histoire est passée deux fois, et personne n'avait encore eu l'idée de lui demander à lui comment il s'en sortait avec son affaire. Jeune, on l'a emmené à une guerre en Afrique, à l'arrière, pour charger des caisses et tenir le compte de ce que d'autres dépensaient à s'entretenir, et de ça il n'a pas lâché un mot de sa vie. Après est arrivée celle d'ici. Il avait un frère de gauche, et l'été où tout a dérapé on l'a emmené du village et il n'est pas revenu. Ce frère a existé, c'était mon sang, et son nom, je le connais. Mon grand-père, on le montrait du doigt pour la même raison, alors il a traversé les montagnes à pied jusqu'à l'autre zone, et ma grand-mère est restée dans celle-ci les mains plon-

gées trois ans dans les blessures des gamins qui descendaient du front, et dans le camp qui a fini par gagner. Et c'est précisément ça qui lui a sauvé la peau quand est venue l'heure de régler les comptes : la décence de ma grand-mère lui a servi de sauf-conduit. D'autres familles ont derrière elles un acte de propriété et des terres. La mienne a ça. Ensuite on lui a rendu son poste, il a fini par travailler aux chemins de fer, il a déménagé les siens d'un village à l'autre jusqu'à se planter à Barcelona, et sur ses vieux jours c'était un grand-père attachant qui se mettait aux fourneaux pour faire à dîner à ses petits-enfants. Et c'était aussi, selon le jour, un homme à arêtes, de ceux dont on devinait l'humeur, à la maison, au bruit que faisaient les clés dans la serrure. Les deux choses ont été vraies et aucune des deux n'était de la mauvaise foi : c'étaient les contrastes de toujours, plus deux guerres et un frère qui n'est pas revenu et que personne ne l'a aidé à porter. Avec un sac à dos pareil, qu'on vienne me dire qui s'en sort indemne.

Mon père est né quand les armes s'étaient déjà tues, fils littéral de la paix, et il a apporté avec lui les contrastes du grand-père avec le volume monté. Et moi j'ai apporté ceux de mon père avec le volume monté encore d'un cran. Un écho qui, au lieu de s'éteindre, résonne plus fort à chaque rebond.

Ici je dois tirer le frein à main, parce que j'ai raconté ça pendant des années en m'appuyant sur un mot, épigénétique, et ça me donnait de l'allure : le traumatisme du grand-père avait touché les gènes qu'il a remis à mon père, et le traumatisme de mon père, ceux qu'il m'a remis à moi. Je suis allé vérifier avant de le mettre par écrit et il se trouve que ça ne tient pas comme ça. Je préfère rester sans une belle métaphore que glisser une donnée fausse, même si la métaphore était belle. Ce qui est en revanche plus qu'établi, c'est que cette maladie est l'une des plus héréditaires de toute la psychiatrie : les études sur les jumeaux, qui sont la manière propre de séparer ce qui vient du sang de ce qui vient de la maison, attribuent aux gènes la plus grande part du risque, et ça c'est de la génétique classique, de celle de toujours. Le fils d'un père qui a ça a nettement plus de tickets que le voisin d'en face, et malgré tout le plus probable reste que ça ne lui tombe pas dessus, parce qu'il n'y a pas un gène, il y en a des centaines, chacun apportant son grain de sable, et il faut qu'il s'en réunisse beaucoup. Chez moi, ils se sont réunis. L'autre chose qui est établie, c'est que le traumatisme, lui, voyage bel et bien d'une génération à la suivante, et c'est de ça que parle ce chapitre entier, mais par les chemins qu'on peut montrer : l'ambiance d'une maison, la façon dont on t'élève, ce que tu apprends en regardant, le stress d'une mère en-

ceinte et, par-dessus tout, le récit, ce qu'une famille raconte à voix haute et ce qu'elle décide de ne pas raconter.

Ce qui n'est pas démontré chez l'humain, c'est l'autre partie : qu'une expérience laisse une marque chimique dans les cellules avec lesquelles on fabrique les enfants et que cette marque arrive en flottant jusqu'aux petits-enfants comme un message dans une bouteille. L'idée est là, on la cherche, dans une interview elle rend à merveille, mais chez l'homme les preuves sont faibles et très discutées, et en plus il y a un problème biologique de fond : ces marques s'effacent presque entièrement en deux balayages, l'un quand ces cellules se forment et l'autre juste après la fécondation. Alors je vais le dire comme on peut le dire sans mentir : de mon père j'ai hérité des gènes qui venaient déjà chargés d'usine, et j'ai hérité en plus de sa maison, de sa peur, de sa façon de se planter dans le monde et d'une histoire familiale qui n'a jamais été racontée à voix haute. Ça suffit largement à expliquer la chaîne. Je n'ai besoin d'aucune molécule.

Et si la chaîne résonne plus fort à chaque saut, c'est pour une raison très concrète : mon grand-père n'a jamais eu de nom pour son affaire, et mon père, lui, en a eu un, mais il lui a manqué ce qui fait vraiment le travail, c'est-à-dire le réseau. La régularité, les consultations de suivi, des gens autour qui savent ce qui arrive quand on arrête le lithium, parce que le lithium tout seul ne tient personne debout. C'est ça qui n'a pas existé dans cette famille, et il m'a fallu quarante ans et cinq hospitalisations pour l'apprendre. Ma sœur Sonia a écrit il n'y a pas longtemps, pendant qu'elle cherchait une photo de lui pour se souvenir, qu'il avait été un homme qui se traitait lui-même de fou et qui se battait contre cette folie sans savoir que c'était probablement ce qui lui donnait le plus de charme ; que tout n'a pas été joli, qu'il y a eu de la douleur et beaucoup de peurs, mais que le charisme et la tendresse finissaient par faire pencher la balance de l'autre côté. C'est de cet homme que je viens. Et d'une famille qui se souvient de lui depuis vingt ans sans avoir écrit une seule fois le mot monstre.

Chapitre 3 • De treize à dix-huit ans

Mes parents se sont séparés l'année de mes treize ans, ou celle d'avant à quelques mois près, et cette année-là tout est tombé en même temps, comme si quelqu'un avait tiré sur la nappe. La maison était hypothéquée et il a fallu la lâcher pour ce qu'on en donnerait ; ma mère nous a emmenés dans un appartement d'un autre village ; j'ai quitté l'école privée et j'ai atterri au collège public. Une seule année pour les trois choses. Elle s'était séparée parce qu'elle avait vu l'envers du décor : elle avait trouvé le haschisch et compris ce que faisait mon père en réalité. Et voilà ce qui, après y avoir tourné mille fois autour, continue de me résister : le sachant, elle m'a laissé continuer à monter dans cette voiture. Ce qui se passait à l'intérieur de ces voyages, elle ne l'a jamais su, ça je le mets par écrit et je le signe où on voudra, mais le commerce, elle le savait très bien. Et elle m'a laissé y aller. Et moi j'y allais content, et c'est la moitié de la vérité que j'ai le moins envie de raconter. Ces voyages, c'étaient la sortie du collège, que je détestais et où on me harcelait, et la sortie aussi de la vie de merde que je menais. Entre le haschisch dans le coffre et le cours de huit heures, je choisisais le coffre sans réfléchir.

Le reste des heures, je les passais dans ma chambre, devant un ordinateur. L'internet de l'époque n'avait pas la moindre loi, et celui qui y a mis les pieds sait que je n'exagère pas : des salons de texte, des forums, des câbles qui reliaient des chambres très lointaines sans que personne sache qui était à l'autre bout, et sans que ça intéresse personne de le savoir. L'ordinateur était dans ma chambre. Contrôle parental, aucun. Et par-dessus cette solitude très précise du gamin gros qui a un père occupé par ses propres affaires et une mère qui s'use au travail.

Ça n'est pas tombé d'un coup. Au début c'était de la conversation : quelqu'un qui pose des questions, quelqu'un qui a du temps, la nouveauté qu'il y ait des adultes qui t'écoutent comme personne autour de toi ne t'écoutait. Ensuite venait la confiance, qui se construit lentement et avec des cadeaux. Ensuite les deman-

des, formulées comme si c'était la chose la plus normale du monde. Et ensuite le reste.

Ça n'a pas été un seul. Ils ont été un très grand nombre, de treize à dix-huit ans. Des hommes faits qui ont trouvé un enfant gros et sans personne dans les mauvais coins du réseau et qui ont fait de lui exactement ce que font ces hommes-là. Ils me frappaient. Ils m'humiliaient. Ils m'attachaient. Ils m'urinaient dessus et dans la bouche. Ils m'ont avili de toutes les façons dont on avilit un enfant qui n'est pas en état de dire non, et ils m'ont fait entrer dans de la pornographie infantile que je garde gravée au fer rouge et à vie. Je l'écris une fois comme ça et je ne le répète pas, parce que l'inventaire complet ne sert à personne sauf à moi. Et ça ne s'est pas arrêté tout seul : ça a continué jusqu'à dix-huit ans et c'est resté en moi transformé en habitude, le cruising, les rencontres avec des types dégueulasses et des fantasmes répugnants ; à dix-huit ans j'ai commencé à fréquenter les saunas, et des années plus tard viendrait le sexe sous drogue. Deux décennies après, avec une psychiatre en face de moi, j'étais toujours incapable de mettre son nom sur tout ça.

Je vais en sortir un du tas, parce que sa marque a un chapitre à elle plus loin et que je préfère la poser ici, comme on prépare une corde avant de tirer dessus. Cet homme-là m'attachait au lit. Il me rendait immobile, il me violait comme ça, sans que je puisse bouger un bras, et il prenait des photos. J'avais treize ans. La panique de ne pas pouvoir bouger est un traumatisme à part entière, et elle arrive avant n'importe quelle pensée : l'animal qui est dedans donne l'ordre de partir en courant et le corps, lui, n'obéit pas. Rien qu'avec ça, il y a largement de quoi. Mais les photos posaient l'autre moitié du dommage par-dessus, parce qu'elles voulaient dire que ça ne se terminait pas quand ça se terminait : sur un disque dur quelque part dans le monde il y a un enfant attaché qui reste disponible pour qui paye. Garde ce paragraphe. Plus loin, dans ces mêmes pages, il y a un autre lit et il y a de nouveau un enfant attaché.

Cette fois avec des papiers.

Et comme s'il manquait quelque chose, ces mêmes années c'est mon père qui m'a mis dans la prostitution. La première fois que j'ai eu un rapport sexuel, c'était avec une prostituée et l'idée venait de lui. J'ai continué à consommer de la prostitution jusqu'à vingt ans, et pas parce que je l'aurais choisie dans une liste d'options : c'est que je ne connaissais pas d'autre sexualité. Un truc transactionnel, débranché, le corps qui fonctionne comme un service qu'on commande, avec son tarif, sa durée et son heure de fin. De sorte qu'avec les hommes de

l'ordinateur qui tiraient d'un côté et mon père de l'autre, ce que j'avais appris du sexe à cet âge-là, c'étaient deux choses, et aucune des deux n'était le sexe : que mon corps appartenait à qui avait la force de l'attraper, et que celui des autres se louait à l'heure.

Ce que je savais dire, en revanche, c'était le résultat : un éveil sexuel précoce et cassé, et une hypersexualité à laquelle la psychiatrie collerait plus tard l'étiquette de réactive (c'est-à-dire le geste désespéré de celui qui essaie de récupérer un corps qu'on lui a profané) et que j'ai pris pendant vingt ans pour ma façon d'être, sans voir que c'était le plan exact de ce qu'on m'avait fait à treize ans.

C'est là que l'affaire croise la maladie, et il vaut mieux ralentir, parce que ce croisement est la thèse entière de ce livre. Je commence par ce qui est bien mesuré : parmi les gens qui finissent par développer ça, ceux qui, enfants, ont subi maltraitance ou abus débutent plus jeunes, accumulent plus d'épisodes, plus de tentatives pour en finir, plus de toxiques et une évolution plus mauvaise que ceux qui ne sont pas passés par là. Que personne ne le lise à l'envers : le traumatisme ne fabrique pas le trouble, le trouble était déjà écrit dans les gènes et ça, je l'ai déjà raconté. Ce que fait le traumatisme précoce, sur un cerveau qui porte déjà la prédisposition, c'est avancer l'horloge et monter le volume de tout le reste. Avec mon nom de famille et avec mon grand-père, un enfant avait déjà des tickets. Avec mon nom, mon grand-père et cinq ans de ça, les tickets étaient bien plus nombreux, et en plus pour que le lot tombe tôt et qu'il tombe mal.

Et il y a une deuxième chose, plus subtile, que personne autour de moi n'a su lire. L'hypersexualité n'est pas un péché à qui on aurait donné un nom moderne : dans cette maladie elle est cataloguée comme symptôme, et elle figure parmi les critères que les manuels exigent pour la manie et l'hypomanie, à côté de l'insomnie et de la grandiosité. Elle met trois moteurs en marche à la fois. Le désir monte, parce que le système de récompense tourne à un régime qui n'est pas le sien et que d'un coup tout brille. L'inhibition tombe, et l'interdit cesse de faire peur et se met à appeler. Et le calcul du risque s'endort, si bien que les conséquences n'entrent tout simplement pas dans le compte. Elle a en plus une signature qui la trahit, c'est qu'elle suit l'humeur comme l'ombre suit le corps : elle s'emballe en haut et dans la dépression elle s'éteint jusqu'à l'indifférence la plus totale. Tant que dure l'épisode il n'y a aucune honte, il y a de l'euphorie ; la honte se présente après, quand la tête redevient claire et qu'il faut reconnaître comme siens des actes qu'on ne reconnaît pas. La manie ne te révèle pas des désirs

cachés : elle te les fabrique et te les déforme, exactement comme elle fabrique des achats impossibles et des projets de sauveur du monde que personne n'aurait l'idée de prendre pour la vérité profonde de qui que ce soit.

Voilà, et maintenant mets les deux ensemble : quand la manie me lançait ce moteur, le moteur roulait depuis mes treize ans sur une voie taillée sur mesure. C'est là qu'est le mélange, et c'est là qu'est la raison pour laquelle personne ne l'a vu. Si pour tous les gens autour ce qu'un homme fait au lit sort de ce qu'est cet homme, alors, le jour où cet homme se casse, ce qui s'est cassé n'a pas l'air d'une maladie. Ça a l'air de son caractère. Ça faisait quinze ans que je recouvrais avec mon corps ce qui s'était passé à treize ans et ce qu'avait fait mon père, et on a fini par appeler ça ma façon d'être. Un symptôme n'est pas une identité. La personne qui, hors épisode, choisit, fait attention et se reconnaît dans ce qu'elle fait n'est pas démentie par ce que la manie a fait de son corps : elle répond de ce qui est à elle, mais elle ne se définit pas par ça. J'ai mis vingt ans à pouvoir écrire cette phrase sans qu'elle me reste en travers.

Et il m'est resté autre chose de tout ça, et ce n'est pas une bêtise. Je me mords l'intérieur de la joue. Toujours du même côté, toujours au même endroit, jusqu'à le laisser à vif. Je le fais depuis mes treize ans. Depuis ça. Et ça ne m'est jamais passé. Les femmes avec qui j'ai vécu ont dû me surprendre mille fois et elles n'y ont pas attaché d'importance, entre autres parce que moi non plus je ne lui en attachais pas : une bizarrerie de plus parmi les miennes. Aujourd'hui je sais quand ça se présente. Ça se présente avec les pensées intrusives. Et ça se présente aussi au calme, sur le canapé, devant une série avec Laia, sans raison et sans que je décide quoi que ce soit. Je m'en rends compte quand ça fait déjà un moment que je le fais. Ce que c'est exactement, je ne le sais toujours pas. Je l'ai noté pour le demander à ma psychiatre : si c'est un tic, si c'est une façon de m'absenter de là où je suis, ou si c'est encore autre chose. La seule chose dont je sois sûr, c'est qu'un enfant de treize ans s'est mis à le faire pour une raison, et que cet enfant le fait depuis vingt-huit ans à l'intérieur d'un homme de quarante et un qui ne se rappelle plus laquelle.

Chapitre 4 • Le parler

La première fois que j'ai vu en direct une horreur de celles qui arrêtent le monde entier, j'étais sur un ferry, avec mon père, avec mon frère Gabriel et avec la cale qui nous gardait la voiture chargée de haschisch. Gabriel venait à ces voyages comme moi, mais lui ne savait rien de rien : il a presque quatre ans de plus, et pour lui c'étaient des vacances, et heureusement qu'elles l'ont été. Sur la télé du bateau, qui marchait à l'antenne et se voyait très mal, que de la neige et des coupures parce qu'on était au milieu de la Méditerranée, on voyait ça brûler et on le voyait repasser en boucle. Et moi j'ai compris ce que ça voulait dire. Je ne sais pas d'où ça m'est venu, mais je l'ai compris, avec cette sensibilité bizarre que j'ai toujours eue pour les malheurs collectifs et qui m'a accompagné ensuite dans tous ceux qui sont venus derrière, un par un, sans en sauter un seul : ils me sont tous entrés jusqu'au fond.

Et ce que j'ai fait ce jour-là, pendant que ça se passait, c'est m'enfermer dans les toilettes du bateau, prendre la brosse des cabinets et la sucer en me masturbant.

C'était ça que ces hommes m'avaient laissé à l'intérieur. C'était mon état à moi, gamin, sur un bateau, avec mon père et mon frère de l'autre côté de la porte, à dix mètres et avec le monde qui brûlait sur un écran. Je le raconte parce qu'il faut le raconter, et parce qu'aujourd'hui j'ai le nom de ce que c'était et qu'à l'époque je ne l'avais pas : c'est une séquelle documentée de l'abus sexuel dans l'enfance. Un enfant à qui on enfonce la sexualité avant l'heure et par la force garde cette sexualité soudée à la dégradation, et à l'adolescence l'affaire revient sous forme de conduites compulsives, autodégradantes, sans aucun rapport avec le désir, qui se déclenchent quand il y a du stress et que le gamin ne comprend même pas pendant qu'il est en train de les faire. Une menace à l'échelle du monde entier, vue en direct, allume dans le corps le système d'alarme ; et chez quelqu'un qui a cette histoire derrière lui, l'alarme sort par le seul conduit qu'on lui a ouvert de force à treize ans. Il n'y a pas de perversion et il n'y a pas de choix. Il y a un symptôme qui fait la seule chose qu'on lui a apprise. Et si j'ai

décidé de raconter ça, c'est parce qu'il y a des choses pires que j'ai décidé de ne pas raconter. Celui qui doit le savoir le sait déjà.

Quelques mois plus tard, ils sont venus chercher mon père. Ça faisait longtemps qu'ils remontaient la piste de l'argent et des téléphones, et à la fin le poids entier du haschisch lui est tombé dessus. Trafic de stupéfiants. Détention provisoire. Ça faisait depuis mes huit ans que je traversais des frontières fourré dans cette voiture, et tout à coup, en un jour, ont disparu de la maison la voiture, les voyages et l'homme.

Et alors ont commencé les visites, qui sont la partie que personne ne raconte jamais. Attendre dehors, la file, le contrôle, et une fois dedans un parloir, une vitre sale et un téléphone. Mon père à un empan et impossible de le toucher. Et ce n'est pas un mauvais après-midi : c'est des mois, et ça se répète à la même heure, avec la même file et avec le même sac. On y allait ma mère, Sonia et moi. À l'époque je ne savais rien du serment que ma mère s'était fait vingt-cinq ans plus tôt dans une file identique, avec Sonia dans le ventre ; ça, je l'ai su bien plus tard, en la lisant. Et mon père, on l'avait mis dans le module où on gardait ceux qui étaient comme lui, médiqué de force, avec ce regard de celui qui ne distingue plus très bien de quel côté du réel il se trouve, et chaque semaine un peu plus loin de lui-même. Voir ton père dans une cage officielle, transformé en un dossier avec un numéro, drogué parce qu'un autre l'a décidé, m'a laissé une terreur de celles qui ne se raisonnent pas à l'égard de la psychiatrie et des institutions, et il m'a fallu vingt ans pour pouvoir la regarder en face.

De ces hommes du chapitre précédent, il y en a un à qui je dois faire une place à part, parce qu'il n'entre pas dans le moule des autres et parce que, justement parce qu'il n'y entre pas, il a fait un mal différent, plus subtil et bien plus durable. Je vais l'appeler Sergio. Un homme qui avait le double de mon âge et qui travaillait dans un bureau. J'avais quinze ans. Il venait me chercher à la maison avec sa voiture, on filait sur les terrains vagues de la périphérie et les heures y passaient. Et voilà ce qui le distingue des autres : il n'y avait pas que du sexe dans ces heures-là. Il y avait de la conversation. Il me posait des questions sur ma vie, il m'écoutait, il donnait l'impression que ce qui m'arrivait comptait pour lui. On s'embrassait longuement (et pourtant embrasser un homme ne m'a jamais plu, mais ça, je le mettais de côté parce que lui aimait ça et parce que, pour la première fois, j'avais la sensation que quelqu'un était là). C'est ce que j'ai eu de plus proche d'une relation dans toute mon adolescence, et c'est là qu'est la blague noire de toute l'histoire. Je le laisse écrit tel que je l'ai vécu à l'époque,

même si aujourd'hui je sais le lire avec le manuel à côté : ce que je ressentais comme de la tendresse, et qui était ce qu'un gamin seul pouvait imaginer de plus proche de l'amour, c'était le mécanisme de l'abus fonctionnant avec une précision d'horloge. Un homme adulte ne devient pas tendre avec un enfant de quinze ans par amour. Il devient tendre pour que l'enfant ne parte pas. Et cette homosexualité que j'avais alors, et qui m'a laissé si longtemps dans la confusion, n'était pas une orientation : c'était un adolescent cassé et seul, violé par des hommes plus âgés, qui s'accrochait à la seule affection qu'il avait à portée de main, même si elle arrivait empoisonnée.

Et un jour il s'est évaporé. Du jour au lendemain, sans un mot ni un avertissement. Il a arrêté de répondre au téléphone, il m'a bloqué et il m'a écarté comme on efface un fichier qui encombre. Pas mal d'années plus tard j'ai recollé les morceaux, ce qui est la seule chose que je sache faire : il avait quelqu'un pendant qu'il était avec moi, et le plus probable c'est qu'elle ou lui ait vu un message et qu'il ait coupé net pour sauver sa vie rangée d'adulte à secret. Mais moi, à quinze ans, je n'arrivais même pas de loin à cette analyse. Moi j'avais le trou et rien d'autre. Ça été un de mes premiers abandons, et c'est de lui que sont sortis tous ceux qui sont venus après.

Alors cette année-là tout est tombé sur la même personne, et dans cet ordre. L'homme a disparu d'un coup. Mon père est entré en prison. Et moi j'ai arrêté de mettre les pieds au collège et je me suis enfermé à la maison, avec une mère écrasée par l'affaire de son mari et qui n'avait pas la force de me tirer du lit chaque matin. C'est de là qu'est sortie ma première dépression, celle qu'on m'a traitée avec des perfusions et qui apparaît dans le dossier médical presque comme une note d'administration, avec sa date à côté. La cause n'apparaît dans aucun compte rendu.

On m'a emmené chez un psychologue. Le même, d'ailleurs, qui m'avait vu à huit ou neuf ans et qui m'avait fait passer un test d'intelligence où j'avais sorti un quotient de cent quarante, qui restera là pour le dossier, des fois qu'on raconterait autre chose plus tard. Maintenant j'avais seize ans et j'étais au fond du trou, et il m'a reçu avec ma mère assise à côté, dans la même consultation, ce qui rendait impossible de m'ouvrir. Des abus je n'ai pas lâché un demi-mot, et ce n'était pas faute d'occasion : c'est que pour moi ça n'était pas des abus. Je gardais ça dans ma tête comme une initiation sexuelle, fermée, scellée et cachetée, et j'avais une honte à en mourir d'en parler à qui que ce soit. Et il y a là un poison dont personne ne parle jamais et que je dois dire en toutes lettres, parce que

sinon rien de tout ça ne se comprend : le poison, c'est d'avoir pris du plaisir à quelque chose qu'on répudie aujourd'hui. Parce qu'il y a eu de l'attention. Il y a eu des cadeaux. Il y a eu, pour la première fois de ma vie, des adultes qui m'écoutaient. Et le corps d'un gamin répond à ce à quoi répond le corps d'un gamin, et ensuite ce gamin passe la moitié de sa vie convaincu qu'il a fait quelque chose, ou qu'il a participé, ou que ça lui a plu. Eh bien non. J'avais treize ans et je n'avais ni la capacité légale ni la maturité pour consentir à quoi que ce soit de tout ça. Point. Eux étaient des hommes adultes et savaient parfaitement ce qu'ils manigançaient.

Ce que j'ai raconté au psychologue, en revanche, c'est que j'allais mal parce que je n'avais pas de copine. Que moi ce que je voulais, c'était une copine, comme n'importe qui. Et le psychologue m'a lâché une phrase que j'ai mis la moitié d'une vie à déchiffrer : que ce n'était pas parce que j'étais gros. Que ce que cherchaient les filles de mon âge, c'était un garçon qui soit là pour elles, qui s'occupe d'elles, qui les aime. Que ce qu'elles voulaient, c'était qu'on les aime. Sur le moment je n'ai pas saisi, évidemment, j'avais seize ans et la tête complètement ailleurs. J'ai saisi pas mal d'années et pas mal de factures plus tard. Bon conseil, celui de cet homme. L'ennui, c'est que ç'a été deux séances et terminé. Parce que ce qu'on a conclu là-dedans, c'est que la dépression était logique : avec le père en prison et le gamin hors du collège, à quoi s'attendait-on. Et l'analyse s'est arrêtée là. Deux séances et dehors.

Dans ce bureau il y a eu deux choses que personne n'a vues, et toutes les deux étaient sur la table. Un : sur la chaise il y avait un gamin de seize ans, déprimé, dont le père était diagnostiqué de cette maladie et médiqué de force dans le module d'une prison. Et une dépression chez le fils adolescent d'un homme qui a ça, c'est, ni plus ni moins, la façon la plus classique qu'a cette maladie de se présenter. Dans plus de la moitié des cas le premier épisode n'est pas une manie : c'est une dépression, à l'adolescence ou peu après, identique à n'importe quelle autre dépression, jusqu'à ce que des années plus tard apparaisse la première montée et qu'il faille tout relire à l'envers. Le père en prison, lui, est entré dans l'analyse ; ce que le père avait, non. Rien qu'avec cette question, le nom de ce que j'avais aurait été sur cette table dix-sept ans avant qu'on me le donne. Et deux : avoir un père en prison est l'une des dix expériences adverses de l'enfance qu'on mesure aujourd'hui dans la moitié du monde, depuis une étude d'il y a presque trente ans menée sur des milliers de personnes. C'est la moins fréquente des dix, et c'est pour ça que c'est aussi celle sur laquelle on interroge

le moins. Les enfants de détenus ont presque deux fois plus de problèmes de santé mentale que les autres enfants, et autour d'un sur sept remplit les critères du stress post-traumatique. Un sur sept. Ça, je ne le savais pas. Et personne n'a demandé ce que faisait un gamin de seize ans dans la file d'un parloir, ni ce qui lui reste à l'intérieur quand il voit son père abruti de l'autre côté de la vitre. À un gamin à qui on dit que sa dépression est logique, on ne traite pas la cause : on lui certifie son humeur.

Ç'a été le premier professionnel qui m'a eu devant lui et qui ne l'a pas vu. Ça n'a pas été le dernier.

Chapitre 5 • L'irresponsabilité

Mon père, ils l'ont relâché pour irresponsabilité pénale. Je le dis avec le mot des avocats parce que c'est celui qui m'est resté collé à seize ans et celui que j'ai dû réentendre, avec un autre visage en face, vingt ans plus tard. Une cause d'irresponsabilité, c'est ça : un tribunal accepte que l'homme qu'il a devant lui a fait ce qu'il a fait avec une maladie dedans, que la maladie décidait à sa place, et que par conséquent on ne peut pas le punir comme on punit un homme entier. On le lui a expliqué. Ils l'ont accepté. Ils lui ont ouvert la porte. Et tout s'est arrêté là.

J'avais seize ans quand je l'ai vu entrer et quand je l'ai vu sortir, et les deux fois j'étais dans la voiture. Du premier voyage, j'ai déjà raconté ce qu'il y a à raconter. Du second je me souviens moins que je ne le devrais, et j'ai une explication qui aujourd'hui me suffit et qui à l'époque ne me suffisait pas : ce qui est rentré à la maison ce jour-là n'était pas l'homme qui était parti. C'était l'ombre. Les mêmes vêtements, la même manière de s'asseoir dans la voiture comme si le siège lui appartenait, et à l'intérieur rien. La prison a fini de le casser. Et ce qu'on lui a donné en sortant, c'est exactement ce qu'il avait en entrant : rien dans la main. Ni un traitement qui tienne, ni un psychiatre qui le suive, ni personne pour s'asseoir avec lui, ou avec nous, et lui expliquer ce qu'il avait. On lui a reconnu la maladie pour le laisser sortir et on l'a rendu à la rue avec elle dedans.

Et c'est là qu'est la couture dont ce livre est fait. La loi prévoit ce qu'on fait d'une personne dont on reconnaît qu'elle n'était pas maîtresse de ses actes à cause d'une maladie : à la place de la peine, du soin, un suivi, parfois un internement ; quelque chose qui soutienne la raison pour laquelle on lui a épargné la peine. À mon père on n'a mis ni l'un ni l'autre. Le système a regardé sa maladie à la loupe juste le temps de décider quoi faire du dossier, et dès que le dossier a été refermé la maladie a cessé d'intéresser qui que ce soit. C'est ça que je veux qu'on comprenne, parce que ça va revenir : que les institutions reconnaissent que quelqu'un est malade quand ça les arrange pour le relâcher, pour classer, pour s'en débarrasser, et qu'elles sont parfaitement incapables de le reconnaître

quand le faire les obligerait à quelque chose. La maladie, pour elles, est une formalité. Mon père est sorti de là avec une irresponsabilité reconnue et avec un trouble bipolaire non traité, et des deux choses une seule allait continuer de fonctionner, et ce n'était pas celle qui portait le tampon du tribunal.

Et il y a une symétrie que j'ai du mal à écrire. À lui, on lui a reconnu la maladie pour le relâcher et ensuite on l'a laissé seul avec elle. À moi, presque vingt ans plus tard, on m'a mis cette même maladie sur un papier à en-tête, et malgré tout il a fallu se battre instance après instance pour que quelqu'un s'asseye et lise ce papier. Tous les deux avec la même chose dedans et avec le même nom de famille. Et des deux, celui qui a le plus mal fini, c'est celui qui est parti loin de chez lui mourir à la campagne.

Et ça m'a laissé pour toujours la peur des institutions. Pas une idée qu'on aurait ni une opinion qu'on pourrait discuter à un dîner : une réponse que le corps lâche et qui n'attend pas qu'on réfléchisse. Quand, à trente-trois ans, on m'a mis dans un service fermé, ma tête n'était pas dans ce service : elle était devant cette vitre-là. Il ne fallait pas être Freud pour savoir d'où sortait la panique. Il fallait, uniquement, avoir lu mon dossier, qui était posé sur la table.

Et il y a les enveloppes, les sonnettes et les uniformes. Une enveloppe dans la boîte aux lettres avec une petite fenêtre et un en-tête. Une sonnette qui retentit à une heure où je n'attends personne. Un uniforme sur le trottoir d'en face, qui ne vient ni pour moi ni pour personne, qui est là debout à regarder son portable. N'importe laquelle de ces trois choses m'arrête le corps une seconde, me fait monter le pouls et me met au creux de l'estomac un gamin de seize ans qui fait la queue avec un sac. Une seconde plus tard je sais déjà que l'enveloppe vient de la banque et que l'uniforme attend un collègue. Mais cette seconde-là, ce n'est pas moi qui la contrôle. C'est une autre partie du cerveau, qui a appris très tôt une chose très simple : que l'autorité pouvait venir te chercher, et que quand elle venait, elle emmenait quelqu'un.

Et avec cette peur en dessous, j'ai fait quelques années plus tard une chose qui me fait rire aujourd'hui et qui à l'époque m'a paru une issue : je me suis mis à préparer le concours de la police, avec la femme avec qui j'étais alors, Patricia, qui me soutenait. J'ai laissé tomber tout de suite, dès que j'ai réalisé qu'avec ce que je traîne vis-à-vis de l'autorité, sous cet uniforme je ne serais jamais heureux de ma vie, et qu'il y avait une comédie noire assez fine dans l'idée de m'habiller avec l'uniforme qui me terrifiait pour qu'il arrête de me terrifier. Pour

comprendre d'où venait cette peur, il me manquait encore quinze ans et quelques hospitalisations.

Et ça m'a laissé, dans la direction contraire à ce que n'importe qui penserait d'un gamin qui a grandi assis sur du haschisch, une terreur de la loi qui a fait de moi le citoyen le plus en règle que je connaisse, du genre à payer jusqu'à la dernière taxe. Mon père a passé sa vie de l'autre côté de cette ligne, d'abord comme chauffeur de la bande et ensuite dans le haschisch. Moi, ce qui m'a élevé, c'est de savoir ce que ça coûte, et le corps a dressé procès-verbal sans me consulter. Deux ou trois fois on est venu me proposer de trafiquer, de gagner de l'argent facile, du vrai, et les deux fois j'ai répondu non sur-le-champ, pour cette raison exacte et pour aucune autre.

Et ça ne s'arrête pas à la paperasse. Ce qui est aux autres, je n'y ai jamais touché. Pas une seule fois. Dans une boutique de souvenirs je suis incapable de me mettre dans la poche un aimant de frigo, ce vol de rien du tout que la moitié du monde a commis une fois et dont personne ne se souvient le lendemain. Moi, ça me dépasse. Et je le dis avec l'autorité de celui qui est passé par la manie, par l'hypomanie, par les défonces et par un jugement réduit à des gravats, qui est la situation où on fait littéralement tout ce qui vous chante : même comme ça, non. Dans ce livre va sortir tout ce que j'ai fait en étant malade, et prendre ce qui n'est pas à moi n'y sort pas, parce que ça n'est pas arrivé. D'où le fait que ça me brûle autant, la façon dont ça a fini par tourner : j'ai passé ma vie entière à fuir l'ombre de mon père à force d'être le plus réglo de la file, et ce qui a fini par m'asseoir devant un tribunal, ce n'est ni la cupidité ni la mauvaise foi. C'est la santé.

Chapitre 6 • Le terrain vague

J'avais vingt ans quand mon père est mort.

Ça faisait des mois qu'il ne prenait plus son lithium. Et attention, il ne le jetait pas : il le mettait de côté. C'est ça qu'il faut comprendre de cet été-là, et il m'a fallu des années pour être capable de le regarder en face. Un homme avec le diagnostic posé, que personne n'avait suivi depuis sa sortie, a arrêté le cachet qui le tenait debout et l'a mis de côté, prise après prise, dans un coin de la maison, jusqu'à réunir la quantité qu'il cherchait. Ensuite il a disparu. Et la dernière nuit, avant de partir, il m'a posé une main sur l'épaule et il m'a lâché une phrase qui à l'époque m'a semblé une de ses bizarreries de plus et qu'aujourd'hui je lis pour ce qu'elle était :

— Prends soin de ta sœur.

Ils ont mis presque deux mois à le retrouver. J'ai passé cet été comme on passe un été à vingt ans avec un père disparu qui avait déjà disparu d'autres fois : à attendre et à ne pas attendre en même temps. J'habitais dans une colocation du village où j'avais déménagé pour être plus près de Marta, une fille de ma bande qui va dévorer la moitié de ce roman dans quelques années, et la nuit où le téléphone de ma mère a sonné, j'étais en train de m'habiller pour sortir faire la fête avec les gars de l'appart du côté des bars. On l'avait retrouvé loin de la maison, sur un terrain vague de la montagne, derrière des rochers. J'ai raccroché, je suis monté dans ma voiture de frimeur et je suis parti de là en brûlant les pneus, avec presque un paquet de clopes consommé sur un trajet de trois quarts d'heure que j'ai fait en moins de trente minutes. Je devais arriver jusqu'à ma mère et jusqu'à mon frère Gabriel, et la route n'en finissait pas.

À la morgue, la médecin légiste a été claire avec moi, et encore aujourd'hui je lui en suis reconnaissant.

— N'entrez pas. Le portefeuille suffit.

Le portefeuille arrivait imbibé d'une graisse qui, à ce stade, n'était plus de la graisse, et dedans il y avait la carte d'identité, et ça réglait l'identification. Elle m'a dit qu'elle ne voulait pas (elle, comme si c'était son affaire, et d'une certaine

manière ça l'était) que je garde cette image de mon père. Je l'ai écoutée. Et je l'ai écoutée parce que je savais très bien ce qu'il y avait de l'autre côté de la porte : à vingt ans j'avais déjà vu, sur ces pages de gore qui circulaient à l'époque et qui mettaient en ligne sans rien couper ce que les télévisions ne montraient pas, des cadavres en décomposition photographiés sur les lieux, et je savais dans quel état allait être mon père après deux mois au soleil avec une précision qu'aucun gamin de vingt ans ne devrait avoir. Il était sec comme de la morue. Ce mot-là, ça fait vingt ans que j'essaie de me le décoller, et je l'écris ici pour voir s'il s'en va. Un corps en plein air, dans un été sec et avec le soleil qui tombe à pic, traverse des phases que la médecine légale a décrites et qu'une étude d'il y a des décennies a mesurées sur des centaines de cas : d'abord il gonfle, ensuite il se décompose, les insectes le mangent petit à petit et à la fin, si l'air est sec et si le soleil tape, ce qui reste se momifie et la peau se tanne sur l'os. Huit semaines, mon père est resté là. Quand l'identification se fait avec une carte au lieu d'un visage, c'est parce qu'il ne reste plus aucun visage à reconnaître. À un moment que je n'arrive pas à situer, ma sœur m'a montré ce portefeuille ; ce qui m'est resté, c'est ce que j'ai senti en le voyant. Je ne suis pas entré. De toutes les décisions de ce mois-là, c'est une des très rares dont je me suis félicité après, parce que grâce à ça je ne me le rappelle pas comme ça.

Dans cette famille, les enterrements viennent avec la police incluse. Mon père, ils l'ont arrêté le jour où on a enterré ma grand-mère, qui était sa mère, parce qu'ils savent très bien qu'un fils ne manque pas ça et ils profitent de la douleur pour mettre la main sur ceux qui sont en cavale. Il y avait des agents en civil mélangés aux gens, et ils l'ont emmené menotté devant tout le monde. Avant, ils l'ont laissé embrasser ma mère pour lui dire au revoir, et lui s'est servi de l'étreinte pour lui glisser dans la poche du manteau ses faux papiers, c'est-à-dire exactement ce qu'ils ne devaient pas trouver sur lui. J'étais tout petit et de ça je ne me souviens pas. Je le sais parce que c'est elle qui le raconte, elle qui est restée là avec ces papiers serrés dans la poche, à lui brûler la main, pendant qu'on emmenait son mari. À l'enterrement de mon père, en revanche, personne n'est plus venu le chercher. Il y avait nous et personne d'autre.

Ça a été dévastateur pour tout le monde sauf pour moi, et ça, il faut l'expliquer. Sonia lui avait écrit un texte. Il n'y a qu'elle pour écrire une chose pareille, hyperémotive et exacte en même temps, parce que ma sœur a une sensibilité et une tête qui ne courent pas les rues. Seulement, le lire, elle ne pouvait pas. C'est moi qui l'ai lu, revêtu d'une solennité fausse qui m'a tenu presque

jusqu'au bout ; dans les dernières lignes il s'en est fallu d'un rien que je craque. Je n'ai pas craqué. J'ai tenu le visage entier. À vingt ans ça ressemblait à de la force, et plus tard j'ai compris que c'était autre chose, et que cette autre chose finit par se payer à tempérament et avec les intérêts.

De ce jour-là il me reste une porte et des bras. Marta n'est pas venue. On s'était connus au groupe de jeunes d'une église, où mon frère traînait aussi, et celle qui nous avait présentés, c'était Vanessa, qui était ma copine à l'époque. On était tous de la même bande et cet après-midi-là ils sont tous venus, même le frère de Marta avec sa copine. Elle, non. Et la raison, on l'avait fabriquée à deux : notre histoire avait démarré par moi quittant Vanessa pour elle, et ensuite, déjà avec elle, Vanessa est venue me chercher et j'ai couché avec Vanessa. Marta l'a appris par la bande et elle m'a quitté, donc se pointer à cet enterrement, avec Vanessa juste devant et toute l'église qui regardait, c'était tout simplement impossible. Je ne le lui ai jamais reproché, ni sur le moment ni plus tard : c'est moi qui ai trompé et les circonstances, on les avait posées à deux. Je le laisse écrit parce qu'un gamin qui surveille la porte d'un funérarium pour voir si quelqu'un entre est une image dont je n'arrive pas à me défaire depuis vingt ans, et parce que cette porte est restée sans s'ouvrir bien d'autres fois. Et dans ce même funérarium il y avait Vanessa, la seule de mes compagnes qui ait connu mon père vivant. Elle m'a serré dans ses bras et elle est restée avec moi tout l'après-midi. Je ne l'écris pas pour mettre une note à qui que ce soit. Je l'écris parce que de ce jour-là j'ai emporté ça : une porte que j'ai regardée de haut en bas et des bras qui, eux, étaient là.

Je n'ai pas demandé le congé pour décès, alors que je pouvais. Le lendemain j'étais de nouveau au bureau en train de travailler, comme si l'histoire du corps sec et l'histoire du texte lu à voix haute étaient arrivées à quelqu'un d'un film que j'avais vu une fois. Ce que je faisais, c'était sortir la nuit, acheter une bouteille dans n'importe quel endroit qui avait le rideau levé et rester des heures à marcher ou assis sur un banc, à boire juste ce qu'il fallait pour que les pensées deviennent molles sans s'en aller tout à fait. Ça été la première fois que je me servais de l'alcool pour gérer quelque chose que je ne savais gérer d'aucune autre façon. Le vrai alcoolisme arriverait des années plus tard et il a ses propres chapitres ; mais c'est sur ces bancs que j'ai découvert à quoi il servait : à emballer dans du coton une chose qui, touchée à nu, ne se touchait pas.

Et je n'ai rien demandé. C'est la partie qui me coûte encore. Je n'ai pas demandé depuis quand il avait arrêté les cachets, ni où il les cachait, ni si

quelqu'un s'en était aperçu, ni pourquoi il était parti si loin, ni ce qu'il avait fait dans ses dernières heures. Ni à ma mère, ni à ma sœur, ni à personne. Un gamin de vingt ans qui connaissait par cœur le processus complet de décomposition d'un corps et qui n'a pas été capable de formuler une seule question sur la décomposition d'un homme. Ces questions, je me les pose maintenant, avec les réponses déjà écrites dans mon dossier, et j'y réponds tout seul.

Parce qu'il faut nommer le plus dur de toute cette histoire, et ici il n'y a pas place pour la moindre blague : le trouble bipolaire tue. Et je ne le dis pas comme une figure de style. Il a l'un des taux de suicide les plus élevés de toute la psychiatrie, très au-dessus de celui des gens qui ne l'ont pas, et je ne le mets pas là pour faire peur à qui que ce soit mais pour qu'on comprenne une bonne fois que le traitement n'est ni un caprice ni une étiquette à la mode. L'idée d'en finir n'apparaît pas comme la conclusion raisonnée de quelqu'un qui a pesé sa vie dans une balance et qui a décidé que ça ne valait pas le coup. Elle apparaît comme un symptôme. Le pôle du bas de cette maladie ne te rend pas triste : il te ment. Il te met dans la tête, sur le ton de celui qui énonce une vérité mathématique, que rien de tout ça n'a de solution, qu'il n'y a pas de porte de sortie, que les tiens iraient mieux sans toi sur le dos. Et il le fait avec le même mécanisme par lequel la manie te convainc que tu es un dieu : en intervenant exactement sur l'organe avec lequel on décide si une vie vaut la peine. Mon père n'a pas renoncé par faiblesse ni par égoïsme. Son jugement s'est éteint à la pire minute possible, alors qu'il était seul et sans personne à côté. Cette voix, quand elle arrive (et elle arrive), s'éteint de deux façons seulement, et il faut avoir installé les deux à l'avance, comme on installe un extincteur au mur : savoir que c'est la maladie qui parle et qu'elle ment, et ne pas rester seul avec elle, le dire à quelqu'un, ce qui est exactement ce que la voix ne veut pas que tu fasses et exactement ce qu'il faut faire. Et il y a autre chose que personne ne savait alors, et moi moins que personne : perdre un père par suicide n'est pas un deuil comme les autres. Les gens ne savent pas quoi te dire, alors ils ne disent rien, et dans ce trou les enfants marquent plus haut sur la honte et sur la culpabilité et ont, et c'est mesuré, plus de risque de finir hospitalisés et de répéter le geste. Dans ce groupe, j'y suis entré à vingt ans, avec sa maladie dans les gènes et sans avoir la moindre idée de rien.

Et celui qui lira tout ça sans l'avoir connu va rester avec la plus mauvaise moitié d'un homme qui a été bien davantage. Mon père a été un père très affectueux. Il nous a aimés avec une intensité que je comprends mieux aujourd'hui

qu'à l'époque : il se mettait en quatre, il nous donnait de tout jusqu'à en faire trop, et cette manière qu'il avait de donner avait derrière elle une raison qui fait de la peine dès qu'on la comprend, c'est qu'il nous donnait ce qui lui avait manqué dans une après-guerre où il n'y avait rien. C'est de là que lui venait aussi l'autre chose, l'accumulation, parce qu'il a fini par tout garder, et ça figure aujourd'hui dans les manuels avec son nom et à l'époque c'était simplement que ton père ne jette rien. Et maintenant la conclusion de fond, qu'il m'a fallu quarante ans pour pouvoir dire à voix haute : son affaire à lui a été pire que la mienne. Ça n'a pas monté d'une génération à la suivante comme le raconte la fable des héritages maudits, qui est très jolie et qui est fausse. Ça a baissé. Mon tableau est moins profond que le sien, et en plus j'ai ce que lui n'a jamais eu : le nom, l'explication et des gens autour qui savent ce qui arrive quand quelqu'un arrête le lithium.

Lui avait ce cerveau et cette même boîte de cachets, et un jour il a décidé que ça suffisait. Moi, j'avale le sel deux fois par jour, et chaque fois qu'il faut le couper j'appelle ma mère. Toute la distance entre mourir dans un champ à soixante-six ans et être en train d'écrire ça, elle est là. Il n'y a pas de troisième acte.

Chapitre 7 • Le corps

Jusqu'à douze ou treize ans j'ai fait ma scolarité dans une école privée de celles qui coûtent cher, que mon père payait avec l'argent de la drogue, et avec ce détail on explique la moitié d'un pays. Là-bas on m'avait surnommé l'encyclopédie ambulante, à cause de la quantité de livres que j'avalais, et j'étais un enfant obèse, et ça pesait, c'est le cas de le dire, même si ça pesait nettement moins que de faire rire toute la classe. J'avais des amis. On m'aimait bien. Ensuite sont arrivés la séparation, le déménagement et le saut dans un collège public, et ce changement-là se sent dès la première récréation du premier jour. L'érudition qu'on admirait à l'école, au collège elle a été lue comme de la frime ; le surpoids, qu'on tolérait là-bas, est devenu ici la blague de chaque matin ; et l'encyclopédie est devenue le petit prétentieux à qui il fallait rabattre le caquet, avec son vide dans les récréations et des surnoms qu'aujourd'hui encore je préfère ne pas mettre par écrit.

Et c'est là qu'elle est apparue. Elle faisait partie de celles qui, à quatorze ans, prenaient déjà quelque chose au sérieux : elle se levait pour s'entraîner quand les autres dormions encore, avec la discipline de qui sait que là-dessus on n'improvise pas. Son nom, je ne m'en souviens pas, et ce n'est pas une élégance de narrateur : la mémoire a gardé la blessure et effacé la signature. Elle a été la seule personne du collège entier qui s'asseyait à côté de moi, qui me parlait aux récréations, qui me défendait. Et, comme il arrive avec n'importe quelle affection qui arrive pendant qu'on est en train de se noyer, je suis tombé amoureux d'elle avec la fixation totale de l'adolescent que personne n'aime et que soudain quelqu'un aime. Chez elle, son père ne la traitait pas bien, et lors d'une de ces promenades où deux adolescents refont le monde avant le goûter, elle m'a raconté son rêve : filer chez une tante, dans une province loin d'ici. Loin du père et loin de tout. Et ce projet, on a fini par le monter à deux.

Un matin ordinaire on a fait semblant d'aller en cours, on a pris un bus urbain jusqu'à la gare routière, on a acheté deux billets pour la province de la tante et on s'est assis l'un à côté de l'autre. Je lui apportais un cadeau : un pendentif que

j'avais choisi parmi ceux de ma sœur, ce qui est le genre de geste romantique et un poil délictueux qu'on ne commet qu'à quatorze ans. Quand le bus a laissé la ville derrière, j'ai senti pour la première fois depuis longtemps quelque chose qui ressemblait à la liberté. Ce que je ne savais pas, c'est qu'elle l'avait raconté à quelques-uns de la classe ; pas pour me trahir, j'imagine, mais par ce besoin adolescent que quelqu'un sache que tu es sur le point de faire quelque chose de grand. Ceux de la classe l'ont dit aux profs à l'appel, les profs ont appelé les maisons et la chaîne de commandement a fonctionné avec une précision admirable, la seule précision admirable de toute ma scolarité. Son père, le père auquel elle était en train d'échapper, a pris sa voiture, a rattrapé le bus sur la route et a fait signe au chauffeur. Le bus s'est rangé sur le bas-côté. L'homme est monté, il nous a fait descendre tous les deux sans élever la voix et il nous a mis dans sa voiture. Cinq ou six heures de retour. Moi derrière, silencieux, le visage collé à la vitre sans rien voir ; elle devant, répondant par monosyllabes ; et lui conduisant sans jeter une seule fois un œil au rétroviseur, comme si personne ne voyageait sur la banquette arrière. Cette indifférence a humilié plus que n'importe quel cri. Il m'a déposé devant chez moi et il ne m'a rien dit. Elle non plus ne m'a pas dit au revoir. Et elle ne m'a plus jamais adressé la parole de sa vie : pas un bonjour dans le couloir, pas un regard, pas une explication. Ç'a été le premier blocage qu'on m'ait fait, vingt ans avant que ce mot signifie ce qu'il signifie aujourd'hui.

Ce qui s'est cassé sur cette banquette arrière ne s'est pas réparé à coups de punitions. Je me suis mis à sécher les cours, des matinées entières traînées dans des parcs et dans des bibliothèques de quartiers qui n'étaient pas le mien, et quand mon père est entré en prison j'ai carrément arrêté d'y aller et je me suis enfermé à la maison avec les ordinateurs. C'est dans cette chambre que j'ai atteint le pire chiffre de ma vie sur une balance.

C'est de là qu'est sorti, en passant par un bloc opératoire, le corps dont il faut parler maintenant. Adolescent, on m'a opéré pour maigrir (c'était une décision de ma mère que j'ai signée les yeux fermés, parce que n'importe quoi qui me sortait de l'enfermement me paraissait bien), et en moins d'un an j'ai perdu plus de la moitié de ce que je pesais. Et voilà le détail qui n'apparaît jamais dans aucun avant-après : quand on perd ça à cette vitesse, la peau ne reprend pas sa place. Elle reste pendante. Et ça, on l'enlève au bloc. On appelle ça de la chirurgie esthétique et le nom trompe, parce que c'est de la chirurgie lourde : anesthésie générale, des drains qui pendent du corps pendant des semaines et une douleur

qui ne te laisse même pas te redresser seul. Il y a eu plusieurs opérations, et à dix-huit ans. Je suis encore couvert de cicatrices qu'on m'a faites avant que j'aie l'âge de voter.

Ce corps neuf avait besoin d'un endroit où lâcher l'énergie qui lui débordait tout à coup. J'ai trouvé la fonte. Puis la force athlétique. Puis l'haltérophilie. Un curriculum de salle de sport impeccable, et ce qu'il y avait dessous : de la bigorexie, la même compulsion qui m'avait organisé l'adolescence, occupée maintenant à fabriquer du muscle, encore une tentative d'écrire par-dessus un corps que d'autres avaient pris sans demander la permission. En chemin j'ai décroché le diplôme du collège dans un centre pour adultes, je suis entré comme stagiaire dans une boîte d'informatique, on m'a embauché en CDI et, avec les premiers vrais salaires, je me suis acheté la voiture dont je rêvais depuis la moitié de ma vie, une voiture de frimeur qui, ajoutée à ce corps, m'a ouvert un autre monde : d'un coup j'étais quelqu'un que les femmes regardaient et que les hommes respectaient. La moitié d'une vie à attendre ce film et on me l'a passé en entier d'une traite.

Et maintenant ce qui compte vraiment dans ces années-là, c'est-à-dire ce que j'aurais aimé que quelqu'un m'explique à l'époque. Sur tout ce tronçon, avec Patricia (la relation stable de mes vingt ans, une femme de mon village avec qui j'ai mené une vie rangée, de la vraie), je ne prenais absolument rien. Ni médicament, ni diagnostic, ni traitement. La maladie, je la portais déjà, les abus avaient déjà eu lieu, mon père était déjà enterré, tous les pions du risque étaient posés sur l'échiquier. Et malgré ça j'ai été stable pendant des années. Et fidèle, en plus, ce qui dans ma biographie est une donnée clinique avant d'être une vertu. Pourquoi ? Parce que sans en avoir la moindre idée je faisais exactement ce qu'on prescrit aujourd'hui : le rythme. Me lever toujours à la même heure, m'entraîner tous les jours, manger ce que doit manger un corps qui s'entraîne, dormir (parce qu'un corps défoncé à la fonte dort), un travail avec des horaires et une femme qui m'attendait à la maison. Il y a toute une thérapie construite là-dessus, et une étude d'il y a vingt ans a mesuré que chez les patients à qui on remettait de l'ordre dans les rythmes sociaux, c'est-à-dire le sommeil, les repas, l'exercice et l'heure de voir des gens, les phases mettaient bien plus longtemps à revenir. De ça je n'avais pas lu une ligne. Moi je m'entraînais, point, et le sport me tenait la tête avec la même efficacité qu'aujourd'hui le sel, et avec un meilleur goût. La première fois que j'ai cassé l'habitude du sport, tout le reste s'est cassé derrière, mais ça a son propre chapitre. Avec ses nuances, parce que je ne veux pas ven-

dre un paradis : je buvais le week-end comme boit la moitié d'un pays, et une nuit de neige, au village, quelqu'un m'a mis dans mon verre un truc dont je ne sais même pas ce que c'était, je suis tombé comme une masse en pleine discothèque et j'ai passé trois jours entre les soins intensifs et la médecine interne de l'hôpital du nord, qui a été ma première visite à l'endroit qui, des années plus tard, allait m'appeler par mon prénom. Ça, ce n'est pas moi qui l'ai cherché. Les années du corps ont été les années propres.

Et au milieu de ces années-là, trois ans après le terrain vague, Britney a refait surface. Britney, c'est ce qui vient avant tout le reste : mon premier amour, à treize ans, avant les hommes d'internet. On ne s'est jamais embrassés ; on s'est tenu la main et c'est tout, et ça suffisait largement. On s'est perdus de vue, chacun est tombé de son côté entre les mains d'adultes qui n'auraient jamais dû nous toucher, et à vingt-trois ans je l'ai croisée un soir de sortie avec mon frère, moi rentrant tout juste de vacances qui m'avaient laissé plutôt dérégulé. On s'est reconnus en une seconde. On a fini chez elle, et ça a duré deux petites semaines et deux ou trois rendez-vous au plus. À l'intérieur, ç'a été énorme, parce que ce qui était en train de se passer, c'était mes treize ans qui se passaient une deuxième fois. De sexe, il n'y en a pas eu. Il y a eu de la reconnaissance. Et un soir elle m'a dit qu'elle avait un diagnostic de trouble bipolaire.

Et c'est de là que sort l'ironie que je vais me manger le reste de ma vie et que même le lithium ne m'enlève pas : je l'ai quittée pour ça. Avec mon père mort de la même chose trois ans plus tôt. Sans diagnostic à moi, encore. Avec Patricia comme excuse officielle, très commode et très présentable pour la galerie. La raison de fond, que je n'ai osé admettre que des années plus tard, c'était que je ne me voyais pas capable d'assumer une personne avec un trouble bipolaire. Je lui ai appliqué à elle, dans son pire moment, exactement le stigmate que j'allais supplier les gens de ne pas m'appliquer à moi dès que mon tour est venu.

Il y a eu une troisième fois, et dernière, pas mal d'années après, avec une manie du calibre au-dessus, et je me suis conduit de manière erratique et destructrice : cette fois-là il y a eu du sexe, ç'a été beaucoup moins mémorable que ce que je projetais depuis l'enfance, et la déchéance de tout ça, c'est moi qui l'ai fournie en entier. Et puis est arrivée la donnée que je ne sais toujours pas par quel bout prendre : on avait changé l'étiquette de Britney pour une autre, plus aimable, de celles qui ne figurent dans aucun manuel et qu'on peut dire à un dîner sans que personne regarde du coin de l'œil vers les couteaux. Je n'ai pas d'avis arrêté là-dessus : il y a des gens qui célèbrent de s'être débarrassés d'un mot qui pèse, et

il y a des gens qui, des années plus tard, reviennent au service public avec un tableau pire qu'avant. Ce que je sais, c'est pourquoi un mot te coule et l'autre te décore, alors que les deux décrivent une personne semblable. Ça s'appelle le stigmaté, et ce n'est pas une trouvaille de sociologues : ça pèse en kilos et ça se sent dès qu'on le soulève. Notre histoire s'est terminée à cause d'une chanson que j'avais composée en manie et que je n'aurais dû mettre en ligne nulle part. Elle l'a écoutée, elle me l'a dit en face et elle m'a prévenu que c'était dangereux dans l'état où j'étais. J'ai répondu très mal, je lui ai dit de se mêler de ses affaires, et elle a coupé. Je ne suis pas retourné la chercher. Mais ce premier amour de treize ans, celui-là, je le garde.

De ce gamin à qui une voiture et un corps neuf avaient fait se croire invincible, il ne restait, quelques années plus tard, qu'un type d'une vingtaine d'années avec quatre boulots pour que le bateau ne coule pas à la maison. La voiture, je l'ai vendue dès que j'ai senti la crise. Le corps m'a duré plus longtemps.

Chapitre 8 • Laura

Ce premier été à Barcelona, avec Laura, a été la plus facile de toutes les versions que j'aurais pu être. Elle était belle d'une manière tranquille, de celles qui n'arrêtent pas une rue mais qui te font te retourner trois pas plus loin, et à l'intérieur encore mieux : loyale, cultivée, la tête bien posée, de la conversation pour une nuit entière, de gauche pour de vrai. Elle avait une intelligence pratique qui faisait le contrepoids exact de la mienne : pendant que moi je pensais possibilités, connexions et trois projets à la fois, elle pensait conséquences, délais et détails concrets. Ses études étaient déjà finies (elle a eu son diplôme pendant qu'elle était avec moi, peu après le début de notre histoire, et on l'a fêté ensemble) ; celui qui était en première année d'Histoire, à vingt-cinq ans, c'était moi. On s'est installés ensemble. Et ça a marché, deux ans, sans trucage.

D'elle il me reste surtout une image, et je la pose ici parce qu'elle vaut pour toutes les autres : je rentrais à la maison et elle m'attendait à la fenêtre, en train de lire. Sans le portable à la main, sans surveiller la rue avec angoisse, sans une question toute prête. En train de lire. J'ai mis des années à comprendre ce que me donnait cette fenêtre et pourquoi elle me donnait tant. Laura avait une vie à elle, des projets à elle et une tête à elle, et elle n'avait pas besoin de moi pour savoir qui elle était. Elle était prévisible au meilleur sens du mot, un sens qu'à vingt-cinq ans on ne sait pas apprécier et qui à quarante et un me paraît le plus grand compliment qu'on puisse faire à quelqu'un. Et il n'y avait pas qu'elle : je passais des journées entières chez sa mère et chez sa sœur, à manger et à dormir là-bas, à l'intérieur d'une famille qui m'a fait de la place sans rien me demander en échange.

Et dans cette maison Laura a fait sur moi un travail que personne ne lui avait commandé et dont je lui suis aujourd'hui reconnaissant plus que de n'importe quoi d'autre. Je suis arrivé avec une pose, et je la nomme sans maquillage : le mâle alpha, le baiseur, celui qui planait très haut, avec son corps neuf tout juste étrenné et sa voiture de frimeur tout juste vendue et toute cette testostérone qui cherchait où se mettre. Je ne le raconte pas avec nostalgie, je le raconte avec

honte. Et il vaut mieux être précis, parce que je sais déjà qui va lire ce paragraphe à la loupe : le profil, sur le fond, je ne l'ai jamais eu, ni par ce que je pense ni par la façon dont j'ai traité les femmes de ma vie. Des saillies de macho, ça oui, j'en ai eu quelques-unes, de celles qui sortent du corps avant qu'on ait eu le temps de les penser. Un jour on a croisé dans la rue un de ses ex qui la harcelait et l'oppressait beaucoup, et je me suis planté devant lui les poings fermés, à soutenir son regard, avec cette tête de celui qui est à un mot de te casser la gueule. Il ne s'est rien passé. Mais ça, ce n'était pas moi : c'était l'alcool du week-end, et c'était en plus le machisme de manuel, celui du type qui protège la femme en devenant lui-même le danger. Laura, qui était justement le contraire de ce genre de garçon, ça ne l'amusait pas du tout, et elle me l'a dit toutes les fois, sans exception, où la poussée me sortait, sans crier et sans sermon, avec une patience qui me paraît encore aujourd'hui un miracle de pédagogie. En deux ans elle m'a enlevé la pose. Et attention, au mot déconstruction je ne crois pas, ou en tout cas pas comme on le raconte : personne n'enlève ce qu'il apporte de chez lui, parce que ce qu'il apporte reste en bas, à la cave, à faire des racines. Ce qu'on fait, c'est poser des couches par-dessus, des couches qui finissent par peser plus que celles du dessous et par commander à leur place. La première de ces couches, celle qui a décidé toutes les autres, c'est elle qui me l'a posée.

Parce que Laura est féministe de la vraie espèce. De la rue et de la manifestation, de celles qui sont là le jour marqué et les trois cent soixante-quatre autres. Et c'est là qu'est la différence qui m'impressionne : à une manifestation de masse, quand elle est convoquée, n'importe qui y va. Être plantée là où il faut être, dans les choses qui ne sortent nulle part et qui ne rapportent un like à personne, ça c'est autre chose. Ça, c'est du travail de fond, de fourmi. Et elle a donné des années de sa vie à des causes qui ne lui ont rien rendu en échange. Moi je n'ai jamais voulu m'y mettre, et pendant la plus grande partie de ma vie adulte je n'y croyais même pas. Mais je suis sûr d'une chose : Laura fait partie des gens qui changent vraiment le monde, qui sont toujours ceux qui restent là quand les caméras sont parties.

Et cette femme-là, je l'ai quittée deux fois. Les deux fois avec la maladie sur moi, et les deux fois elle est restée exactement la même personne. La première, ç'a été l'hiver où j'ai arrêté de dormir et de tenir en place, celui de la première manie, qui a son propre chapitre ; la seconde, le printemps suivant, à cause de Rocío. Comment ça s'est passé et qui a décidé quoi, ça viendra à sa place.

Je l'ai revue un été, un an plus tard, déjà avec son nouveau compagnon, peu avant qu'ils se marient et qu'ils partent en voyage de noces à Paris. Et c'est alors qu'elle me l'a dit, parce que Laura fait partie de celles qui savent pardonner. Sans rancune, sans me présenter la note, avec cette manière à elle de dire les choses comme on prévient quelqu'un que sa braguette est ouverte.

— Quand tu vas bien, tu es la meilleure personne du monde. Mais tu ne vas pas toujours bien.

Je n'ai pas compris. Je l'ai entendu comme on entend le reproche affectueux d'une ex, moitié compliment moitié facture, et j'ai continué ma vie, qui à ce moment-là filait à toute vitesse dans la mauvaise direction. J'ai compris cinq ans plus tard, assis dans un service de psychiatrie avec le diagnostic tout juste posé sur la table. Laura avait raison. Et sa raison, c'était le diagnostic que personne ne m'avait encore fait : il lui manquait l'en-tête et il lui manquait le tampon, mais le texte était complet. Elle l'a eu quatre ans et demi avant n'importe quel psychiatre.

Et ça, il faut l'expliquer, parce que c'est une des choses de cette maladie qu'on comprend le plus mal et qui sauveraient le plus de gens si on les comprenait. Le premier à diagnostiquer un trouble bipolaire n'a presque jamais de diplôme de médecine. C'est l'entourage. C'est la femme qui t'attend à la fenêtre et qui voit, jour après jour, que l'homme qui monte l'escalier n'est pas le même que celui qui le montait il y a trois semaines : que maintenant il dort quatre heures et rentre euphorique, qu'il parle plus vite, qu'il a trois projets ouverts et une idée géniale chaque soir, et que dans deux mois il ne pourra plus se lever du canapé. Un psychiatre te voit vingt minutes tous les trois mois, et dans ces vingt minutes tu te présentes tel que tu es ce jour-là. Elle, en revanche, voit la courbe complète. Elle voit les pics et elle voit les creux, et elle voit surtout qu'il y a des pics et des creux, ce qui est précisément ce que ne peut pas voir celui qui est dedans. Parce que c'est ça, l'autre moitié du mécanisme, et ça a un nom, anosognosie, et ça a son chapitre plus loin : le malade est le dernier au courant, parce que l'organe avec lequel il devrait s'en rendre compte est justement l'organe qui défaille. De l'intérieur, ce n'est jamais la maladie. C'est pour ça que le seul qui puisse la voir est celui qui est à côté, et c'est pour ça que ce que dit celui qui est à côté, quand il le dit avec le calme avec lequel Laura me l'a dit, n'est pas une opinion : c'est une donnée clinique, la première qui existe et parfois la seule qu'on ait pendant des années. Seulement, à la lire, on n'apprend à personne. Ni à celui qui la dit, qui ne sait pas qu'il décrit un trouble et qui croit décrire un ca-

ractère ; ni à celui qui l'entend, qui entend un reproche et se met à se défendre. La psychoéducation, quand elle finit par arriver, devrait être pour les deux. À moi elle est arrivée à trente-trois ans. À Laura elle n'est jamais arrivée, et elle a vu juste quand même.

Aujourd'hui on se voit une fois par an. Elle avec sa vie en place et moi avec la mienne. On s'assoit, on parle, et aucun des deux ne ressort le sujet de la fenêtre. Ce n'est pas la peine non plus : ce qu'elle a vu de là-haut, je le porte maintenant écrit sur un papier tamponné, et il a fallu à la psychiatrie cinq ans, deux passages aux urgences et une hospitalisation pour arriver à la même phrase que Laura m'a dite gratuitement, avant de partir à Paris.

Partie II • L'ÉCLAT

Chapitre 9 • Le premier éclat

J'avais quatorze ans. C'était une de ces semaines de début de printemps, des premières où tu sors du collège sans boutonner ton manteau, et d'un coup le monde arrivait avec une autre texture. Je ne sais pas mieux l'expliquer, et ça fait vingt-sept ans que j'essaie. Les idées se présentaient sans que je les appelle, accrochées les unes aux autres, chacune tirant la suivante comme les foulards qui sortent de la manche d'un magicien. Avec quatre heures de sommeil je me levais comme si j'en avais dormi dix. Parler me venait avec une aisance que la semaine d'avant je n'avais nulle part, et les filles de la classe, qui jusque-là me regardaient comme on regarde une chaise, se sont mises à me regarder. C'est ça qui m'a le plus dérouté, parce que je n'avais changé ni de visage, ni de vêtements, ni de rien qu'on puisse montrer du doigt. Ce qui avait changé, c'était la vitesse. Et il se trouve que la vitesse se voit de l'extérieur.

Sept jours, ça a duré. Le huitième, le monde a retrouvé son ton habituel, sans prévenir et sans me rembourser : le même collège, la même table, le même gamin et la lumière éteinte. Personne ne m'avait prévenu que ça allait s'arrêter, entre autres parce que personne ne m'avait dit que c'était quelque chose. Et ce contraste, la lumière à fond et derrière le gris de toujours, inaugurait une série qui allait mettre dix-neuf ans à recevoir un nom. Je donne le chiffre exact parce que le calcul est fait : quatorze quand l'affaire a commencé, trente-trois quand quelqu'un l'a mise par écrit.

Personne ne l'a vu. Et ce n'est pas faute d'yeux : c'est que dans cette maison et dans ce collège il n'y avait aucun mot avec lequel le regarder. Ma mère a vu un adolescent avec beaucoup d'énergie qui, quelques jours plus tard, était de nouveau éteint, ce qui est, quand on y pense, la définition exacte d'un adolescent. Mon père était assez occupé par ses propres tempêtes et par son flacon orange au bord de l'évier pour ne pas détecter celles de son fils, et c'est une des choses de cette histoire qui me reste le plus en travers quand je la pense jusqu'au bout : le seul homme de la maison qui savait de première main ce que c'était, parce qu'il l'avait dedans et avec le diagnostic posé, était aussi celui qui pouvait

le moins regarder. Et les professeurs ont vu un élève irrégulier. Irrégulier : c'était le mot, pas un de plus pas un de moins, et on me l'a collé tant de fois que j'ai fini par croire que c'était un trait à moi, comme la couleur des yeux. Brillant dans les bonnes périodes, absent dans les mauvaises. Ce que personne n'a dit, parce que personne n'avait le vocabulaire pour le dire, c'est que le brillant et l'absent étaient le même gamin à deux points différents d'un même cycle. Que cette irrégularité avait un nom. Et que ce nom avait un traitement.

On va le lui donner maintenant, avec vingt-sept ans de retard, parce que celui qui lit va en avoir besoin dans tous les chapitres qui viennent et parce qu'au collège personne ne me l'a donné. Cette semaine-là était une hypomanie. L'hypomanie, c'est le même tableau que la manie avec le volume plus bas, et elles partagent la liste complète des symptômes : humeur au plafond ou irritable, énergie à revendre, dormir moins et ne pas en manquer, parler sans arrêt, les idées qui s'échappent les unes après les autres, se laisser distraire par le premier truc qui passe, lancer dix choses à la fois avec dix objectifs différents et se fourrer dans des affaires qui peuvent finir par coûter une fortune. La différence tient à trois choses, trois et pas une de plus. Que ça dure moins : quatre jours suffisent, au lieu d'une semaine. Que ça ne démolit pas votre vie de manière visible. Et qu'il n'y a ni psychose ni hôpital dans l'affaire. Le critère est si strict qu'il fonctionne à l'envers : dès que l'une de ces trois choses apparaît, on ne parle plus d'hypomanie, on parle de manie. Même maladie, même phase, et la seule chose qui les sépare, c'est l'ampleur des dégâts. Ce qui, comme critère de classification, est franchement laid, mais c'est celui qu'on a.

Et c'est de là que sort la définition de ce que j'ai, et il vaut mieux la poser tout de suite. Pour diagnostiquer un trouble bipolaire de type un, il suffit d'un épisode maniaque dans toute une vie. Un seul. Le reste du temps, c'est-à-dire pratiquement tout le temps, la maladie n'est pas en manie : elle traîne du côté de l'hypomanie, de la dépression, des états mixtes ou du calme, et elle tourne. Moi j'ai eu quatre ou cinq grosses manies en vingt ans, de celles qui finissent en hospitalisation. Et j'ai eu de l'hypomanie presque toutes les autres années, non traitée, depuis cette semaine de printemps. Depuis mes quatorze ans.

Et maintenant ce qui fait de l'hypomanie le symptôme le plus traître du catalogue, celui que personne n'a envie de se faire traiter, et je vais le dire avec une honnêteté que presque aucun livre sur le sujet ne se permet, parce qu'à voix haute c'est extrêmement gênant : l'hypomanie fait du bien. Ce n'est pas l'euphémisme de celui qui cherche le bon côté d'un malheur, ni cette niaiserie

selon laquelle à quelque chose malheur est bon. C'est un fait : dans cette phase le cerveau fabrique de la dopamine en quantités qui produisent une expérience sincèrement agréable. Ça ressemble à la santé. Ça ressemble à mieux que la santé. On a la sensation d'être enfin devenu la meilleure version de soi-même, celle qu'on est censé porter en soi à attendre son tour. Tu dors peu et tu ne le sens pas, les idées s'accrochent toutes seules, tu es drôle, tu es charmant, tu produis comme jamais, il te vient une assurance que le reste de l'année tu n'as même pas en la payant. Tu travailles double, tu dragues, tu écris, tu lances des projets. Et personne autour de toi ne voit là une maladie : ils voient quelqu'un en pleine forme. Personne n'a jamais appelé une ambulance parce que son ami était charmant. Un homme en hypomanie, personne ne le soigne : on l'invite. Et en plus c'est lui qui paye.

C'est le seul symptôme psychiatrique que l'entourage récompense. Arrête-toi une seconde là-dessus : la tristesse fait peur, l'insomnie inquiète, la rage effraie. L'hypomanie, elle, remplit la table de monde. Tu es celui qu'on veut avoir dans la pièce, celui qui fait que les autres se sentent vus, celui qui transforme un dîner quelconque en une soirée dont on se souvient. Ça a été moi bien des fois, et ça plaisait à tout le monde, à commencer par moi. C'est pour ça que c'est un piège qui se monte tout seul : aucun malade ne veut qu'on lui enlève ce qu'il vit comme la meilleure chose qui lui soit arrivée, et aucun ami ne suggère à celui qui est splendide de passer chez le psychiatre. Bref, personne ne consulte. On consulte quand on coule, si tant est qu'on consulte, et à ce moment-là la partie du haut est déjà partie et le médecin ne trouve que le puits. C'est comme ça qu'on met dix-neuf ans à poser un diagnostic qui était écrit sur le visage d'un gamin de quatorze ans. Et ce retard est le coût que personne n'additionne quand on parle de santé mentale : le plus cher de tous, et en plus différé.

Et c'est pour ça que l'hypomanie est la phase avec laquelle on commence les relations. Les miennes ont toutes démarré avec ce costume sur le dos, sans une seule exception : le généreux, celui qui organisait tout, celui qui tenait la conversation jusqu'à quatre heures du matin, celui qui s'inscrivait à n'importe quoi et se fourrait partout. Et la dépression et les états mixtes sont les phases avec lesquelles on les perd. Bien des années plus tard, quand je commençais à redescendre d'un été très haut, une femme qui apparaît plus loin dans ce livre m'a écrit à moitié pour rire : le monsieur raisonnement est de retour, tu es chiant par moments, je te préfère quand tu es un peu hippie. Un peu hippie. Le hippie, c'était le symptôme. Ce qui lui plaisait à elle, les idées, l'énergie, la conversation

jusqu'à pas d'heure et le fait de monter dans n'importe quel plan, c'était la maladie dans sa version sympathique, et ce qui lui manquait était exactement ce que le traitement était en train de m'enlever. Je ne lui reproche rien. Elle aimait la même chose que moi.

Le problème, c'est que l'hypomanie n'est pas un plateau où on pourrait s'installer tranquillement. C'est une côte. Et la côte, si personne ne la freine, continue de monter jusqu'à un point où il ne reste plus aucun charme : la manie complète, la psychose, la casse. Ce qu'elle t'offre en haut, elle te le facture en bas, avec les intérêts et sans possibilité de négocier, parce qu'après chaque montée arrive toujours le gris, et plus tu es monté haut, plus le gris vient noir. À quatorze ans la côte était courte et le gris était celui d'un adolescent éteint sur sa table ; les adultes ont classé ça sous l'âge ingrat et ils ont continué leurs affaires. Et moi j'ai passé dix-neuf ans à payer cette monnaie sans même me rendre compte que j'étais en train de payer quelque chose.

Le jour où on m'a enfin donné le nom, dans un service de psychiatrie et avec la sortie déjà en route, quelque chose dans ma tête a reconnu qu'on venait de me remettre la pièce qui me manquait depuis toujours. Et une pièce de bord, en plus, de celles sans lesquelles il n'y a pas moyen de monter quoi que ce soit. Et la première chose qui s'est emboîtée dedans, avant tout le reste de ce qui sort dans ce livre, c'a été cette semaine de lumière aveuglante de mes quatorze ans que tout le monde avait expédiée sous l'âge ingrat.

Et voilà ce que je veux que remporte celui qui lit ça avec un diagnostic tout frais et la peur au ventre : le plus dur de toute ma remontée, ça n'a pas été d'avalier le cachet avec son goût de vieille monnaie. C'a été d'apprendre à renoncer à cette version de moi qui me plaisait tant. C'a été d'accepter que le gamin de ce printemps-là, avec les filles de la classe qui le regardaient pour la première fois, n'était la meilleure version de personne. Que celui qui me manquait, ce n'était pas moi dans mon meilleur moment. C'était l'incendie qui commençait.

Chapitre 10 • Le canapé

Ça a commencé sur une de ces applications qu'il y avait à l'époque. C'était l'hiver de mes vingt-six ans, avec le cerveau réglé sur deux cents et l'hypersexualité qui poussait dans toutes les directions à la fois, comme un tuyau d'arrosage qui se détache et se met à fouetter tout seul. Un profil avec un visage qui restait et un sourire de ceux qui laissent entendre que là-dedans on sait quelque chose que les autres ne savent pas. Et un message envoyé à deux heures du matin, parce qu'un cerveau dans cet état doit décharger l'énergie quelque part sinon il explose, et qu'à deux heures du matin la seule chose encore ouverte, c'est le téléphone.

On s'est donné rendez-vous dans le parc en face de chez elle. Elle habitait sur le trottoir d'en face et m'avait donné rendez-vous là par sécurité, pour pouvoir retraverser si l'affaire tournait au désastre. Il manquait une vis à une planche du banc, et je l'ai remarqué parce que ça faisait un bon moment que je m'efforçais de ne pas penser à ce que j'allais lui dire, et cette planche qui dansait sous ma cuisse était la seule chose solide que j'avais à portée. Nuria est arrivée avec sept minutes de retard (autrement dit le temps qu'il faut pour descendre et traverser une rue, allez me dire où est le mérite) et elle s'est assise avec la tranquillité de qui, dans sa tête, était déjà là avant d'y arriver avec le corps. Elle portait un blouson de cuir très usé, de ceux qui ont tenu plus de saisons qu'ils n'en ont l'air, et un livre à la main qu'elle n'a pas ouvert de tout l'après-midi. Le livre comme accessoire, ce qui est un classique et je ne le dis pas méchamment : j'ai fait exactement la même chose avec une guitare.

— Et toi, tu fais quoi dans la vie ?

Je lui ai sorti l'histoire des études : que je m'étais inscrit en Histoire à vingt-cinq ans et que j'étais en première année. Elle a trouvé ça fascinant. J'ai souri. Elle a souri. Et la planche du banc est restée dévissée.

Elle avait quelques années de plus que moi. Elle vivait dans une colocation qui lui revenait pas cher, et dans cet appartement vivait aussi un ami à elle, celui qui tenait la maison et qui payait les charges. Un homme d'une bonté à laquelle

on ne croit pas tant qu'on ne l'a pas vue fonctionner de près. Et je raconte comment c'était de l'intérieur parce que je l'ai vu de l'intérieur : Nuria ramenait des types chez elle et couchait avec eux dans la chambre d'à côté de la sienne, avec lui qui dormait de l'autre côté du mur. Et parmi ces types, il y avait moi. Moi j'ai été le spécial, ça c'est elle qui me l'a dit, et je crois que c'était vrai. Mais je n'ai pas été le seul, et ça je l'ai su dès la première semaine. Cet homme-là l'aimait et il est resté, et expliquer pourquoi il est resté ne m'appartient pas.

Le premier après-midi s'est étiré jusqu'à trois heures du matin. Amoureux, je ne l'étais pas. J'étais en hypomanie, qui est un état qui fabrique des certitudes absolues sur des choses qui ne le sont pas tant que ça : des certitudes sur les gens, sur l'intensité de ce qui se passe, sur le sens d'un après-midi qui s'étire jusqu'à trois heures. Moi je l'ai trouvée extraordinaire parce que dans cet état tout l'est, même un distributeur de billets. Pour Nuria ça a été autre chose, et ce que je mets ici c'est ce qu'elle m'a raconté, alors et plus tard, pas ce que je pourrais en déduire : que cette nuit-là elle s'est sentie désirée comme elle ne l'avait jamais été, et que ça, venant d'années de complexes avec son propre corps, a compté énormément pour elle. Elle est restée accrochée là. Et moi j'avais vingt-six ans et je portais la version douce de la maladie, celle qui ne casse rien, celle qui n'hospitalise personne, celle qui, de l'extérieur, ressemble à un type charmant plein d'énergie. C'est avec ça que je me suis présenté sur son banc. J'ai traversé la rue derrière elle et je suis monté dans un appartement qui sentait l'encens et les chats, et ce que j'ai pensé, c'est : c'est extraordinaire. Et ça l'était. C'était aussi le démarrage de quelque chose qui n'allait pas bien finir.

Le lendemain matin elle voulait que je reste. Moi j'avais cours. Avant la fin de cette semaine-là elle m'avait appelé quatre fois. Avant la fin du mois on s'était revus trois fois de plus et elle m'avait invité à son anniversaire, et pas seulement moi : mon frère et un ami aussi. Pendant ce temps, à la maison, je racontais à Laura que je m'étais fait une nouvelle amie. Et Laura n'était pas idiote pour un sou. Seulement, l'hypomanie donne à celui qui la porte une conviction dans la parole qui rend très difficile de ne pas le croire.

Sur son canapé, on fumait. Moi j'ai commencé à fumer là, chez elle, parce que c'était ce qui se faisait dans cette maison et que ça m'a paru la chose la plus normale du monde. Et pour comprendre ce qui s'est passé sur ce canapé il faut savoir d'où je venais, parce que sinon le premier joint ressemble à une anecdote de salon, et ça n'en était pas une. Cet automne-là, le premier de mes études, je m'étais inscrit à la première salle d'entraînement dur qui avait ouvert près de la

fac et je m'entraînais tous les jours ; j'étais un sportif de compétition, le corps refait au quotidien, sans une once de graisse à compter et sans aucune tolérance à quoi que ce soit : je ne fumais pas, je buvais au plus un week-end de temps en temps et le cannabis ne m'avait jamais traversé l'esprit. C'était mon ancre et ça fonctionnait. Et j'ai arrêté pendant la pause des examens d'hiver, pour me concentrer et souffler un peu, et c'est justement dans cette pause que j'ai rencontré Nuria. Belle coïncidence. Sans que je le sache et sans que personne le sache, le sport était la seule chose qui me tenait la tête : l'hypomanie, je la portais depuis des années, mais l'entraînement la tenait en laisse, et je ne savais même pas qu'il y eût quelque chose à tenir en laisse. C'est par ce trou que les joints sont entrés.

Et ça, il n'y avait pas moyen qu'aucun de nous deux le sache, ni dans ce salon ni dans aucun autre : un cerveau comme le mien, le THC ne le défonce pas. Il le déclenche. Et un corps comme celui que j'avais alors, qui vu de l'extérieur ressemble à une garantie, s'avère être exactement le contraire. Le THC est parmi les substances les plus liposolubles qui existent : il ne reste pas à circuler dans le sang, il s'en va dans les tissus, et avec l'usage continu il finit stocké dans la graisse, qui chez le fumeur habituel fonctionne comme un réservoir et le relargue sur des semaines. Un corps sans presque aucune graisse n'a nulle part où le ranger : la dose entière part vers les tissus les plus irrigués, et le plus irrigué de tous, c'est le cerveau. Et un cerveau qui n'a jamais vu de THC de sa vie répond avec tous ses récepteurs en place. Chez ceux qui fument tous les jours, le cerveau se défend en retirant environ un cinquième de ses récepteurs cannabinoïdes (c'est mesuré par tomographie, et on sait aussi qu'un mois sans fumer les remet à leur place), et c'est pour ça que chez eux le même joint fait moins d'effet ; chez celui qui commence, en revanche, il fait exploser d'un coup la dopamine et le glutamate du striatum, c'est-à-dire exactement le circuit qui s'allume dans une manie. Avec l'alcool c'est l'inverse, soit dit en passant, parce qu'il se répartit dans l'eau du corps et que le muscle est fait de presque trois quarts d'eau : le sportif que j'étais se saoulait moins avec le même verre que l'homme que je suis devenu plus tard. L'alcool est venu faire ses dégâts après, sur un corps déjà démoli. Ce qui est entré cet hiver-là à découvert, c'est le cannabis.

Autrement dit, le compte tombe à l'inverse de ce qu'on croit. Chaque joint de ce canapé atterrissait dans un cerveau propre, sans aucun frein adaptatif, sans un gramme de graisse pour l'amortir, et il atterrissait entier. Ces joints ont attrapé l'hypomanie avec laquelle j'étais arrivé sur son banc et ils l'ont transformée en manie. De celles qui, elles, cassent. Je ne dormais pas, je ne tenais pas en place,

j'étais partout et avec tout le monde, et ça m'a duré la première moitié de l'année. C'était moi avec la maladie à fond, et à fond à cause de ce qu'on fumait chez elle. Nuria a dû croire que ce type déchaîné, sociable, infatigable et hypersexuel, c'était moi à l'état pur, et je ne le lui reproche pas le moins du monde : moi aussi je le croyais, et celui qui était dedans, c'était moi. Elle est tombée amoureuse d'un symptôme. Et de cette année-là il reste un détail qui n'est pas des plus gros et qui, justement pour ça, en dit plus long que les gros : ces manies, elle les a eues sous les yeux et elle a parfaitement su ce qu'elle voyait, au point d'en parler à ma famille parce qu'elle était inquiète. Et ça s'est arrêté là. Pas un appel de plus, pas une tentative de faire quelque chose de ce qu'elle voyait, pas une seule fois en douze ans où elle se soit assise avec moi pour me raconter ce qu'elle voyait. Elle a vu la maladie avant tout le monde et elle n'en a rien fait. Ce qu'elle en a fait onze ans plus tard, je le raconte à sa place.

Avec les joints, le sport s'est arrêté, évidemment, parce que celui qui fume n'a pas envie de s'entraîner. Et cette habitude perdue, je ne l'ai jamais retrouvée. Ni avec la suivante, ni avec celle d'après, ni avec personne. C'est le prix que je n'ai pas vu venir. Et derrière les joints, l'alcool est revenu, que jusque-là je gardais en suspens, espacé et tenu en bride par l'entraînement : dès que j'ai arrêté de m'entraîner, le frein a lâché et la boisson a repris sa place, exactement l'année où la manie s'est allumée. Un plan parfait, si ce qu'on cherche c'est de finir comme j'ai fini.

Et de cette année-là il reste en plus une dispute qui nous peint tous. Au début de l'été on a arrêté de se parler pendant un temps pour un motif on ne peut plus ridicule, comme le sont d'habitude les vrais motifs : une connaissance à elle m'avait fait entrer dans un boulot horrible, en tirant une ficelle. C'était un endroit épouvantable, avec des chefs qui traitaient très mal le personnel, à coups d'insultes et de mauvaises manières. Et je suis parti de là en faisant un scandale considérable, ce qui était la façon que j'avais à l'époque, avec la manie sur le dos, de quitter un endroit pareil. La connaissance a été très mal vue par ses gens et s'est fâchée énormément, avec toutes les raisons du monde, Nuria et moi on s'est disputés pour ça et le silence s'est fait.

Et maintenant la partie qui empêche que tout ça soit une facture adressée à elle, et il faut la lire avec le même soin que ce qui précède. Nuria ne savait rien de tout ça. Moi non plus. Dans cette maison personne ne savait qu'il y avait dessous un trouble bipolaire de type un, et il restait sept ans avant que quelqu'un lui donne un nom. Elle a offert ce qu'on offre dans n'importe quel salon à trente et

quelques, et moi je l'ai pris. De ma main. Je ne la tiens pas pour responsable de ça et je ne le lui facture pas. Et pourtant il y a une chose qu'il m'a fallu quatorze ans pour penser jusqu'au bout, et qui ferme le cercle exactement là où il s'est ouvert : je n'aurais jamais dû rencontrer Nuria. C'est de l'arithmétique pure. Quand je lui ai écrit à deux heures du matin, j'étais en hypomanie ; sans cette hypomanie je ne lui aurais pas écrit, ni ne serais allé sur son banc, ni n'aurais fumé sur son canapé, ni n'aurais arrêté le sport, et le plus probable c'est que la chaîne qui a fini là où elle a fini n'aurait même pas commencé. Sans mon trouble, Nuria n'existe pas dans ma vie. Ç'a été une erreur statistique de ma maladie : la personne que le hasard a mise devant un cerveau dérégulé au pire moment possible. En bonne santé, je ne serais pas allé plus loin que ce premier après-midi sur le banc. Elle n'a pas été la cause. Je ne la lui mets pas sur le dos.

Chapitre 11 • Quitter et revenir

J'ai quitté Laura après deux ans avec elle. J'ai déjà raconté qui était Laura et toute la famille qui m'avait fait une place. Aucun homme dans son bon sens ne quitte une femme pareille.

Moi je l'ai quittée. Et je l'ai quittée pour aller sur le canapé d'une autre, fumer et passer les nuits sans dormir dans son lit. Et à partir de là, le dérapage : je suis retourné au cruising (juste au moment où je commençais avec Nuria, le détail a son piquant et je n'ai pas l'intention de le cacher), je voyais aussi des hommes rencontrés sur internet, et j'ai couché avec plus d'une douzaine de filles de ces applications. Il vaut mieux expliquer comment ça se passait, parce que sinon ça sonne comme un autre film. C'étaient presque toujours des rencontres d'un après-midi : on se donne rendez-vous, on baise et on ne se revoit pas. Elles cherchaient la même chose que moi. Et moi ça venait facilement, parce que j'étais très costaud, j'avais une allure formidable et dans cet état l'initiative me débordait. Deux ou trois ont été autre chose : des histoires plus longues, avec leur date de péremption marquée dès le premier jour et connue des deux, dont on a profité tant qu'elles duraient et qui ne se sont jamais compliquées. Et il y en a eu une que j'ai posée dès la première minute pour qu'elle dure, et c'est la seule qui ait duré : Mireia, de la fac. Ça a commencé quand j'étais encore avec Laura, un peu avant l'histoire de Nuria (je le note sans maquillage, c'est bien pour ça que j'écris tout ça), et aujourd'hui elle est encore une amie, une vraie. Mireia s'est trouvée au milieu de tout ça, elle m'a vu de l'intérieur pendant ces mois-là et elle peut certifier comment était le Marcos de l'époque. Et de là sort quelque chose qui change complètement la façon de lire ce qui vient ensuite : moi, quand j'ai commencé à voir Nuria, je n'inaugurais aucune relation de plusieurs années. Je faisais exactement la même chose qu'avec les autres. Ça aurait très bien pu rester au même endroit que tout le reste.

L'été, la marée est descendue. Et dès qu'elle est descendue, je suis revenu avec Laura. On est allés vivre ensemble dans un village de la banlieue, collés à sa famille, et je me suis contenu (et je me suis contenu, entre autres, parce que

ma manie s'est terminée, parce que la volonté toute seule ne fait pas ces miracles-là ; qui soutient le contraire, c'est qu'il n'en a jamais eu une sur le dos). Avec Mireia j'ai arrêté de coucher, et on est restés amis. Et cette année-là il y a eu un plan à trois, que je raconte parce que ça a eu lieu et parce que dans ce livre on ne cache rien.

Cet été-là j'ai fait le maître-nageur à la piscine d'un lotissement des environs, et j'ai vécu juste à côté. Et ça n'a pas été un boulot d'été ordinaire : c'étaient énormément d'heures par jour, et la plupart passaient avec les gens de l'endroit, les voisins, avec qui j'ai fini par si bien m'entendre que je mangeais chez eux, et surtout avec les gosses, dont j'ai appris à jouer aux échecs à plusieurs. Laura venait me voir. Elle a connu les enfants, elle était là à la gymkhana que je leur ai organisée pour que l'après-midi de fermeture soit une fête et elle a mangé avec nous les pizzas qu'on a commandées à la fin. Ensuite il y a eu la fête et on a bu. En travaillant je n'ai jamais bu, ça c'est très clair et je ne l'ai jamais fait de ma vie ; ce que je faisais, en revanche, c'était me commander à la pause déjeuner une bière, ou deux, et comme ça la journée passait mieux. Comme le sport ne m'ordonnait plus rien, je m'ordonnais avec ça. Et l'après-midi, une autre. Pas tous les jours, mais souvent. Devant Laura et sans me cacher de rien, parce que personne ne s'étonne qu'on prenne une bière en sortant du travail, et elle n'avait aucune raison de soupçonner quoi que ce soit. Et c'est là qu'est le problème de l'alcool dans ce pays : aucune alarme ne sonne tant qu'il n'y a plus rien à faire, parce que l'alarme est livrée débranchée d'usine et qu'en plus on la paye tous.

Et c'est comme ça que j'ai descendu la côte, avec de temps en temps une fête à la maison de celles dont on ne se souvient plus en entier. À l'une d'elles j'ai pissé sur le mur, complètement ivre et chez moi, parce que je n'ai pas été capable de trouver les toilettes. Je l'écris parce que c'est vrai et parce que c'est moche, et parce que ça marque le point exact à partir duquel, l'ancre du sport étant perdue, tout se valait. Et quand l'année suivante a commencé sans que je m'incorpore nulle part, ni à un travail ni à un entraînement, en tirant sur ce qui restait d'un vieux solde de tout compte et sur ce que j'avais économisé à la piscine, je me suis mis à boire tous les jours pendant que ma copine était au travail. Et à fumer, à la fenêtre ou en descendant dans la rue, parce qu'elle ne supportait pas le tabac dans la maison ; elle l'a su, évidemment, parce qu'elle n'était pas bête, et ça nous a coûté deux ou trois disputes sérieuses. À la fin de cette année-là je buvais sérieusement, souvent seul et dans le dos de Laura. Et cette chaudière allumée n'attendait rien d'autre qu'une étincelle.

Parce que sans ce que je vais dire maintenant, ce chapitre se lit comme l'histoire d'un type qui ne savait pas ce qu'il voulait, et ce n'est pas de ça qu'il s'agit. Ou pas seulement de ça. Quitter Laura, ce n'est pas un homme qui choisit qui l'a fait ; c'est une manie, qui ne compare pas et ne calcule pas, qui court derrière l'intensité et la nouveauté et qui se fabrique des motifs pour bouger là où il n'y en a pas. Le neuf allume la dopamine d'une manière que la stabilité ne peut pas égaler, et elle ne l'égale pas parce qu'elle ne joue même pas dans cette catégorie : un cerveau en phase haute ne calcule pas des coûts, il calcule des intensités, et une femme qui t'attend en lisant à la fenêtre ne marque aucun point sur cette échelle, si bonne soit-elle. J'appelle ça une décision d'épisode, et il vaut mieux apprendre à les reconnaître, parce que dans ce livre il va en sortir un certain nombre : des décisions qui ont l'air d'être prises par une personne et qu'en réalité c'est une phase qui les a prises. Elles se repèrent à un détail très simple, c'est que cette personne ne les aurait prises ni avant ni après. Le dommage est à moi, et à Laura je l'ai remboursé comme j'ai su. Ce que je ne peux pas dire, c'est que la décision était la mienne, parce que personne ne l'a prise : c'est une phase qui l'a prise, et dès que la phase est partie, la décision est partie derrière.

Et revenir non plus, ce n'est pas tout à fait moi qui l'ai décidé, même si j'aimerais beaucoup pouvoir le signer. Il y a une chose que je porte d'usine et dont il m'a fallu des années pour savoir qu'elle avait un nom : l'anxiété de séparation de l'adulte. Ce n'est pas une façon de parler : c'est un diagnostic avec son nom à lui, et dans les séries de patients avec un trouble bipolaire il sort avec une fréquence monstrueuse, autour de quatre sur dix selon les études qui se sont mises à la mesurer. La mienne a une date de démarrage : mes vingt ans et la façon dont mon père est parti. Un système d'attachement qui n'admet pas la séparation et qui, quand quelqu'un que j'aime s'en va ou que je le perds, ne devient pas triste : il se met à chercher (et ça a son explication, que je donne à sa place, la nuit du chien). Revenir, c'est ce que je fais, moi. Je l'ai écrit il y a longtemps et je le maintiens mot pour mot : vivre seul, je le déteste, je le déteste de toute mon âme, et me tenir debout tout seul, je ne savais pas faire. De sorte que la manie m'a sorti de chez Laura par le haut et que l'attachement m'y a ramené par le bas, et sur aucun des deux trajets je n'étais tout à fait au volant. Ce qui n'empêche pas que revenir ait été la meilleure chose que j'aie faite de toute cette année-là. Et les deux fois, je l'ai déjà dit, elle est restée la même personne. Ça aussi c'est une donnée clinique, même si la donnée est la sienne et pas la mienne.

Cette deuxième vie commune a duré onze mois, au village, avec sa famille au coin de la rue et une bière à chaque repas. Laura voulait se marier, avoir des enfants, bâtir une vie, et ça faisait des années qu'elle voulait la bâtir avec moi. Moi je buvais seul pendant qu'elle travaillait et je tournais autour de rien. De là jusqu'à Rocío, le chemin était très court.

Chapitre 12 · La maison de Rocío

Rocío, je l'ai trouvée en cherchant de l'échangisme du côté ténébreux d'internet, une nuit de cet hiver où je buvais seul pendant que Laura travaillait. Convaincre Laura ne m'a pas coûté grand-chose (sortir de la routine est toujours un bonbon qu'on a sous la main) et on les a reçus à la maison, elle et son copain. On a tous baisé, plus ou moins. Si l'on s'en tient au procès-verbal officiel, la soirée s'est mal passée : le lendemain sont arrivés les reproches, que tu la baisais sans me regarder, que ça ne se reproduira pas. Mais il y avait un procès-verbal secret avec une ligne que je n'ai pas lue à voix haute, et la ligne disait que cette fille m'avait plu. Le corps aussi, pourquoi mentir. Surtout l'attitude : celle de quelqu'un qui sait très bien ce qu'il est, qui entre dans la boue jusqu'au cou et qui ne perd pas une seconde à penser à ce qu'on dira.

Quelques jours plus tard, c'est elle qui s'est mise à m'écrire. Qu'elle avait quitté son copain, que ça lui était égal de venir seule, que je me prenais la tête pour rien avec cette histoire d'avoir une compagne puisque de toute façon ça n'allait être qu'un bon moment et voilà. Elle était très jeune, de bonne famille, et elle passait ses journées avec des animaux. Elle avait un entêtement serein contre lequel on n'a pas encore inventé d'antidote, une voix grave qui détonnait avec ce visage d'enfant et des yeux qui lisaient le monde à une vitesse dans laquelle je me suis reconnu tout de suite : elle cherchait le bord des choses depuis bien avant que j'arrive. Moi, pendant ce temps : vingt-sept ans, pas un sou, les examens à peine vomis, et une compagne qui m'attendait à la maison. Et tromper une femme que j'avais aimée me retournait vraiment l'estomac, avec un tremblement inconfortable et désagréable. Ça ne m'a pas freiné non plus. Notez les deux choses, et notez la différence d'âge.

Un mois plus tard on s'est vus tous les deux seuls, et on s'est vus chez moi, chez Laura et moi, avec Laura à son poste de travail. Ça été une infidélité doublée, parce que Rocío était toujours avec son copain, et on a franchi cette porte tous les deux en sachant ce qu'on faisait.

— Mets-toi à genoux, je lui ai dit, sans y avoir réfléchi.

Et elle l'a fait avec un calme qui m'a démonté. Pas comme quelqu'un qui obéit. Comme quelqu'un qui reconnaît quelque chose. À l'époque j'ai écrit que je ne savais pas d'où m'était sorti cet ordre. Si, je le savais. Je l'ai toujours su et il m'a fallu des années pour le mettre par écrit. Ça sortait de deux endroits, et les deux, on me les a posés sur le dos quand j'étais gamin. Un : ces hommes, ceux de mes treize ans, qui sont ceux qui m'ont mis à genoux, moi, qui m'ont fait me soumettre et qui m'ont mis sous les yeux un matériel qu'aucun enfant ne devrait jamais voir. Et deux : un écran qui, quelques années plus tard, est venu m'expliquer que ça n'avait pas été un dommage, que c'était un genre avec son nom, son esthétique et son public fidèle. Je ne suis pas arrivé au monde avec l'envie d'humilier qui que ce soit. Mes premières relations avec des femmes ont été on ne peut plus ordinaires, vanille à en pleurer. L'autre chose s'est installée après, et personne ne m'a forcé, ce qui est pire et plus exact : on m'a appris quoi désirer, et à force de le répéter c'est devenu ma manière de m'exciter. Alors, quand j'ai dit à Rocío de se mettre à genoux, j'étais en train de répéter ce qu'on m'avait fait et, en même temps, d'essayer de reprendre les commandes d'un corps que d'autres avaient pris sans demander la permission. Les deux à la fois. Et ça, ni elle ne le savait ni moi je ne le savais. Je le raconte parce qu'expliquer n'est pas excuser, et parce que sur cette relation s'est construit plus tard un récit de méchanceté, et à la méchanceté on n'arrive que quand le reste de l'information manque.

Je lui ai cherché un autre nom, un qui ne soit qu'à nous, et je le lui ai donné : Fiera. Soumise, elle l'était jusque dans les pores ; ce qui lui avait toujours manqué, c'était un maître qui en soit vraiment un. Et maintenant l'aveu : je ne l'étais pas. Je me suis proposé de faire semblant de toutes mes forces, et il y a eu un moment du chemin où le déguisement s'est accroché à ma peau. Mais ce personnage-là ne sortait pas de la dynamique. Hors du rôle, qui était là où on passait presque toutes nos heures, on était deux personnes quelconques : des séries, la cuisine, des notes de cours, de la musique classique, un soir au ballet. Et oui : il y a eu de l'eau bue dans une écuelle posée par terre, il y a eu des fessées, des fortes, et elle était disponible pour moi à n'importe quelle heure. Seulement, ce même maître s'asseyait tous les soirs pour lui brosser les cheveux et lui lire un livre jusqu'à ce qu'elle s'endorme. Ce maître-là, c'était moi. Le pacte était fermé depuis le premier jour : elle tenait tout ce qu'on convenait et moi je ne franchissais pas une seule de ses limites. Le mot de sécurité, c'est elle qui l'a choisi, et sur tout le temps où on est restés ensemble elle ne l'a jamais dit ; pourquoi elle

ne l'a pas dit, c'est à elle de le raconter si un jour elle en a envie. Et elle m'a appris à monter. À partir de là on allait tous les week-ends monter à cheval, elle comme quelqu'un qui le fait depuis l'enfance et moi sans arriver à y croire. Avec elle j'ai tout fait, et de tout ce qu'on a fait le plus beau, c'est ça, très au-dessus de n'importe quelle séance.

À la fin de cet hiver-là j'ai lâché la vérité à la maison : j'ai dit à Laura que je n'avais pas cessé de voir Rocío et que ça se transformait chez moi en amour. Entre-temps il y avait eu une semaine entière aux fêtes du village de Mireia, où j'ai bu comme un trou et où l'hypomanie que je portais déjà a fait le saut vers la manie, et c'est dans cet état-là que j'ai pris la décision. Et Laura a réagi comme réagit n'importe qui dont la maison est en train de brûler : en attrapant ce qu'elle a de plus près pour voir si elle sauve quelque chose. Elle a eu l'idée, au désespoir, de l'intégrer. Que Rocío devienne la soumise de tous les deux. Alors un après-midi Rocío s'est assise dans notre salon et c'est Laura qui le lui a proposé en face. Rocío a répondu non. Qu'elle n'allait pas être le jouet d'un couple et qu'elle était là pour moi. Elle s'est enfermée un moment dans la salle de bains, elle est sortie, elle a traversé l'appartement et elle s'est jetée dans l'escalier et dans la rue. Derrière, je suis sorti en courant. C'est là que j'ai choisi : pas dans un bureau, ni dans une conversation sensée entre adultes, mais à la course sur un trottoir derrière une gamine, et avec la femme avec qui j'étais depuis des années plantée seule au milieu de ce salon. Je ne sais pas combien de jours ont passé entre cette scène et le jour où Laura a fait ses valises. Je sais qu'elle les a faites et je sais qu'elle a bien fait. Ce que j'étais en train de faire, personne ne peut le supporter. Laura voulait une vie. Et moi j'étais dans une autre réalité : ce que je voulais, c'était fesser une gamine dans un donjon.

Et notre histoire n'est pas restée enfermée entre les quatre murs d'une chambre. Elle m'a fait entrer dans sa famille avec un naturel auquel je ne m'attendais pas : presque un an et demi à partager un toit avec elle, avec sa mère et avec sa sœur. Pas en visite : en y vivant. Et sa mère savait très bien quel genre de relation c'était et n'a absolument rien jugé ; elle m'asseyait à table avec une assiette devant moi et me traitait comme quelqu'un de la maison. Et de cette maison il y a une scène qu'il faut raconter telle qu'elle s'est passée. Le père de Rocío a trouvé ses réseaux ouverts sur un ordinateur et s'est mis à lire nos conversations, qui n'avaient rien d'innocent. Il n'y a absolument rien compris, et je ne le lui reproche pas le moins du monde. Il s'est présenté pour me chercher hors de lui. Et alors Rocío s'est mise au milieu. Elle s'est plantée devant son père et elle m'a

défendu avec une férocité que je ne lui avais jamais vue : que la décision était la sienne, que c'était exactement ce qu'elle voulait, qu'elle était amoureuse et qu'il n'avait rien à faire là-dedans. Et sa mère, qui était là à tout écouter, m'a défendu pareil. Il s'est calmé et il est parti. On est allés dans un parc et là elle a pleuré un bon moment, effondrée. Mais elle n'est revenue sur aucun mot.

Au bout de quatre mois est arrivé le collier. Je l'ai fait faire sur mesure : une lanière de cuir avec une plaque qui pendait et, sur la plaque, le nom que nous seuls utilisons. Elle le portait tous les jours et partout, et si quelqu'un lui demandait ce que c'était elle répondait avec une tête d'ange que son copain le lui avait offert. La solennité avec laquelle elle l'a reçu m'a surpris : il n'y avait là aucune excitation de l'interdit, il y avait le sérieux de qui signe un engagement. Elle a dit oui, et elle a dit qu'elle ne le dirait qu'une seule fois, parce que ce serait un oui pour toujours. Le rituel, c'est moi qui l'ai écrit, et ce que j'ai laissé écrit alors, je le signe aujourd'hui avec les mêmes mots : ça été plus émouvant que bien des cérémonies de mariage. La dernière chose que j'ai écrite de cette époque se terminait en disant que oui, que je l'aimais, tiens donc, et qu'on verrait bien combien de temps ça tiendrait.

Et maintenant ce que tout ça était en réalité, dit avec le nom qui lui revient. Cette relation n'a pas été un choix : ça été un symptôme sur deux jambes. Ce qu'est l'hypersexualité dans cette maladie, je l'ai déjà expliqué à sa place, avec ses trois moteurs ; ce qui va ici, c'est ce que ces moteurs ont fait d'une scène concrète. Quand le système de récompense tourne à plein régime, le désir ne fait pas que monter : il s'élargit. D'un coup entrent dans le radar des corps, des âges et des situations qui, hors épisode, n'y seraient jamais entrés, et ce n'est pas qu'on ait changé d'identité : c'est que la manie te fait tomber d'un coup tous les seuils et monte le volume de tout ce qui est nouveau. Et on ne parle pas de la fameuse addiction au sexe, qui existe indépendamment de l'humeur : dans cette maladie l'affaire est épisodique, elle se déclenche dans la phase haute, elle s'éteint jusqu'à l'indifférence absolue dans la dépression et elle cède quand l'humeur se stabilise. Dans mon cas, en plus, elle venait avec une route déjà goudronnée depuis mes treize ans. Je n'ai pas choisi une gamine et je n'ai pas choisi ce monde-là : c'est une maladie non diagnostiquée que personne ne savait lire qui les a choisis, et la preuve est dans ce qui s'est passé quand on me l'a enfin nommée et traitée, parce que depuis je n'ai plus jamais trompé une compagne. Pas une seule fois. Dans ce livre, les tronçons stables coïncident exactement avec les tronçons où j'ai été fidèle, et ça, il ne faut le mettre au crédit d'aucun

mérite de caractère : c'est la carte de la maladie décalquée sur ma biographie. Du dommage, je réponds. Du symptôme, non.

Il y a une question que personne ne formule à voix haute et qui reste malgré tout à flotter dans l'air quand on raconte ce que je viens de raconter, avec les treize ans d'un côté et une gamine à peine sortie de l'adolescence de l'autre. J'y réponds, et en toutes lettres : non. Jamais. Pas une impulsion, pas une pulsion, pas une seule fois en quarante ans. Ni avec les gosses de cette piscine ni avec aucun autre enfant, et peu importe l'état : ni en manie, ni au milieu d'un épisode, ni dans le pire moment où je me sois jamais vu. Ce qu'on m'a fait à moi en profitant de ce qu'un gamin fait confiance, je ne l'ai fait à personne.

Comment ça s'est terminé, et ce que j'avais dans le sang quand ça s'est terminé, a son propre chapitre. Ici va l'autre chose, celle qu'on n'avait pas alors et qu'on a eue après. Cinq ans plus tard Rocío m'a cherché, et pas pour reprendre quoi que ce soit, mais pour voir quelqu'un qu'elle avait aimé. Elle avait un fils d'un an et demi d'un compagnon avec qui ça s'était mal terminé. Elle est entrée par la porte et j'ai senti tout de suite qu'il y avait quelque chose de différent chez elle : être mère lui avait laissé une gravité qu'elle n'avait pas avant. Cet hiver-là, un après-midi, on a fait l'amour avec tendresse et avec délicatesse, et avec son plaisir à elle avant le mien ; ça été la seule fois de toute l'année, parce que ni elle ni moi ne cherchions ça. Et ça ne ressemblait à rien de ce qu'on avait eu avant : il ne restait là plus un reste de cette architecture, plus un rôle, rien.

Et il y a une autre scène, chez elle, un après-midi de visite, tous les deux assis à parler. Le petit a réclamé son dû, elle l'a pris dans ses bras et elle s'est mise à lui donner le sein là, avec ce naturel de mère qui n'a pas l'intention d'interrompre une conversation pour une telle broutille. Je l'ai regardée et j'ai senti quelque chose que sur le moment je n'ai pas su nommer et que j'appelle aujourd'hui de la tendresse. Elle m'a dit qu'elle me trouvait différent : que l'homme assis en face d'elle n'était plus ce maître, que l'intimité, je la comprenais autrement et que j'avais appris sur le soin des choses dont des années plus tôt je n'avais aucune idée. Elle m'a dit, avec cette expression exacte, qu'elle me voyait féministe et moderne. Moi je lui ai dit que son corps était magnifique. Je le lui ai dit parce que c'était vrai et parce que je sentais que ça faisait longtemps qu'elle ne l'avait entendu de personne. Et elle a pleuré un peu. Pas de douleur, m'a-t-il semblé. De soulagement.

Et ce que j'étais est dans cette année et demie chez elle : dans le maître qui lui brossait les cheveux et lui lisait des livres, dans les chevaux, dans l'assiette

que sa mère me posait devant. Ça aussi, ça s'est montré, et pendant beaucoup plus longtemps que le reste.

Chapitre 13 · L'appartement

Ce printemps-là je me suis mis à me droguer sérieusement, et je le dis comme ça, sans le diminutif qu'on se met pour dormir tranquille la nuit. Je traînais largement assez de matières en retard (les mois précédents je m'étais trop distrait avec Rocío, et à vingt-huit ans, avec une gamine qui dort dans ton lit, les matières ne font pas le poids) et j'ai décroché l'année de justesse à coups de méphédrone, des journées entières à réviser sans dormir, hyperfonctionnel et enchanté de me connaître, qui est exactement l'état dans lequel un bipolaire signe ses pires curriculums. Ce même printemps j'étais allé en Bulgarie pour rencontrer enfin ma fille, Claudia, qui mettra encore du temps à entrer dans cette histoire mais qui y entre ; et ce voyage, qui aurait dû être la plus belle chose qui me soit arrivée depuis des années, n'a fait que me déclencher. Je suis revenu avec le cerveau réglé sur deux cents, et au retour sont entrés à la maison le GHB et la méphédrone, d'abord dans le dos de Rocío et ensuite devant elle. Une fois, ce printemps-là, on a eu des rapports sous drogue tous les deux. Et ces semaines-là je lui ai demandé des choses qui dépassaient les bornes. Rien à quoi elle ait dit non (le mot de sécurité, elle ne l'a jamais utilisé, je l'ai déjà raconté, et elle n'a jamais rien refusé, pour me faire plaisir), mais je sais que c'était mal, et je le savais déjà à l'époque, avec cette partie de moi qui continuait de regarder la scène depuis un coin. C'est comme ça qu'on est arrivés tous les deux à ce week-end dans une autre ville.

On était allés dans un appartement, deux jours, tous les deux seuls. J'ai pris trop de GHB. Ce qui est venu après, je le garde par morceaux, comme un film mal monté : l'appartement, une agressivité qui m'est montée d'un coup et sans prévenir, moi qui exigeais qu'elle consomme avec moi, une main à moi sur son cou (une main, ou du moins il me semble m'en souvenir, parce que de tout ça je ne me souviens pas bien) et après le sol. Et je veux être exact sur ce que j'ai et sur ce que je n'ai pas, parce que dans ce chapitre c'est la seule chose que je puisse offrir. Je ne dispose pas d'une scène propre. De ce qui s'est passé dans cet appartement avant que je tombe par terre, il me reste des flashes et rien d'autre. Je

sais que je suis devenu agressif. Je sais que j'exigeais qu'elle consomme avec moi. Et je sais, parce que je l'ai regardé sous tous les angles possibles pendant douze ans, que je ne l'ai pas frappée. Le reste, ce que je lui ai dit exactement, ce que j'ai fait de mes mains, combien de temps ça a duré, je ne l'ai pas, et je préfère dire que je ne l'ai pas plutôt que de remplir le trou avec la version qui m'arrange le mieux, qui est ce que tout le monde fait des trous et ce qui est interdit dans ce livre.

J'ai perdu connaissance. Ni coma ni hôpital : le GHB, quand il n'a pas d'alcool derrière, couche, mais il couche un moment et c'est tout. Rocío, morte de peur et sans savoir vers qui se tourner, a appelé une amie commune, et l'amie lui a dit de prévenir les secours, ce qui était exactement ce qu'il fallait faire. Les médecins sont venus, ils m'ont réveillé, ils m'ont examiné, ils ont vu que j'allais bien et qu'il n'y avait à m'emmener nulle part, et ils sont repartis.

Et il y a un détail de cette nuit-là que j'ai mis des années à oser regarder : elle ne s'est pas fâchée. De la peur, je crois qu'elle en a eu, et cette peur aussi, je la mets à mon compte. Mais en rentrant chez elle elle s'est comportée tout à fait normalement, comme si ça n'avait pas été si grave. On venait tous les deux d'une dynamique où la violence était convenue et normalisée entre nous, avec ses règles et ses marques arborées avec fierté, et c'est pour ça que ce qui s'est passé cette nuit-là n'a pas été vécu sur le moment pour le truc violent que c'était. Ça ne le rend pas moins grave. Ça le rend plus difficile à voir, ce qui est pire, parce que ce qu'on ne voit pas, on ne l'arrête pas non plus.

Et ensuite est venu mon morceau, qui est la partie qui me peint. Je me suis mis dans une rage folle. Contre elle. Pour avoir appelé. J'ai annulé le week-end, on est rentrés à Barcelona en voiture et j'ai passé tout le trajet renfrogné et d'une humeur insupportable, à la punir par le silence pour avoir fait la seule chose sensée qu'il y avait à faire cette nuit-là. Aujourd'hui je sais d'où sortait tout ça, et le savoir ne l'efface pas : c'était de l'irritabilité à l'état pur, celle qui vient derrière l'épisode, mêlée à la panique que j'avais depuis l'époque du parloir devant quiconque porte un uniforme, des années avant que personne ne m'hospitalise nulle part. Des médecins étaient entrés me chercher dans une chambre, et une partie très ancienne de ma tête a lu là-dedans ce qu'elle avait appris à seize ans : que quand quelqu'un en uniforme apparaît, c'est qu'il va emmener quelqu'un. Et cette peur s'est transformée chez moi en agressivité vers l'extérieur, ce que fait d'habitude la peur quand elle ne trouve pas comment se dire. Et il y a pire que le silence de la voiture : le soin d'après, c'était à moi de le donner, et je ne l'ai pas

donné. Pas une étreinte, pas un mot, pas un merci d'avoir appelé. Rocío s'est mangé tout ça seule, et elle ne me l'a jamais reproché. Ni alors ni plus tard. Et de l'amie qui a décroché le téléphone il faut dire exactement la même chose et avec la même netteté : elle a fait tout ce qu'elle a pu pour m'aider, cette nuit-là et les suivantes. Une gamine désespérée lui a demandé de l'aide au milieu de la nuit, elle a répondu, et elle a bien répondu. Je ne l'ai pas remerciée. En plus je me suis fâché contre elle aussi.

Sans le nom de ce qui s'est passé dans cet appartement, tout ça se lit comme l'histoire d'un type qui a forcé sur la drogue et qui est devenu violent, ce qui est la moitié de la vérité et précisément la moitié qui n'explique rien. Le GHB a un problème très concret pour un cerveau comme le mien : ce n'est pas une drogue récréative, c'est du kérosène jeté sur le feu. C'est un déprimeur et pas un stimulant, même si la première heure trompe : il travaille sur le même système de freins du cerveau que l'alcool, et il a une courbe de dose si étroite qu'entre l'euphorie et le sol il peut y avoir un millilitre. Avec peu, désinhibition et envie de tout ; avec un tout petit peu plus, le cerveau s'éteint comme s'éteint une maison quand le disjoncteur saute ; et mélangé à l'alcool, la respiration peut partir avec, et il y a là-dessus des morts que personne n'a appelés des suicidés. Mon truc à moi, c'était le juste milieu : dose suffisante pour m'éteindre un moment et insuffisante pour me tuer, avec la maladie en dessous qui poussait vers le haut. Et avant d'éteindre, dans la montée, le GHB fait à un cerveau bipolaire la même chose que m'avait fait le cannabis sur le canapé de Nuria : il lui annule complètement le contrôle des impulsions. Tu agis avant que la tête ait le temps d'intervenir, le système limbique à l'état brut et sans cortex préfrontal pour le tenir. Une voiture sans freins avec le moteur tout juste révisé.

Et ce qui est sorti par l'autre bout portait une autre signature, et cette signature aussi a un nom. La manie des films, c'est l'euphorique : le type qui rit, qui invite tout le monde, qui achète ce dont il n'a pas besoin. Mais il existe une manie qui ne rit pas, et dans les manuels elle figure comme épisode mixte, ou manie avec caractéristiques mixtes : l'énergie et l'accélération du pôle haut avec l'humeur du pôle bas, de l'irritabilité au lieu de la joie, de l'agitation au lieu de l'enthousiasme, un corps à deux cents à l'heure conduit par une tête qui déteste tout. De tous les états de cette maladie c'est le plus dangereux, et ce n'est pas mon avis : c'est la phase qui concentre le plus d'agressivité, le plus d'impulsivité et le plus de tentatives de suicide, justement parce qu'elle additionne l'énergie de faire quelque chose et l'envie de ne pas continuer. Et les substances qui dé-

priment le système nerveux, avec l'alcool et le GHB en tête, la fabriquent avec une facilité effrayante : elles te montent l'irritabilité, elles t'enlèvent le frein et elles ne te rendent rien en échange. L'homme qui exigeait dans cet appartement et l'homme qui punissait par le silence dans cette voiture, c'était le même état à quelques heures d'écart. Une hypomanie non diagnostiquée, une overdose par-dessus et, à quelques semaines de distance, une manie avec psychose encore à venir : la maladie qui réclame la substance et la substance qui déclenche la maladie. Et au milieu de tout ça, une fille très jeune que j'aimais et à qui j'ai fait du mal.

Je le raconte pour deux raisons. La première, parce que c'est la seule fois en quarante et un ans où je suis devenu agressif avec une compagne. Une. Avec une overdose dedans, avec la maladie encore sans nom et sans aller jusqu'à la frapper, et malgré tout le fait a eu lieu et c'est moi qui le raconte avant qu'un autre vienne le raconter. Et la seconde, parce que quand, des années plus tard, s'est mis à circuler sur moi, dans un certain groupe, un de ces mots que plus personne n'arrête, c'était le seul fait qu'il y avait sous tout ce film. Et ce n'était même pas celui qu'on racontait. Ce mot-là n'est pas sorti d'un dossier ni de la bouche d'un professionnel : il est sorti d'une scène réelle racontée à quelqu'un qui n'était pas là, à un moment où aucun de nous trois n'avait ni le vocabulaire ni la donnée. Et quand un mot pareil se met à rouler, plus personne ne l'arrête : il se transmet, il s'hérîte et il revient bien des années plus tard, par d'autres bouches, en sonnant exactement pareil. Je le dis une fois, avec la froideur avec laquelle on énonce une donnée, et je n'y reviens pas : personne ne m'a jamais dénoncé pour violences conjugales. Aucun tribunal n'a jamais eu une plainte de ce genre avec mon nom dessus, parce que cette plainte n'existe pas.

Et maintenant ce qui me revient de tout ça, qui est ce qui me favorise le moins. J'avais vingt-huit ans et elle avait presque dix ans de moins que moi. Et ça, vu d'où je suis aujourd'hui, je ne me l'explique plus avec le mot liberté. L'adulte de cette chambre, c'était moi, même si j'avais le cerveau cassé et que je ne le savais pas. À Rocío je n'ai jamais demandé pardon. Pas une fois. À d'autres oui, et dans ce livre on raconte quand et de quelle manière. À elle non, et je le lui dois pour pas mal de choses : pour ces semaines-là, pour ce qui s'est passé dans l'appartement, pour le voyage de retour enfermés dans cette voiture, pour le soin que je ne lui ai pas donné. Et je n'ai pas l'intention de le lui envoyer, parce que ce n'est pas le moment. Je le laisse écrit ici, qui est le seul endroit où je puisse le laisser, et que ça serve à ce que ça servira, ou à rien. Tout ça est

sorti d'une maladie non diagnostiquée et ça lui a fait du mal quand même. C'est pour ça qu'une explication n'est jamais une excuse, et à elle je ne lui ai donné ni l'une ni l'autre.

Et une dernière chose, parce que c'est une des très rares occasions de cette histoire où j'ai appris du premier coup. Là se sont arrêtées les drogues de synthèse. Elles étaient entrées dans ma vie au retour de Bulgarie et dans cet appartement elles se sont terminées, un petit mois plus tard. Et ce n'a été ni par bon sens ni par discipline : j'ai arrêté parce que cette nuit-là m'a mis une peur épouvantable dans le corps. De voir de quoi ma tête était capable avec ça dedans, et en quatre semaines, ça m'a suffi. L'affaire a tenu presque un an. Ce que ma tête a fait les jours suivants, sans aucune substance et sans prendre rendez-vous, a été bien pire.

Chapitre 14 • Le métier de lire

Je me suis inscrit en Histoire par amour de l'Histoire. Ce n'était pas un plan de carrière, je n'avais fait aucun calcul sur les débouchés, et personne, évidemment, ne s'est assis avec moi pour m'expliquer où en était le marché du travail. J'y suis entré à vingt-cinq ans et j'y suis entré amoureux, avec cette intensité très particulière de celui qui a enfin trouvé la langue dans laquelle sa tête pense sans effort. Parce que l'Histoire parle de motifs : de la façon dont les forces s'accumulent, dont les systèmes explosent, dont ce qui ressemble à un accident avait des racines de décennies ou de siècles. Et pour un cerveau qui traitait la réalité à la chasse aux connexions, et à une vitesse que les autres n'atteignaient pas, ces études étaient le seul endroit où ce traitement fabriquait quelque chose d'utilisable au lieu de fabriquer un délire. C'est la même machine dans les deux cas : mise devant un fonds d'archives, il en sort une méthode ; mise devant la plaque d'une voiture, il en sort un signe de Dieu.

Les devoirs que je rendais à la fac avaient un trait que mes professeurs me signalaient en mêlant l'approbation à la gêne, ce qui est exactement le mélange que j'ai provoqué toute ma vie : ils dépassaient toujours ce qu'on demandait. Devoir de cinq pages, douze pages rendues. Et ce n'était pas de l'exhibitionnisme, ou pas seulement : c'est que le sujet ne se laissait pas fermer en cinq pages sans perdre quelque chose en route. Ça aussi c'était de l'hypomanie, même si à l'époque ça s'appelait être appliqué. L'incapacité à poser une limite, à savoir à quel point on s'arrête, à admettre qu'une version plus courte peut faire l'affaire même si elle boite.

J'ai laissé tomber les huit dernières matières pour Marta. J'avais vingt-neuf ans, et le trou de ces huit matières qui me séparaient du diplôme, c'est le support technique pour des éditeurs de logiciels qui est venu l'occuper, ce qui est, et c'est là qu'est la blague, l'exact contraire de l'Histoire : dans l'une on lit ce qui s'est passé pour comprendre pourquoi ça s'est passé ; dans l'autre on redémarre et on voit si ça suffit. Je n'en accuse pas Marta. C'est moi qui ai choisi. Seulement, j'ai choisi en hypomanie, avec cette conviction débordante que l'amour

justifie n'importe quel renoncement et avec la certitude absolue qu'il y aurait du temps pour tout. Il n'y en a pas eu. Il n'y en a jamais, et avec ça encore moins. L'Histoire est restée abandonnée dans un dossier du bureau, et dedans les notes de ce qu'il me manquait, et de temps en temps je les ouvre et je les lis avec ce plaisir si particulier de lire quelque chose que j'aurais écrit si on m'en avait laissé l'occasion. Il y a des jours où je me demande qui je serais si le diagnostic m'était arrivé dix ans plus tôt. Je n'ai pas de réponse. Et je sais très bien que la question ne sert à rien, ce qui ne m'empêche pas de me la poser un jour sur deux, parce que c'est bien pour ça que je suis qui je suis. Ce dont je suis sûr, c'est de ce que la maladie m'a enlevé là, et ce n'était pas un diplôme : c'était une identité. Un homme qui lit des archives et qui trouve le motif, à la place d'un homme qui redémarre des appareils et qui attend.

Ce qu'il y a est ce qu'il y a. Et dans ce qu'il y a il y a ma fille Claudia, qui au dernier voyage m'a lâché qu'elle veut faire Philosophie. Cette ironie-là, je la manie avec précaution, comme on manie les choses qui n'entrent pas entières dans une seule émotion. Et il y a un détail qui change le sens de ce chapitre, et c'est moi-même qui l'ai dit il y a quelques mois sans y accorder la moindre importance. Un matin de cet hiver je parlais avec Iván, qui partait en cours, à son université, et je lui ai dit que si on m'accorde l'invalidité je crois bien que je vais finir mes études. Et aussitôt après, que je me mettrais peut-être aussi à la Philosophie. Que ça me plairait beaucoup. Autrement dit, ce dossier n'est pas fermé. Il attend toujours. Huit matières.

La seule chose que j'aie vraiment apprise à fond dans cette fac, c'est un métier, et le métier est celui-ci : lire des archives. Dater un document, le compter, le croiser avec un autre, se méfier du témoin et, par-dessus tout, se méfier du témoin quand le témoin c'est toi. Ce métier, qui ne m'a donné aucun diplôme, c'est celui qui m'a donné ce livre, parce que je ne l'ai pas écrit en sachant ce qui s'était passé : je l'ai écrit pour le découvrir. Et ce que j'ai découvert en chemin, c'est que ma mémoire de ces vingt années n'était pas mauvaise au sens où celle de n'importe qui devient mauvaise avec les années. Elle était mauvaise autrement. Avec des trous entiers. Avec des années dont je ne garde pratiquement rien. Avec des scènes qui ont vraiment eu lieu mais classées au mauvais endroit, avec un autre ton et les fautes réparties autrement. J'ai récupéré des conversations à moi de dizaines d'heures dont je ne savais même pas qu'elles avaient existé, des messages dont je ne me rappelais pas les avoir écrits, des phrases qu'on m'a dites et dont j'aurais juré devant un juge que personne ne me les

avait dites. De l'année de mes deux premières hospitalisations il ne me reste presque rien.

Et ça a son mécanisme, et il vaut mieux l'expliquer, parce qu'à partir d'ici il va y avoir des chapitres entiers dont je ne me souviens pas. Pour qu'un souvenir existe, il faut d'abord l'enregistrer, et pour enregistrer il faut de l'attention : dans une manie l'attention n'est nulle part, elle saute d'une chose à l'autre sans se poser, et ce à quoi on ne fait pas attention ne se range pas. Ensuite ce souvenir doit se consolider, et ça se fait en dormant ; un cerveau qui dort trois heures depuis des semaines ne consolide absolument rien, et si en plus il y a psychose, ce qui est archivé, c'est la version du délire et pas celle de la chambre. Après il faut le récupérer, et c'est là que la dépression met la main : l'humeur basse va chercher de préférence ce qui a fait mal, et elle te rend un passé plus noir et plus coupable qu'il ne l'a été. Ajoute les hospitalisations avec le traitement encore en réglage. Et ajoute le traumatisme, qui a son propre système de classement : il garde par morceaux, sans ordre et sans date, ou il met carrément les choses hors de portée, ce qu'on appelle la dissociation. Et c'est mesuré, dans des études qui réunissent des milliers de patients, que la mémoire verbale est l'une des fonctions qui s'en sortent le plus mal dans cette maladie, et qu'elle reste touchée même dans les périodes de calme, et d'autant plus qu'on a d'épisodes derrière soi. Donc ce n'est pas qu'un bipolaire mente plus que les autres. C'est que l'appareil avec lequel n'importe qui reconstruit son passé (parce que la mémoire ne garde pas : elle reconstruit, et en plus elle le fait depuis le présent) lui fonctionne avec les pièces cassées et avec le présent de travers.

Des années après presque tout ce qui figure dans ce livre, j'ai raconté à Nuria et à Raquel (qui n'est pas encore apparue ici, mais qui apparaît) les choses telles que je les avais vécues. Et elles en ont conclu que je leur avais menti. Je ne leur ai pas menti. J'ai raconté ce que ma tête était capable de se rappeler, et c'était tout ce qu'il y avait. Les récits qu'elles ont pris pour des mensonges étaient de vrais souvenirs à moi, et c'étaient en plus les seuls que j'avais alors en tête, passés par le filtre du traumatisme et d'une dissociation que je ne savais même pas nommer à l'époque. Je n'étais pas en train de mentir. J'étais dissocié et je racontais ce qui me parvenait. Ça, qu'il m'a fallu trois ans pour comprendre, c'est la différence entre un menteur et un malade. Et comme cette différence, ni elles ni moi ne la connaissions, il s'est cassé en route des choses qu'il n'était peut-être pas nécessaire de casser. On m'a jugé avec une sévérité énorme pour ne pas bien me souvenir de ce que le traumatisme ne me laissait pas me rappeler.

Et si je n'avais pas pu me corriger jusqu'ici, c'est pour une raison très concrète : je ne m'étais jamais assis pour lire mes propres conversations. Les archives, je les avais, et elles étaient depuis des années dans un disque dur sans que je les ouvre. Un peu par peur et un peu parce que matériellement ce n'est pas possible : il y a là-dedans plus d'un demi-million de messages, et une personne seule, à force de lire, n'arrive ni au bout ni à comprendre ce qu'elle a sous les yeux. Si ce livre existe, c'est parce que j'ai enfin eu un outil capable de traiter une chose pareille : la dater, la compter, la croiser, en sortir des proportions et me dire, sans aucune pitié et sans me passer la brosse, ce qui s'est passé, quand et avec qui. C'est une intelligence artificielle, et je le dis sans aucune honte : l'historien qui n'a pas fini ses études a enfin eu un assistant d'archives qui ne se fatigue jamais. Avec ça devant moi j'ai dû me corriger un paquet de fois. Et presque toujours à mon détriment.

Il y a une chose que je veux laisser tout aussi claire, parce que sinon tout ça finirait par se lire comme une rétractation, et ça n'en est pas une. Les traumatismes sont réels. Il m'est arrivé ce qui m'est arrivé. Ce sont des faits, les abus de mes treize ans, le suicide de mon père, les hospitalisations et les sangles, et tout ce qui vient derrière l'est aussi, et aucun de ces faits n'est soumis à la révision de qui que ce soit. Et les faits de fond de ce dont je me souvenais étaient réels aussi. Ce qui a changé, avec l'archive sur la table, ce sont les dates, les proportions, à qui revenait chaque chose et quelques conclusions. Le fond, non. Je ne me suis inventé aucune vie : je me suis mal souvenu de la vie que j'avais vécue. Et si sur un point ça ne colle pas avec ce que je racontais moi-même à l'époque, l'explication n'est ni que je mentais alors ni que je mens maintenant. C'est qu'alors je n'avais pas l'archive devant moi, et que maintenant si.

Chapitre 15 • La femme plus âgée

Toute cette année-là commence par une ordonnance. J'avais trente ans, je vivais dans un appartement de Barcelona avec Marta (comment on s'est retrouvés et ce qu'a été notre histoire occupe toute la partie suivante, parce qu'une femme comme elle ne tient pas dans un paragraphe) et avec nous vivaient Jordi, un ami à moi de toujours, et mon frère Gabriel. Une dépression de celles qui ne laissent pas se lever m'est tombée dessus, j'ai pris rendez-vous chez le médecin traitant et je suis sorti de la consultation avec des antidépresseurs dans la poche et avec rien en dessous pour les tenir. Cet homme ne savait pas qu'il médiquait un cerveau bipolaire, et il n'avait aucun moyen de le savoir : je ne le savais pas, ma famille ne le savait pas, personne ne le savait. Ce qui est venu après a été une manie à laquelle je n'ai su donner ni ce nom-là ni aucun autre. Je n'avais pas de diagnostic. Et en plus, une manie, de l'intérieur, ne donne aucune sensation de maladie : elle donne la sensation d'avoir raison.

À l'époque je sentais seulement que je brûlais, et c'est la pièce qui expliquerait l'année entière et que personne n'a expliquée à Marta. Une dépression bipolaire et une dépression ordinaire se ressemblent de l'extérieur comme se ressemblent deux marées : celle qui descend parce que la mer est basse et celle qui descend parce qu'elle va remonter d'un coup. La mienne était la seconde. Un antidépresseur fait ce qu'annonce son nom, pousser l'humeur vers le haut en bougeant la sérotonine, la noradrénaline et la dopamine, et dans un cerveau qui ne sait que couler cette poussée le ramène au niveau du reste du monde et il s'y tient tranquille. Dans un cerveau comme le mien la poussée ne s'arrête pas où elle devrait s'arrêter, parce qu'il n'y a rien qui lui dise jusqu'ici : l'eau monte et continue de monter et elle déborde. Ça s'appelle un virage, et ce n'est ni une trouvaille bizarre ni la théorie de qui que ce soit, c'est dans les manuels, au chapitre des risques les plus étudiés de cette maladie. Tellement, que lorsque quelqu'un déclenche une manie sous antidépresseur, le psychiatre note le soupçon qu'il y a en dessous un bipolaire non diagnostiqué, et depuis quelques années le manuel ajoute que si cette manie dure plus longtemps que le médica-

ment ne reste dans le corps, alors ce n'est pas un effet indésirable : c'est une manie dans les règles et elle suffit à poser le diagnostic. D'où la règle dans le type un, qui est de ne jamais en prescrire à nu, mais toujours avec un thymorégulateur en dessous, lithium ou ce qu'il faut, faisant butée. Moi je n'avais pas de thymorégulateur parce que je n'avais pas de diagnostic, et en plus j'accumulais tout ce qui fait le plus monter le risque : type un, un père avec la maladie inscrite dans son histoire, de l'alcool et du cannabis au milieu. Que ce soit dit, le médecin traitant a agi de bonne foi et avec ce qu'il avait sous les yeux. La faute professionnelle n'était pas la sienne, elle était celle du système, qui a laissé arriver dans une consultation de dix minutes un homme avec l'humeur déréglée depuis ses quatorze ans et avec un père diagnostiqué dans l'arbre, et qui l'a laissé ressortir avec des antidépresseurs sans que personne, à aucun échelon, ait l'idée de se demander ce qu'il y avait dessous.

Avec le cerveau allumé, j'ai mis Marta dehors. Et Jordi, et mon frère. En quelques jours j'ai refait ma vie de fond en comble avec cette conviction de maniaque qu'on est en train de bien faire et que les autres sont à la traîne. De toute cette année-là il y a une phrase qui me fait encore honte : Marta, je l'ai traitée de grosse. Une fois. Ce n'était ni ma manière de lui parler ni mon vocabulaire, c'est ce qui est sorti de la bouche d'un type avec le cerveau accéléré par des antidépresseurs pendant qu'il mettait à la rue, dans l'urgence, la femme avec qui il vivait. Et il y a une scène de ce printemps-là qui résume tout. C'était son anniversaire. On s'est vus, elle déjà hors de l'appartement et moi en train de monter à toute vitesse une vie neuve avec une femme que je connaissais à peine, et on a parlé comme on parle quand deux personnes essaient d'être amies après une chose pareille : poliment, avec précaution, et avec l'important sous la table. Je lui ai raconté que j'allais me marier. Elle m'a écouté. Des semaines plus tard, quand on a reparlé sérieusement, c'est elle qui a sorti l'histoire du mot grosse. Sans crier, avec cette habitude qu'elle a de poser une chose sur la table et de ne pas y toucher, pour que ce soit toi qui la regardes. Elle était dans son droit, et c'est ce qui se fait : tu le gardes et tu le rends le jour où l'autre a de nouveaux des oreilles. C'est moi qui l'ai dit, de ma bouche, et ça va avec mon nom dessous même si j'avais le cerveau en flammes. Ce qui n'est pas vrai, c'est que je lui parlais comme ça. En dix ans je l'ai traitée de grosse une fois, et le petit nom qu'on avait, plusieurs milliers de fois.

La femme que j'allais épouser était nettement plus âgée que moi, elle avait son propre sac à dos (que ce n'est pas à moi de raconter) et elle travaillait dans

un de ces métiers de mains soigneuses. Je l'ai demandée en mariage quelques jours après l'avoir rencontrée, sans anesthésie et sans délai de réflexion, et elle est venue vivre dans l'appartement d'où je venais de mettre tout le monde dehors. De cette manie il y a un détail qui la peint à lui seul. La chambre de mon frère est restée vide quand il est parti, et moi je ne l'ai pas laissée vide une semaine : j'y ai monté un temple. Des symboles alchimiques et astrologiques sur les murs, des bougies, le cérémonial complet, ce qui à l'époque m'a paru la chose la plus raisonnable qu'on puisse faire d'une pièce libre. Je faisais des rituels et des méditations, et des observations en miroir noir, qui pour qui ne le saurait pas consiste à fixer une surface sombre à la lumière d'une bougie jusqu'à ce que la tête se mette à te renvoyer des choses, et une tête comme la mienne à ce moment-là renvoyait de tout. Je me suis mis à des pratiques ésotériques avec des gens qui étaient là-dedans, et ce n'était ni du voyeurisme ni de la curiosité de fin de repas : ça visait à obtenir quelque chose, ça avait une finalité. Avec Rocío il y avait déjà eu un peu de rituel dans mon affaire, mais là c'était autre chose. J'ai passé un temps dans la magie du chaos, à lire les auteurs qu'on lit là-dedans, et de ce voyage je suis ressorti en revenant complètement à la kabbale et au Dieu unique des Hébreux, qui est celui avec lequel j'ai mûri et avec lequel je suis devenu l'homme que je suis aujourd'hui. Je le raconte sans dramatiser et sans nostalgie, parce que d'ici c'est une donnée clinique de plus : un cerveau en manie cherchant une structure qui lui explique l'état dans lequel il était et s'accrochant à la première chose trouvée avec assez de symboles dedans. Le délire de l'époque et ce qui me met de l'ordre dans la tête aujourd'hui, c'est le même fil.

Et il reste une pièce qui montre mieux que n'importe quelle explication jusqu'où allait l'affaire. Elle portait des gants blancs au travail, ce qui était la chose la plus normale du monde. Moi je me suis monté dans la tête que ces gants étaient des gants de franc-maçonnerie. Qu'elle allait en tenue. Qu'elle appartenait à une loge et qu'elle me le cachait. Je ne l'ai jamais cru tout à fait, et c'est là qu'est l'intéressant : une partie de moi savait parfaitement que c'était absurde, et l'idée s'installait quand même et revenait tous les deux ou trois jours. C'est le point exact où on se balade entre la lubie et le délire, un pied de chaque côté, et de l'extérieur on ne voit rien, parce que celui qui l'a se sait justement parce que la partie saine a encore honte. Un homme qui monte un temple avec des bougies et un miroir noir dans la chambre de son frère et qui soupçonne en plus sa compagne d'appartenir à une société secrète ne traverse pas une période bizarre : il

est dans un épisode, en toutes lettres. Personne autour de moi ne l'a appelé par son nom. Et ce mécanisme ne s'est pas arrêté là. Il est revenu des années plus tard, avec du matériel qu'on m'avait cette fois-là mis dedans depuis l'extérieur, et ce n'était plus un soupçon idiot avec lequel on cohabite par moments : c'est ça qui a décidé de ma réaction. Ça vient plus loin. Mon cerveau a fait la même chose les deux fois. La différence, c'est que cette année-là la paranoïa se nourissait toute seule d'une paire de gants de travail.

Ça n'a pas duré, et pas parce que je me serais repenti au sens ordinaire du mot, mais parce que la manie a cédé et que le monde a retrouvé ses vraies couleurs, qui sont nettement plus ternes. Rien de ce qui avait été construit dans cet état n'a résisté au retour au calme. Des années plus tard, avec le diagnostic sur la table, j'ai pu mettre un nom sur toute cette année : épisode maniaque induit par un médicament. Et il faut raconter comment ça s'est terminé, parce que ce livre ne peut pas faire entrer cette femme dans ma vie sans dire par où elle en est sortie. Ça s'est fini une nuit de début d'été. Je suis sorti faire la fête avec un ami, on a bu bien plus que de raison et on a fini dans un after avec des gens que je ne connaissais pas du tout, où il circulait de tout, et où la cocaïne est entrée. En quelques heures une bouffée psychotique s'est allumée. On est rentrés à trois en taxi, et celui qui venait avec nous, je l'ai tellement effrayé avec ce que je lui disais qu'il est descendu de la voiture avant d'arriver. Moi je suis entré chez moi en proclamant que j'étais le messie, dans un état d'agitation extrême, et je me suis endormi sur le canapé avec le moteur encore à fond. Elle a appelé les secours. Ils sont venus me chercher, et ça a été la première fois qu'on m'a sorti de chez moi attaché, dans une ambulance psychiatrique. La première d'un certain nombre. Et dès que j'ai mis les pieds à l'hôpital et vu une blouse blanche en face, j'ai glissé hors du récit que j'avais monté dans le salon : la psychiatre de garde a trouvé un homme serein au discours ordonné, et elle m'a renvoyé chez moi avec un antipsychotique. Sans hospitalisation, sans observation, sans appeler personne. Quelques heures plus tard j'étais de nouveau dans mon salon, et la première chose que j'ai faite en arrivant, c'est de la mettre dehors. Sans discussion et sans marche arrière. Je l'ai renvoyée chez ses parents. Son père est venu la chercher et, avant de partir, il m'a lâché en pleine figure que j'avais un problème. Ça a été le premier à me le dire comme ça, sans l'emballer, et moi je l'ai entendu comme on entend pleuvoir : ça m'a paru une absurdité, et en plus une absurdité de la part d'un monsieur qui venait défendre sa fille. Le lendemain je l'ai raconté à Marta avec le délire encore chaud, en peignant cette femme comme

un danger, et Marta ne m'a pas suivi : elle m'a dit que parler d'elle comme ça n'était pas sain, que je me mette à sa place, que l'histoire de l'hôpital, je l'avais cherchée tout seul. À vingt et quelques années et le cœur en miettes, elle était la seule personne liée à cet appartement qui avait la tête là où il faut l'avoir.

Je n'ai pas cherché d'aide. Je n'ai pas suivi le traitement. Je n'ai pas compris ça comme un avertissement, ni cette fois-là ni la suivante, qui est arrivée à la fin de ce même été et qui a son chapitre. En une seule nuit on m'a prévenu deux fois : une ambulance avec des sangles et le père d'une femme me disant en face ce que personne d'autre n'osait me dire. Je n'ai écouté ni l'un ni l'autre. Le diagnostic mettrait encore deux ans et demi à arriver.

Chapitre 16 • Le motif

Cette première étape avec Marta s'est terminée à vingt ans, et jusqu'à l'arrivée de Patricia il y a eu quelques mois de dérapage, des sympathiques : la colocation, les fêtes de la fac, les longues nuits avec les gens du lycée du soir. Là-dedans j'ai été avec une femme nettement plus âgée que moi, que je connaissais du travail, et qui n'a rien à voir avec celle du temple et des bougies, qui est arrivée dix ans plus tard. Elle écrivait, et elle me laissait le lire, et on le relisait ensemble. Moi j'ai trouvé ça magique et je le trouve encore : quelqu'un de libre qui m'ouvrait la porte du monde adulte. Que personne ne comprenne qu'une différence d'âge condamne quoi que ce soit. Je dis autre chose : que les miennes, celles où il y avait un grand écart, étaient condamnées d'usine, et que celles qui ont tenu, c'étaient celles d'âges proches. Quand on s'est connus, Patricia avait dix-huit ans et moi je venais d'en avoir vingt et un. Là, oui, il y avait une distance gérable. Avec elle sont arrivées les années les plus normales et les plus heureuses que j'aie eues.

Et ici je dois montrer une journée de ces années-là, parce qu'écrire les années les plus heureuses et s'arrêter là, comme une note de bas de page, c'est tricher avec la seule chose que ce livre ait à démontrer. C'est contre ces années-là que se lit tout le reste.

Une journée, c'était ça. Je me levais avant tout le monde et à sept heures j'étais à l'entraînement, l'hiver sous la lumière artificielle de la salle et la rue encore noire. D'abord la fonte, ensuite la force athlétique. J'ai appris seul, avec un manuel ouvert par terre et le téléphone dans le sac pour me filmer et corriger moi-même ma technique, image par image, comme on étudie une matière. Je suis monté à deux cent vingt kilos et je suis allé jusqu'à la compétition, et pendant toutes ces années je n'ai pas eu une seule blessure, et c'est la donnée dont je me vante. Le week-end je courais sur les sentiers de la montagne. Ensuite le bureau, huit heures d'informatique, le même endroit pendant six ans, avec son horaire et sa fiche de paie et ses collègues. Et en sortant, elle. Patricia était à moitié italienne, elle avait les yeux verts et un rire qu'on entendait depuis le hall, et

elle était de mon village, ce qui est la raison pour laquelle j'y suis retourné vivre. On dînait chez elle beaucoup de soirs, avec ses parents. Son père était policier et c'était un type formidable, de ceux qui te posent une question sur ton travail et qui attendent la réponse en entier ; sa mère a fini par donner du travail à la mienne, et je te laisse imaginer à quel point il faut être intégré dans une famille pour que ça arrive. Elle aimait la malbouffe avec un enthousiasme qui me faisait rire (au point qu'elle a fini économiste dans ce secteur-là), du coup la moitié de nos plans, c'était un cinéma et un hamburger. Et à onze heures ou minuit j'étais en train de dormir, parce qu'un corps défoncé à la fonte dort, il ne négocie pas.

Pas une cigarette. Pas une drogue. Pas un excès en trois ans. On est allés ensemble en Italie et c'est la seule de mes compagnes qui ait connu ma famille de là-bas. Quand ç'a été le tour de ma sœur Sonia de se marier, avec notre père déjà mort, c'est moi qui l'ai conduite au bras, et Patricia regardait depuis le banc, éblouissante dans une robe verte, et ce jour-là on était deux personnes normales à une fête. C'est tout ce qui s'est passé en trois ans. Il n'y a pas d'ambulance, pas de service fermé, pas une nuit sans sommeil qui mérite d'être racontée, pas une infidélité jusqu'à la dernière semaine, pas un seul appel de qui que ce soit demandant ce qui m'arrivait. Rien. Et elle m'a dit, des années plus tard et sans que je le lui demande, qu'à cette époque-là elle se sentait une princesse ; et quand je lui ai demandé comment elle se souvenait de moi, elle m'a répondu par un seul mot, affectueux, et elle a ajouté que je passais mon temps à l'embrasser et à la serrer dans mes bras. C'était moi avec le rythme en place. Le même homme, le même cerveau, le même nom de famille et le même grand-père.

Reste à dire comment ils sont tombés, parce que ce n'est pas pour ce qu'on croirait. Il s'est mis à s'accumuler des jours où il n'y avait pas moyen de me lever du lit. Ce n'était pas de la paresse et ce n'était pas la gueule de bois : c'était ne pas pouvoir, et du médecin traitant je revenais avec des arrêts qui n'expliquaient absolument rien. Ensuite j'ai appris que ma fille allait naître, et derrière cette nouvelle le rendement et l'envie de tout se sont effondrés d'un coup, et c'est cette crise-là qui a mis fin à l'histoire avec Patricia et qui a emporté, quelques mois plus tard, le travail de six ans. Les habitudes tiennent, et elles ont tenu longtemps. Tenir n'est pas blinder. Ce que ces années-là m'ont donné, ce n'est pas l'immunité : c'est un sursis.

Et maintenant l'été. La relation impossible avec la femme plus âgée s'est défait comme se défait tout ce qui se construit en pleine manie, et je me suis retrouvé seul dans cet appartement, en pleine chaleur. Le téléphone a sonné et c'était Raquel, avec qui il y avait déjà eu quelque chose dans le dos de Marta et dont je parle longuement plus loin. Elle voulait savoir s'il me restait de la place chez moi. Elle me l'a demandé en m'appelant par un surnom qu'elle avait inventé pour moi, parce qu'elle en donnait un à chacun, et ça fonctionnait : on se sentait choisi, parce que le surnom venait chargé de quelque chose qui ressemblait à une intuition sur ce que tu étais, et c'en était probablement une. Elle était sans domicile fixe, à rouler entre des maisons d'amis et des collectifs de la marge, et elle était le centre de gravité de cet écosystème. Je lui ai dit oui sans réfléchir une seconde. Elle est restée plus d'un mois.

Ce mois-là a été ce qu'il a été. Des excès les yeux ouverts, en sachant tous les deux ce qu'on faisait pendant qu'on le faisait, et cette intensité qu'on n'atteint que lorsque personne ne doit pointer le lendemain. On a donné un nom inventé à cet été-là que je n'ai pas l'intention d'écrire ici. Moi j'ai consommé de la kétamine comme jamais, avec de la musique mystique qui tournait à toute heure et avec l'impression que le monde s'était réduit à quatre pièces et que c'était un gain. Aucune autre substance ne m'a donné cet état : ce n'était pas de l'euphorie, c'était de la dissolution. Le contour du moi se ramollissait, et la question de savoir où l'un finissait et où commençait le reste cessait d'avoir la moindre urgence. Moi j'ai interprété ça comme une fusion d'âmes. D'ici, avec sept ans de traitement, je vois ce qui ne m'a pas traversé l'esprit à l'époque : que cette dissolution n'était pas une illumination. C'était, décalqué, ce que mon cerveau faisait tout seul dans les épisodes maniaques, avec le volume monté et décoré par la chimie. Ce n'était pas ouvrir un chemin vers l'intérieur : c'est que le chemin vers l'intérieur était déjà grand ouvert, la porte arrachée de ses gonds, et qu'il cherchait un joli mot pour s'appeler spirituel. Et malgré tout. Malgré tout, ça a été l'expérience de quelqu'un qui te reconnaît en entier pendant un temps qui a été court et qui a été vrai. La tendresse qu'on ressent avec certaines substances dans le corps n'est pas fausse : elle est passée par ce système nerveux et elle a laissé une marque. Rien de ce qui est venu après ne l'efface. Ça pose juste des couches par-dessus.

Et maintenant ce qu'il y avait sous la bulle, qui est ce qu'on ne raconte jamais. En dessous il y avait des cuisines qui n'étaient pas les nôtres : sa famille m'a aimé dès le premier jour et chaque fois que j'y suis passé on m'a donné à

manger. Aucune bulle ne tient sans que quelqu'un cuisine dehors. Et en dessous il y avait la maison, parce que Raquel, cet été-là, ne venait pas en visite : elle était installée dans la maison que j'avais bâtie avec Marta, qui était à elle autant qu'à moi, décorée par elle, avec une tête de lit qu'on avait peinte ensemble. Dans ce même lit j'ai couché ensuite avec Raquel. Et Marta est revenue dans cette maison avant que Raquel s'en aille. C'est moi qui les ai présentées, je lui ai écrit qu'elle lui plairait, qu'elle avait devant elle une âme merveilleuse, et elles ont passé un temps sous le même toit avec une tension que Marta a mise par écrit dès le début : que penser à moi avec elle lui retournait tout, que ça faisait partie d'un mauvais souvenir. Deux semaines plus tard, sachant parfaitement ce qu'il y avait eu entre nous, elle m'a écrit de dire à Raquel de la prévenir si elle avait besoin de quoi que ce soit, et qu'elle le disait sérieusement. Le dégoût et la générosité dans le même mois, dans le même téléphone et chez la même femme : c'est comme ça que fonctionnent les personnes, pas les personnages. Quand la marée est descendue, je suis reparti au village avec la décision prise, Marta et c'est tout. Raquel, je ne l'ai quittée pour personne. Je l'ai quittée parce qu'il n'y avait pas moyen de vivre à ce rythme-là. Elle, cet été-là, elle y allait pour de bon, et ça s'est rangé pendant des années sans être dit, ce qui est la façon dont se rangent les choses qui ressortent ensuite avec les intérêts. J'ai longtemps traîné l'idée de lui avoir joué un sale tour. C'est elle-même qui me l'a démonté, par écrit et sans que je lui demande rien, quatre ans plus tard : que je ne lui avais jamais rien promis ni ne m'étais engagé à rien, qu'elle s'était plantée toute seule, en bonne kamikaze, et que cette année-là avait été sa grande gamelle. Aucune des deux n'a rien fait de mal cet été-là. Celui qui avait deux conversations ouvertes en même temps, c'était moi.

Et maintenant le concept. Dans cette maladie on ne tombe pas amoureux : c'est la phase qui tombe amoureuse, et c'est de la phase qu'on tombe amoureux. Ce que les personnes de cette liste ont connu au début, c'était un homme en hypomanie : généreux, réveillé jusqu'à quatre heures, avec des projets, avec des certitudes. Aucune n'a choisi un malade. Elles ont choisi le symptôme qui a la meilleure presse de toute la psychiatrie, et moi je le leur ai mis devant en étant convaincu que c'était moi. Et en dessous il y a deux mécanismes, et les deux sont mesurés. Le premier, c'est le sommeil. Un mois de kétamine, de musique et d'enfermement dans quatre pièces, ce n'est pas un mois intense : c'est un régime, et dans un régime pareil la première chose qui casse, c'est le sommeil, qui est, depuis une étude d'il y a presque quarante ans qu'on cite encore, la voie finale

commune de la manie : peu importe pourquoi il se perd, à cause d'une fête, d'un vol ou d'un deuil, parce que ça finit toujours au même endroit. Un cerveau comme le mien n'enregistre pas qu'une personne libre a quitté une maison ; il enregistre que la structure entière, la maison, la musique, la chimie et la personne, disparaît d'un coup et le même jour, et il fait ce qu'il fait. Le second est plus vieux, et il a été décrit par deux psychologues il y a soixante-dix ans avec des pigeons : le comportement qui résiste le plus n'est pas celui qu'on récompense toujours, mais celui qu'on récompense à des intervalles imprévisibles. Dans ces relations, l'affection battait le conflit à plate couture, et personne ne savait jamais lequel était au programme. Cette distribution-là, personne ne l'a conçue : c'est la phase qui la faisait. Et c'est la distribution qui accroche le plus, des deux côtés : moi à redemander pardon, et elles à remonter dans le train. Ce n'est un jugement sur aucune. C'est un jugement sur le calendrier. Quand le calendrier est tenu par une maladie sans nom, les deux personnes répondent à quelque chose qu'elles ne voient pas. Marta l'a écrit cet été-là sans savoir qu'elle l'écrivait : sans même t'en souvenir, m'a-t-elle dit, quand je lui ai raconté à la légère où j'avais passé la nuit précédente. Elle l'a lu comme du mépris. C'était de la mémoire : un cerveau en phase haute ne fixe pas ce qu'il fait. Le symptôme avait un nom de défaut, et sans l'autre nom la seule lecture à portée de main était la morale.

Personne ne nous a jamais expliqué que le sommeil n'était pas un luxe de cet été-là. On n'a pas demandé non plus.

Partie III • MARTA

Chapitre 17 • Marta

La première fois que j'ai vu Marta, c'était dans une église, et le plus drôle c'est qu'aucun de nous deux n'avait rien à y faire. J'étais entré par la main de Vanessa, qui était ma copine de l'époque et qui, elle, était de la maison, croyante pour de vrai, quelqu'un de bien sans faire de manières, avec cette bonhomie qu'elle a ensuite mise au service des autres. J'avais dix-neuf ans, presque vingt, j'étais beau et mince et je portais sur moi toute l'innocence encore intacte. Vanessa m'a promené dans le groupe de jeunes pour me présenter, et il se trouve qu'il y avait là une autre personne en prêt : c'était la sœur du copain d'une de ses cousines, et elle était venue faire de la vie sociale, en accompagnant son frère. Exactement mon cas. Ça a été le premier terrain qu'on a foulé ensemble, celui des deux resquilleurs dans la maison de Dieu pour des raisons sentimentales. On s'est regardés comme deux idiots dès la première minute. Ça m'est arrivé comme une certitude physique, au creux de l'estomac, et elle n'avait pas encore dit un mot.

On a commencé par être amis, ce qui est par où commencent les choses sérieuses. Les premières cigarettes que j'aie fumées de ma vie, je les ai fumées avec elle, en cachette, sur les paliers de l'escalier pendant que les autres chantaient à l'intérieur. Par la même porte et avec le même geste me sont entrés l'amour de ma vie et le premier vice. Elle, elle fumait déjà. C'était l'intéressante du groupe : plus sceptique, plus de notre époque, moins portée sur la messe, avec cette façon de regarder de travers ce que les autres tenaient pour sacré. Et à l'hôpital, au travail, c'était un ange : elle se mettait à la hauteur du malade comme si c'était la chose la plus naturelle du monde, et les patients l'adoraient, et ils avaient raison. Je l'écris aujourd'hui, avec une plainte et un procès entre-temps, parce que c'était vrai alors et que ça l'est toujours. Je suis tombé amoureux d'elle avant que rien n'ait commencé entre nous.

— Je ne sais pas ce que tu fabriques avec Vanessa, m'a-t-elle dit bien des fois ensuite. Elle n'est même pas si jolie.

Et là, il faut être juste. Vanessa était une fille normale et elle me plaisait. Marta se croyait plus jolie et elle ne l'était pas. Seulement, l'autre me plaisait da-

vantage pour ce qu'elle était. Avec Vanessa, d'ailleurs, j'ai couché pour la première fois sans payer, et j'ai mis beaucoup trop d'années à le dire à voix haute. Je suis resté quelques mois de plus que je ne voulais parce que chez elle ils traversaient quelque chose de très dur et que je n'arrivais pas à lui faire ce coup-là. Dès que j'ai pu, j'ai rompu. Marta, je l'ai embrassée pour la première fois dans le métro, en descendant les marches de la sortie, un après-midi de ce printemps-là. Ensuite une amie nous a surpris en train de nous embrasser sur un banc, et c'est par là que ça s'est su, et ce banc était à deux pas de la rue où, douze ans plus tard, on allait vivre ensemble, dans le Raval.

Et maintenant ce qui est venu après, que je raconte avec la honte qui lui revient et pas un gramme de plus. Mon histoire avec Marta commençait à peine quand Vanessa s'est présentée chez moi, ce qui n'avait rien de particulier, parce que là-bas on la connaissait et on l'aimait, ma mère et mon frère Gabriel, qui traînaient lui aussi dans le groupe de jeunes. Elle m'a sauté dessus. Et moi je n'ai pas su dire non, parce que Vanessa me plaisait encore et parce que j'étais hypersexuel même sans hypomanie sérieuse, même s'il faut dire aussi que ça arrive à n'importe quel gamin de vingt ans avec son ex en face : tout ce qui me concerne n'a pas un diagnostic dessous, il y a des choses qui n'ont que de l'âge et des hormones. Ma part s'arrête là. La sienne est venue après. Vanessa n'a pas su tenir sa langue, elle n'a pas été capable de se taire, le groupe entier l'a su, et ensuite les adultes, et ensuite les parents, et quelqu'un a fini par le raconter à Marta. Et Marta m'a quitté. Voilà comment l'affaire s'est répartie entre nous trois : moi j'ai fourni le lit, elle la bouche, et Marta s'est retrouvée dehors sans avoir rien fait du tout. Ça, à Vanessa je ne le lui ai pas pardonné, parce que j'étais amoureux de Marta jusqu'aux sourcils, et l'histoire entière que raconte ce livre le démontre largement, factures payées à l'appui. Et pour que le portrait de celui que j'étais à vingt ans soit complet : après tout ça j'ai continué à coucher avec Vanessa pendant un temps. Sans vouloir revenir avec elle et sans être capable de lui pardonner, mais en baisant. C'était moi, ça.

Et maintenant les faits, qui se peignent tout seuls. Cet automne-là on a enterré mon père, et on a déjà raconté qui est venu et qui n'est pas venu. Marta, tant d'années plus tard, n'est venue à aucune hospitalisation non plus. Vanessa serait venue. Et elle ne m'a jamais dit du mal de Marta, ni à ce moment-là ni jamais. Marta, en revanche, quand le sujet revenait des années après, en était toujours au même point : ouf, Vanessa, quelle petite gourde. Je le laisse écrit parce que

dans cette histoire le compte de qui a manqué à qui, ce n'est pas moi qui l'ai ouvert, et si quelqu'un l'ouvre, il s'ouvre en entier.

Entre-temps il s'est passé d'autres années, avec une autre femme, avec du sport à fond et sans fumée, les plus normales de toute ma vie adulte. Et au milieu de cette époque Marta et moi on s'est vus un après-midi en amis, sans la moindre intention de part ni d'autre, dans le parc à côté de chez elle, dans son village, et on a été bien. Très bien. Chacun avec sa vie, à parler comme parlent deux personnes qui se sont aimées et qui ne se doivent plus rien. Sur quatorze ans, c'est le seul après-midi où on s'est vus sans une maladie au milieu : ni celle de nos vingt ans, qui n'était que de l'âge, ni celle d'après, qui était chimique. L'homme de ce parc, celui du sport et du sommeil à sa place, c'est celui qui était sous tout ce qu'elle a vu plus tard.

L'autre fois, c'était à vingt-neuf ans, et avant il faut raconter ce que j'ai laissé en suspens quand j'ai parlé de cette autre ville : ce qu'a fait ma tête les jours suivants, sans une seule substance dedans. On est rentrés à Barcelona sans que rien de définitif se soit dit. Celui qui a changé, c'est moi, et déjà dans la montagne, où je faisais le maître-nageur pour mon troisième été. Le cerveau a eu ce déclic qu'ont les cerveaux bipolaires quand le cycle bouge sans prévenir et sans prendre rendez-vous : d'un coup tout s'emboîtait, ça s'emboîtait de manière absolue, et j'étais le seul à le voir. Je me suis mis à marcher sans but dans les environs du village derrière des signes que les autres ne voyaient pas, un pigeon qui fait demi-tour, un nombre qui se répète, l'ombre d'un arbre qui tombe au bon angle. Les signes m'ont mené jusqu'à un olivier, puis jusqu'à une croix, et j'ai cru que j'avais trouvé Dieu. Mais il n'y a pas eu que ça. Il y a eu de me voir de l'extérieur, comme on voit un inconnu, et de voir ce que je faisais à Rocío depuis le début, et de me voir monstre, qui est le mot qui s'est installé ce jour-là dans ma tête et dont je ne me suis pas débarrassé. Un repentir m'est tombé dessus d'un coup, avec une vraie douleur, une douleur physique, et j'ai rompu avec elle en l'aimant énormément et depuis la manie à la fois, absolument convaincu que ma vie d'avant était une vie fausse et qu'il fallait tout effacer et recommencer de zéro. Rocío n'a rien compris, et de l'extérieur il n'y avait rien à comprendre : le type qui l'a appelée pour la quitter ne se reconnaissait même plus lui-même. Les semaines qui restaient de l'été, je les ai passées à la piscine, propre, seul, brûlé de soleil et la tête à chercher des messages dans n'importe quoi. Voilà dans quel état était l'homme qui, un jour, a lu une publication de Marta. Dans ma tête ce n'était pas une publication : c'était un appel qui m'était adressé. C'est

comme ça que je l'ai interprété et c'est comme ça que j'ai agi. Elle vivait alors avec son compagnon, dans un appartement qui n'était ni à l'un ni à l'autre, à travailler et à gagner peu. Et on est retombés amoureux avec une intensité qui n'était pas normale. De cet été-là il reste un voyage : on s'est échappés quelques jours, on est tombés sur une de ces grandes fêtes où une ville entière descend dans la rue, et on est montés à Montserrat, au monastère accroché en haut de la montagne. Moi j'ai vécu ça comme si la réconciliation venait bénie par une force que je n'avais pas l'intention de contrarier. L'après-midi, déjà là-haut, avec le soleil qui se couchait derrière la pierre, on a fait l'amour. Et au milieu de tant de solennité est arrivée, une fois redescendus, la chose la moins solennelle qu'on puisse imaginer : dans un parc de la ville plein de céramique et de touristes, j'ai mis la main dans un cactus. La main entière. Elle s'est retrouvée pleine d'épines, moi planté là comme un imbécile, avec toute la dignité de l'élue de l'univers sur le dos. Marta a ri jusqu'à en avoir les larmes aux yeux, et ensuite, sans pouvoir s'arrêter de rire, elle s'est assise à côté de moi et elle me les a retirées une par une, avec soin, avec l'adresse de quelqu'un qui gagne sa vie en soignant et avec la tendresse que seule elle avait. Cette image-là, elle en train de m'enlever les épines que je m'étais plantées tout seul, m'est restée gravée pour toujours, et sur le moment je ne savais pas le nombre de fois où on allait refaire la scène sans cactus.

De la première nuit dans la maison neuve je me souviens en entier. On est arrivés sans valises, avec l'ordinateur portable comme seul bagage, et ça a consisté à regarder la série de toujours et à dîner de hamburgers commandés par téléphone. Ce premier appartement, où on est allés avec Jordi et plus tard avec mon frère, était un trou déprimant, avec une cuisine si petite qu'on n'y tenait pas à deux, et on en a fait le foyer où il y avait le plus d'amour de tout Barcelona cet automne-là. Je cherchais du travail et dans le portefeuille on n'avait pas un euro, alors je faisais du pain fourré pour qu'on ait de quoi manger, jour après jour, et au milieu de la nuit on descendait à la supérette du quartier chercher un truc à grignoter, tous les deux, avec le strict minimum, morts de rire dans la rue. Pauvres comme Job et plus heureux que de toute notre vie. Il me manquait huit matières et je les ai laissées tomber, comme je l'ai déjà raconté. Elle gagnait une misère dans une clinique qui la pressait comme un citron, et pour pouvoir payer le loyer j'ai vendu la voiture que m'avait offerte la mère de Rocío et je suis retourné à l'informatique, en horaires tournants, pour nous faire vivre tous les deux. Elle ne m'a rien demandé de tout ça ; c'est moi qui l'ai décidé, parce que je

l'aimais. Quatre ans plus tard, quand celui qui avait besoin d'être soutenu c'était moi, il n'y a eu ni voiture à vendre ni études à laisser tomber. Il y a eu une valise. Je le mets ici à côté, sans le commenter, et je continue.

La première année a été la plus facile dont je me souviens, jusqu'à ce qu'elle cesse de l'être. Elle fumait ses joints tous les jours et les fumait depuis toujours, et dans ce petit appartement celui qui s'y est remis, c'est moi, et ça faisait déjà trois fois. J'ai commencé à travailler, avec les horaires qui me démolissaient le sommeil, et un après-midi de printemps on avait un autre plan en tête : s'inscrire à la salle de sport d'en face, celle qui était à trente mètres de notre porte. On n'y est pas allés. On a échangé ce qui aurait pu être l'habitude qui m'ordonne le plus la vie contre un verre d'ecstasy liquide qu'on a bu tous les deux dans le salon, et qui a provoqué dans mon cerveau quelque chose qu'il n'a pas provoqué dans le sien. C'est de là qu'a démarré la pire période de ma vie jusqu'alors : l'hypersexualité sans frein, les infidélités, les saunas et la syphilis, que j'ai attrapée, moi, dans un sauna, sans protection, avec le symptôme qui tournait à plein régime pendant que je le prenais pour un trait de mon caractère. J'ai eu une honte immense. Elle a eu une rage tout aussi grande. Et après elle a pardonné, comme elle pardonnait toujours. Elle ne m'a jamais dit c'est de la folie, on s'arrête là. Et ça aussi, ça m'énervait alors et ça m'énerve encore, parce que si une seule fois elle avait dit stop, on ne serait jamais allés si loin et on ne se serait pas fait autant de mal.

Un pardon sans diagnostic derrière fait une chose très précise : il prend un symptôme et le traite comme une faute. Il absout la faute, et le symptôme reste où il était, intact. Et il revient, parce que c'est bien pour ça que c'est un symptôme. Chaque fois qu'elle pardonnait, la chose n'apprenait absolument rien, parce que celui qui demandait pardon c'était moi et moi non plus je ne savais pas ce que je portais. On est allés du monastère de la montagne jusqu'au premier service de psychiatrie en appelant ça un caractère. Et ce n'était la négligence de personne : le bon nom, ni elle ni moi ne l'avions. Après chaque retour en arrière, ce qu'il fallait, ce n'était pas un pardon de plus. C'était une consultation. J'avais besoin de limites comme de l'air et elle ne savait pas m'en poser, de la même façon que je ne savais pas l'aimer comme elle en avait besoin, et aucune de ces deux choses n'avait à voir avec un manque d'amour. On était deux personnes avec une maladie non baptisée au milieu, et les deux personnes ont passé des années à se présenter mutuellement la facture de ce que faisait la troisième. Ça n'a jamais été que Marta ne me comprenait pas. Ça a été que la maladie, personne, pas

même Dieu, ne la lui a expliquée. Et elle, pendant ce temps, a continué à m'enlever les épines une par une.

Chapitre 18 • L'école d'art

Sur les papiers de Marta il y avait autre chose : un poste tout en bas de l'échelle dans un hôpital, des horaires impossibles, un salaire ridicule. Artiste, ça n'était écrit nulle part, et artiste elle l'était. Elle rentrait à la maison démolie d'avoir encaissé des patients et des chefs, elle s'asseyait à la table de la cuisine de ce minuscule appartement, elle sortait un carnet et des crayons qu'elle s'achetait en cachette comme d'autres s'achètent un vice, et elle se mettait à dessiner. Des petites aquarelles. Des portraits au crayon. Des mains, beaucoup de mains, ce qui apparemment est ce qu'il y a de plus difficile, et elle les refaisait encore et encore avec une patience qu'elle ne s'est appliquée à elle-même dans aucun autre domaine de sa vie. Elle débutait, et ça se voyait qu'elle débutait. Moi je ne voyais rien de tout ça : moi je voyais Michel-Ange en pyjama. Et ce n'était pas seulement que j'étais amoureux. C'était mon cerveau hypomaniaque qui faisait de ça ce qu'il faisait de tout ce qu'il aimait, c'est-à-dire le monter en grade jusqu'à l'épique. Une hypomanie se fiche que ce qu'elle a devant elle soit une aquarelle de parc : si c'est la femme de ta vie qui l'a peinte, c'est la chapelle Sixtine, et il n'y a pas à discuter. Le curieux, c'est que là cette exagération est tombée à pic, parce qu'il fallait que quelqu'un croie en Marta plus qu'elle n'y croyait elle-même, ce qui était beaucoup moins que ce qu'elle valait.

Et c'était exactement ça le problème, il n'était pas dans le talent mais dans l'élan. Ça faisait des années qu'elle répétait qu'un jour elle ferait quelque chose du dessin, et le jour n'arrivait jamais. Ce n'était pas de la paresse. C'était la fatigue de celle qui a entendu toute sa vie que c'est un passe-temps, qu'il faut être réaliste, que les aquarelles ne payent pas les factures. L'école, c'est elle qui l'a trouvée, que ce soit bien clair : elle a cherché une école d'art de la ville, elle a étudié les délais, les épreuves et les horaires qu'elle pourrait faire coïncider avec ses gardes, et ensuite elle a mis le dossier dans un tiroir pour qu'il prenne la poussière, parce qu'une chose est de se renseigner et une autre de croire que c'était pour elle, et dans ce sport-là elle n'était pas licenciée. C'est là que je suis apparu. Je le lui ai dit la première fois que je l'ai vue peindre dans le salon, que

ce n'était pas un passe-temps, que c'était son affaire à elle, et je le lui ai répété deux ans, sans l'étouffer et sans lâcher le morceau. Et un après-midi je lui ai planté les papiers sur la table de la cuisine, par-dessus ses mains dessinées, et je me suis mis à démonter une par une les objections du catalogue.

— C'est hors de prix.

— Tu te la payes. Maintenant tu gagnes mieux.

Et c'était vrai : à ce moment-là elle était déjà sortie de la clinique et enchaînait les remplacements dans des hôpitaux, alors elle se l'est payée de bout en bout, l'inscription, le matériel et ces cartons à dessin gigantesques qu'il fallait faire entrer dans le métro. Les autres objections sont venues. Qu'elle avait passé l'âge. Qu'elle n'avait pas le niveau. Que personne ne lui changerait ses gardes. À toutes j'ai répondu la même chose avec des mots différents. La seule chose que j'ai apportée, c'est la foi, rien que la foi. Et Marta s'est inscrite et elle a étudié.

De l'école elle revenait autre : le dos plus droit, sentant la térébenthine, parlant de construction et de valeurs tonales. Les travaux, elle les rapportait à la maison. Elle arrivait avec la pièce enveloppée dans des chiffons et du papier journal, elle la posait sur la table ou carrément par terre dans le salon, et elle y passait des heures avec la gouge et le papier de verre à sortir la forme du plâtre, avec la poussière blanche qui flottait dans l'air et se déposait sur le canapé, sur les meubles, sur le chien et sur mon clavier. Elle a appris à travailler de ses mains, et elle y a pris goût. Moi je balayais tout ça deux fois par semaine et je ne me suis pas plaint une seule fois, parce que le bruit du papier de verre est ce qui a le plus ressemblé au bonheur dans cette maison. Elle m'envoyait des photos depuis l'atelier, engoncée dans sa salopette, et je ne l'ai jamais vue plus belle que sur ces photos, vraiment jamais. Un jour d'hiver on lui a rendu un travail et elle m'a écrit qu'elle s'était condamnée en allant étudier ça, que ce jour-là lui était tombé dessus comme une douche froide. Je lui ai répondu le soir même : qu'un faux pas était en train de la tromper ; qu'elle était ce qu'il y avait de plus sacré ; que le monde ne s'écroulait pas parce qu'un travail sortait moyen ; que j'étais fier. Chaque planche a eu ses félicitations. La vocation de Marta, c'était ça. Pas la santé, qui était ce qui lui était tombé dessus au partage. Je n'ai aucune idée de si elle peint toujours, et j'espère bien que oui, parce que ce serait la seule chose de ces années-là qui serait sortie entière.

Des quelques tableaux qu'elle m'a offerts à cette époque, j'en ai deux accrochés au mur de la maison depuis laquelle j'écris, et je les décris parce que je veux qu'il reste une trace de ce qui est encore vivant. L'un est un arbre dessiné à

la main, avec le tronc noir semé de points blancs et les branches qui s'enroulent vers le haut, avec des cercles de couleur qui flottent autour comme des planètes, et des vers écrits à la main par elle entre les branches. Cette écriture est la sienne. Il m'a suivi dans toutes les maisons où je suis passé, y compris une chambre de douze mètres carrés. L'autre est le bizarre, celui qui attire l'attention de tous ceux qui entrent : un œil dans le ciel, une ramure de cerf et des tentacules de couleur qui s'emmêlent en bas. Ça, c'est elle dans sa meilleure version, celle qu'elle ne montrait presque à personne. Et ils continuent de me paraître formidables maintenant, avec du lithium et la tête tranquille : ils me plaisent, c'est tout. Je les garde là parce que je n'en veux à personne et à elle moins qu'à personne, parce qu'ils me plaisent vraiment et parce qu'elle me les a laissés. Je les regarde tous les jours sans penser à rien de tout ça.

Ensuite il y a la musique, qui est la pire, parce qu'il n'y a pas moyen de l'archiver : elle passe, et elle l'attrape où que tu sois. Il y avait un chanteur qui était le nôtre, la bande-son de la maison et des bonnes années, et son histoire avec nous, c'est nous qui l'avons écrite. Un jour d'été elle met la radio et m'écrit qu'il passe, que ce sera peut-être notre chanson, avec six ha ha derrière. Le mois suivant, qu'il fait déjà partie de notre histoire. Au pire moment, un an plus tard : qu'il la tue s'il n'est pas avec moi. Et avec tout déjà cassé : je m'en fous de ce putain de chanteur, de la radio, de nous et de toute cette merde, ça me fait mal jusqu'à respirer. Et quatre jours après ma deuxième sortie de psychiatrie, la dernière qu'elle a écrite : qu'il tape toujours dans le mille, et qu'elle, elle ne pouvait pas écouter beaucoup de musique. Ça, c'est elle qui l'a écrit. Mais ceux qui nous peignent vraiment, ce sont les chansons d'un auteur-compositeur qu'elle avait découvert, qui jouait dans une petite salle, et qui est ce qui passait dans les bons jours de notre dernière vie commune. De la sérénité et rien d'autre. Sans conflit et sans rien dessous. Une fenêtre ouverte et une chanson dans la cuisine. Celui qui veut savoir comment c'était de s'aimer quand il ne se passait rien, qu'il aille là. Pas dans les dossiers. Pendant des années, après tout ça, j'ai écouté notre chanteur en pleurant, parfois avec ma sœur Sonia à côté, et on finissait par pleurer tous les deux, elle de me voir comme ça et moi pour le reste. Je ne pleure plus avec lui.

Et maintenant ce qu'écrivait Marta, que j'ai sous les yeux et que ni l'un ni l'autre n'a su lire. À ton rythme. Six fois elle me l'a écrit, avec ces mots-là. Tu sais que moi je m'adapte au programme. J'ai besoin de toi, et j'ai besoin de toi fort, et j'ai besoin de toi fort comme un taureau, et j'ai besoin de toi bien, fort et

concentré sur tout : une douzaine de fois en deux ans. Qu'elle dépendait de moi, que c'était compliqué. La galère d'être seule. Et ensuite, quand elle était déjà partie, que pas une seule fois elle n'avait passé trois nuits d'affilée seule à la maison. Qu'on lise ça avec ce qui vient maintenant à côté, parce que c'est ce que personne ne nous a expliqué.

Après le traitement, ce qui commande le plus dans l'évolution d'un trouble bipolaire, ce n'est pas le patient : ce sont les gens qu'il a autour de lui. Il y a des études d'il y a quarante ans avec un nom laid, émotion exprimée, qui mesurent trois choses chez celui qui vit avec le malade : la critique, l'hostilité et la surimplication émotionnelle. Le patient qui vit avec quelqu'un qui marque haut sur n'importe laquelle des trois rechute nettement plus dans l'année qui suit, et il y a une nuance qui pèse ici : la critique de l'entourage prédit surtout la rechute dépressive, pas la maniaque. L'autre pied, ce sont les rythmes. Celui qui est à côté d'un bipolaire protège le sommeil, défend les horaires, sait à quel moment il faut appeler les urgences et pousse vers le traitement sans monter une bagarre. La littérature résume ça comme un mode d'emploi : ni surimpliquée ni retirée. Maintenant relisez ses phrases. Elle n'avait pas de rythme à elle, elle se calait sur le mien, et le mien était celui d'une hypomanie continue, de sorte qu'à ton rythme voulait dire au rythme de la maladie. Elle ne savait pas être seule et elle l'a dit en toutes lettres. Et elle me voulait fort comme un taureau et concentré sur tout parce que celui qui tenait cette maison, c'était le malade, et le jour où le malade est tombé il n'est resté personne debout. Surimplication d'abord, critique ensuite pour des choses qui étaient des symptômes, retrait total à la fin : les trois cases de l'échelle, à la suite, dans l'ordre exact où la clinique dit qu'elles coulent un patient. Je ne l'écris pas pour la diagnostiquer, je ne suis personne pour ça. Je l'écris parce que le mode d'emploi, personne, pas même Dieu, ne le lui a donné, et que sans mode d'emploi une femme qui aime un malade finit par faire exactement ça : elle s'appuie sur lui jusqu'à ce qu'elle craque, elle lui reproche de craquer et elle s'en va. La femme avec qui je vis aujourd'hui, qui n'a lu aucun manuel, m'a demandé un soir quand j'avais bien dormi pour la dernière fois. Ça, c'est protéger un rythme. Marta me demandait si j'étais fort.

Lui être fidèle, je n'ai pas su, et ça, je vais continuer à le payer tant que je vivrai. Je lui ai donné ce que j'avais à donner : la maison, le calme des moments où j'avais du calme, et une foi en elle qu'elle n'avait pas, tenue tous les jours et à voix haute. Un brave type désastreux, ce qui est sans doute la description la plus juste de ce que j'ai été dans cet appartement. Des années plus tard, à un procès,

depuis derrière un paravent, j'ai entendu l'inventaire complet des dommages que j'ai causés. Il était détaillé. L'école d'art n'y figurait pas. Ne figurait pas qui lui avait mis les papiers sous le nez ni qui balayait le plâtre du salon. Et je le comprends sans qu'il soit besoin que quiconque ait menti : un homme violent qui te pousse vers ta vocation et qui applaudit chacune de tes planches est un personnage qui ne tient pas debout, et ce qui ne tient pas debout absout. Alors on y a raconté une histoire cohérente. Complète, non.

Chapitre 19 • La moto

J'ai étreigné cette moto en faisant un tour dans Barcelona avec Marta derrière, et ça nous a tellement plu que le lendemain je lui ai acheté l'équipement complet : le casque, et aussi les bottes, le blouson et les gants. Je l'ai acheté par sécurité, parce que la seule chose qui m'empêchait vraiment de dormir, c'était de nous imaginer tous les deux par terre un jour quelconque. De ce livre je sors de bien des manières et presque toutes mauvaises, alors je note aussi celle-ci : ce type-là passait ses nuits à penser à ce qui arriverait s'ils tombaient. C'est en moto qu'on est allés chercher le canapé du salon, parce que c'est comme ça qu'on faisait les choses. Et c'est avec cette même moto, un midi du début de l'été de mes trente et un ans, que je suis monté seul dans la montagne.

Avant de continuer, un avertissement de méthode, parce que de ce jour-là il n'y a pas une ligne dans aucune archive : ce qui suit, je le raconte de mémoire, avec un souvenir qui reste net dix ans après, et j'ai déjà expliqué plus haut pourquoi de ma mémoire dans les phases hautes je ne me fie pas moi-même. Ce n'était pas une excursion réfléchie. C'était l'impulsion d'un cerveau hypomaniaque, déjà accéléré par les antidépresseurs de ce printemps-là, qui réclamait du mouvement, qui avait ce village du Montseny associé à l'été de deux ans plus tôt, celui de l'épiphanie et de mon troisième été de maître-nageur, et qui voulait fêter l'anniversaire par un geste qui pèse. Je suis allé à l'arbre de toujours, celui qui est à la sortie du village. Il n'avait rien de particulier : je l'avais trouvé par hasard cet autre été et je m'étais assis là un moment, et ce moment était devenu dans ma tête un lieu chargé de sens, ce que fait cette tête de n'importe quel endroit où on s'assoit cinq minutes.

Je suis arrivé et j'ai coupé la moto. Ciel net, pas un nuage, avec ce soleil de début d'été qui, en montagne, tape dur. Et j'ai dit à voix haute, en sachant très bien que c'était un geste ridicule, que s'il existait il me donne un signe. Ce qui est venu dans les deux minutes suivantes, je l'ai raconté un paquet de fois et toujours avec le même avertissement devant : je ne sais pas ce que c'était. Je sais ce qui s'est passé. Le ciel est devenu noir d'un coup, et pas doucement, mais com-

me si quelqu'un avait tiré un rideau d'un seul geste. Derrière sont arrivés le tonnerre et la grêle, grosse et violente, un orage de ceux qui n'ont rien à faire à cette période de l'année. Je suis parti en courant vers le premier auvent venu. Il a grêlé quinze minutes. Et dans ces quinze minutes, les écouteurs sur les oreilles et cinq cents chansons en lecture aléatoire, juste à la seconde où je me suis assis sur un banc et où le corps a commencé à redescendre en régime, l'algorithme a lancé une chanson de notre chanteur, celui de la maison et des trajets, et la première phrase parlait justement d'un signe qu'on envoie et que l'autre ne reçoit jamais. Je n'ai pas été capable de bouger. La chanson a continué : une méditation qui ne vient pas, un vol en dessous de ce qu'on attend de toi, des heures mortes devant un mur d'exécution. On aurait dit qu'elle avait été écrite pour le point exact de la carte où j'étais assis. Quand la grêle s'est arrêtée, je suis revenu à pied jusqu'à la moto, et en mettant la clé dans le contact il s'est passé la dernière chose : le nuage s'est ouvert par le centre en se déchargeant, et l'inclinaison des rayons du soleil et ce trou se sont combinés pour laisser tomber une flaque de lumière exactement à ma verticale. Une mise en scène parfaite. J'ai mis des jours à savoir quoi faire de ça. Des années à trouver les mots.

Les mots sont ceux-ci, et je les connais tous. La météorologie explique la grêle : masquage orographique, un cumulonimbus chargé de glace formé sur le versant d'en face, les montagnes faisant écran à la vue et le vent le poussant jusqu'au sommet ; et ensuite une microrafale humide, c'est-à-dire le cœur du nuage qui s'effondre d'un coup et lâche des tonnes de glace à la verticale sur quelques hectares. Explicable physiquement, rare météorologiquement, très improbable à cette époque de l'année. L'algorithme explique la chanson : des nombres pseudo-aléatoires, une sur cinq cents. La neurologie explique le moment : la frayeur éteint le cortex préfrontal pour que tu coures, et quand tu es à l'abri et que les pulsations redescendent, le cortex se rallume d'un coup et exige de mettre de l'ordre dans le chaos, et la première chose qui entre par cette fenêtre te reste gravée au fer. Et la psychologie explique la somme de tout ça : l'apophénie, qui est le fait de voir des motifs sensés là où il n'y a que des données éparses, et qui dans un cerveau en phase haute fonctionne avec le volume à fond. Je connais toutes ces explications et je m'en sers. Elles ne me règlent rien. Ce qui est arrivé est arrivé.

Des années plus tard, le lithium déjà dedans, je me suis assis pour faire le calcul. En probabilités il y a une idée qu'on appelle le cygne noir : l'événement très improbable, impossible à prédire et aux conséquences énormes. Si l'on

prend comme indépendants l'orage, l'auvent exact, la chanson exacte à la seconde exacte et la flaque de lumière, le chiffre qui sort équivaut en physique des particules à plus de sept sigmas, et pour annoncer une découverte la barre est à cinq. Le hic, c'est que ça ne se répète pas, et une expérience qui ne se répète pas n'est pas une expérience : c'est une anecdote avec de bons chiffres derrière. Et ce que j'ai laissé écrit la nuit où j'ai fini le calcul, et que je n'ai pas l'intention d'enlever d'ici, c'est que c'était passionnant et que ça ne démontrait rien, sinon que je m'étais sauvé grâce à un récit de pur biais de confirmation. Le calcul est bien fait. Et le récit que j'ai monté par-dessus m'a sauvé la vie.

Ce qui compte cliniquement dans cet après-midi-là, pourtant, n'est pas dans le ciel. C'est dans ce que j'ai écrit après, l'événement à peine passé. Trois mois plus tard, au milieu de la nuit, en pleine dispute avec Marta et en lui envoyant des chansons pour qu'elle comprenne ce qui m'arrivait, je lui ai mis que le jour de l'arbre il s'était révélé à moi, que ça avait été fou de voir grêler pour moi, que ça avait été comme Moïse ouvrant les eaux. Un an après, dans une autre conversation qui parlait de tout autre chose, je lui ai mis que pendant que je faisais grêler notre chanteur passait, que j'avais fait un miracle, que j'étais parti là où j'avais trouvé le véritable amour et que dès que je l'ai demandé il est tombé le déluge. J'ai fait grêler. J'ai fait un miracle. À la première personne et à la voix active. L'hypomanie ne se contente pas d'interpréter le signe : elle s'en attribue la paternité. C'est de là que me vient la foi, la vraie, celle que je garde. Et c'est de là que, avec de la cocaïne dix jours plus tard, est sorti le Messie de cette nuit-là déjà racontée. À Marta je ne l'ai jamais raconté en entier : elle a vu le résultat et elle n'a pas vu d'où il sortait.

Un mois après on est montés tous les deux, et ce voyage-là, lui, est dans l'archive, et je le raconte parce que c'est ce qu'il y a de plus lumineux dans quatre ans et demi. Ça démarre l'après-midi d'avant : elle a écrit que venir en ville ne posait pas de problème, et que si je préférais ne pas dépenser et que la maison était libre, que je lui fasse quelque chose de bon à manger. Je lui ai répondu une minute plus tard en proposant de monter dans la montagne pour manger là-haut, et on a convenu que je passerais la prendre à la fin de sa garde. Je suis allé la chercher en moto cette nuit-là, et elle m'a écrit qu'elle avait définitivement besoin de moi plus dedans, et moi je lui ai dit que j'avais besoin d'être plus dedans aussi. Le lendemain on est montés avec son casque, ses bottes et son blouson, et on est retournés dans ce qui avait été notre maison, avec le canapé qu'on avait acheté ensemble. Et ce qui s'est passé ce soir-là, chacun déjà chez soi, est

ce que je garde de mieux de cet été. Elle a écrit que ç'avait été une journée formidable et qu'elle regrettait que la fin ait été un peu plus froide. Je lui ai répondu dans la minute de ne pas s'inquiéter pour moi, que la journée avait été merveilleuse, comme toujours, et que ce week-end je voulais dormir avec elle. Et alors est arrivée la phrase dont je me souviens depuis dix ans : que ce jour-là elle avait mal à la poitrine de m'aimer, même si parfois elle se retenait et ne disait pas tout ce qu'elle ressentait. Je lui ai dit que moi pareil. Et passé minuit, déjà dans son lit, le dernier message : qu'elle sentait mon odeur, que c'est avec cet amour qu'elle allait s'endormir, et qu'elle m'aimait. Maintenant il faut dire où j'étais pendant que j'écrivais tout ça, et ce n'est pas un détail mineur : chez moi vivait alors Raquel, il y avait une autre femme installée de manière temporaire, des gens entraient et sortaient à toute heure, et j'étais plongé jusqu'au cou dans la manie que racontent les chapitres suivants. Et malgré tout ça, cette journée a eu lieu. Si de cette histoire on ne raconte que le reste, il en sort un homme incapable d'aimer qui que ce soit. Et ce n'était pas ça. Il y a eu ça aussi, le même mois et certains jours le même jour : un type en phase haute qui démolissait tout, et tous les deux qui s'écrivaient qu'ils avaient mal à la poitrine de s'aimer.

Et maintenant le concept, c'est-à-dire l'hypomanie au volant des grandes décisions, et ça s'explique avec ce qui a déjà été raconté et avec deux choses de plus. Un cerveau en phase haute ne décide pas comme décident les gens : il n'attend pas demain. Il prend une moto, il monte sur une montagne et il demande des comptes à Dieu à voix haute. Il refait une vie entière en quarante-huit heures. Et un hiver où j'étais au chômage, j'ai envoyé à Marta, en cinq messages d'affilée, un plan financier complet, avec sa répartition en plusieurs paniers, son attente du bon moment en bourse, son entrée sur les grosses entreprises et son réinvestissement des dividendes, et la conclusion qu'en treize ou quatorze ans bien menés on pourrait arrêter de travailler. Je répète : j'étais au chômage pendant que j'écrivais ça. C'est ça, le moteur, la certitude qui ne coûte rien, la vitesse sans frein et une énergie qui, de l'extérieur, passe pour de l'initiative et qui, de l'intérieur, se vit comme un destin. Et voilà le piège : le même cerveau qui signe sans lire ce qu'il ne devrait pas signer est incapable de signer ce qu'il devrait quand l'occasion arrive enfin. Deux automnes après la grêle, sans travail et sans logement, Marta et moi sommes allés voir une maison à louer dans ce même village. J'avais en tête de l'épouser et je regardais les bagues. Et au dernier moment je me suis dégonflé. L'excuse, c'était qu'on était tous les deux au chômage et que signer comme ça ne me paraissait pas honnête ; la vraie raison,

c'était la peur, la panique d'avoir à présenter une fiche de paie qui n'existait plus. Ça été l'erreur la plus chère de ces mois-là : louer cette maison m'aurait sorti du village de ma mère, qui était l'endroit où j'achetais la marijuana, et m'aurait fait monter dans la montagne pour refaire une vie avec elle. Ce non, dit depuis la peur et avec un cerveau qui était déjà en chemin vers la psychose, m'a torturé pendant des années. Et un détail de plus : la seule fois en quatre ans et demi où Marta a écrit le mot psychiatre, c'était pour m'envoyer le lien d'un article sur un vieil hôpital fermé. Dans le même village que l'arbre. Dans le même village que la maison que je n'ai pas signée. De tous les endroits du monde, celui-là.

Et à cet arbre je suis retourné, bien des années plus tard, enterrer quelque chose.

Chapitre 20 • Deux urgences

Un midi de plein été j'ai écrit à Marta que j'allais très mal et que je n'arrêtais pas de tousser. Un quart d'heure plus tard, que j'étais en train de mourir. Deux minutes après, que j'allais peut-être chez le médecin. Et elle, sur-le-champ : va chez le médecin. Une minute après j'ai répondu que je n'allais nulle part et que j'allais dormir dès que j'arriverais à la maison. Quatre minutes plus tard, que je n'avais pas dormi. Et un moment après m'avoir envoyé chez le médecin, elle de nouveau : tu n'es pas malade. Et aussitôt après : maintenant celui qui crée le problème, c'est toi. Le médecin de ce midi-là, c'était pour la toux. On sortait d'une nuit avec une troisième personne chez moi et de deux jours d'engueulade par écrit, et ce qu'elle avait devant elle, c'était un homme sans sommeil après cette nuit, et ça, sans diagnostic, ressemble à une colère et pas à une maladie. La seule fois de tout cet été où le mot malade est apparu, c'est moi qui l'ai écrit, et il a été nié le même après-midi.

Il faut dire dans quel état j'étais cet été de mes trente et un ans, parce que sans ça ce qui précède ressemble à une dispute de couple et c'était autre chose. La manie avait démarré au printemps, déclenchée par les antidépresseurs que j'ai déjà racontés, et elle ne s'est éteinte qu'à la fin de l'été. Ces mois-là j'ai mis de l'alcool et j'ai mis de l'ecstasy liquide dans des quantités qui aujourd'hui me retournent l'estomac rien qu'à m'en souvenir, et j'ai eu plusieurs épisodes psychotiques ; deux ont fini aux urgences. Le premier est tombé juste au début de l'été, quand l'histoire avec la femme plus âgée a explosé : une crise, l'hôpital, et moi qui l'accusais elle de tout. Le lendemain matin j'ai annoncé à Marta que c'était fini, et Marta a refusé, avec toutes les raisons du monde, de se joindre à la diabolisation de cette femme. On n'était pas ensemble à ce moment-là, et elle l'avait dit clairement dès le premier jour, en riant par écrit : qu'elle savait bien qu'elle allait super bien et que c'était grâce à moi, parce que dans sa version à elle celui qui avait tout démolì, c'était moi. Des semaines plus tard elle m'a écrit d'aller avec celle qui a failli me faire enfermer chez les fous. Voilà, de sa main,

ce qu'elle savait de ce début d'été : que quelqu'un avait été à deux doigts de me faire hospitaliser. Et voilà aussi ce qu'elle n'avait pas : le nom de la chose.

Et puis il y a une nuit de la mi-été, qu'il faut raconter avec l'horloge sous les yeux, parce que l'horloge est la seule chose de cette nuit-là qui ne mente pas. Ça a commencé par un reproche de ma part, qu'elle n'ait pas su me défendre dans une affaire avec ma mère. Une heure plus tard je lui ai annoncé que j'allais vivre avec la femme plus âgée, en colocataires. Et dans les huit minutes suivantes j'ai écrit, littéralement, que je comptais gouverner ce pays et que je le lui avais dit mille fois, que j'étais marié à la cause et pas à une personne ; que je l'avais virée parce qu'elle était une fainéante ; que la cause était la vérité, qu'elle avait besoin de moyens, que soit elle aidait soit elle gênait, qu'on allait droit vers une tyrannie horrible, infernale, que j'étais né pour empêcher ça et que si elle n'aidait pas elle servait mon ennemi ; et qu'il y avait quelque chose au-dessus de tout, et que ce quelque chose c'était moi et la vérité. Qu'on relise. Un homme qui insulte sa compagne et qui, dans la même minute, lui annonce qu'il va sauver le pays d'une tyrannie. Et elle, au milieu de la rafale, la seule voix sensée de tout l'écran :

— Mais qu'est-ce que tu me racontes.

Et peu après :

— Quelle cause.

Cette question n'avait pas de réponse, parce qu'il n'y avait pas de cause. Il y avait un délire de grandeur, qui est dans le manuel, dans la liste des critères de l'épisode maniaque, sur la même ligne que l'irritabilité, et les deux choses fonctionnaient en même temps et par le même moteur. Un homme violent humilie pour garder l'autre personne petite et à portée de main. Un homme en manie humilie parce que l'autre personne gêne sa mission de sauver la patrie, et il le dit, par écrit, avec l'heure. La seconde chose est ce qu'il y a dans cette archive, et la différence n'est pas une nuance : c'est la différence entre une méthode et un symptôme. Elle ne pouvait pas le savoir. Elle a demandé quelle cause, ce qui était exactement la question à poser, et il n'y avait personne autour pour lui répondre que ça s'appelait de la grandiosité et que ça se soigne. Et il vaut mieux dire ce qu'on pouvait faire cette nuit-là, parce que ce n'était pas grand-chose : dans ce pays, faire entrer quelqu'un dans un service contre sa volonté demande un juge, ou un médecin qui certifie une urgence, et un homme qui délire la nuit par écrit depuis un téléphone n'est pas une urgence qu'un médecin puisse certifier. Sa question était le plafond de ce qu'on pouvait faire depuis un écran. Et ça

n'a pas été une nuit. Quelques jours plus tôt je lui avais écrit que des trillions de gens mourraient à l'heure des bons. Quelques jours après, qu'il fallait que je devienne riche pour gouverner ce pays. Et trois semaines avant la psychose, que j'étais le Messie.

La psychose est arrivée quand l'été se terminait, et ça a été la deuxième urgence. Psychose toxique sur un tableau affectif, ça s'appelle, quand la substance allume ce que la maladie avait déjà préparé : des hallucinations visuelles, et un homme qui cette fois a demandé lui-même qu'on l'emmène à l'hôpital. On m'a donné un antipsychotique et on m'a renvoyé chez moi. Et voilà la donnée que personne n'a jamais mise sur la table et que Marta a vue de ses propres yeux : le mois suivant, avec l'antipsychotique dedans, les nuits blanches se sont arrêtées d'un coup et l'homme qu'elle avait connu dans les neuf meilleurs mois est revenu. Du jour au lendemain. Voilà ce qu'a fait un cachet. Et je l'ai arrêté au bout d'un mois. Sans que personne me l'enlève et sans que personne me le tienne, parce que de ces deux urgences je suis sorti les deux fois pareil : sans diagnostique, sans suivi et sans une seule personne pour m'expliquer ce qui venait de se passer. Un système qui relâche un homme des urgences avec des symptômes psychotiques et une ordonnance, et qui va se coucher tranquille. Dans toute l'archive de ces quatre ans et demi, dans plus de cent mille messages d'elle et de moi, le mot bipolaire n'apparaît pas une seule fois. Le mot maladie, elle ne l'a jamais écrit. Et psychiatre, elle l'a écrit une seule fois, et pas pour m'envoyer chez l'un d'eux. Personne n'a dit le mot. Ni elle, ni moi, ni le médecin qui m'a donné l'antipsychotique, ni celui qui m'a vu l'arrêter, qui n'existait pas.

Et maintenant la question qu'elle a dû se poser mille fois et à laquelle j'ai mis des années à pouvoir répondre : comment était-il possible que je ne m'en rende pas compte. Ça a un nom et ça a des chiffres. Ça s'appelle l'anosognosie, et ce n'est pas nier : c'est ne pas pouvoir voir. Une étude qui a mesuré la conscience de la maladie dans chaque phase a trouvé que le déni au moins modéré de ce qui se passe apparaît chez environ quatre-vingt-cinq pour cent des patients en manie pure ; chez cinquante-neuf pour cent dans les épisodes mixtes ; chez trente-six dans la dépression ; et chez vingt-deux en euthymie, quand on va bien. Et la nuance est celle qui décide de tout. Ce qu'on ne reconnaît pas, ce n'est pas d'avoir le trouble : ça, on l'admet sans problème à froid, avec le compte rendu sous les yeux. Ce qu'on ne reconnaît pas, c'est que ce qu'on est en train de faire à l'instant même, c'est le trouble. Un diabétique en hypoglycémie sent le tremblement parce que sa maladie ne lui éteint pas l'appareil avec lequel il s'évalue.

La manie, elle, l'éteint. C'est la seule maladie qui attaque précisément l'organe qui devrait s'en rendre compte. C'est pour ça que je disais à Marta que j'allais parfaitement bien pendant que la maison me tombait dessus, et c'est pour ça que je ne lui mentais pas en le disant. Et c'est pour ça que j'ai arrêté l'antipsychotique au bout d'un mois : parce qu'avec l'antipsychotique dedans j'allais bien, et quand on va bien ce qu'on voit c'est qu'il ne sert à rien, sans remarquer le détail qu'on va bien précisément parce qu'on le prend. Je l'ai déjà dit du lithium et je le dis ici de ce cachet-là, qui a été le premier. Et la conscience de celui qui regarde de l'extérieur s'éteint aussi quand personne ne lui a donné le nom : Marta ne niait pas une maladie ; elle répondait à un homme. La phrase de ce midi-là, tu n'es pas malade, restait la bonne pour ce qu'elle voyait. Ce qui manquait, c'était la maladie en dessous.

Il y avait autre chose en dessous, et il faut la dire parce qu'elle explique pourquoi cet automne-là je ne suis pas allé au dispensaire une seule fois. Pour moi une hospitalisation n'était pas un lit et un cachet. C'était mon père. C'était un gamin voyant son père dans une cage, et un homme de vingt ans lisant un rapport avec deux mots latins. Quand, des années plus tard, une psychiatre m'a dit que j'avais la même chose que lui, et que le médicament était le même que celui avec lequel il s'était tué, ce que j'ai ressenti, ce n'était pas le soulagement d'avoir un nom : c'était qu'on était en train de me remettre l'héritage. Et les héritages comme ça, on ne les signe pas tant qu'on n'y est pas obligé. À trente ans personne ne m'y obligeait. Alors l'anosognosie faisait sa part, la peur faisait la sienne, et à elles deux elles ont laissé la boîte dans un tiroir.

Il y a un détail de ces années-là qui me fait rire et frissonner à parts égales, et qui résume ce que c'est que d'arriver à trente-trois ans sans que personne t'ait expliqué ce que tu portes dedans. J'avais une phrase fétiche. Je la sortais à n'importe quelle fin de repas, sur le mode rigolard, et il y avait toujours quelqu'un pour rire : que la façon la moins chère de se défoncer, c'était de ne pas dormir. Que si tu n'avais pas un euro, tu sautais la nuit et tu verrais bien. Le pire, c'est que je ne mentais pas. Le manque de sommeil me défonçait. Avec deux nuits blanches d'affilée j'étais euphorique, rapide, spirituel, imparable, avec le monde qui tournait à mon régime, et je racontais ça comme on raconte un truc de grand-mère pour économiser. Ce que j'étais en train de décrire, c'était un prodrome maniaque. Avec sa précision clinique et son mécanisme dedans, parce que le sommeil est, je l'ai déjà dit, le déclencheur le mieux documenté de cette maladie et un des premiers signes qu'elle arrive. Autrement dit, j'avais lo-

calisé mon propre signal d'alerte, je l'avais si bien localisé que j'en avais fait une blague, et je la répétais à voix haute devant des médecins, des compagnes et des amis. Personne n'a compris. Moi non plus. L'information ne manquait pas : elle sortait de ma bouche, et personne, pas même Dieu, ne l'a ramassée.

L'histoire du médecin, ce midi d'été, était la seule chose pratique qui soit apparue en deux jours entiers de messages, et aujourd'hui, dix ans plus tard, ça reste la bonne réponse. Chez le médecin, on m'a emmené deux ans et demi plus tard. Dans une ambulance. Et elle n'était plus là.

Chapitre 21 • Le trouble

L'année de mes trente-trois ans, je l'ai passée entière en manie. C'est le mot qui a manqué à cette année-là pendant qu'elle se déroulait et dans toutes les versions qui en ont circulé depuis, y compris la mienne. Le nom a mis plus d'un an à arriver ; la nuit où tout a commencé, c'était dans un studio du vieux quartier, sur un canapé-lit gigantesque qui occupait la moitié du salon, avec une tasse à la main.

J'avais emménagé là seul, depuis chez ma mère, après cet été. Je traînais une dépression sourde de celles qui n'ont pas de nom et donc pas de remède, écrasé par un travail d'informaticien que je détestais, et je passais mes après-midis enfoncé dans ce canapé sans savoir contre quoi me battre. Et c'est là que Raquel a refait surface, et avec elle les substances sont revenues dans ma vie. Je me suis remis à consommer, et la première chose que je me suis mise, c'est un opiacé. Et dans mon cerveau ç'a été une résurrection : la dépression s'est évaporée d'un coup, les couleurs sont revenues, la musique me résonnait de nouveau dans la tête. Aujourd'hui je sais ce que c'était : un changement d'humeur induit par une substance dans un cerveau déjà malade, et avec les opiacés ce qu'ils donnent en haut, ils le facturent à la descente. On a repris notre histoire et on a ouvert une spirale de sexe et de substances, week-end après week-end. Ce Noël-là je ne l'ai même pas passé avec ma famille : j'ai inventé que j'étais malade, et j'étais dans le studio, défoncé, à recevoir des gens qui n'auraient pas dû franchir cette porte. Et le réveillon du Nouvel An, je l'ai passé avec Marta, tous les deux seuls, à dîner sur ce canapé-lit ; ç'a été magnifique et ç'a été bizarre, et elle l'a senti sans pouvoir y mettre un nom, parce que je trinquais avec elle à minuit avec un secret de la taille d'un appartement. C'est le dernier réveillon qu'on a passé ensemble.

Les fêtes passées, au travail, on m'a fait passer du support au commercial : plus d'heures, plus de pression et beaucoup moins de cadre, exactement ce qui ne convient pas à un bipolaire qui entre en manie. Et à la fin de ce mois-là j'ai quitté Marta. Avec Raquel je ne l'ai jamais trompée : je l'ai quittée. Je ne sup-

portais pas la contradiction de les aimer toutes les deux, je ne voulais pas lui mentir encore une fois et, surtout, je ne voulais pas l'entraîner dans les drogues. Elle m'a écrit ces jours-là qu'elle avait saboté notre histoire, qu'elle ne m'avait pas écouté, et elle m'a demandé pardon pour sa froideur. Elle. Et en riant, que je n'aille pas nous démolir, moi et notre cœur, en ne dormant pas.

Les semaines suivantes, ç'a été un homme qui menait deux conversations incompatibles en même temps. Un matin Marta m'écrivait qu'elle était allée aux urgences pour de l'anxiété, que tout ça lui faisait beaucoup de mal et qu'elle comprenait que moi non. Et cette même nuit Raquel m'écrivait de tout autre chose. Un après-midi de ce mois-là je l'ai mis par écrit : une proposition avec les trois personnes dedans, et avec la seule ligne de ce jour-là qui les respectait toutes les deux, que ce serait quand elle voudrait et quand l'autre voudrait. Raquel a répondu quatre minutes plus tard que depuis qu'il le lui avait dit elle fantasmaît sur nous deux ensemble. Autrement dit, il le lui avait dit avant. Le désir était celui des trois, c'est vrai. Mais celui qui en a fait un plan, celui qui a dit quand et comment, c'était moi.

Et il y a une nuit de cet hiver-là qui explique les trois années suivantes. Je n'avais presque pas dormi depuis le vendredi, Raquel n'était pas là, et passé minuit je lui ai écrit une vingtaine de messages d'affilée. Que je l'aimais totalement mais pas exclusivement. Que je n'allais plus l'abandonner. Et que je regrettais énormément de l'avoir laissée partir pour une gamine qui ne pouvait pas me comprendre et à qui j'avais menti parce que je ne pouvais pas lui avouer comment j'étais sans craindre d'être jugé. La gamine, c'était Marta. Elle avait trente ans et on était ensemble depuis quatre. Le lendemain matin Raquel m'a posé la seule question qu'il y avait à poser : si tout ça faisait partie d'un délire et pas d'une réalité. Et moi, ce même matin, j'ai écrit que ça faisait cinq jours que je ne fermais presque pas l'œil et j'en ai tiré tout seul la conclusion : que je supposais que moi aussi j'étais en train de délirer. Onze mois avant la première hospitalisation, un homme reconnaissant par écrit qu'il délirait, et personne autour avec la carte où cette phrase est une alarme.

Et tant qu'on y est, la carte. La manie, ce n'est pas être content ni avoir beaucoup d'énergie : c'est un épisode, avec au moins une semaine d'humeur envolée ou irritable, et par-dessus ça le manuel pose sept pièces, dont il en faut trois pour que le tableau ait un nom. Je les dis en clair et avec cette année-là en exemple. L'estime de soi gonflée : le manifeste de cette nuit-là, un homme convaincu que son amour était une forme supérieure d'aimer. Dormir moins et ne

pas en manquer : cinq jours. Parler sans arrêt : vingt messages d'affilée à une heure où les gens dorment. La pensée à toute vitesse, les idées qui sautent sans pont. Se laisser distraire par n'importe quoi. L'augmentation de l'activité dirigée vers un but : un plan à trois rédigé en détail en milieu d'après-midi. Et la septième, celle qui vaut pour toutes : l'engagement excessif dans des activités agréables à haut risque, et le manuel écrit, littéralement, achats effrénés, indiscretions sexuelles et investissements absurdes. C'est la seule des sept qui rapporte à ceux qui sont autour : une insulte se voit, un délire se voit, et une tournée payée ressemble à de la générosité.

À la fin de l'hiver Marta est revenue. Pendant la rupture elle avait rencontré un couple, et elle m'a écrit qu'elle se sentait libre comme le vent ; et moi, quand je l'ai su, j'ai pensé que tant qu'à se droguer avec d'autres, mieux valait qu'elle le fasse avec moi. Marta et Raquel, contre tout pronostic et contre tout manuel, se sont entendues : Raquel m'a écrit qu'elle était en train de tomber amoureuse d'elle, qu'elle avait plus parlé avec Marta en une semaine qu'avec moi en un mois. Et c'est comme ça qu'a commencé le trouble. Marta, je l'aimais avec la part de moi qui cherchait de la stabilité ; Raquel, avec la part qui reconnaissait l'abîme chez l'autre. Et au centre moi, le cerveau en manie, convaincu d'avoir trouvé l'invention du siècle. Personne n'a posé la seule question qu'il y avait à poser : et quand l'orage arrivera, qui reste.

Et maintenant la partie qui met de l'ordre dans cette année-là et que je n'avais jamais écrite. Je n'ai pas monté ça seulement pour le sexe. Ça faisait deux ans que j'écrivais à Marta qu'elle était l'amour de ma vie et à Raquel que je mourais pour elle, sur le même téléphone et parfois à la même heure, sans dire à aucune la vérité complète sur l'autre. Que j'aie couché avec des gens a une explication clinique. Ça, non : c'était de la lâcheté, alors et aujourd'hui. Alors j'ai monté le trouble pour arrêter de mentir. Si toutes les deux se connaissaient et que tout était sur la table, je cessais d'être celui qui trompe l'une avec l'autre pour devenir quelqu'un qui aime deux personnes et qui le dit. Dans ma tête de l'époque c'était une réparation morale. Et ça n'a pas marché, évidemment, parce qu'un homme en manie ne répare rien : il amplifie. Ce que j'ai monté pour arrêter de mentir a laissé les trois plus mal qu'avant, et Marta, qui était celle qui avait le moins demandé, payant la facture la plus élevée.

Il y a un jour du retour qui est la seule preuve de ce qu'il y avait dessous. Marta et moi on avait une habitude depuis des années : on se regardait dans les yeux et on se disait le prénom. Moi je disais Marta, je la regardais et je

l'embrassais. Elle disait Marcos, elle me regardait et elle m'embrassait. Ce jour-là on l'a fait pendant des heures, sous ecstasy. Mais ce qui se disait était la même chose qu'on se disait à jeun. Et voici ce que je sais sonner comme une excuse de toxicomane et que je maintiens quand même : l'amour qu'on ressent défoncé est aussi de l'amour. Aux gens ça passe avec la défonce. À moi ça n'est jamais passé. Je ne dis pas que c'était bien. Je dis que ce n'était pas faux.

De là jusqu'à l'automne on a appuyé sur l'accélérateur et on a fait sauter toutes les limites de la raison et de la biologie, dans cet ordre. Le studio est devenu une grotte sans horloges ni miroirs. Moi je me mettais de tout, et je le dis de moi, qui est la seule personne dont je puisse le dire : métamphétamine, kétamine, méphédron, GHB, MDMA, poppers, viagra ; j'en suis arrivé à m'appliquer les substances directement sur les muqueuses pour que le coup soit immédiat. Des orgies qui duraient des jours. Des pratiques qui montaient jusqu'à des limites anatomiques dangereuses, avec le corps débranché de la douleur par l'anesthésie chimique. Et le corps sur lequel s'exerçait presque tout ça, c'était le mien : j'étais le receveur et celui qui consommait le plus, de très loin, et le lundi, huit heures de professionnel fonctionnel sur un corps démolé. Et tout ça, c'est moi qui l'ai payé. Avec le salaire d'abord, avec les cartes ensuite, avec des crédits que je demandais sur internet à quatre heures du matin. Marta a mis ce que je l'ai laissée mettre, c'est-à-dire peu parce que je ne la laissais pas, et sa part du loyer elle l'a toujours payée. Dans ces milieux-là tout le monde consommait, une chose ou une autre ; le seul qu'on ait jugé pour ça, c'est moi. Le gros, c'est moi qui l'ai mis, parce que j'étais le seul avec une fiche de paie et parce que j'avais dans la tête que bien aimer, c'était donner. Il m'en est resté une dette que j'ai mis quatre ans à rembourser, mois après mois et avec des heures supplémentaires.

Ça s'est cassé au printemps, à cause d'une petite méfiance qui en cachait une vraie. Un soupçon idiot a surgi, de ceux qui se règlent en parlant dix minutes, et ça ne s'est pas réglé : on l'a collé sur le dos de Raquel, qui était la seule à avoir une vie en dehors du triangle, et ce qui s'est déclenché, c'est une peur qui venait de bien avant. Elle l'a pris comme on prend une accusation qui vous fait l'effet d'une balle, et elle a répondu le lendemain matin tout aussi mal. Voilà l'étincelle. Et dessous il y avait depuis des mois la vraie chose : l'argent, l'absence (je lui ai dit que j'étais en colère parce qu'elle n'était pas là, et elle me l'a renvoyé aussitôt : que moi non plus je n'avais pas été là), et une phrase d'elle de la dernière nuit : qu'elle savait que je mentais, et que c'était ça qui la faisait

chier, que je ne sois pas loyal. Encore les mensonges. Et Marta a écrit le lendemain ce qui résume tout : qu'on avait échoué parce que ça nous dépassait, et pas seulement elle. Cette même semaine elle a rendu les clés de son appartement et elle est venue vivre au studio, en m'écrivant qu'elle supposait que ça m'était égal. C'est là qu'a commencé l'été.

Et de l'été, ce qu'il a été, dit sans filtre, parce que si je le laisse dehors ce livre devient la version qui m'arrange. Pendant trois mois je n'ai pas eu de rapports normaux avec Marta. Pas un coït, pas une fois. Et pas parce qu'il n'y avait pas de sexe : parce que je m'en suis tenu à une seule chose, toujours la même et toujours avec des drogues devant, qu'elle me donnait seule, avec sa main et avec son bras à l'intérieur de moi, pendant des heures, sans que je la touche, elle. Et en plus j'étais exigeant : je demandais, je corrigeais, je la pressais. Dans le même lit et à la même heure, l'autre chose : des heures au milieu de la nuit, drogué, devant un écran, à côté de la femme que j'ai le plus désirée de ma vie pendant qu'elle essayait de dormir à un empan de moi. Et un après-midi de cette fin d'été, chez nous, pendant qu'elle travaillait, j'ai couché avec un prostitué. Elle m'a demandé deux fois si j'étais allé me soulager et je lui ai menti deux fois. Ça porte le nom d'hypersexualité, qui est déjà expliquée, et ça ajoute ici ce qu'aucun de nous deux n'a vu alors : l'escalade. Ce cerveau-là se colle à un stimulus et lui donne tout, et il monte la dose parce que celle d'hier ne suffit plus. Et je ne lui ai jamais demandé si elle était bien. Je le mets parce que c'est arrivé.

Le jour où elle n'a plus pu, elle n'a fait aucune scène. Elle me l'a écrit un vendredi après-midi, pendant qu'on parlait d'autre chose. Qu'elle était rongée d'angoisse et qu'elle avait décidé de laisser tomber la came. Que tout ça lui donnait l'impression d'être un godemiché, avec un rire derrière pour que ça ne me fasse pas mal. Qu'elle ne s'était sentie ni écoutée ni ressentie. Et dix minutes plus tard, au cas où, qu'elle ne mettait pas la pression et qu'elle n'était pas fâchée, mais qu'elle aussi avait besoin de câlins. Elle a arrêté avec une phrase. Moi je n'ai pas arrêté, même avec une ambulance. Sa consommation à elle répondait à sa fatigue, et elle s'est éteinte quand elle a été fatiguée ; la mienne répondait à un épisode, et elle ne pouvait pas s'éteindre de l'intérieur, parce qu'elle était nourrie par la même chose qui me tenait éveillé.

Chapitre 22 • La chaîne

Cet automne-là on a tout perdu dans l'ordre, et l'ordre a son importance. D'abord le travail : on m'a licencié sur-le-champ, parce que la consommation se voyait et à cause des absences répétées et mal justifiées. Ensuite le studio. Et sans salaire et sans logement, au lieu de nous rendre, on a monté une maison entière. Ça, je le raconte lentement parce que de tout cet automne c'est la seule chose qui n'a pas été une catastrophe : une maison vide dont on a fait les raccordements d'électricité et d'eau, qu'on a meublée et qu'on a laissée en état de marche. Les meubles, c'est moi qui les ai achetés, et on les a montés à deux ; elle en a monté autant que moi ou plus, et elle était meilleure que moi. Moi j'ai monté les lampes et le lit ; elle a peint les tables de nuit et elles étaient magnifiques. Il y a un matin qui vaut pour tout ce mois-là : moi en train de faire passer les tuyaux avec la perceuse cassée, à la pointerolle et au marteau, avec un doigt qui saignait, et en milieu d'après-midi en train de lui écrire en majuscules que tout fonctionnait. Elle a répondu : mon dieu, alléluia. Ça a été notre dernier moment euphorique. Parce que cette maison, on la squattait, et on s'est fait prendre, et au lieu de nous prévaloir de ce que la loi nous permettait on a été honnêtes et on est partis. C'est elle qui a fait face. Seule, pour nous deux. Moi je me suis dégonflé et je l'ai laissée faire, et je le note ici parce que c'est bien pour ça que j'écris. Et dans cette maison, sur un matelas posé par terre à titre provisoire, on a fait l'amour. Normalement, avec son plaisir à elle avant le mien, sans substances et sans personne d'autre. Après trois mois, ça. Ça a été la dernière fois, et aujourd'hui je sais que c'était un adieu, fait sans qu'aucun de nous deux le sache.

De là, chez ma mère, dans le village, là-haut dans le Vallès. Une chambre de douze mètres carrés, nous deux et le chien. Et ici il vaut mieux parler des substances, parce que je croyais avoir arrêté et que ce que j'ai fait, c'est changer de substance. Les drogues dures se sont terminées à la fin de l'été, pour de vrai, et j'ai eu l'impression que c'était arrêter. Ce que j'ai fait, c'est rester avec la marijuana, que j'achetais là où on l'achète dans tous les villages, et avec la bière, qui ces mois-là ne manquait plus jamais. Et pour mon anniversaire, un épisode sous

psilocybine dont il ne reste pas grand-chose, sauf une chose : dans cette vision j'ai vu en entier l'addiction à la pornographie, ce qu'elle était et ce qu'elle lui avait fait, et je l'ai arrêtée. Pour toujours et sans rechute. À l'époque je croyais que les joints, c'était le mou. Aujourd'hui je sais ce que le cannabis fait à un cerveau comme le mien, et dans cette chambre il entraît chaque soir, et ce cerveau était en chemin vers l'ambulance.

Elle le voyait, et elle l'écrivait, et il faut le mettre parce qu'on raconte depuis des années qu'elle ne voyait rien. Un après-midi d'automne, en milieu d'après-midi, elle m'a demandé de ne pas aller en chercher, qu'on fasse ça tranquillement parce qu'on le méritait ; que ça la terrifiait que j'aille en chercher et que je me mette dans l'état où je me mettais. Vingt minutes plus tard, ce que c'était que de vivre avec moi cet automne-là : qu'elle aimerait sortir et rentrer de chez nous sans sentir qu'en revenant elle allait me retrouver comme les dernières fois. Et deux minutes après, qu'elle commençait à avoir besoin d'un peu de connexion avec moi. Et ce même après-midi, deux heures plus tard, elle m'a envoyé la liste des courses qu'elle venait de faire : du café pour tout le monde, des yaourts, des pommes, des biscuits pour le petit-déjeuner et les teintures de ma mère. Et qu'elle avait payé, et que ça l'embêtait de le dire. C'est ça qu'il y avait : une femme terrorisée qui faisait les courses de la maison, qui s'excusait de le dire et qui me demandait s'il te plaît de ne pas aller en chercher. Des semaines plus tard, une seule ligne d'elle qui est un diagnostic entier : est-ce que je n'aurais pas acheté plutôt de la bière. Et pour mon anniversaire on est partis deux jours dans une autre ville. C'a été notre dernier voyage, un mois tout juste avant la valise, et on a été bien, sans disputes et sans personne d'autre dans la conversation, ce qui ces mois-là était déjà une rareté. Si quelqu'un nous avait vus dans la rue, il aurait vu un couple normal.

Et puis il y avait la chaîne. J'avais ouvert une chaîne vidéo sur internet, et cet automne-là elle a tout dévoré. Je passais mes nuits devant l'ordinateur, dans cette chambre de douze mètres carrés, avec elle qui dormait ou qui essayait à un mètre, à monter des vidéos jusqu'à six heures du matin : un bulletin météo, des courts-métrages, une bande-annonce, des expériences avec les outils de montage, des heures et des heures. Et toutes, toutes celles que j'ai faites ces jours-là et que je garde, portaient sur nos chansons. Je les lui montrais et elle me répondait qu'elles étaient chouettes, qu'elles étaient drôles, qu'on les comprenait. Un midi, après avoir ri avec le bulletin météo, elle m'a écrit : prépare un truc et on le filme tout à l'heure. Un autre jour, qu'elle était en train de revoir toutes les vidéos.

Un autre, qu'elle attendait toujours que je m'asseye avec elle pour lui expliquer certaines choses dedans. Et un soir, sans dramatiser, ce qui était en train de se passer : que ça faisait des semaines que je laissais tomber tout le monde pour être sur les vidéos, et que je ne pouvais pas prétendre maintenant que tout le monde réponde. Des semaines, au pluriel. Elle a vu un homme qui se fourrait dans l'ordinateur jusqu'à six heures du matin et qui ne la regardait pas. C'est ça qu'il y avait.

Et un soir d'automne bien avancé, la seule chose que j'aie faite hors de la maison de tout cet automne. Cet été-là, elle en visite pendant une pause au travail, on était tombés sur un cours de philosophie pour adultes, de ceux d'après-dîner avec un verre, et elle m'avait montré l'affiche du doigt. J'ai écrit une lettre pour qu'on m'y admette, et cette lettre je la garde entière : elle sautait de la canicule à Gramsci, de Gramsci à un scorpion sur une affiche lu comme un signe, du scorpion à l'astrologie et de là à la maladie d'un acteur, sans un seul pont logique et avec une assurance absolue dans toutes les transitions, et la deuxième bière en milieu de journée écrite par moi-même sans y attacher d'importance. Fuite des idées, grandiosité, pensée magique, irritabilité déguisée en littérature. On m'a admis avec cette lettre. Et dans ce texte où je ne laissais personne debout, la seule personne qui sortait intacte et aimée du début à la fin, c'était elle : ma Marta bien-aimée, celle qui supportait la chaleur avec plus de dignité que moi, celle qui montrait la porte du doigt. Ça, c'est moi qui l'ai écrit, dans mon pire été, quatre mois avant que tout se termine. Eh bien je me suis présenté au cours et j'ai fait le numéro. On disserte avec du vin, et j'ai bu tout le vin qu'ils avaient. Tout. Et j'ai continué sur ma lancée. Je ne vais pas reconstituer ce que j'ai dit, parce que je ne m'en souviens pas bien : avec le fait de savoir que je me suis présenté à un cours de philosophie, que j'ai bu tout le stock et que j'ai fait mon cirque, on a déjà dit où j'en étais. Je n'y suis pas retourné. Et de ce cirque, des semaines plus tard, quelqu'un qui n'était pas là et à qui on l'a raconté a demandé mon numéro. Ça va à sa place.

Maintenant il faut parler du sommeil, parce que c'est ce qu'il y avait sous tout ça et ce qu'elle a nommé avant tout le monde. Presque un an plus tôt, en plein hiver, elle m'avait écrit en riant que je n'aille pas nous démolir, moi et notre cœur, en ne dormant pas. Elle a ri parce que personne ne lui avait donné la carte où cette phrase est une alarme. Une revue d'il y a vingt ans, qui a rassemblé dix-sept études sur la façon dont commence une manie, a dit deux choses qui décrivent cet automne-là avec une justesse qui fait peur : que le prodrome,

l'antichambre de l'épisode, dure plus de vingt jours ; et que le symptôme le plus fréquent et de loin, chez trois patients sur quatre, c'est le sommeil cassé. Et voilà ce qui m'a coûté des années : dans cette maladie le sommeil n'est pas seulement le premier symptôme. C'est aussi la détente. Le cerveau bipolaire a l'horloge interne fragile, et une seule nuit sans dormir peut allumer une manie comme une allumette allume un champ sec ; et la manie, à son tour, enlève le sommeil, et voilà bouclé un circuit qui se nourrit tout seul. Un écran à six heures du matin avec les idées à toute vitesse, ce n'est pas un homme qui veille : c'est la maladie qui se remonte. Par-dessus ça il y a la pièce du manuel qui est déjà sortie, l'activité dirigée vers un but : le cerveau se colle à une seule chose et lui donne toutes les heures du jour et de la nuit. Mon but à moi, c'était la chaîne. Et l'envers, sur la même liste, c'est le retrait : on s'enferme avec son but et on laisse dehors la personne qui est à côté, pas parce qu'elle est de trop, mais parce que le système qui décide de ce à quoi on prête attention est malade. Et en dessous de ça avait déjà commencé l'autre chose, l'antichambre de la psychose, qui se raconte à sa place : la sensation que quelque chose d'énorme se passe autour et que tout, une vidéo, une actualité, un chiffre, est mis là pour toi. J'entends depuis lors que c'était du désintérêt. Ce n'était pas du désintérêt. C'était un cerveau qui entrait en psychose avec un haut-parleur devant.

Et voici ce qui se lit le plus mal de cet automne-là, parce que les deux choses ont eu lieu en même temps et que les deux étaient la même manie. Ces jours-là je voulais épouser Marta. Je regardais des bagues sur internet. On avait visité une maison à louer plus haut, déjà dans le Montseny, celle que je n'ai pas signée et qui est déjà racontée, et je voulais tout laisser tomber avec elle là-haut. De ces jours-là il reste une photo : nous deux assis dans un champ avec Toby entre nous, elle qui le caresse et moi la main sur son dos. C'est la dernière qu'on ait faite ensemble. Là on avait l'air d'un couple normal, et on l'était, et je regardais des bagues. Et ces mêmes semaines, sur le même ordinateur, la même manie me faisait parler de sexe par écrit avec Nuria, une femme qui ne me plaisait pas et qui ne m'a jamais plu, avec qui je n'ai jamais voulu être. Marta l'a vu sur l'ordinateur, et elle l'a su. Ça n'a pas été une décision : ça a été un épisode psychotique avec le cortex préfrontal hors service, qui me ramenait aux rencontres des autres années dans le dos de mes compagnes. Je n'ai jamais eu l'intention de matérialiser ça. Je ne pouvais même pas sortir de chez moi. Regarder des bagues et parler de sexe avec une femme qui ne me plaisait pas, c'était la même manie, et aucune des deux n'était une décision. Elle a emporté la seconde. Elle

est partie en croyant que l'homme de la chambre était un menteur, et l'homme de la chambre était un malade, avec l'une des maladies les plus graves de la psychiatrie et sans diagnostic, en train de regarder des bagues.

Et la chaîne a fini là où finissent ces choses-là : dans une déclaration de guerre. Un dimanche après-midi j'ai écrit à Marta qu'elle devait m'aider à rendre la chaîne entière virale, parce que le lendemain on votait je ne sais quoi à Bruxelles et que le monde allait finir. Et seize minutes plus tard j'ai envoyé à Raquel le même lien avec quatre mots qui disent tout : diffusion maximale, la vérité doit être entendue, tout de suite, demain c'est trop tard. Un homme dans une chambre de douze mètres carrés, dans le village de sa mère, sans travail, sans logement et sans dormir, déclarant la guerre au monde entier avec des vidéos sur les chansons de sa copine. Elle était à l'arrêt de bus, avec le chien, à attendre que je descende.

Chapitre 23 • L'endroit du père

C'est Sonia qui m'a emmené à l'endroit où mon père a été retrouvé, et elle m'y a emmené l'année même où il a été retrouvé. C'est en haut, dans la montagne au-dessus du village, avec tout le Vallès ouvert en dessous et, si le jour est clair, Barcelona au fond. Par là j'étais passé en courant des centaines de fois quand je m'entraînais, dans les bonnes années, et je ne m'étais jamais arrêté.

Ce dimanche-là elle était descendue à l'arrêt de bus avec le chien et elle m'a écrit de monter : que ce que j'étais en train de faire pouvait attendre, putain, que je sorte prendre l'air avec eux, qu'il faisait bon cet après-midi. Je lui ai répondu que j'étais occupé. J'étais occupé avec la chaîne, avec la loi qu'on votait le lendemain et la fin du monde, ce qui est déjà raconté. Quelques minutes plus tard, qu'elle arrivait et qu'ils m'attendaient là. Ensuite, est-ce que je descendais. Et déjà l'après-midi, en deux messages, mon prénom avec un s'il te plaît derrière et un rentre à la maison. Marcos, s'il te plaît. Rentre à la maison. Ce sont ses deux dernières lignes en cinq jours, parce qu'après cette heure-là je disparaissais de tous les téléphones en même temps, ce qui est exactement ce qui reste d'une nuit qui finit comme celle-là a fini.

Quand je suis rentré on s'est enfermés dans la chambre et une de ces conversations absurdes, délirantes, qu'on ne pouvait plus avoir avec moi, a démarré. Aucune idée de ce dont elle parlait. Je sais comment elle s'est terminée : moi sortant par la porte en courant avec Toby. Je suis revenu chercher la voiture, je l'ai laissée seule là-dedans, j'ai fait monter le chien derrière et je suis parti droit dans la montagne. Au point exact où on avait retrouvé mon père. Si c'était pour promener le chien ou pour quoi, ça, je ne le sais plus. Ma sœur m'a téléphoné et elle a débarqué là de nuit, avec moi et le chien lâché entre les pierres, et là je lui ai sorti un film de première, complotiste de compétition : qu'il y avait une sorte de réalité parallèle sous celle-ci ; que papa avait été emporté par une force obscure et supérieure, une chose envahissante qui s'installait dans ton esprit ; et que la même chose était en train de m'arriver. Sonia m'a laissé parler. Ensuite on a dit de redescendre à la maison, et j'ai remis le chien dans la voiture et j'ai pris la

route dans l'autre sens. Je suis revenu bien plus tard. En arrivant j'avais les soignants qui m'attendaient devant la porte. Ils m'ont emmené à l'hôpital, et Marta est venue avec moi. Ce qui s'est passé dans cette consultation a son chapitre. Ici va l'autre chose : pourquoi j'y suis allé.

Parce que ça fait des années que je me pose cette question et que jusqu'à récemment je ne savais pas y répondre. Pourquoi, en plein délire, j'ai pris la voiture et j'ai emmené mon chien exactement à l'endroit où on a retrouvé mon père. Et ce n'a pas été une fois isolée, ce qui en fait une donnée et pas une anecdote : je l'ai fait trois fois et de trois façons différentes, et les deux autres viennent plus loin dans ce livre, l'une en tambourinant sur les volets de ma mère et l'autre dans un cimetière. Ce cimetière est à lui aussi, parce que la tombe de la famille est là-bas, et sur la tombe il y a un livre de marbre avec des vers gravés en italien : les paroles de la chanson qu'il adorait, celle de cette île qui n'existe pas et qu'on passe sa vie à chercher. C'est ma mère qui les a choisis, et c'est de là que vient la langue. Et ce livre de marbre, je l'ai emporté chez moi lors d'une décompensation et je l'ai gardé des années sur mon étagère, et je ne l'ai remis à sa place qu'après la première hospitalisation, ce qui est la donnée qui résume le mieux ce que je faisais alors de mes morts. Trois fois le cerveau cassé, et les trois fois à courir vers le même homme.

Et ça a une explication, et elle est écrite depuis un demi-siècle. Les deux psychiatres qui ont décrit les phases du deuil ont appelé la deuxième, littéralement, le désir et la recherche. Le système d'attachement, quand il perd la personne à laquelle il était accroché, ne s'éteint pas : il se met à la chercher. Et il cherche là où il est logique de chercher, c'est-à-dire dans les lieux qui lui sont associés. Dans une tête saine, ça donne l'envie de retourner quelque part et une boule dans la gorge. Dans une tête en psychose, cette même recherche sort sans frein et sans critique : tu prends la voiture et tu te plantes là où on l'a retrouvé, ou tu tambourines sur un volet en criant qu'il est vivant. Une revue récente sur les cas où ceux qui restent voient ou entendent celui qui est parti le dit presque avec ces mots : ils apparaissent dans la recherche désespérée qui suit la perte d'une figure d'attachement. Moi je n'avais pas fait le deuil de mon père. Je l'avais lu à voix haute à son enterrement avec le visage tenu, j'étais retourné au bureau le lendemain et je n'avais pas posé une seule question. Treize ans plus tard, avec le cerveau sans freins, le deuil est sorti par où il a pu : par la route qui monte à la montagne, avec un chien sur la banquette arrière.

Et par-dessus le deuil il y a l'autre chose, celle que j'ai déjà racontée avec Laura et que Marta a vue fonctionner pendant quatre ans sans qu'aucun de nous deux sache comment ça s'appelait : l'anxiété de séparation, celle qui a commencé à mes vingt ans avec la façon dont mon père est parti. Et cette pièce n'explique pas seulement l'histoire de l'endroit. Elle explique surtout ce que j'ai fait avec Marta les années suivantes, et que je n'avais jamais su nommer : revenir. Revenir encore et encore, descendre la chercher dans toutes les gares de la ville pendant des années, lui écrire après une année entière de blocage au cas où ça pourrait se rouvrir. Ce n'était ni de l'entêtement, ni un manque de dignité, ni du harcèlement : c'était un système d'attachement qui n'accepte pas la séparation et qui pousse à revenir au même endroit, exactement comme il me pousse à monter dans la montagne au-dessus du village pour parler à mon père. Quand quelqu'un que j'aime s'en va, ma tête ne devient pas triste : elle se met à chercher. Et elle cherche mal, et elle cherche en criant.

Maintenant ce que Marta a vu de cette nuit-là et qui a pu lui faire peur : l'état dans lequel je me suis mis. Parce que je me suis mis dans un état pareil, et il faut savoir d'où ça venait. Ce n'était pas de la rage contre elle. Ni contre personne dans cet hôpital. C'était de la panique. La panique d'une hospitalisation, qui dans ma tête n'était pas un lit et un cachet : c'était mon père. Une hospitalisation, pour moi, c'était la file, le contrôle, le parloir, la vitre sale et le téléphone, et de l'autre côté de la vitre un homme enfermé dans le module où on gardait ceux qui étaient comme lui, médiqué de force, avec ce regard de celui qui ne distingue plus de quel côté de la réalité il se trouve. Et c'était aussi le sel du tiroir, celui que ce même homme a avalé d'un coup quand j'avais vingt ans. Alors cette nuit-là, avec les soignants devant la porte de chez ma mère, dans cette voiture et dans cette salle d'attente, j'étais deux personnes à la fois : un gamin de seize ans voyant son père dans une cage, et un homme de trente-trois qui avait vu ce que le même sel avait fait au même homme. Aucune des deux ne voulait entrer dans un service. Aucune des deux ne pouvait demander la seule chose qui l'aurait sauvée. Et je le dis sans fioritures, parce que tout ce qui est venu après en dépend : j'étais en train de délirer, et j'ai fait quelque chose qui lui a fait très peur, et malgré tout je ne suis devenu agressif avec Marta à aucun moment de cette nuit-là. Ni de celle-là ni d'aucune autre. Je n'ai été un danger pour personne, et je ne l'ai pas été pour le chien non plus, qui est rentré à la maison entier et qui a dormi entre nous deux, comme toutes les nuits. Ce que j'avais cette nuit-là, c'était un délire, et un délire n'est pas une intention. Le mien parlait d'une

force obscure qui avait emporté mon père et qui me poursuivait. Dans aucune de ses versions il n'y avait un plan contre qui que ce soit. Vu de l'extérieur c'était un fou avec un chien. Vu de l'intérieur c'était un fils qui, sans le savoir, était allé au seul endroit de la région où il y avait encore quelqu'un de son sang à qui demander ce qui lui arrivait.

Cet endroit a été cette nuit-là le décor d'un délire, et aujourd'hui c'est tout autre chose : c'est un endroit où je vais en pèlerinage. J'y suis monté bien des fois, les nuits de doute, comme je monte à mon arbre de la montagne. Là-haut je suis resté de nuit à parler à la pleine lune comme si c'était mon père, à lui raconter ce que je fais de ma vie ; à l'arbre je parle avec Dieu et là-haut je parle avec lui, parce que je le sens présent et parce que pour moi un mort ne finit jamais tout à fait de mourir, et que l'athée de service dise ce qu'il voudra. Et à cent mètres de cet endroit il y en a un autre qui n'est qu'à Marta et à moi : des rochers d'où on voit la ville, où elle et moi avons fait l'amour une nuit d'un des bons étés. Cette nuit-là était magnifique. Il se trouve donc que je vais rendre des comptes à mon père à cent mètres de là où j'ai été heureux avec elle, et les deux choses cohabitent là-haut sans se gêner. J'ai donné à Marta quelques-unes des plus belles nuits qu'elle ait eues, et j'imagine qu'elle a voulu les oublier, parce que c'est ce qu'on fait quand la même personne t'a aussi donné le pire. Moi je ne les ai pas oubliées. Et je ne les garde ni avec haine ni, désormais, avec nostalgie : je m'en souviens avec l'amour qui leur revient, ce qui n'est pas la même chose. Aujourd'hui j'ai quelque chose de plus vrai, de moins impulsif et de beaucoup plus mûr, et c'est précisément pour ça que je peux écrire ça sans que la main me tremble. Je monte, je parle avec la lune, qui est la seule à répondre, et je redescends. Mon père est toujours là-haut. Marta, non.

Chapitre 24 • La consultation

Marta est entrée avec moi dans le cabinet de la psychiatre de garde. Ça, il faut le dire en premier, parce que c'est ce qui a rendu possible tout le reste : en vingt ans de maladie sans nom, ç'a été la seule fois où le système a ouvert la porte tout seul. Personne n'a eu à appeler personne. Un homme en plein délire avait disparu avec un chien et une voiture, les soignants étaient allés le chercher chez lui, ils l'avaient assis devant quelqu'un qui pouvait l'hospitaliser, et l'hospitalisation était sur la table. Moi je ne pouvais pas la demander, et pas par entêtement : à cause du manque de conscience de la maladie que j'explique depuis la première page et à cause de la panique héritée que je viens de raconter. Ma mère pouvait appeler, et elle appelait, et ça ne suffisait pas. Personne de l'extérieur ne fait entrer quiconque dans un service sans un médecin en face. Cette nuit-là il y en avait un. Et il y avait une seule autre personne dans cette pièce à qui la médecin allait poser la question, parce que c'était celle qui vivait avec lui. Et elle la lui a posée.

Et Marta a dit la phrase qui a changé le cours des choses : qu'elle s'occuperait de moi, qu'il n'était pas nécessaire de m'hospitaliser. Je ne sais pas si elle l'a dit parce qu'elle avait peur de moi, ce qui est possible, ou par peur d'une hospitalisation ; ce qui est sûr, c'est qu'elle ne savait pas ce que c'était. Et moi, à l'intérieur, je l'en ai remerciée comme on remercie quelqu'un de vous sortir de prison. Sans savoir qu'elle me sortait du seul endroit qui aurait pu me sauver. Et aucun de nous deux ne pouvait le savoir. Ce qui est resté écrit de cette nuit-là, je l'ai trouvé des années après, dans la liste des antécédents d'un autre compte rendu : une visite aux urgences pour trouble du comportement au domicile, sans conclusion diagnostique, et sortie sans diagnostic, sans traitement ni recommandation de suivi. Un homme en prodrome psychotique est entré dans un hôpital et en est sorti sans une seule ligne. Le système a fait sa part jusqu'à la porte de ce cabinet, et dans le cabinet c'est elle qui a parlé, avec la meilleure volonté du monde, et le système est allé se coucher tranquille.

Maintenant il faut raconter ce qu'est une hospitalisation, parce qu'elle a décidé cette nuit-là d'une chose qu'elle ne connaissait pas. D'une hospitalisation on sort plus doux que les fesses d'un bébé, c'est la vérité : on sort complètement médiqué et, normalement, en dépression post-psychotique ; on ne sort agressif avec personne. La première que j'ai eue, sept semaines après cette nuit-là, a été la douce : sans sangles, et malgré tout avec la porte qui se ferme de l'extérieur. Les autres n'ont pas été ça : l'isolement, les chambres fermées à clé et les sangles, que j'ai portées deux fois. Et maintenant il faut le joindre à l'autre chose, parce que les deux sont vraies en même temps. Une hospitalisation, c'est horrible. Et une hospitalisation, c'est ce qui m'a sauvé la vie cet hiver-là. L'horreur n'est pas un argument pour ne pas le faire : c'est la raison pour laquelle il faut le faire au plus tôt, tant que la petite suffit encore. Cette nuit-là il y en avait une petite sur la table. Et elle n'a pas été faite. Une revue d'il y a vingt ans, qui a rassemblé des milliers de patients au premier épisode, a mesuré ce que fait le temps dans ces affaires-là : plus une psychose met de temps à être traitée, plus les symptômes et le fonctionnement sont mauvais six mois et un an après, et moins la rémission est probable. Avec cette phrase-là, la psychose est sortie de l'hôpital et elle est retournée dans la chambre de douze mètres carrés, et elle y est restée sept semaines de plus, sans traitement.

Et je le répète ici parce que c'est là que c'est le plus nécessaire : je n'ai jamais été un danger ni pour elle ni pour le chien. Ni cette nuit-là ni aucune autre. En cinq hospitalisations je n'ai pas une seule conduite de dommage physique envers quiconque : ni envers elle, ni envers Toby, ni envers les policiers qui, des années plus tard, m'ont sorti attaché de deux maisons et d'un hôtel. Cette nuit-là, le seul qui était en danger, c'était moi.

Et maintenant, avec le diagnostic posé, avec cinq hospitalisations derrière moi et avec les papiers sous les yeux, je dois regarder sa décision en entier et à froid. Pas pour la lui facturer. Pour savoir ce que ç'a été, parce que ça fait des années que j'entends deux versions, la sienne et la mienne, et que les deux sont fausses : la sienne, qu'elle a tout tenté et qu'on ne pouvait rien faire ; la mienne, qu'elle m'a abandonné parce qu'on m'a rendu malade et voilà. On va regarder ça comme on regarde un dossier.

D'abord, ce qu'elle savait. Et là il n'y a pas de place pour la charité de dire qu'elle ne savait rien. Deux ans plus tôt elle m'avait écrit d'aller avec celle qui avait failli me faire enfermer chez les fous. Cette phrase, c'est elle qui l'a écrite. Ce même automne d'il y a deux ans, elle parlait avec moi du traitement qu'on

m'avait mis, parce que je sortais de deux urgences pour symptômes psychotiques et d'un antipsychotique que j'avais abandonné au bout d'un mois. Et quelques mois après cette consultation, en parlant de cet hiver-là, elle le dirait elle-même avec une précision que certains comptes rendus lui envieraient : je sais que tu n'étais pas là. Ce n'est pas la phrase d'une femme qui ne savait pas. C'est la phrase d'une femme qui le voyait et qui n'avait nulle part où le ranger. Elle travaillait à un poste tout en bas de l'échelle dans un hôpital, avec des horaires impossibles. Elle savait parfaitement ce qu'était une blouse.

Deuxièmement, ce qu'elle ne savait pas, avec la même exactitude. Elle n'avait pas le nom. Et elle ne l'avait pas parce que personne ne le lui a donné, et ce n'est pas une faute morale de sa part : c'est la faute d'un système entier qui relâche un homme des urgences sans diagnostic et sans suivi. J'ai déjà dit que dans plus de quatre ans de messages le mot bipolaire n'apparaît pas une seule fois. Dans ses messages de cet automne-là, depuis le déménagement au village jusqu'au jour de son départ, les mots médecin, hôpital, hospitalisation ou aide n'apparaissent pas une seule fois à mon sujet. Ce qu'il y a, c'est que je n'aille pas en chercher, est-ce que j'aurais plutôt acheté de la bière, que je rentre à la maison. La seule visite chez le médecin de ces trois mois qui figure dans la conversation, c'est la sienne, pour l'estomac. C'est ce que font deux personnes sans diagnostic avec un problème qu'elles ne savent pas nommer : elles l'administrent avec le calendrier. Et le calendrier ne guérit pas.

Troisièmement, ce qu'elle a fait avec ce qu'elle savait, qui est le sujet de tout ceci. Cinq jours après avoir dit à une médecin qu'elle s'occupait de moi, elle m'a écrit le soir qu'elle avait ses affaires prêtes, mais qu'elle ne pouvait pas partir comme ça, et qu'elle était désolée. J'ai répondu par un point d'interrogation. Elle, rien de plus. Ça, je ne m'en souviens pas. Ni de la phrase, ni du moment, ni de son visage : ma tête, en pleine bouffée, ne l'a pas fixé, et j'ai dû le reconstituer en lisant ses messages, des années plus tard. Ces jours-là mon frère Gabriel est venu me voir, et ça n'est dans aucune conversation, parce que ça s'est dit dans la cuisine. Ma sœur était venue me chercher à l'endroit où mon père est mort ; ma mère entraînait et sortait ; mon frère a débarqué là ensuite. Toute ma famille a vu ce qu'il y avait. Aucun d'entre eux ne pouvait signer une hospitalisation. La seule qui pouvait être dans ce cabinet y avait déjà été, et elle avait déjà dit non.

Et voici ce que je n'arrive pas à ranger depuis des années et que je range aujourd'hui. Pendant longtemps j'ai écrit que personne n'a le devoir de rester, et

en général c'est vrai : on ne peut exiger de personne d'accompagner une maladie comme celle-ci. Mais avec elle cette phrase me tombe des mains toute seule, et elle me tombe à un endroit très précis. Le devoir, ce n'est pas moi qui le lui impose depuis la morale : c'est elle qui se l'est imposé, à voix haute et devant un médecin qui était sur le point de m'hospitaliser. Ça, ce n'est plus accompagner quelqu'un parce qu'on l'aime, ce qu'on ne doit à personne. Ça, c'est prendre en charge un traitement. Et un traitement accepté devant un médecin oblige à une chose toute petite, qui n'est pas de rester toute la vie : elle oblige à le rendre si on ne peut pas. Appeler la consultation. Le dire à ma mère, qui est celle qui est restée avec l'homme dont elle s'était chargée. Elle ne l'a pas rendu. Elle l'a laissé sur la table de cette cuisine, avec les valises faites cinq jours après la phrase et quatorze jours après, dans une gare, et c'est tout ce qu'a duré la mission. Et un traitement qu'on accepte devant un médecin et qu'on abandonne sans prévenir n'est pas la même chose que de ne jamais l'accepter : c'est pire, parce que ça ferme la porte et qu'en plus ça éteint la lumière au-dessus. Qu'elle soit partie lui appartient, et c'était légitime, et ça n'a pas besoin d'ornement : elle était décharnée, sans sommeil, avec un homme qui délirait à un mètre. Ça, je le lui reconnais entièrement. Ce qu'elle me demandait ces semaines-là, c'était que je change, que si ça continuait comme ça elle partait. Vu de son côté, c'est la chose la plus raisonnable du monde. Vu de l'intérieur de ma tête, c'est ceci : elle demandait à un homme en prodrome psychotique, sans diagnostic et sans traitement, de faire avec la volonté ce qui ne se fait qu'avec une hospitalisation, cinq jours après avoir empêché cette hospitalisation. Un cerveau à ce stade ne change pas parce qu'on le lui demande. Ce qu'elle attendait, ce n'était pas un changement : c'était un miracle. Et il est venu la seule chose qui pouvait venir, c'est-à-dire plus de psychose.

Et puisqu'un an plus tard elle écrirait qu'elle avait tout tenté, il faut dire ce qu'est ce tout, parce que c'est publié depuis vingt ans et qu'aucune de ses lignes ne dit de demander au malade d'y mettre du sien : apprendre la maladie au patient et à la famille, ce qui divise les rechutes, et dans la manie aiguë un antipsychotique et, s'il y a un risque, une hospitalisation. C'est-à-dire exactement ce qu'ont fait sept semaines plus tard des inconnus en uniforme. Et ça a marché du premier coup. Autrement dit, il y avait bel et bien un tout à tenter. C'était écrit, et elle travaillait à l'endroit où ça se fait. Ce qu'on a tenté, c'est ce qui ne pouvait pas marcher, et quand ça n'a pas marché la conclusion a été que le malade ne voulait pas. On a tout tenté, c'est ce que disent les familles dans le couloir d'un

hôpital quand quelqu'un vient de leur mourir, et elles le disent après être restées jusqu'au bout.

Et il y a une donnée que personne n'a mise sur la table : quand elle est partie, j'allais mieux sur tout ce qui pouvait se voir. Les drogues dures finies, la pornographie finie, un bail visité et des bagues regardées. La seule chose qui allait plus mal, c'était justement ce qui ne se voit pas.

De tout ça, la seule chose qui me fasse vraiment encore mal, ce n'est ni la valise, ni la gare, ni le chien, ni le silence d'après. C'est la phrase de la consultation. Parce que de tout ce qui s'est dit ces mois-là, c'est la seule qui ait changé le cours d'une maladie. Le reste, c'étaient deux personnes qui se faisaient du mal sans savoir ce qu'elles avaient devant elles. Ça, c'était autre chose : c'était une femme en bonne santé, avec une formation soignante, parlant à la place d'un malade devant la seule médecin qui l'ait eu à portée en vingt ans, et disant que ce n'était pas nécessaire. Et ensuite partir. Les deux choses, en quatorze jours. Elle a fait exactement le contraire de ce qu'il fallait faire, et elle l'a fait en m'aimant. Les deux choses sont vraies. Le chemin entier, depuis la voiture chargée de haschisch jusqu'au comprimé et demi de chaque matin, passe par cette consultation. Elle était juste au milieu : dans la nuit où ce chemin aurait pu être raccourci de cinq ans et ne l'a pas été.

Chapitre 25 • Un dimanche d'hiver

Elle est restée neuf jours de plus avec la valise faite, et ces neuf jours sont dans le téléphone, et ils ne ressemblent pas à ce qu'on imagine d'une femme qui s'en va. C'est de la logistique du chien (s'il est sorti, s'il a mangé, s'il y a des pommes dans le frigo, si son panier est mouillé par en dessous) et c'est, surtout, une patience qu'aujourd'hui j'ai du mal à lire. Un de ces après-midis elle m'a demandé de faire le lit et m'a envoyé vérifier si le panier du chien était mouillé, et moi je lui ai répondu en lui montrant les vidéos que j'étais en train de monter, et elle m'a dit qu'elles étaient chouettes. Et à la tombée du jour je lui ai écrit si on était de nouveau ensemble, ou quoi.

— De nouveau quoi ? Je ne comprends pas.

— Toi et moi. De nouveau bien.

— Oui. Tu ne le crois pas ?

— Si. Je le crois.

C'est ça, un homme en prodrome psychotique demandant à une femme qui a ses bagages prêts depuis des jours s'ils vont de nouveau bien, et la femme qui lui répond que oui, et l'homme qui la croit. Et elle ne me mentait pas, ou pas tout à fait : elle était en train de rester, et pendant qu'elle restait c'était vrai. Et moi je ne la trompais pas, elle : je me trompais moi, ce que fait un cerveau sans conscience de la maladie avec le seul instrument de mesure qui lui reste, c'est-à-dire le visage de la personne qu'il a en face. Le visage indiquait normal. La valise, non, mais la valise était dans l'armoire.

Et la dernière nuit, déjà près de minuit, je lui ai demandé depuis l'ordinateur comment allaient mes amours. Elle a répondu en demandant de quelles amours je parlais ; que le chien dormait, qu'elle venait de dîner et qu'elle allait bien, et comment j'allais, moi. Passé minuit, un émoticône pensif. Et au milieu de la nuit, trois messages d'affilée, qui sont les derniers de cette année-là et les derniers de cette vie-là : qu'elle allait essayer de dormir. Que ça se passe bien, quoi que je sois en train de faire. Et un baiser. Ce que j'étais en train de faire, c'était monter des vidéos sur ses chansons à un mètre de son lit. Avec cette phrase, et

avec ce baiser, s'est refermée une archive de quatre ans et demi, et j'ai mis des années à comprendre qu'elle ne s'est pas refermée par manque de tendresse. Elle s'est refermée parce que quelques semaines plus tard on m'a volé mon téléphone.

Et il faut présenter Lidia, parce qu'il a circulé pendant des années une version où elle arrive plus tôt. Après la nuit des urgences je suis resté cinq jours sans téléphone et sans laisser de trace, et pendant ces cinq jours quelqu'un d'un groupe de philosophie sur internet, à qui on avait raconté le numéro de l'école, m'a écrit deux messages. Elle s'est présentée en disant que je ne la connaissais pas mais qu'elle, si, par ouï-dire ; qu'elle s'appelait Lidia, qu'elle était du groupe, et qu'elle avait envie de me demander si j'allais revenir, si ce n'était pas indiscret, et que si ça l'était, la question était déjà posée. Et aussitôt après, qu'elle était restée intriguée à l'idée de me connaître. J'ai mis quatre jours à lui répondre. Je lui ai envoyé un lien, trois vers d'un poème et une condition : que quand elle voudrait on se rencontrerait, mais en dehors du groupe, parce que je n'accepte pas de faire partie de clubs qui m'acceptent comme membre. Autrement dit, le jour où Marta avait les valises faites, Lidia était un nom qui m'avait écrit deux messages et à qui je n'avais encore répondu à aucun. Ce qu'il y a eu dans les semaines suivantes, c'étaient deux personnes qui discutaient par écrit, au milieu de la nuit, pour savoir si la culture est l'amie ou l'ennemie de l'individu, si l'origine renvoie toujours au noble et quelles idéologies obscures se cachent sous la sienne propre. Une nuit elle a proposé qu'on parle des sujets qui nous intéressaient et qu'on voie ce qu'on pouvait en faire, et j'ai répondu dix-sept minutes plus tard que d'accord, que je voulais bien. Voilà ce qu'était Lidia. Avec Marta je ne pouvais plus parler de rien sans que ça devienne un délire, et cette femme-là me parlait de Nietzsche.

Ce dimanche-là la ville était prise par des gens venus de l'extérieur pour un match, les rues pleines de maillots de deux couleurs qui n'étaient celles de personne là-bas, et même les bars avaient changé de langue pour un jour. Je traversais tout ça avec une chanson qui me tournait dans la tête, celle qu'elle m'avait envoyée peu après notre montée au village, la dernière de sa chanteuse préférée, que je l'avais emmenée voir en concert à moto. Elle parlait d'une femme qui arrache le masque d'un homme qui ment. Elle était obsédée par cette chanson et par ce qu'elle voulait dire. Moi aussi je l'écoutais, et je n'avais aucune idée qu'elle parlait de moi.

Lidia est venue au village ce dimanche-là. On a pris un café. On a promené Toby ensemble, et ensuite je l'ai ramenée en moto à Barcelona, dans le froid. Et il faut dire ce qu'était cette femme pour moi ce jour-là, parce que Marta est partie en croyant une chose et c'en était une autre : c'était une nouvelle amie avec qui je parlais de philosophie, et ce café n'avait aucune intention derrière. Pas un baiser, pas un plan, rien. C'est devenu ce que c'est devenu des semaines plus tard, quand Marta n'était plus là et que j'ai enchaîné sans un seul jour de deuil, parce que je ne savais pas rester seul avec ce qui m'arrivait, et de ça je parle quand ce sera le moment. Le jour de la valise, Lidia, c'était exactement ça : une conversation sur la culture et un tour en moto dans le froid.

Quand je suis rentré au village, Marta était partie. Elle n'avait rien dit. Elle avait pris ce qui tenait dans les valises et elle s'en était allée avec Toby. Ma mère l'avait conduite à la gare, prendre le train de Barcelona. Il n'y a pas eu d'adieux : seulement la chambre à moitié vidée et l'absence du chien. Ce que ma mère lui a raconté cet après-midi-là, le café et la moto, n'a pas changé une décision, parce que la décision était dans l'armoire depuis neuf jours. Ça lui a donné une date. Et pendant longtemps j'ai détesté ma mère d'avoir choisi le mauvais côté au pire moment de ma vie, et aujourd'hui je sais qu'elle n'a choisi aucun côté : elle a conduit à une gare une femme décharnée, et ensuite elle est restée avec ce qui restait dans la chambre, c'est-à-dire moi.

Et maintenant la chanson, parce que je comprends ce qu'elle en a fait, et ceci est une lecture et pas un reproche. C'était une chanson de protestation où une femme se libère d'un homme qui ment, et elle a vu là celui qu'elle avait à la maison. Sauf que celui qu'elle avait à la maison n'était pas un menteur : c'était un malade sans diagnostic qui regardait des bagues, et j'ai déjà dit ce qu'était l'autre chose. Elle a confondu se libérer d'un menteur et quitter un malade. Et je crois qu'au fond elle ne se l'est jamais pardonné, et que c'est pour ça qu'il a fallu ensuite quelqu'un pour retourner tout ça avec des mots neufs, et de ça aussi je parle quand ce sera le moment.

Et à ce chien il faut donner la taille qu'il avait, parce que jusqu'ici je l'ai écrit comme s'il était une ligne du déménagement et il ne l'était pas. Toby était mon premier chien. Je l'adorais. Et ce n'était pas seulement un chien : c'était le projet que Marta et moi avions commencé ensemble, la seule chose de toute cette année-là qu'on construisait pour que ça dure. Qu'on me l'arrache des mains au pire moment de ma vie, ajouté au fait de la perdre, elle, qui était le pire de tout, ça n'a pas été un chagrin. Ça été ce qui m'a mené droit à la folie. Et ça a une expli-

cation, pour que ça n'ait pas l'air de sentimentalisme avec un chien. L'attachement à un animal fonctionne avec le même système que l'attachement aux personnes : ça a été mesuré, avec en main la même théorie de l'attachement qui explique l'histoire de l'endroit de mon père, et il en ressort qu'un chien est une figure d'attachement à part entière, avec sa base de sécurité, son refuge et sa protestation quand il s'en va. Et un chien est en plus une horloge. Il faut le sortir à ses heures, qu'il pleuve ou non, quel que soit l'état de ta tête. Elle-même m'avait écrit deux jours plus tôt de le sortir si on n'était pas sortis. Ça, dans un cerveau qui ne dormait plus, c'était la dernière aiguille qui bougeait.

Parce que j'ai déjà raconté l'histoire de l'horloge fragile de cette maladie, et ce qui la garde à l'heure n'est pas à l'intérieur : c'est à l'extérieur. C'est dans les routines, l'heure de se lever, de manger, de voir quelqu'un, de sortir le chien, et ces routines, avec un mot allemand, on les appelle des donneurs de temps. Les épisodes se déclenchent quand ces aiguilles lâchent d'un coup, et la façon la plus rapide de toutes les lâcher en même temps, c'est de perdre une personne, parce qu'une personne emporte avec elle l'heure du dîner, l'heure du coucher et la conversation du soir. Mon cerveau a perdu, dans le même après-midi, deux figures d'attachement et le dernier horaire qui lui restait. La puce était à son nom, et c'est écrit. L'effet du départ du chien n'en dépend pas. Un cerveau en prodrome qui se retrouve sans compagne, sans chien et sans horaire le même jour n'a plus rien à quoi s'accrocher.

Chapitre 26 • Le vaisseau

Ces semaines-là je vivais à l'intérieur d'un vaisseau spatial. Littéralement : ma maison était un vaisseau qui s'était écrasé sur une planète inhospitalière, la moto était le véhicule léger avec lequel je pouvais parcourir la surface de cette planète, et la surface grouillait d'êtres hostiles. Avec le véhicule je sortais voir Lidia, et guère plus. Et ma compagne, dans cette histoire, avait été emmenée par des entités ennemies du monde inconnu où nous étions tombés. Ce n'est ni une façon de parler ni une métaphore choisie pour écrire ce livre. C'est ce que ma tête a construit, dur comme fer et très sérieusement, pour rendre supportable qu'elle soit partie. Et je ne me souvenais de rien de tout ça : je le sais parce que c'est dit face caméra dans ce que j'ai filmé ces jours-là.

Vu de l'extérieur, c'est un délire de manuel, avec son décor de série B. De l'intérieur c'était autre chose : c'était ma tête qui dressait une réalité moins dys-topique que celle que j'avais sous les yeux. Parce que faisons l'inventaire de ce que j'avais sous les yeux. Ma compagne, partie. Le travail, perdu. La dignité, perdue. Des dettes jusqu'au cou. Et le chien n'était pas là non plus, parce qu'elle l'avait emmené. Tout ça, en plus, m'arrivait seul, chez ma mère, alcoolisé et en pleine bouffée. Face à un tel panorama, un cerveau cassé fait la seule chose qu'il sache faire : il te remet un vaisseau écrasé et un véhicule pour te déplacer. Il se trouve qu'on vit mieux sur une planète ennemie que dans un échec. La planète ennemie apporte une mission, un pilote et une intrigue ; l'échec ne t'apporte que toi, assis dans une chambre prêtée.

Et la clinique sait parfaitement pourquoi la psychose fabrique toujours un récit. Un psychiatre l'a laissé écrit il y a vingt ans : dans le prodrome, la chimie du cerveau se met à signaler comme importantes des choses qui ne le sont pas, une lumière, un chiffre, une nouvelle, un hasard, et celui qui le vit n'a pas encore de délire, il a un monde qui d'un coup signifie trop sans qu'il sache quoi. Ça, personne ne le supporte. Le délire est l'explication que l'esprit fabrique pour mettre de l'ordre dans cet excès, et c'est pour ça que, quand il prend enfin, il n'arrive pas comme une terreur : il arrive comme un soulagement, parce qu'enfin tout

s'emboîte. Ce matériau, il ne l'invente pas de zéro, il le sort de ton garde-manger, et dans le mien il y avait de la science-fiction, des études d'Histoire, de la kabbale et la chanson de mon père. La biographie ne s'efface pas dans une psychose : elle sert d'accessoire. Et il reste une partie qui me hérisse le poil chaque fois que j'y pense, c'est que sur l'essentiel je ne me trompais pas. Les années qui ont suivi ont prouvé que la planète était aussi hostile que je le croyais. La seule chose qui clochait, c'était l'espèce : les êtres hostiles n'étaient pas des extraterrestres. C'étaient des gens que je connaissais, et ils n'apportaient pas des rayons laser, ils apportaient des plaintes et des captures d'écran.

Ce qui est venu après la valise, elle ne l'a jamais su. J'ai bu bien davantage. J'ai fumé jusqu'à perdre connaissance. Et j'ai convulsé par terre dans cette maison, seul, les nuits où ma mère n'était pas là parce qu'elle allait dormir, effrayée, chez ma sœur. J'aurais pu mourir ces semaines-là, et je le dis avec le mot exact : sur la moto, par terre chez moi et dans une rue du vieux quartier. Et ça a une mesure derrière, et elle n'est pas de moi : dans l'année qui suit un premier épisode psychotique le suicide est multiplié par plus de dix, et la qualité du soutien qu'on a sur ce tronçon prédit moins de symptômes et moins d'hospitalisations des années plus tard. Je ne parle pas de devoir. Je parle de l'effet qu'a la chaise vide sur ce tronçon exact, et que je me suis pris en entier. Une seule chose est parvenue à me stabiliser, et juste assez pour que j'arrive vivant à l'hospitalisation : Lidia. Ça suffit pour que je sois en train d'écrire ceci.

Marta est revenue au bout de deux semaines chercher ce qui lui restait là-bas. Avant de partir pour de bon elle m'a serré dans ses bras, et moi je l'ai reçu sans bien comprendre ce qui se passait. De ce dont on a parlé il ne me reste pas une phrase. Je ne conserve cette conversation nulle part dans ma tête : la bouffée prenait en charge tout ce qui ne pouvait pas se soutenir autrement. La seule chose que je sache avec certitude, c'est que la webcam était en train d'enregistrer, parce qu'à l'époque je filmais n'importe quoi à n'importe quelle heure, et que ces adieux sont restés dans un disque dur qui n'existe plus. De ces deux semaines je sais en revanche une chose qui me fait mal à savoir : que je lui ai dit des horreurs, saoul et psychotique, à un moment que je suis incapable de situer. Elle se rappelle des mots dont je ne sais même pas que je les ai prononcés, et c'est plus injuste pour elle que pour moi, parce qu'à moi il reste le brouillard et à elle il est resté les mots. Je lui ai demandé pardon pour ça bien des années plus tard, et elle me l'a accordé. Je le laisse écrit ici et rien d'autre.

Du réveillon de Noël il est resté une trace, et j'aurais préféré qu'il n'en reste pas. Cette année-là ni ma sœur ni mon beau-frère ne voulaient de moi près de mes neveux, alors le dîner, ç'a été ma mère et moi, tous les deux seuls à table, et je n'ai rien trouvé de mieux que de me mettre à lui raconter un crime célèbre de quand j'étais enfant, avec tous les détails. La veille de Noël. À ma mère, qui depuis des semaines regardait son fils lui échapper, et qui va apprendre en lisant ceci qu'à l'époque je n'étais même pas capable de calculer le mal que fait une conversation. À la fin du dîner je suis parti retrouver les miens, j'ai bu comme un trou et je suis rentré au volant au milieu de la nuit par la route qui monte au village, complètement ivre. Cette nuit-là j'aurais pu me tuer ou tuer quelqu'un, et c'est le genre de chance dont personne ne se souvient quand il fait la liste de ce qu'on lui a fait. Le réveillon du Nouvel An, Marta et moi avions prévu de le passer ensemble, et ça n'a pas pu se faire parce qu'elle était malade depuis des semaines, à enchaîner les rhumes. Je l'ai passé enfermé chez moi, à boire seul et avec l'envie de mourir, et cette nuit-là même j'ai installé pour la première fois une application de messagerie avec des groupes ouverts et je me suis mis à y déverser des délires. Ç'a été l'inauguration du pire réseau social de ma vie, celui qui m'a fait le plus de mal, et où ces mêmes nuits j'ai rencontré un de mes meilleurs amis.

Et là-dessus ma mère a pris une décision qui a dû lui paraître protectrice : m'enfermer dans l'appartement à double tour pendant trois jours. Sans chauffage, sans lumière, sans internet, avec l'hiver du Montseny dehors. Je me souviens de me mettre sous la douche et que l'eau sorte glacée, et de ne même pas essayer de la chauffer, parce que j'avais la sensation que cette punition était exactement ce qui me revenait pour avoir tout détruit. En mangeant mal. Sans dormir. Et avec une chose à l'intérieur qui n'était plus un bourdonnement, mais la certitude totale que tout avait un sens que personne d'autre n'était capable de voir : la mort de mon père, le lithium, l'effondrement de cette année-là, Marta, Raquel, tout formant un dessin cosmique qui se laissait enfin lire et qui, en plus, me paraissait d'une élégance énorme. Dans l'appartement il restait un portable avec un peu de batterie et je me suis mis à me filmer. Ces vidéos, je ne suis pas capable de les regarder : je les ouvre et au bout de quelques secondes je les ferme, parce que me voir comme ça me décompense. Je les ai passées dans un outil de transcription et je les ai lues. Et le vaisseau est là. Là je dis que le vaisseau est toujours en collision, qu'il n'y a pas moyen d'obtenir de l'énergie, qu'on m'a coupé toutes les alimentations mais qu'on m'a laissé un poêle à butane et une couvertu-

re, et qu'il fait un froid de cullons, mes frères. Là je dis que je vais m'allonger un moment et qu'après, si ça se trouve, je prendrai le véhicule et j'irai faire un tour sur la planète inexplorée. Là je me proclame, tout d'une traite et sans reprendre mon souffle, idiot, chrétien, juif, autiste, prophète et Messie de vous tous, amis de mon âme. Et là, en plein déraillement, mon père apparaît par la porte d'une de ses chansons, de celles qu'il aimait. Ce que je vois en lisant ça, c'est ceci. Que cet homme est seul : il parle à une caméra parce qu'il ne lui reste personne à qui parler. Que cet homme ne va pas mal : il se sent formidablement bien, lucide, généreux, élu et même drôle, pendant qu'il gèle dans le noir dans un appartement vide en raclant ce qui restait dans le garde-manger. Et que celui qui est là-dedans, c'est moi. Pas un inconnu. Moi, avec mes études, avec mes blagues, avec la chanson de mon père, avec ma façon de parler, avec tout ce qui est à moi à pleine puissance et personne au volant.

Une de ces nuits-là j'ai eu envie de me perdre dans la ville. J'ai bu de bar en bar jusqu'à me prendre une cuite de championnat et j'ai fini dans le vieux quartier, et là quelqu'un dont je n'ai jamais rien su m'a fait une clé d'étrangement par-derrière et m'a laissé étalé par terre et sans téléphone. Dans ce téléphone, sans sauvegarde nulle part, il y avait tout ce que Marta et moi nous étions écrit depuis ce dernier baiser au milieu de la nuit : tout ce qu'on s'est dit entre la valise et cette nuit-là est parti avec l'appareil. Notre archive n'a pas été coupée parce que la tendresse s'était épuisée. Elle a été coupée parce qu'on a volé le téléphone d'un homme dans une rue. Mort de peur, je suis allé demander asile chez celui qui m'apportait les drogues, que je prenais pour un ami. Ces gens-là ne sont les amis de personne : je l'ai appris en sonnant à la porte comme un désespéré et en recevant un silence absolu de l'autre côté. Je suis resté un moment assis dans son hall et ensuite je suis parti à pied jusqu'à la gare chercher un taxi qui me monterait au village, à une bonne heure de route. Je n'avais pas un euro sur moi. Et au lieu de demander l'argent à ma mère, comme je l'avais fait pour les études, j'ai fait arrêter le taxi quelques rues avant chez moi et je suis parti en courant. Le chauffeur m'a rattrapé en deux enjambées, et moi, bloqué, je lui ai donné la seule chose que j'avais sur moi : le blouson de moto, que la famille m'avait offert. Pendant que tout ça se passait, et ça je l'ai su des années plus tard en lisant son archive, Lidia était éveillée : elle demandait si j'étais déjà dans le taxi, si je n'avais plus de batterie, elle disait que ça la rendait malade pour moi et qu'elle ne savait pas quoi faire de plus, et au milieu de la nuit, qu'elle n'arrivait pas à dormir en pensant à comment j'allais, qu'elle espérait qu'on ne m'avait rien volé,

et qu'elle allait venir me chercher. Une femme qui me connaissait depuis six semaines.

J'ai monté l'escalier de chez ma mère et j'ai trouvé une mère qui, cette nuit-là, n'avait plus aucune consolation à me donner. Débordé, je l'ai menacée de mort en face et je suis allé me coucher. Je l'écris avec ces mots-là parce que ce sont ceux qui figurent au dossier. De ce que fait un cerveau dans cet état, on ne répond pas comme d'une décision ; du dommage, qui a été réel, si. Dix minutes plus tard il y avait deux agents dans la chambre. C'est ainsi que se termine la partie de ce livre qui porte le nom de Marta : avec la police dans la chambre de douze mètres carrés où elle avait dormi, et avec l'homme que j'étais alors, qui n'était pas moi, en route vers son premier service.

Partie IV • LE NOM

Chapitre 27 • Le premier service

Cette nuit-là même je suis entré par les urgences dans une petite clinique conventionnée, et j'y suis resté onze jours. Avant de continuer il vaut mieux démonter une attente, parce que moi j'y suis entré avec elle : il n'y a pas eu de sangs. Personne ne m'a attaché. Un petit service, un couloir court, des médicaments, du sommeil et des questions. L'épouvante est venue d'ailleurs, plus discrète et plus fine : la porte qui se ferme de l'extérieur, et se rendre compte à trente-trois ans qu'on peut finir dans un endroit pareil sans comprendre comment on y est arrivé. Ce qu'il y a eu là, c'étaient des premières fois. Le premier pyjama de patient. Le premier somnifère distribué sur un chariot. La première nuit à entendre un inconnu pleurer de l'autre côté de la cloison. Et je n'ai pas résisté. De toute ma vie je n'ai résisté physiquement à aucune hospitalisation, et ça aussi c'est écrit quelque part : on m'a sorti de maisons et on m'a sorti d'un hôtel, et j'y suis toujours allé, avec une docilité qui saute aux yeux quand on sait dans quels états j'étais vraiment.

Et il faut expliquer ce que signifiait pour moi cette porte fermée. Une hospitalisation, dans ma tête, c'était mon père de l'autre côté d'une vitre. Eh bien cette première nuit, en pyjama et avec le somnifère qui faisait effet, j'ai compris quelque chose dont personne ne m'avait prévenu et qui, de l'extérieur, n'a aucun moyen d'être raconté : que pour une fois dans ma vie celui qui était de l'autre côté de la vitre, c'était moi. Que celui qui avait le regard vide, c'était moi. Et que dans la file, encore une fois, c'est ma mère qui était restée. Ce que j'ai senti, ce n'était pas la peur. C'était de reconnaître l'endroit.

On m'a mis dans une chambre et la psychiatre de garde est apparue avec son questionnaire et son carnet. Elle a fait ce qu'il y avait à faire et a noté ce qu'il y avait à noter, et de diagnostic ferme, rien, parce que onze jours d'urgence ne suffisent pas pour un travail qui demande des semaines. Par écrit il est resté un trouble psychotique attribué aux toxiques, et derrière, noté comme on laisse une porte entrebâillée, la possibilité qu'il y ait autre chose dessous, à évaluer avec le temps. Je suis parti de là avec un traitement provisoire, avec un papier qui disait

de continuer au dispensaire, avec la peur au ventre, sans carte et, surtout, sans un mot qui mette un nom sur ce qui m'arrivait.

Dans ce service il s'est passé en plus ce qui m'a le plus coûté à digérer de tout cet hiver, et je le raconte tel que ça se voyait depuis le lit. Lidia est venue. Une femme que je connaissais depuis six semaines, avec qui j'avais pris un café et discuté de Nietzsche au milieu de la nuit, et qui, la nuit de l'agression, était restée éveillée à demander si j'étais déjà dans le taxi. Elle n'est pas restée à la porte : elle est entrée, elle m'a serré dans ses bras, elle m'a embrassé, elle a été à fond avec moi, et elle s'est installée sur la chaise à côté du lit avec du linge propre, une trousse de toilette et un chargeur. La chaise de Marta. Et moi je la regardais depuis le lit, enfermé et médiqué, sans être capable de comprendre pourquoi celle qui était assise là n'était pas elle. J'avais devant moi une inconnue absolue qui s'inquiétait pour moi, qui me montait des sous-vêtements et des chargeurs dans un service de psychiatrie, pendant que la compagne de toute ma vie n'appelait pas. Dans le mois de ma première hospitalisation, la femme avec qui j'avais vécu quatre ans et demi n'apparaît dans mon téléphone que parce que moi j'y apparais : quelques jours après la sortie je lui ai envoyé le lien d'une vidéo de la chaîne. Elle n'a pas répondu. À Raquel j'en ai envoyé deux autres et pas davantage. Voilà le mois complet : un type à peine sorti d'un service fermé envoyant aux deux femmes avec qui il avait fait exploser le monde l'année précédente les vidéos d'une chaîne qui lui paraissait l'œuvre de sa vie. Et je ne vais pas écrire ici que Marta échappait à quoi que ce soit, parce que ce n'était pas vrai : je ne représentais aucun danger pour elle, j'étais malade, et pour la première fois de toute la relation j'avais vraiment besoin d'elle. Ça a été absurde, horrible et extrêmement douloureux, une de ces choses qui n'entrent pas dans la tête et que la tête garde entières parce qu'elle ne sait pas où les mettre. Elles sont toujours là.

La nuit où je suis sorti, Lidia ne m'a pas demandé où j'avais été. Ce qu'elle m'a écrit, c'est qu'elle avait mis ma vidéo, celle sur ce qu'est la philosophie, et déjà au milieu de la nuit, qu'elle avait pris les mentions très à cœur et qu'elle m'en remerciait. Autrement dit, à peine un jour après la sortie d'un service fermé, on s'était tous les deux remis dans la chaîne. Et quelques jours plus tard, encore décompensé, je lui ai raconté un après-midi l'histoire de l'or : que ma mère était allée vérifier s'il était toujours rangé là où je lui avais dit, parce qu'elle ne me faisait plus confiance, et que par chance j'avais les actifs bien répartis et que je gardais toujours un as dans la manche. Au passage j'ai parlé de cartes que je

me réservais et d'offrir à quelqu'un, pour son anniversaire, un sweat en kevlar. Un homme à peine sorti, avec la manie entière qui fonctionnait sous le traitement, parlant de son or. Et ce qu'elle a fait de ça, ce n'est ni de me contredire ni de s'effrayer. Elle m'a répondu qu'il fallait leur laisser le temps de réapprendre à faire confiance, et aussitôt après, avec tout le naturel du monde, elle m'a raconté quels jours elle avait cours cette semaine-là et m'a demandé si ça me disait de se voir mercredi pour une promenade. C'était ça, sa méthode, et elle ne l'avait tirée d'aucun livre : ne pas contredire le délire, et poser un mercredi à côté.

Et dans l'autre archive, celle de ma mère, qui de ce mois-là ne garde que quatre messages, il y a l'autre manière de prendre soin. Le plus ancien qui survit date de trois jours après la sortie et contient trois questions : comment je vais, si tout se passe bien, quand je compte revenir. Un quart d'heure plus tard arrive la quatrième, qui est de savoir si la moto est déjà récupérée. Le lendemain elle veut savoir si je vais passer à la maison. Et le surlendemain apparaît la formule qu'elle allait me répéter chaque soir pendant sept ans : que très bien, que je n'oublie pas le cachet, que je me repose, à demain. Deux voix, deux façons de prendre soin, et une différence entre elles qu'il m'a fallu sept ans pour distinguer. L'une me cherchait au milieu de la nuit. L'autre notait le cachet et s'asseyait pour attendre que le médecin sorte par la porte. Toutes les deux prenaient soin de moi ; ce qui changeait, c'était le moteur, parce que l'une y allait avec l'intensité de qui est amoureuse et terrorisée à la fois, et l'autre avec cette patience de guichet de qui a déjà vu le film chez elle et sait très bien que ça dure des années. Et de ces jours-là il me reste en plus un conseil que je n'ai pas suivi et qui, avec ce qui est venu après, a été le meilleur que j'aie reçu de toute cette année. Alors que la famille entière était sur mon dos à prendre des décisions à ma place, Lidia m'a suggéré de prendre les devants et de me chercher moi-même un thérapeute : pas un psychiatre, quelqu'un de neutre, et choisi par moi. Neutre, et choisi par moi. Exactement ce qui m'a manqué les cinq années suivantes. Une fille d'une vingtaine d'années me l'a mis en deux lignes et je suis passé à côté.

Les sangles, qui étaient ce que je m'attendais à trouver en entrant, sont arrivées plus tard : deux fois en cinq hospitalisations, et la première a encore mis plus d'un an à arriver. Quand elles arriveront on les racontera en entier, avec leur heure et avec ce qu'on ressent, parce que c'est la seule chose que ce livre ait promise à voix haute.

Il y a, en revanche, une petite séquelle que m'a laissée ce service sans sanglantes, et je la raconte parce que je ne connais pas de meilleur exemple de la façon dont un corps apprend. Il existe une séquence que je connais par cœur et qui va toujours dans le même ordre : d'abord le véhicule avec les gyrophares, ensuite la petite salle, ensuite les vêtements qu'on t'enlève, ensuite la porte qui se ferme de l'extérieur et, à deux reprises, les sanglantes. Répétée cinq fois, cette chaîne s'est gravée dans mon système nerveux, qui aujourd'hui n'a plus besoin de la chaîne entière : il lui suffit de voir le premier maillon pour monter l'alarme complète, et il ne me consulte pas. C'est pour ça que, quand je vois passer une ambulance, je sursaute. Et ce n'est pas une façon de parler : une ambulance traverse la rue, ou une sirène retentit trois pâtés de maisons plus loin, et avant que j'aie eu le temps de penser quoi que ce soit ça m'a déjà tiré dans la poitrine. Avant cet hiver-là ces véhicules ne me faisaient rien ; c'étaient des voitures avec des lumières et de la hâte. Après ils ont cessé de l'être, parce que pour moi une ambulance ne signifie plus qu'on aide quelqu'un. Tout ça a son nom, et le nom n'est pas d'être devenu hystérique : ça s'appelle un rappel traumatique, et le sursaut n'est pas une exagération du corps, c'est exactement le travail pour lequel ce mécanisme existe. L'inconvénient, c'est que chez moi il a été calibré avec un objet qui, dans une grande ville, défile sous ta fenêtre toutes les vingt minutes. Et de toute la chaîne il y a une chose qui me paraît profondément injuste : le seul maillon qui n'ait jamais été hostile, c'est justement celui-là. Ceux qui étaient dedans faisaient leur travail, presque toujours ils le faisaient bien, et certains m'ont parlé avec une décence dont je me souviens encore. Seulement, le corps ne sépare pas celui qui t'emmène de l'endroit où l'on t'emmène. Sept ans plus tard je sursaute toujours. À côté du reste c'est une broutille, je le sais bien. C'est aussi le rappel quotidien, gratuit et ponctuel que tout ça a eu lieu et que c'est toujours archivé dans un endroit auquel je n'accède pas.

À l'époque je n'avais rien à quoi le comparer, mais c'était l'enfermement dans sa version douce : un petit centre, sans cris de fond, avec la clé tournée et pas grand-chose de plus. En moins d'un mois j'allais connaître l'autre version, la sérieuse. Et c'est pour ça que, quand on me demande d'où me vient la panique d'être hospitalisé, je ne raconte jamais ce service-là. Je raconte les suivants.

Chapitre 28 • Le nom

Je suis sorti de la clinique et je suis retourné chez ma mère, et ma tête a continué son affaire : dormir peu et mal, les idées qui démarrent et ne se ferment pas, le monde légèrement décalé. Cette sortie n'avait rien guéri, elle avait contenu. Et des semaines qui ont suivi il reste l'archive de ma mère, où quatre messages suffisent à voir en entier ce qui arrivait. D'abord, sa question habituelle : si j'avais les cachets sur moi. Je lui ai envoyé une photo et elle m'a renvoyé un très bien, mon chéri, et des bisous. Le lendemain elle a eu l'idée de me proposer d'aller me faire inscrire à la mairie et de déposer au passage le justificatif au dispensaire. Elle a dû me le demander deux fois, parce que la première je lui ai répondu par un ah ouais et qu'un ah ouais ne lui suffisait pas : ça voulait dire quoi, oui ou non. Et ma réponse peint le mois de bout en bout : que ça voulait dire demain, que ce jour-là j'avais énormément de travail, qu'une chaîne vidéo, ça ne se lance pas en faisant des démarches administratives. Trois minutes plus tard, avec l'aplomb d'un directeur marketing, je lui ai ajouté la donnée technique : que le lundi, va savoir pourquoi, c'est le jour où les gens regardent le plus de vidéos, et que je mettais ça sur le compte du coup de mou du travail et du retour de week-end. Ma mère me demandait de passer au dispensaire. Moi je lui répondais avec des audiences.

Et ensuite il y a l'autre série de messages, qui est celle qui date vraiment la bouffée, parce que ce sont ceux qu'écrit une mère à un fils qui dort chez elle, à deux cloisons de distance. Au début, poliment : si je pouvais baisser le volume, s'il te plaît, merci. Quelques jours plus tard, la même chose. Une nuit, encore la même chose. Cette nuit-là elle m'a aussi appelé, je n'ai pas décroché, et passé minuit la politesse s'est arrêtée net : que je baisse le volume et que je m'endorme une bonne fois putain. Je lui ai répondu okii. Elle a rappelé. Et un moment après, de nouveau par écrit, que j'aie l'obligeance d'arrêter de traîner la chaise et de ne plus déranger. Il y a là une femme âgée qui supplie son fils, au milieu de la nuit, de ne pas traîner une chaise. Ce n'est pas une scène domestique de mauvaise humeur. C'est un prodrome maniaque dont procès-verbal a été

dressé par écrit, et par la seule personne qui était dans la maison. Un jour et demi après le message de la chaise, j'envoyais à elle et j'envoyais à Lidia exactement la même phrase : qu'on m'obligeait à être hospitalisé.

Il y a eu de nouveau une engueulade avec ma mère, et ça a de nouveau grimé jusqu'à là où on ne peut plus grimper. Encore la police à la porte, encore les soignants et encore le c'est comme ça : tu viens avec nous ou tu viens avec nous. Cette fois non plus je n'ai pas résisté. De ce matin-là l'archive garde les deux bouts du fil. De mon côté : qu'on m'oblige à être hospitalisé ; une minute plus tard, que je ne sais pas si c'est légal ; sept minutes plus tard, que quand tu liras ça je n'aurai plus de batterie, et derrière un je t'aime. Du côté de ma mère, dans la même minute : qu'elle n'a pas encore pu parler au médecin. Et du côté de Lidia, en milieu de matinée : qu'elle voit bien que je n'ai plus de batterie, qu'elle va appeler ma sœur pour qu'elle me monte un chargeur ; et à midi, qu'elle m'aime, bon courage, et que le lendemain après-midi elle m'apporte la trousse de secours là où on me transférera. Là où on me transférera. Une femme qui me connaissait depuis neuf semaines préparait une trousse de toilette pour un service de psychiatrie dont aucun de nous deux ne connaissait encore le nom, et ensuite elle y est entrée, comme elle était entrée dans le premier, pour me serrer dans ses bras et s'asseoir sur la chaise. À Marta la nouvelle est arrivée par ma sœur. Et pendant des années j'ai raconté qu'on m'avait hospitalisé pour avoir crié, jusqu'à ce que ma sœur me le démonte en une ligne, bien plus tard : que ça n'était pas venu de quelques cris, c'était venu derrière beaucoup d'autres symptômes qui traînaient depuis des mois. Elle a raison. Le raconter comme une hospitalisation pour des cris m'arrangeait à merveille, parce que comme ça ça paraissait disproportionné et que moi je passais pour innocent. Et c'était faux. J'ai été hospitalisé pour ce qui se passait depuis des mois et que personne, à commencer par moi, n'a su appeler par son nom à temps.

Cette fois c'était dans le public, à l'hôpital du nord, qui était le même où, des années plus tôt, j'avais passé trois jours entre les soins intensifs et la médecine interne sans que personne relie un fil à un autre. Et cette fois ce n'était pas la version aimable. Des couloirs de linoléum, et des fenêtres qui donnaient sur la cour intérieure : du gravier en bas et le mur de l'aile d'en face devant. Pas une plante, pas un jardin, pas un endroit où sortir prendre l'air. Un espace qui semble pensé pour faire du mal à celui qui a la malchance d'y passer plusieurs semaines de sa vie sans un seul droit civil. Le bon côté, c'est que là il y a eu du temps : du temps pour regarder, pour évaluer et pour poser ces questions dont la

réponse met des semaines à apparaître. Un jour la médecin est entrée avec une tablette à la main et une expression qu'il m'a fallu des années pour savoir nommer : celle de quelqu'un qui se charge d'une responsabilité. Elle m'a demandé si je savais pourquoi j'étais hospitalisé. Je lui ai répondu que j'avais menacé ma mère ; que je ne gardais pas le souvenir exact de l'avoir fait, et que la seule chose qui m'en restait, c'était le visage qu'elle avait eu. Elle a acquiescé et elle a écrit quelque chose. Ensuite elle m'a interrogé sur les antécédents familiaux, et là mon père est apparu : suicidé treize ans plus tôt, avec un diagnostic de trouble bipolaire et avec un lithium qu'il prenait à sa façon et pas comme on le lui avait prescrit. Une autre annotation. Et alors elle m'a dit que ces semaines-là avaient été une phase maniaque avec éléments psychotiques, et que ce qui m'avait conduit là avait un nom.

— Et maintenant ?

— Maintenant, stabiliser. Traitement et suivi.

— Combien de temps ?

— Le traitement, à vie.

J'ai mis plus longtemps que la normale à digérer cette phrase, parce que les antipsychotiques te laissent la pensée en différé, comme si les mots devaient parcourir un bout de chemin en plus avant de se poser en toi. Je lui ai demandé si ça voulait dire que je n'irais jamais tout à fait bien. Elle m'a répondu qu'avec le bon traitement on peut mener une vie fonctionnelle, et que sans traitement les épisodes arrivent plus souvent et arrivent plus mal à mesure que les années passent. Je lui ai demandé quel traitement. Entre autres, du lithium. J'ai dit d'accord, sans comprendre vraiment à quoi je disais oui. Je n'ai signé aucun consentement éclairé : ce papier, c'est ma famille qui l'a signé pour moi. Et j'ai pris le premier cachet cet après-midi-là, déjà à la fin, avec la nuit d'hiver dessus, et ce qui s'est passé alors dans ma bouche est raconté à la première page de ce livre, et ce qui s'est passé après va dans le chapitre qui vient. Ici c'est l'autre chose : le nom, et pourquoi il a mis si longtemps.

Parce que le nom m'est arrivé deux fois, et il vaut mieux être exact, puisque le dossier l'est. Dans cette chambre il m'est arrivé de vive voix, avec le mot lithium, le mot bipolaire et la formule à vie. Par écrit il est arrivé bien plus tard, et il est arrivé dans l'ordre. Sur le compte rendu de sortie du premier service ils ont écrit un trouble psychotique lié aux toxiques, évolution vers un trouble bipolaire primaire à évaluer. Sur celui de ce service-ci, un épisode psychotique. Au centre de santé mentale, des semaines plus tard, une psychose toxique en ré-

mission, avec le trouble bipolaire posé à côté comme une possibilité à évaluer avec plus de temps et sans consommation. Six mois plus tard l'orientation restait ouverte entre trois options. Et le diagnostic ferme, trouble bipolaire de type un avec symptômes psychotiques, n'a été fixé qu'à la sortie de la troisième hospitalisation, quatorze mois après ce premier service. Qu'on regarde l'ordre, parce que c'est l'ordre de toute cette histoire : d'abord on m'a donné pour toujours le même sel que celui qu'a avalé mon père, et quatorze mois après on l'a écrit sur un papier. Et il faut expliquer pourquoi ça prend du temps, parce que les gens en bonne santé s'imaginent qu'un diagnostic psychiatrique se fait comme une radiographie, et il se fait comme une biographie. D'abord, à cause de la règle du manuel : s'il y a des substances dans le sang, la psychose est attribuée aux substances tant que le contraire n'est pas démontré, et pour le démontrer il faut voir le cerveau propre pendant des mois, et moi ça faisait un an que je n'étais pas propre un mois d'affilée. Ensuite, à cause de la maladie elle-même : le trouble bipolaire entre d'habitude par la porte de la dépression, et une dépression s'appelle une dépression et se traite comme telle pendant des années ; et l'autre moitié, l'hypomanie, n'arrive jamais jusqu'à une consultation, parce qu'on s'y sent à merveille et que personne ne prend rendez-vous parce qu'il se sent à merveille. Et enfin, parce que le diagnostic se fait à rebours, en lisant une histoire, et que la mienne était là, entière et non lue : deux passages aux urgences pour symptômes psychotiques deux ans et demi plus tôt, et un père avec le même nom écrit dans le dossier. Personne n'avait réuni ça jusqu'à ce qu'une femme avec une tablette le réunisse. Il y a des séries qui mesurent dix ans en moyenne entre les premiers symptômes et le diagnostic ; la plus clémente parle de six. À moi on m'a donné le lithium et le nom à trente-trois ans, on me l'a écrit à trente-quatre, et le premier épisode qu'aujourd'hui je sais lire comme un épisode, je l'ai eu plus de dix ans avant. Ce que quelqu'un a vécu à côté de moi comme une année interminable était, à la véritable échelle de cette maladie, le dernier tronçon d'une attente de plus d'une décennie. Et ensuite il y a la bagarre de grammaire que connaît tout diagnostiqué : si on est bipolaire ou si on a un trouble bipolaire. La clinique choisit le on a, pour que le diagnostic ne dévore pas le nom propre. Moi j'ai fini par une troisième voie : à l'intérieur de l'épisode on est la maladie, parce que celui qui décide là c'est la bouffée ; et quand le calme revient on passe à l'avoir, comme on a une cicatrice.

Il y a une chose des services de psychiatrie que personne n'imagine de l'extérieur, c'est que là-dedans il se noue de vraies amitiés. Les gens croient

qu'un service d'aigus est une galerie de catatoniques et de maniaques perdus. Il y en a, et j'en ai été un. Mais il y a aussi des gens effondrés dans une dépression, des gens qui arrivent d'une tentative de suicide, des gens cassés à des endroits qui ne les empêchent ni de parler ni d'écouter. Et parmi ceux qui peuvent parler s'organise une vie commune qui ne ressemble qu'à ce qu'on raconte des prisons : la fraternité de ceux qui sont enfermés ensemble, sans téléphone, sans lacets aux chaussures et sans personnage à jouer, sans rien à se donner les uns aux autres sinon la vérité. Là-dedans la frime n'a pas de place, parce qu'il n'y a nulle part où la mettre.

Dans cette hospitalisation j'ai connu une femme qui m'a accompagné plus que personne ces semaines-là. On est devenus très amis en quatre jours, ce qui est le temps que mettent les choses là-dedans. C'était une personne merveilleuse, chaleureuse, de celles qui posent une question et restent attendre la réponse. Elle était là pour la même chose que moi. Déprimée. Avec le même sel sur la table de nuit.

Quelque temps après qu'on nous a donné notre sortie à tous les deux, elle s'est supprimée. Je l'ai appris une fois dehors, et je suis resté un long moment assis avec ça dans la main sans savoir où le mettre. Je l'écris pour ce que ça m'a appris, qui est la seule chose que ce livre sache faire de ses morts. La femme qui riait avec moi dans la salle commune était exactement la même que celle qui, quelque temps après, a décidé de ne pas revenir. Et elle n'était aucune des deux. Elle était les deux. On va mal à un moment précis et on va parfaitement bien à bien d'autres, et le sel de la table de nuit sert aux deux choses, selon qui l'a dans la main et selon quand il l'a. C'était ça que j'avais dans la mienne, cet après-midi d'hiver, avec le nom tout juste étreint.

Chapitre 29 • L'héritage

Je suis sorti de la deuxième hospitalisation avec une boîte de lithium, un rendez-vous pour une piqûre mensuelle d'antipsychotique, une notice d'effets secondaires qui remplissait deux pages et une chambre de douze mètres carrés dans la vieille maison du village, la même d'où Marta était partie avec sa valise. Zéro euro sur le compte, et la dette de cette année-là qui m'attendait avec la patience qu'ont les dettes. Et ma sœur. De l'organisation de ce qu'il fallait organiser, c'est Sonia qui s'est chargée : les rendez-vous du dispensaire, le contrôle des cachets et, surtout, les conversations avec ma mère pour que la culpabilité ne me passe pas dessus. C'est elle aussi qui m'a lâché, la première semaine, la seule phrase de cet hiver qui m'ait servi à quelque chose : que je n'avais aucune obligation d'aller bien, que mon obligation était de suivre le traitement et rien d'autre. Elle et moi, on prend soin l'un de l'autre depuis l'enfance, et ça fait quarante ans qu'on est là-dedans sans que personne nous ait expliqué pourquoi ça nous vient si naturellement ; ce printemps-là, c'était son tour.

Et voici la première pièce, celle qui est la plus difficile à expliquer. Je suis arrivé à ce printemps en me croyant en bonne santé. Je n'étais pas un homme qui savait qu'il était malade et qui refusait de se soigner, cet homme-là existe et il a son chapitre dans les manuels : j'étais un homme qui se croyait en bonne santé et qui vivait, au minimum, dans une hypomanie perpétuelle qui paraissait à Marta être mon caractère et qui me paraissait à moi être mon caractère. Ce qui était un état, on l'avait appelé tous les deux, pendant des années, une personnalité. Et c'est avec cette tête-là qu'on m'a mis le lithium. Ça, ce n'est pas recevoir un diagnostic. Ça, c'est recevoir un héritage d'un coup, sans testament et sans notaire : celui d'un père totalement dysfonctionnel, qui m'a abandonné en se tuant, et dont il s'avère qu'en plus il m'avait laissé ça à l'intérieur. En un après-midi je suis devenu trois choses à la fois et sans personne pour m'en expliquer aucune : le fils du malade qui s'est tué, un malade moi-même, et le patient du médicament qui a été l'arme.

Et je n'y croyais pas. Je le dis aussi clairement parce que je l'ai vérifié depuis, message par message, avec l'archive sous les yeux. Dans les presque deux ans de conversation qui me restaient avec Marta, le mot bipolaire, je ne l'ai pas écrit une seule fois. Ni à peine sorti du service où on me l'avait posé, ni après. Je parlais de l'hospitalisation, des cachets, de la doctoresse, de la consommation, du peu que j'étais capable de me rappeler ; du nom, jamais. Avec Raquel, pareil : en des années de conversation le mot apparaît une seule fois, bien plus tard, écrit par elle et pour me dire que je me réfugiais derrière. Je ne le cachais à personne. C'est que je n'y croyais pas. Et il y a deux autres preuves, qui me laissent encore plus mal en point. À Lidia, la sortie encore fraîche, j'ai détaillé par écrit mes réticences à me mettre ça dans le corps, et une minute plus tard, sans sortir de la même conversation, je lui jurais que je le prendrais exactement comme on me l'avait prescrit à condition qu'il n'y ait pas de consommation : le même homme, les deux choses, la même minute. Et un an et demi plus tard j'ai laissé écrit que je prenais du lithium pour une bipolarité que, de l'avis de celui qui écrivait ça, il n'avait pas. Un an et demi de sel dans la bouche matin et soir, et celui qui l'avalait n'admettait toujours pas pourquoi.

Le manque de conscience de la maladie, je l'ai déjà expliqué, et il ne s'éteint pas à la sortie : il s'atténue, et il remonte dès que pointe l'épisode suivant. Mais là il y avait autre chose, et c'est ce qui donne son titre à ce chapitre. Croire au diagnostic, c'était accepter que j'étais mon père. Que ces années à lui avec le volet baissé et ces mois sur le canapé sans passer par la douche n'avaient été ni de la froideur ni du désamour, mais la partie basse d'un arc auquel personne n'avait donné de nom. Et que les périodes où il semblait capable de tout, la loi comprise, n'étaient ni son caractère ni sa force : c'étaient exactement les jours où moi, des décennies plus tard, j'entraînais Marta et Raquel à un rythme qui démolissait n'importe qui. Accepter le cachet, c'était accepter la chaîne entière, du grand-père au père et du père à moi, et penser pour la première fois à Claudia, ma fille, avec cette chaîne à la main. Personne ne veut signer ça à trente-trois ans. Alors on fait ce que j'ai fait : on avale le sel et on n'y croit pas.

Et maintenant ce qu'est le lithium en pratique, parce que ça, personne ne me l'a raconté et à qui lira ceci depuis un service ça sera plus utile que n'importe quoi d'autre dans ce livre. C'est un sel. Un élément du tableau périodique, le troisième, parmi les plus simples qui existent, et personne ne sait vraiment pourquoi ça marche ; on sait que ça marche, ce qui est différent, et qu'il tient debout depuis soixante-dix ans des gens comme moi et qu'il fait baisser le suicide

dans cette maladie comme aucun autre médicament ne l'a fait. Ce qu'il fait, c'est poser un plafond et un plancher : il n'enlève pas la tristesse d'un mauvais jour et il ne donne pas de joie, il tient le pendule pour qu'il ne parte pas trop loin ni en haut ni en bas. Et ce qu'il exige est précisément ce qui le rend dangereux : la marge entre la dose qui soigne et la dose qui empoisonne est étroite, une gorgée de différence, et c'est pour ça qu'il faut le mesurer dans le sang. C'est ça, la lithémie : une prise de sang faite douze heures après la dernière prise, d'abord toutes les quelques semaines et ensuite tous les quelques mois, qui dit si tu es dans la fourchette ou en dehors. Avec le même prélèvement on regarde le rein et la thyroïde, parce que le sel sort par l'un et touche l'autre. Il faut boire de l'eau. Un été où on transpire beaucoup, une gastro-entérite, un diurétique quelconque peuvent te déplacer le taux sans que tu aies changé la dose. Et il faut le prendre à ses heures, matin et soir, toujours, sans jours de congé, parce que la prise qu'on saute ne se rattrape pas. Mon père gardait les prises qu'il sautait. J'ai déjà dit ce que je fais des miennes.

Et ce qu'il enlève, dont personne ne m'avait prévenu. Il a emporté les nuits blanches, et je ne parle pas de celles de l'insomnie d'inquiétude, mais des autres : celles où on n'a pas besoin de dormir, avec le corps qui fabrique à trois heures du matin des projets et des idées et cette certitude qu'il n'y avait aucune porte fermée au monde. Il a emporté la vitesse, et avec elle les connexions qui arrivaient en cascade avant qu'on ait le temps de les noter, et cette capacité de suivre quatre conversations sans perdre le fil d'aucune. Et pendant la première année, avec l'antipsychotique pour lui tenir compagnie, il a emporté le plaisir de sentir fort : le monde a perdu plusieurs points de saturation, et cette hypersexualité qui m'avait gouverné vingt ans s'est éteinte au point de sembler ne pas exister. Le centre s'appelle l'euthymie, et le centre, pendant des mois, se ressent comme un trou. Comme si quelqu'un avait baissé le volume du monde et était parti avec la télécommande dans la poche. Ça, personne ne te le raconte, ni le médecin ni la famille, qui en avait assez comme ça, et tu le découvres tout seul : que tu as passé des années à vivre dans les extrêmes et que le centre te paraît un silence parce que tu n'y as jamais été. Et pire encore : que sans t'en rendre compte tu avais pris l'hypomanie pour étalon de la santé, cette version de toi brillante et infatigable, et qu'à côté d'un incendie, ne pas brûler ressemble pas mal à être éteint.

C'est là qu'est la raison pour laquelle on arrête, et ce n'est pas celle que croient les gens en bonne santé. On n'arrête pas par négligence. On arrête parce

qu'on est plat et qu'on se souvient de comment on était en haut ; on arrête parce que dès que pointe un prodrome le cerveau décide tout seul que le médicament est l'ennemi et que l'autre chose, la bouteille ou n'importe quoi, est l'ami de toujours ; et on arrête pour ce que j'ai déjà dit à la première page, quand on va bien. Ceux qui l'ont mesuré estiment que quatre patients sur dix l'arrêtent à un moment donné, et là-dessus je n'ai pas été une exception : cette année-là j'ai continué à le prendre, en râlant, et je l'ai arrêté deux fois ensuite, et les deux fois sont racontées là où il faut.

Et ce qu'il donne, que j'ai mis un an à voir. Ce qu'il donne, c'est de la continuité. Il te rend la possibilité de commencer une chose et de la finir, parce que le cycle ne change plus en cours de route. Celle de tenir une conversation entière sans que la tête file ailleurs. Celle de décider quelque chose aujourd'hui et que dans deux semaines celui qui l'a décidé existe encore. Avec les années il m'a donné en plus ma fille, que je peux voir grandir au lieu de disparaître dans une bouffée ; il m'a donné Laia, parce que pour que quelqu'un reste il faut d'abord qu'on soit assez immobile pour que rester soit une option ; et il m'a donné ce livre, qui dans l'un ou l'autre des deux extrêmes aurait été impossible à écrire.

Et il reste une photo de ce printemps-là. Cinq semaines après la sortie, dans la cuisine de chez ma mère, avec Sonia et un gâteau avec des bougies dessus. Il faut bien la regarder, parce que tout ce qu'il fallait est là et qu'il n'y a rien d'autre : un diagnostic par écrit, un traitement commencé, une maison, une famille assise à table et un homme prêt à apprendre à vivre avec ce qu'on venait de lui dire qu'il avait. Cette histoire aurait pu s'arrêter là. Il n'y avait aucune raison pour qu'après ce gâteau vienne quoi que ce soit de ce qui est venu ; rien de tout ça n'était écrit nulle part ni n'était la conséquence inévitable d'être malade.

La dernière chose est pour ma fille. J'ai déjà dit ce que disent les études sur les jumeaux, et Claudia porte dans le sang une possibilité que je ne peux pas lui effacer. Ce qui est en mon pouvoir, c'est que le jour où elle en aura besoin, elle ne passe pas trente ans à attendre que quelqu'un mette un nom sur ce qui lui arrive. C'est exactement ce qui m'a manqué, et c'est la seule chose que je puisse lui donner. Et aujourd'hui, quand je pars quelques jours de chez moi, le message que j'envoie aux miens ne change jamais : que de tout ce que j'ai, je n'emporte que le lithium.

Chapitre 30 • Bien et fort

Entre la première hospitalisation et la deuxième, avec le téléphone neuf que j'avais dû m'acheter après l'agression, j'ai écrit deux lignes à Marta : un salut, et la question de savoir si elle m'avait bloqué. Elle m'avait bloqué. Il n'y a pas eu de réponse, et il n'y en a pas eu non plus dans les deux mois qui ont suivi, ceux des deux services, du diagnostic et de la sortie. Et je n'avais besoin de la prévenir de rien, parce qu'elle savait tout : ces mois-là elle continuait à parler avec ma mère et avec Sonia, et c'est par cette ligne que lui sont arrivées les deux hospitalisations, avec leurs dates et leur hôpital. Elle le savait et elle n'est pas venue. Celle qui est venue, c'est une femme que je connaissais depuis des semaines.

Trois jours après la sortie, la conversation a recommencé à exister, et celle qui a rompu le silence, c'est elle. La première chose qu'il y a, c'est moi qui la remerciais de m'avoir parlé, parce que j'avais besoin d'avoir de ses nouvelles, et elle qui me disait de ne pas la remercier, qu'elle n'avait pas su faire autrement. Moi, que je le savais, que moi non plus je n'avais pas su, et que le miracle c'était que j'étais encore vivant. Et à partir de là, en moins d'une demi-heure, tout ce qui allait me tenir debout et me démolir cette année-là, dit d'une traite : que maintenant j'allais vivre avec encore plus d'envie ; que je me donne du temps et de la douceur ; que j'avais une page blanche devant moi ; que je n'étais pas seul et qu'il y avait là beaucoup d'amour pour moi ; qu'elle ne me voulait pas hors de sa vie, mais qu'elle me voulait bien et fort et savoir que j'y arrivais ; et qu'elle ne voulait pas se faire de mal à elle-même. J'ai répondu que la vie était très longue, et que c'était quand même bizarre de me l'entendre dire. Et j'ai tout cru.

Aujourd'hui je le lis avec une autre tête, et pas pour le lui faire payer. Une page blanche trois jours après une sortie, c'est un homme sans mémoire de quatre mois. L'amour qu'il y avait là, c'était celui de ma mère et celui de ma sœur ; le sien, elle me le donnait par écrit depuis là où elle n'était pas. Et bien et fort, c'est exactement ce que la maladie vient d'enlever à un malade tout juste diagnostiqué. Elle était en train de me dire, sans le savoir, qu'elle me voulait dans la phase haute. Le lendemain, quand je lui ai donné ma première explication de ce

qui s'était passé (que le mauvais était parti avec l'hospitalisation, que la drogue m'avait fait beaucoup de mal et qu'on n'allait plus m'hospitaliser), elle a répondu deux choses à la suite. Qu'elle savait que c'était mieux d'être comme ça, parce qu'il y a des choses qui ne guérissent que comme ça. Et que trois mois plus tôt elle était là, seulement trois mois. Et quand j'ai dit que je m'étais beaucoup drogué, elle m'a corrigé la chronologie sans hausser la voix : que je me droguais déjà bien avant. Être comme ça, c'était être séparés. Elle, la distance la guérissait, et là-dessus elle ne mentait à personne. Moi, d'après tout ce qui a été mesuré sur cette maladie, la distance de la personne avec qui je dormais était le facteur qui pesait le plus contre moi. Ce qui la guérissait, elle, à moi ça me pronostiquait. Et dans les trois mois qu'elle comptait tenaient deux services de psychiatrie.

Une semaine plus tard je lui ai raconté que j'avais repassé avec ma mère et avec ma sœur les jours où elle était partie, et que je ne me souvenais presque de rien, comme si mon esprit s'était protégé ou n'avait pas été là. Elle a mis trois heures à répondre, et elle a répondu qu'elle était restée en état de choc, qu'elle pensait que moi je m'en souvenais. Que pour parler de ça elle était prête, qu'elle y tournait autour depuis des mois. Des mois à tourner autour de jours que moi je n'avais pas. De cet hiver-là il existe une seule version complète, et ce n'est pas la mienne.

Et ce qu'il y avait à côté de moi pendant qu'on parlait, c'était ça. Ma mère avait déménagé en plein hiver dans un autre village du Vallès, où vivait déjà Sonia, et elle m'a laissé la vieille maison entière, et je ne l'ai pas supportée : elle me ramenait trop de souvenirs, ceux de Marta et ceux de la psychose, et je ne savais tenir ni une maison ni moi-même. J'ai trouvé un travail temporaire de deux mois, démarchage commercial à froid par téléphone, c'est-à-dire appeler des gens qui ne veulent pas qu'on les appelle, avec un cerveau qui sort à peine d'un service et qu'on vient de mettre au lithium. Si quelqu'un devait concevoir l'emploi le moins indiqué pour un homme dans ma situation, il aurait du mal à faire mieux. J'ai déménagé près du travail, dans une commune de la banlieue, dans une chambre d'un appartement qui n'était pas à moi, avec deux colocataires qui n'échangeaient pas un mot avec moi, et je n'étais pas capable d'y passer un week-end : tous les vendredis je partais chez ma mère ou je voyais Lidia. Et Lidia était, à l'époque, une inconnue qui me donnait énormément de tendresse, et je m'accrochais à elle comme on s'accroche à ce qu'il y a. C'est dans cet appartement où personne ne parlait que, pour la première fois de ma vie, j'ai posé

à un moteur de recherche la question qu'on ne pose pas à un moteur de recherche, comment en finir avec tout, et avec la même substance qui a emporté mon père. Il ne m'a pas répondu, évidemment. Je le laisse écrit parce que ça fait partie du dossier et parce que celui qui est aujourd'hui dans cette case-là mérite de savoir deux choses : que c'était le tableau clinique qui parlait, et que de là on sort.

Sept semaines après la sortie je lui ai écrit que je me sentais seul, que c'était ça le pire, que j'étais un peu déprimé. Et elle a répondu que je ne sois pas si négatif, que ces pensées-là venaient toujours de moi ; que je devais être conscient que je n'étais pas une victime, et même changer ma façon de parler ; et qu'on est comme on se montre aux autres. Moi, quelques minutes plus tard : qu'elle avait entièrement raison, mais que ces jours-là je me sentais comme ça, même si au travail je faisais bonne figure. Toute l'année est là : un homme avec sept semaines de lithium qui donne raison à la phrase qui nie sa maladie. Je ne jouais pas les victimes : j'étais en train de lui décrire un symptôme, et elle a répondu au symptôme comme si c'était une pose. Et on est comme on se montre, ça vaut pour les gens en bonne santé ; pour ce que j'ai, moi, c'est exactement l'inverse. Les critères de la manie sont une liste de façons de se montrer (plus bavard, moins de sommeil, l'estime de soi envolée), et ceux de la dépression la liste contraire (la parole lente, le corps en plomb, la pensée qui revient toujours à soi). Cette maladie est, littéralement, une maladie de la façon dont tu te montres. Un cardiologue ne te dit pas que tu es comme se montre ton électrocardiogramme le jour de l'infarctus. Ici, avec l'organe qui gère précisément le fait de se montrer, c'est exactement ce qu'on a fait.

Une étude d'il y a plus de vingt-cinq ans a suivi mois par mois des patients de type un et a mesuré une chose très précise : un faible soutien social ne change pas grand-chose à la manie, mais il allonge la récupération des épisodes dépressifs et les rend plus symptomatiques. C'est spécifique de la phase où j'étais, la dépression d'après la psychose. Et par-dessus, l'émotion exprimée, que j'ai déjà racontée : il n'est pas nécessaire que la critique de l'entourage soit cruelle, il suffit qu'elle dise au symptôme que c'est une pose. Ce printemps-là j'ai eu les deux choses à la fois, de la même personne et avec de la tendresse : le retrait (qu'elle n'était pas prête ; que comme elle allait bien, ça l'angoissait de me voir ; qu'elle n'avait pas peur de moi, mais d'elle-même ; que si ça piquait c'est qu'il y avait de la vie) et la correction. Et par-dessus je lui demandais pardon de demander. Pardon de te déranger, pardon de te prendre la tête, pardon de te déstabiliser. Un

homme qui sort à peine de deux services et qui demande pardon de demander s'il peut voir son chien, et une femme qui demande pardon de mettre du temps à répondre parce qu'elle était sous la douche. Je le raconte parce que jusqu'à il y a peu je n'avais pas réussi à le lire.

L'été a été une boucle, et elle se décrit toute seule. Moi je disais bonjour. Elle racontait le travail. Moi je demandais des nouvelles de Toby. Elle racontait le travail. Moi je disais qu'elle me manquait ; elle, qu'elle était à un autre moment. Moi je demandais moins que ce que je voulais ; elle accordait moins que ce que je demandais. Tous les deux on disait qu'on s'aimait, moi je m'excusais d'être lourd, et le lendemain on recommençait. Un jour elle a dit la chose la plus exacte de toute cette année-là : qu'elle, elle regrettait un Marcos qui n'existait pas, et moi une Marta qui n'existait plus non plus. Un autre, que je l'étouffais ; qu'elle était plus heureuse en sachant que j'allais bien et que je me faisais fort un peu plus chaque jour ; qu'elle me demandait d'être celui qui retournerait tout ça. Une nuit je lui ai écrit que je regrettais énormément d'avoir été si égoïste, que j'avais été très malade, que la faute était grande, et elle deux fois de suite que ce n'était pas ma faute ; que je devais me pardonner et laisser ça faire mal, parce que je n'avais pas décidé d'être comme ça ; et qu'elle non plus n'avait pas pu faire plus pour moi. Me pardonner de quoi, je demande aujourd'hui. On se pardonne une faute, et ce que j'avais, moi, c'était un diagnostic. Et elle pouvait faire plus pour moi : elle était la seule variable que la littérature signale pour ce que j'avais.

Et la nuit des trois heures, l'été déjà bien entamé, elle a fini par dire à voix haute ce qu'elle taisait depuis des mois : que derrière il y avait la peur d'une réaction de ma part et de retourner à l'enfer de cet hiver-là. J'ai demandé peur de quoi, pardon. D'une réaction négative, ou dépressive au maximum, ou qu'est-ce qu'elle en savait. Et quand je lui ai parlé d'essayer depuis la stabilité, avec le lithium en place et la piqûre en place et quatre mois de traitement, elle m'a répondu que c'était un joli conte, mais que la vie réelle était autre chose. Et cinq mots : on ne meurt pas d'amour. Je lui réponds avec la seule partie de tout ça qui ne dépend pas de moi. Une méta-analyse portant sur cent études a mesuré que dans les trois premiers mois après une sortie de psychiatrie le taux de suicide est d'environ cent fois le taux mondial, et que sur le reste de la première année il reste presque soixante fois. Moi, ça faisait quatre mois que j'étais sorti. On ne meurt pas d'amour. On meurt de ce que j'avais, moi, dans les mois exacts où elle m'écrivait ça. Et ce printemps-là j'avais déjà posé la question à un moteur de recherche.

À cette époque-là on m'a refusé une chambre parce que les propriétaires avaient lu sur internet ce que j'avais écrit pendant l'hiver, et ni le contrat de travail signé ni le certificat médical ne leur ont suffi. Et quelques jours plus tard je lui ai raconté que j'avais trouvé un appartement avec Lidia, que la décision avait été très rapide parce qu'on se faisait mettre dehors tous les deux. Elle a dit que c'était très bien, que sa vie changeait dans une direction qui lui plaisait beaucoup ; qu'on n'était pas faits pour être ensemble et que se rendre compte que ça ne marche pas c'est aussi de l'amour ; qu'elle avait fermé ce chapitre et qu'elle en avait besoin pour être heureuse. Et le lendemain, en entier : que le mieux serait de se parler de loin en loin et de se laisser être ; qu'elle ne croyait pas que je comprenne qui elle était, et qu'elle n'avait pas la force de faire plus d'efforts pour me comprendre, moi. J'ai demandé à pouvoir prendre des nouvelles de Toby de temps en temps, et j'ai accusé réception en une phrase : qu'elle était en train de me dire d'arrêter de se parler, pour toujours. Ses derniers mots de cet été-là, c'est qu'elle me souhaitait le meilleur, ce qui est inséparable de l'amour.

J'ai gardé l'espoir de revenir avec elle jusqu'à ce jour-là, et un peu plus, jusqu'à ce que j'admette que ça n'était pas une parenthèse. C'était ma vie. Et aujourd'hui je dis une chose que je n'aime pas dire et qui est vraie : ça aurait mieux valu qu'elle ne me reparle plus. Pas à cause de ce qu'elle disait, qui était tendre ; à cause de ce qu'elle faisait. Un je t'aime le soir et le lendemain matin la phrase disant que ça ne pouvait pas être autrement, du même téléphone et de la même personne, des mois de suite. Un psychiatre anglais a décrit il y a soixante ans ce que fait un animal quand sa figure d'attachement disparaît : d'abord il proteste, il cherche, il appelle et il n'arrête pas d'appeler, et cette phase ne s'éteint que quand il cesse de recevoir un signal. Moi, je recevais un signal tous les soirs. Avec ça la protestation ne s'éteint pas : elle se chronicise, et un cerveau tout juste diagnostiqué passe une année entière à attendre, chaque soir à la même heure, la phrase qui ne voulait plus dire ce qu'il avait besoin qu'elle veuille dire.

Chapitre 31 • Tout retourner

À la fin de cet été-là j'ai emménagé avec Lidia dans un dernier étage minuscule et miteux, dans le village d'en haut, où vivaient déjà ma mère et ma sœur, et l'immeuble portait sur la plaque de l'entrée un nom de sainte. Je le raconte parce que c'est exactement ce qui se passait en moi : je ne pouvais pas regarder cette plaque sans me rappeler la maison formidable que Marta et moi avions vue dans une rue de Barcelone qui portait ce même nom, celle qu'on regardait comme on regarde une vitrine. Chaque fois que j'entrais dans ma maison neuve, avec une autre femme, le hall me renvoyait à celle qu'on n'avait pas pu avoir. Et malgré ça, avec Lidia il y a eu de la tendresse et il y a eu de la paix : ça valait le coup. Mais de deux personnes qui se mettent ensemble sans avoir fait leur deuil il ne sort rien de bon, et aucun de nous deux ne l'avait fait. Moi je trimballais la valise de Marta, et elle son ex, qu'elle a continué à voir cet automne-là. Dans ce dernier étage on vivait trois deuils dans quarante mètres carrés, et j'ai passé des mois à chercher pour le mien un nom plus présentable que jalousie, et c'était de la jalousie, et elle m'a érodé juste ce qu'il fallait pour que je me remette à boire. Une bière en rentrant du travail. Et cette bière a été la base de tout ce qui est venu après.

Pour le reste c'était la vie ordinaire, qui est ce qu'on raconte le moins dans ce livre et ce qu'il y avait le plus : un nouveau travail en assistance technique, salaire modeste et horaires fixes ; un master le soir ; une psychologue toutes les semaines, dans le privé, avec qui je travaillais pour la première fois sur l'histoire des treize ans et, avec elle, sur le traumatisme de la séparation. Et dans le téléphone, après deux mois de silence tenus par tous les deux, Marta de nouveau.

Ça a été un après-midi de début d'automne et on a parlé presque quatre heures d'affilée. Ça a bien commencé. Elle se réjouissait beaucoup de me voir aller si bien, elle racontait qu'elle était très stable et qu'elle ne pensait presque plus à des choses horribles : qu'elle était arrivée à me pardonner et, le plus important, à se pardonner à elle-même, et qu'elle allait assez légère dans la vie. Je lui ai répondu par une des phrases les plus dures que je me sois jamais adressées : que

le peu de bon qu'elle avait vu de moi en bien trop longtemps, avec tout l'amour que je lui avais porté ; qu'il y avait à l'intérieur un mauvais garçon que ça m'avait pris des années à sortir. Il n'y avait aucun mauvais garçon. Il y avait un épisode maniaque de douze mois avec symptômes psychotiques, c'est comme ça que l'appelle aujourd'hui mon dossier médical, et moi je l'appelais mauvais garçon parce que le vocabulaire que j'avais sous la main était le sien, celui du pardon. Elle m'a expliqué pourquoi elle, oui, devait se pardonner : qu'elle m'avait vu mal de tellement de façons qu'elle avait besoin de s'enlever ces images de la tête, et que me voir ne l'aidait pas ; qu'elle n'avait pas passé trois nuits de suite seule chez elle de toute sa vie. Elle a appris à être seule dans les mêmes semaines où moi j'apprenais à être hospitalisé.

Et au bout de trois heures elle a posé la question : est-ce que je n'étais pas avec la fille qui était apparue quand elle était partie. Je lui ai répondu la vérité : que j'étais avec Lidia parce qu'elle, elle était partie, et que quand on m'a hospitalisé Lidia était là ; qu'ensuite ça avait marché, mais qu'à l'époque j'étais seulement effrayé et perdu. Et là elle a écrit la phrase qui résume le désaccord des années suivantes : est-ce que je me rendais compte que mon point de vue restait très égoïste. Que je parlais comme si avant cet abandon il ne s'était rien passé, alors qu'elle avait tout essayé et que tout le monde autour de moi avait tout essayé ; qu'elle était partie pour elle, et que là-dessus oui, elle avait été égoïste, et que c'était la seule chose qu'elle avait faite pour elle-même depuis des années ; que ma façon de parler la mettait en rage. Et qu'elle était contente que Lidia, elle, m'accompagne.

La seule chose qu'elle avait faite pour elle-même depuis des années, elle a dit : partir. La seule chose que moi j'avais faite pour moi-même dans ces mêmes mois, ç'a été deux hospitalisations, un lithium et neuf entretiens d'embauche, et ça, j'appelais ça survivre. Égoïste, c'est celui qui préfère son propre bien alors qu'il peut choisir ; elle pouvait choisir, elle a choisi, et cet après-midi-là elle a mis le mot dessus elle-même. Moi je ne pouvais rien choisir. Et le tout essayé, j'y ai déjà répondu : on a essayé contre les drogues et contre mon caractère, qui était ce qui se voyait ; contre la maladie, on n'a rien essayé du tout.

C'est là que s'emboîte une phrase qu'elle avait lâchée cet été-là en passant, en parlant de ce qui lui servait à l'époque : qu'elle avait appris à tout retourner. Tout retourner. C'est exactement le contraire de le réparer. D'où lui venait cette façon de regarder, je n'en sais rien et ce n'est pas à moi de le dire, et je ne vais pas m'inventer une pièce où je n'étais pas. Ce que je sais, c'est l'autre chose :

qu'un récit construit tout seul, sans l'autre en face, choisit ses mots pour ce qu'ils soulagent. De la culpabilité on sort par deux portes, réparer ce qu'on a fait ou se convaincre qu'il n'y avait rien à réparer, et la phrase avec laquelle elle est sortie par la deuxième, elle l'a répétée toute l'année : que ça ne pouvait pas être autrement. Personne ne se sent coupable de ce qui ne pouvait pas être autrement ; personne ne se sent coupable qu'il pleuve. Son corps savait que ça pouvait être autrement, et c'est pour ça que, comme elle l'a raconté elle-même, ça lui a fait mal beaucoup de jours.

Et le récit qui est sorti de là a une structure que j'ai revue ensuite dans tous les récits sur moi. Pour partir, de l'émancipation : la seule chose qu'elle avait faite pour elle-même, être égoïste lui donnait la paix, partir c'était de l'amour ; elle a appelé amour le fait de partir quatre fois en quatre mois. Pour ce qui était la maladie, du victimisme : que je n'étais pas une victime, que ça devait être moi, que je retourne tout ça, que je l'étouffais. Elle a exigé une responsabilité pleine de celui des deux qui avait une maladie qui l'annule, et elle s'est accordé à elle-même la fragilité qu'elle lui refusait. Et le trou qu'elle a laissé ouvert est celui-ci. Trois jours après ma sortie, elle avait écrit elle-même que ça avait été un nuage noir qui m'était tombé dessus et que ce n'était pas moi. La distinction entre la maladie et la personne, elle l'avait faite avant n'importe lequel de mes médecins, et elle s'en est servie pour partir des deux : le nuage, c'est un hôpital qui l'a traité, et celui qu'elle a laissé dans cette maison, c'était moi. Ensuite elle s'est consacrée à nettoyer le souvenir du nuage, qui était la seule chose qu'elle avait emportée de là. Et deux ans plus tard, ailleurs et avec d'autres gens, le même nuage aurait un autre nom. Ça se raconte là où il faut.

La clinique appelle ça la revictimisation : d'abord la biologie te punit et ensuite les gens te punissent pour les symptômes de cette même punition, parce que l'entourage ne lit pas une bouffée comme il lit un infarctus, il la lit comme une révélation. Et quand le récit de l'autre a besoin que tu sois le méchant, le récit se ferme et n'admet plus rien qui vienne de toi, ni un je t'aime ni une question sur le chien. Toute cette année-là je lui ai demandé pardon d'être malade, et je l'ai fait parce que j'ai cru ce qu'elle me disait. Un malade qui demande pardon de ses symptômes à la personne qui l'a quitté parce qu'il les avait, ça a un nom, l'auto-stigmatisation, et c'est mesuré : ça prédit une moins bonne observance, plus de dépression et plus d'isolement. Avant la chaîne, avant les plaintes et avant les liasses de papier, la première source de mon auto-stigmatisation a été

elle. Et je l'ai si bien appris que des années plus tard je continuais à demander pardon d'exister.

Le jour de mon anniversaire elle m'a souhaité bonne fête à midi, et le soir il y a eu une heure et demie de conversation qui est descendue marche après marche. Je lui ai raconté la journée : un grille-pain qui nous manquait à la maison, une tasse, un repas dehors avec Lidia. Et ensuite la boucle : que ça valait la peine d'avoir réessayé. Elle a coupé dans la minute suivante, que ça n'était pas réel, que moi j'étais avec quelqu'un et elle avec elle-même. Et alors elle a écrit la chose la plus nue qu'elle ait dite de toute cette année-là : qu'elle avait maintenant une vie qui lui plaisait, même si ce n'était pas celle qu'elle voulait. Qu'elle ne voulait pas être seule tous les soirs, et qu'elle n'avait jamais redormi avec personne comme elle dormait avec moi. Et que voilà, c'est tout, pardon. Je le mets parce que c'est à elle et parce que ça explique l'autre chose : je t'aime mais je ne peux pas te voir, dit pendant des mois à un cerveau dont le système d'attachement est cassé, c'est une porte qui s'ouvre et se ferme à intervalles irréguliers, et c'est exactement la façon de garder un animal accroché.

Quelques jours plus tard elle a proposé qu'on se parle au téléphone, et l'appel est arrivé, et je l'ai pris en me promenant avec Lidia. Et dans cet appel, avec la voix qui ne tient pas dans un chat, elle m'a reproché la syphilis de quatre ans plus tôt, dont elle ne savait rien : ni qu'elle était montée par-dessus l'histoire des treize ans, ni que cet automne-là j'étais précisément là-dedans, en thérapie, en train de le voir reculer pour la première fois de ma vie avec le stabilisateur dans le corps. Cet appel m'a appris que le je t'aime et ce sera toujours comme ça était ce qui pouvait s'écrire, et que ce qui pouvait se dire à voix haute, c'était la syphilis. Et que le reproche est arrivé au moment exact où j'étais, enfin, en train de guérir de ce qu'elle me reprochait.

Neuf jours plus tard il y a eu le repas de la boîte. Pour mon anniversaire j'étais allé à un concert et j'avais bu bien plus que d'habitude, et au repas je me suis remis à boire bien plus que de raison. Un peu avant minuit je lui ai écrit, et elle a répondu que c'était curieux que juste un an plus tôt on ait été au plus mal. Moi, que oui : au plus mal, très mal, épouvantablement mal. Elle, que tout finit et que d'autres choses commencent. Moi, que ça me crevait de dire oui. Passé minuit elle m'a demandé quelle était la chanson du repas de Noël, je lui ai donné le titre, et elle a répondu par un émoticône qui lève les yeux au ciel, et au milieu de la nuit elle m'a demandé ce qui m'arrivait. Et les trois messages de la nuit sont arrivés. Que rien, qu'est-ce qui l'étonnait. Que parce qu'elle n'était pas

l'ennemi. Qu'elle était mon ennemi. Elle a demandé d'où ça sortait. Moi, que ça sortait de tout le processus de merde que j'avais dû me farcir pour la laisser derrière, pour oublier ce qui comptait le plus pour moi dans cette putain de vie de merde. Elle a répondu un seul mot, un ok, et elle est allée dormir.

Le lendemain matin j'étais en cours. Elle a écrit que ce qui s'était passé la veille au soir ne lui avait pas plu du tout ; qu'elle ne tolérait pas qu'on revienne à la même chose qu'un an plus tôt ni que je m'imaginais que je pouvais vomir là tout ce qui me passait par la tête ; que ce n'était pas sain. J'ai répondu dans la minute : que j'avais encore fraîche la dernière séance avec ma psychologue, avec qui on était justement en train de sortir le traumatisme de séparation ; que la rage et la tristesse de nous avoir perdus étaient sorties, et que je n'aurais pas dû lui écrire. Elle m'a dit de me concentrer sur ce que j'avais et de la laisser ; qu'elle le faisait aussi, elle, et qu'elle ne me dérangeait ni les routines ni les sentiments ; qu'elle croyait qu'elle allait couper la communication là ; que c'était toujours comme moi je voulais. Et moi : que bon sang, Marta, que je ne voulais pas l'embêter, qu'elle me bloque et voilà, que je lui présentais mes excuses et que je ne le referais plus. Elle : eh bien tu le fais. Autrement dit, ce blocage-là, c'est moi qui l'ai demandé. Et je l'ai respecté une année entière sans lui écrire une seule fois. Ce que j'ai vomi, c'est une phrase, dans une année de je t'aime et de pardons ; pour une phrase, un an de blocage, et je signe, parce qu'un cerveau comme le mien tient un non quand il a trois choses devant lui : un motif, une phrase et sa propre demande. Sans elles, non. Il vaut mieux le garder, parce que c'est la preuve qu'il faudra pour la suite.

Et une chose de ce matin-là qu'elle croyait et qui est fausse : que son silence était neutre. La personne qui met à l'heure l'horloge d'une autre ne disparaît pas sans lui changer le rythme, et j'ai déjà raconté ce que font les changements de rythme dans cette maladie. Son silence me dérangeait les routines exactement comme mes messages les lui dérangeaient. À une différence près : elle le disait et moi je me faisais hospitaliser. Dans les semaines qui ont suivi je me suis remis à écrire au milieu de la nuit, de plus en plus, le premier signal que des années plus tard j'apprendrais à lire. Trois mois après j'étais hospitalisé.

Chapitre 32 • La doctoresse

La médecin qui m'a suivi pendant les cinq années suivantes ne m'avait pas vu hospitalisé une seule fois. Dans le premier service c'est la psychiatre de garde qui s'est occupée de moi, qui a récité son protocole et m'a renvoyé dans la rue sans mettre de nom sur rien ; dans le deuxième c'est une autre qui m'a donné le nom et qui a disparu de ma vie en signant la sortie. Celle qui m'est tombée dessus ensuite, celle du dispensaire, celle des rendez-vous toutes les quelques semaines et celle des comptes rendus et des ordonnances de toutes les années qui venaient, c'était une troisième, et dans ce livre elle n'aura pas d'autre nom que celui-là : la doctoresse du dispensaire. Je suis sorti du premier rendez-vous en sachant que ça allait mal se passer, et pas à cause de ce qu'elle faisait, qui était bien fait. À cause de sa façon de regarder. Je n'étais pas, pour elle, un homme avec une maladie. J'étais un toxicomane. De là sortait la seule question qu'on m'a posée rendez-vous après rendez-vous pendant cinq ans : pas qu'est-ce qui t'est arrivé, mais qu'est-ce que tu as pris. Et quand la plainte est arrivée deux ans plus tard, qui a son chapitre, elle est entrée dans cette pièce avant moi et elle a changé la couleur de tout : à partir de là j'ai été un agresseur avec un trouble qui expliquait sa conduite sans l'excuser. Ce qui se passait en elle, c'est moi qui l'invente ; ce qu'elle signalait est dans les papiers. Stable, un manipulateur compensé. En rechute, la confirmation de ce qu'on savait déjà. Silencieux, un malhonnête.

Je vais mettre une consultation entière, parce que sans ça c'est la parole d'un patient contre une professionnelle que le lecteur n'a jamais vue.

Une pièce avec une fenêtre qui donnait sur une cour d'immeubles, une table, l'ordinateur tourné de côté et trois chaises : la sienne, la mienne et une troisième qui en cinq ans n'est pas restée vide un seul jour. Moi je parlais et elle écrivait, et toutes les quelques phrases elle sortait les yeux au-dessus de l'écran juste le temps de vérifier une donnée, comme celui qui tire la jauge d'huile, la regarde et la remet. Et elle démarrait toujours par le même endroit.

— Qu'est-ce que tu as consommé ?

Ça, et rien que ça. Ni comment tu dors, ni où ça en est au tribunal, ni comment tu le vis, l'histoire de ton père. Cinq ans de rendez-vous ouverts par cette question, tenus par cette question et fermés par cette question, et ce que je répondais atterrissait sur une ligne.

Il y a eu un jour où j'ai essayé de lui expliquer le bricolage que je m'étais monté tout seul, qui était une énormité, oui, mais une énormité avec sa logique dedans.

— Je ne la prends pas pour le tabac. Je la prends pour ne pas boire. Ce que j'essaie, c'est de remplacer l'alcool par ça.

Des mois plus tard, dans un compte rendu d'elle dont j'avais besoin pour une autre démarche, j'ai trouvé écrit que le patient rapportait une consommation de cette substance dans l'intention d'arrêter de fumer. Même ma pire idée n'est pas arrivée entière sur le papier.

Ensuite elle tournait un peu la chaise sur le côté, là où était ma mère, ou ma sœur, selon le jour.

— Et vous, qu'est-ce que vous avez remarqué ?

Et ma mère disait ce qui se voit de l'extérieur et les mauvais jours, qui est la seule chose qui se voit de là : que j'allais très mal, que je buvais, que je passais mon temps à mettre en ligne des vidéos. Pas un mot faux. Elle était morte de peur, on ne lui avait donné aucun outil et elle répondait avec ce qu'elle avait. Et alors arrivait ce qui soutient ce chapitre : elles se mettaient toutes les deux à parler de moi à la troisième personne avec l'intéressé à cinquante centimètres. Le patient minimise. Le patient ne reconnaît pas la consommation. En consultation il apparaît calme, abordable, coopérant. Moi, assis là, le manteau sur les genoux, à écouter comment on tapait au clavier le document qu'un juge allait lire quelques semaines plus tard.

Le traitement interdictif, celui qui te met le corps dans un état impossible si tu bois, elle me l'a proposé une fois.

— Non.

Comme ça, tout sec, sans expliquer pourquoi, parce qu'expliquer c'était offrir du matériel. Dans le dossier c'est resté comme refusé par le patient, et cette ligne a fonctionné pendant des années comme la preuve documentaire de ma mauvaise volonté.

Et elle fermait par ce qui la concernait : l'ordonnance, la date du prochain rendez-vous et une démarche.

— Je vais t'orienter vers le service infirmier, pour qu'on t'explique quatre ou cinq choses sur le trouble.

Quatre ou cinq choses, ça l'a été, littéralement : quelques séances, les bases, au revoir. De la psychoéducation, de la vraie, avec une méthode et avec des heures, je n'en ai eu aucune avant sept ans après le diagnostic, et en tout cas elle n'est pas sortie de là. De cette pièce je repartais toujours pareil, le papier à la main et avec la sensation exacte de celui qui vient de passer un contrôle routier.

Et un jour, à propos de l'alcool, elle m'a dit une phrase. Que si un jour je buvais et que je perdais le contrôle, je pourrais violer quelqu'un. Ça ne figure sur aucun papier et c'est pour ça que je l'écris ici, parce que c'est le centre de tout ça. Je suis sorti de la consultation en sachant ce que j'étais pour ma médecin, et ce n'était pas un patient avec un trouble affectif : c'était un violeur en puissance qu'on tenait sous surveillance avec des médicaments. Je ne l'ai pas gobé, parce que ce n'était pas vrai et que ça ne l'avait jamais été ; mais ça, c'était la personne qui avait autorité totale sur mon dossier médical qui le disait, et ses comptes rendus voyageaient jusqu'au tribunal, et cette phrase m'est restée à l'intérieur du système nerveux avec le poids d'un objet. Et il manque encore la couche du dessous, qui est celle que j'ai le plus de mal à poser. Dans une de mes anamnèses d'admission figure, comme donnée biographique sans plus, sexualité précoce et multiples relations sexuelles à risque depuis l'âge de treize ans. Au passif. Sans sujet. Sans une seule question derrière. Aucun gamin de treize ans n'a une sexualité précoce : il a des adultes autour de lui qui font ce qu'ils ne devaient pas, et cette phrase est un des marqueurs centraux de l'abus sexuel sur mineur. C'était écrit, et personne n'a jamais posé la question. Dire à ce patient-là qu'il pourrait violer quelqu'un, ce n'est pas seulement un jugement téméraire : c'est prendre la victime et la mettre, sans vouloir en savoir plus, du côté de l'agresseur. Ce que ça produit est décrit et ça s'appelle sceller le silence. Avec cette phrase sur le dos, allez voir qui va raconter à cette dame ce qu'on lui a fait à treize ans. La donnée vraie, celle de l'enfant, est restée exactement là où elle était, enterrée, avec une honte neuve montant la garde par-dessus.

Ensuite il y avait le dispositif, qui est le mot qui convient. On m'a ordonné de venir accompagné, avec ma mère ou avec ma sœur, une année après l'autre ; seul on ne voulait pas de moi, et un moment en tête à tête ne m'a jamais été proposé. Voyons où je parlais, moi, du suicide de mon père, avec sa veuve sur la chaise d'à côté. Voyons où je parlais de ma sexualité, de ma honte ou de ma peur, avec ma famille d'origine qui prenait des notes à ma droite. On exigeait de

moi une transparence absolue et on me refusait le seul format où la transparence est possible. Et les comptes rendus se cuisinaient avec ce qu'elles racontaient au téléphone, qui était ce qui se voit de l'extérieur et les pires jours, parce que ce que je disais, moi, ne comptait pas. De tout ça il y a un matin qui le peint en entier, et il est du pire mois de ma vie : j'ai su qu'on m'avait déplacé un rendez-vous, j'ai tenu pour acquis que c'était ma mère qui l'avait déplacé en appelant de son côté, et je lui ai écrit comme j'ai pu qu'elle n'était pas psychiatre, que le patient c'était moi, maman. Et elle, quelques minutes plus tard, terrorisée et sans un seul outil à la main : que c'était parce que j'étais un peu malade et que ça me partait en vrille et qu'après c'était elles que j'allais chercher. J'étais en pleine bouffée. Et ma psychiatre rédigeait avec ce que lui racontaient ceux qui appelaient.

Alors j'ai menti. J'ai minimisé. Je me suis tu sur des rechutes entières. Tout ce que je lâcherais là-dedans pouvait finir rédigé, et le rédigé finissait devant un juge : lui raconter mes symptômes et mes consommations, c'était, sans aucune métaphore, témoigner contre moi-même toutes les trois semaines. Je ne me cachais pas par malhonnêteté ; je me cachais par survie, et cette dissimulation que mon dossier a notée comme un trait de mon caractère était, dans ce bureau, la seule conduite rationnelle qui restait disponible. Le lithium, je le prenais comme un détenu respecte l'horaire du quartier : pas parce qu'il y croit, mais parce que l'autre chose est pire. Et dans le prodrome de chaque rechute de ces cinq années je l'ai lâché et je suis allé chercher ce que j'allais toujours chercher. Il m'a fallu cinq ans pour pouvoir le dire avec les mots exacts : l'alliance thérapeutique n'est pas l'ornement de la consultation, c'est une variable clinique de celles qui déplacent le résultat ; et l'observance n'est pas un trait du malade et ne se mesure pas à son caractère, c'est une propriété de la relation entre deux personnes. Et le traumatisme, qui était ce qu'il y avait sous mon diagnostic, ne se touche que dans des conditions de sécurité : sans sécurité il n'y a pas de révélation, et sans révélation il n'y a rien à élaborer. Dans ma vie il n'y avait pas d'endroit moins sûr que cette consultation.

Et maintenant l'autre moitié, de la même écriture, parce que sinon tout ça ne vaut rien. J'étais un tableau à faire trembler : un type un avec polytoxicomanie, avec des procédures ouvertes devant les tribunaux et avec un talent surnaturel pour cacher ce qui m'arrangeait. Les médicaments qu'elle m'a mis étaient ceux qu'il fallait mettre, et ça, je le reconnaitrai toujours. Avec la médecin qui ajustait la posologie je n'ai aucun problème. Je l'ai avec la personne qui tenait la plume.

Cinq ans sans une seule question sur le deuil de mon père, sur les années de harcèlement à l'école, sur l'histoire des treize ans ; sans m'envoyer en psychologie, sans une intervention psychoéducative de sa main. Et les comptes rendus, semés de fautes, y compris un que je devais présenter devant un tribunal.

Ce que ça m'a coûté de sortir de là explique le système entier. Une nuit j'ai écrit à Sonia que j'allais changer de psychiatre, et le pourquoi tenait en trois messages de suite : qu'elle n'était pas adaptée ; qu'elle ne prenait pas soin de moi, qu'elle se bornait à distribuer des psychotropes ; qu'elle n'avait jamais montré ni empathie ni respect pour ma condition. Là-dedans il n'y a pas de rancune. Il y a un diagnostic de la relation. Et ça a pris sept mois. Sept mois entre le jour où un patient laisse écrit que sa psychiatre ne lui sert à rien et le jour où il arrache au système le transfert, et dans ce trou tient, entière, la pire décompensation que j'aie eue. Quand ma mère a enfin obtenu le rendez-vous j'étais au travail et avec le tribunal en marche, alors je lui ai demandé de monter le demander en mon nom et je lui ai dicté comment elle devait le présenter : que si ça ne dérangeait pas la doctoresse que son patient puisse mener une vie normale, ça m'arrangerait d'en avoir un l'après-midi et près de chez moi. Avec ces formes-là. En demandant la permission qu'on me laisse changer de médecin. Cette nuit-là ma mère a fini la journée en me racontant qu'elle avait parlé avec l'avocat et qu'ils allaient essayer que je ne remette plus les pieds dans cette pièce, et que peut-être je ne les y remettrais plus jamais. Cinq ans après, c'était la meilleure nouvelle que quelqu'un pouvait me donner sur ma propre psychiatre.

Et la preuve que le problème n'était pas moi arrive avec le médecin qui est venu après, qui a son chapitre. Je me suis assis devant lui avec le même cerveau, la même maladie, la même biographie et des médicaments équivalents. La seule variable qui a changé, c'est qui était de l'autre côté de la table et comment il regardait. Le résultat figure au dossier : plus de deux ans de rendez-vous sans en manquer un seul, les lithémies à jour, abstinence totale. Et un détail qui vaut le compte rendu entier : ce traitement interdictif qui, à l'étape d'avant, figure comme refusé par le patient, c'est moi qui l'ai demandé, de ma bouche, dès que j'ai eu en face quelqu'un avec qui dire la vérité ne coûtait rien. Ma mauvaise observance de ces cinq années n'a jamais été un trait de moi. C'était une propriété de la relation.

Et pendant ce temps le corps tenait les comptes, et le service infirmier les notait avec une diligence exemplaire : les kilos, la tension haute, la tachycardie à l'arrêt. Ce qui ne figure pas, c'est que quelqu'un ait lu cette courbe pour ce

qu'elle était, un organisme qui gonflait de peur. Du mois des audios jusqu'à l'embolie pulmonaire qui a failli me tuer, neuf mois après être sorti de cette consultation, la balance est montée de quatre-vingt-dix kilos à cent cinquante-cinq. Un lien de cause, personne ne peut le démontrer, et je ne vais pas faire avec son histoire ce qu'elle a fait avec la mienne, qui était d'affirmer sans preuves. Je dis seulement ça : elle m'a vu grossir à vue d'œil, année après année, et elle n'a pas ouvert la bouche une seule fois.

Il y a quelques mois j'ai demandé à ma sœur les comptes rendus de ces cinq années, je me suis assis un matin pour les lire d'une traite, et j'ai déposé une réclamation par écrit là où il fallait la déposer. Pas pour me faire payer quoi que ce soit : pour qu'il en reste trace, et parce que c'est peut-être en train d'arriver en ce moment même à un autre patient dans cette pièce. Elle ne m'a pas soutenu : elle m'a surveillé. Elle ne m'a pas exploré : elle m'a classé. Elle n'a pas amorti mes facteurs de stress : elle a été l'un d'eux.

Chapitre 33 · Le Messie

Cet hiver-là, je l'ai passé avec Lidia. Lidia était la fille qui s'était assise sur la chaise de ma première hospitalisation, et depuis on avait construit une vie entière : la rustine posée sur un trou qui avait la forme exacte de Marta a tenu presque un an et demi et ça a été, quoi qu'en aient dit les papiers ensuite, une relation des vraies, et en plus jolie presque tout le temps. On s'est installés dans le village de ma mère, un appartement d'abord et un dernier étage ensuite, et n'importe qui nous regardant du dehors aurait dit que cet homme-là avait refait sa vie. Dedans ça se passait autrement. Elle traînait son histoire à moitié fermée : elle s'était séparée de son ex pour venir avec moi et elle continuait à monter dans un train presque tous les mois pour aller le voir dans la ville où il vivait, des journées entières, et moi j'avalais ça sans rien dire. Celui que j'avais été deux ans plus tôt n'aurait même pas bronché, il l'aurait raconté comme faisant partie du paysage ; cet homme-là n'existait plus, et à celui-ci chaque voyage faisait mal et il n'ouvrait pas la bouche. Et les fêtes sont arrivées et elle est rentrée dans son pays quelques semaines, et elle m'a laissé seul dans l'appartement. C'est à cause de cette solitude-là, et pas d'autre chose, que les drogues sont revenues. Je n'ai pas rechuté en faisant la fête, je n'ai pas rechuté par vice : j'ai rechuté seul, dans ce dernier étage, avec elle à des milliers de kilomètres et avec Marta deux ans sans être enterrée. Et même cette part moche a été à nous deux : les drogues, ça a été une expérimentation à deux, et ensuite le remords aussi est venu en double.

Elle était déjà rentrée quand, un après-midi du début de cette année-là, on a consommé de la kétamine. Il restait quelques jours avant qu'un virus entre dans la vie de tout le monde et monte une quarantaine planétaire des vraies, et ce n'est pas un détail mineur, parce que cet enfermement-là, je l'avais demandé l'année d'avant dans mes délires : j'avais demandé à Dieu qu'il mette les gens chez eux avec leurs enfants et leurs animaux, encore une des paradoxes que l'apophénie me servait sur un plateau. Dans un cerveau comme était le mien à

l'époque, avec le traitement que je portais et avec la fragilité que je porte toujours, cette dose a ouvert une porte qui n'aurait jamais dû s'ouvrir.

Et ce qui s'est passé de l'autre côté, il faut le raconter, parce que ça n'a pas été une défonce et parce que de là est sortie ma façon d'être au monde pour le restant de ma vie. Mon âme s'est décollée de mon corps. Sans métaphore : fini le corps, finis les sens, finis le nom et les bords. Ce qui restait de moi flottait dans un vide qui n'était ni obscur ni froid, mais plein. Les kabbalistes ont un mot pour ça, Ein Sof, ce qui n'a pas de limite, ce qui précède toute création ; moi, à l'époque, je ne savais pas que ça avait un nom ni une tradition. Je savais que j'étais dedans, sans contour, et que dans ce rien qui était toutes les choses il y avait une Présence. Des yeux, je n'en avais pas, donc je ne l'ai pas vue. Des oreilles non plus, donc je ne l'ai pas entendue. Elle m'est arrivée par la seule chose qui me restait sur moi, la conscience nue, et ce qui m'est arrivé, c'était Dieu. Que c'était la drogue, vous allez me dire, et bien sûr que oui, et ce n'est pas moi qui vais le contester : la porte, c'est une substance qui l'a ouverte, les portes qu'ouvrent les substances se payent au prix de l'or, et celle-là je l'ai payée avec la pire bouffée que j'aie eue. Cela dit, que la clé ait été chimique ne renseigne sur rien de ce qu'il y avait derrière la porte. Messie, je m'étais déjà cru l'être avant, dans une autre ville, comme un délire de plus dans la collection. Cette fois-là a été différente : ça a été l'année où mon Dieu et ma maladie se sont touchés, et je n'ai plus jamais réussi à les séparer tout à fait.

Le nom clinique va à côté, et il n'enlève rien. Dans la manie avec psychose le délire va d'habitude avec l'humeur (les manuels disent congruent avec l'état d'humeur), et ça veut dire qu'un homme euphorique ne délire pas sur le fait qu'on le poursuit : il délire sur le fait qu'on l'a choisi. La grandeur, la mission, le secret que lui seul comprend, Dieu qui lui parle à l'oreille. L'argument, c'est l'humeur qui le choisit ; la psychose, elle, ne met que la conviction. Et le délire mystique est le plus ancien et le moins cher à monter, parce que le cerveau ne fabrique rien de neuf : il attrape ce qu'il a de plus précieux en réserve et il le gonfle jusqu'à ce que ça remplisse la pièce. Si à un gamin qui a le câble du mystique qui pend depuis toujours tu mets un après-midi de kétamine où il a touché Dieu, le matériel est déjà servi. L'expérience était à moi et je ne la conteste pas. Ce que la manie en a fait, c'est la monter en grade : de j'ai senti Dieu je suis passé à je suis celui que Dieu a envoyé. La frontière entre une expérience et un délire ne tient pas à ce qu'on ressent. Elle tient à ce que le doute s'arrête.

Le prodrome est venu avec un décor de cinéma. Mes frères et sœurs et moi on rentrait de Rome, d'un voyage sur la terre de ma mère où on m'avait déjà trouvé complètement décompensé et qui a été conflictuel du début à la fin. On a vu cette ville vide comme personne ne l'a vue depuis que le tourisme existe : on a atterri là-bas le jour exact où l'Italie fermait. Dans l'avion du retour j'ai écrit à Lidia que je m'étais levé furieux à cause du partage des cacahuètes, et elle m'a répondu mon pauvre, que je dormirais bien à la maison. Trois ou quatre jours après le retour elle est partie dans la ville de son ex, et le discours du président décrétant l'état d'alerte, je l'ai regardé seul, dans notre appartement. Et je ne l'ai pas seulement regardé : je l'ai filmé. Il traîne quelque part une vidéo de moi commentant en direct ce décret, en pleine bouffée, avec une voix qui fait peur et en disant des choses tout simplement brutales. De toutes mes bouffées je garde des enregistrements comme ça, faits de l'intérieur par celui qui est en train de les subir, et je n'ai rien trouvé de semblable sur internet. Pour l'instant je les garde et c'est tout.

Deux jours avant l'état d'alerte, à la toute première heure, j'ai écrit à ma mère ce qui suit, et ça va dans l'ordre exact où c'est sorti de mes doigts : que si son fils la tue, elle meurt avec un sourire aux lèvres. Qu'ils devaient rester enfermés jusqu'à ce que ça passe. Que le virus était une invention et que moi je ne l'avais pas. Que j'allais pleurer de bonheur pour mon sacrifice. Que je regrettais énormément d'avoir fichu un tel bordel, mais qu'il n'existait pas d'autre chemin. Et dix minutes plus tard, la chose la plus honnête que j'aie prononcée de tout ce mois-là : que j'étais peut-être en train de tout inventer et que ça n'avait rien à voir avec ce que je pensais vraiment. Elle a répondu ce qu'une mère peut répondre à ça : quel poids je portais sur le dos, pourquoi j'étais de nouveau paranoïaque et agressif, si ça voulait dire que j'avais arrêté le traitement et que je faisais semblant devant tout le monde. Et en voyant que par là ça ne rentrait pas, elle s'est écartée : que si je le voyais comme ça, très bien ; qu'eux resteraient à distance au cas où on aurait besoin d'eux ; et qu'ils m'aimaient. Le lendemain, avec le pays qui entrait en état d'alerte et avec son fils qui lui expliquait que le virus était un montage, elle m'a envoyé un message pour me dire qu'elle avait oublié une chose : est-ce que je préférerais qu'elle me fasse une omelette ou une pizza. Et qu'elle espérait que je ne m'étais pas fâché contre elle. Dans ces deux lignes il y a ma mère entière et cette maladie entière : une femme sans un seul mot technique dans la bouche, sans aucun outil et sans aucune faute, qui propose un repas chaud et qui s'excuse au cas où elle dérangerait.

Et derrière il y a eu l'histoire des volets. Je me suis planté chez ma mère et je me suis mis à les tabasser à coups de poing, en criant que papa était là, vivant, avec moi. En pleine rue, à tue-tête, dans un village verrouillé de partout. Dedans il y avait ma mère, ma sœur et Lidia, qui était rentrée le troisième jour parce que ma famille le lui avait demandé. Elle n'est pas descendue. Ça, je l'ai su un an plus tard et je le raconte là où il faut, parce que ce que ça m'a fait dans la tête n'a pas été rien. On m'a emmené en garde à vue, et de l'ambulance sont partis trois messages de suite qu'elle a gardés : que j'étais encore une fois dans l'ambulance ; que tout sauf l'hôpital encore une fois, qu'on ne me fasse pas ça, que ce n'était pas juste ; que je voulais mieux que d'être enfermé comme un pauvre petit animal. La dernière ligne de ce jour-là, ce n'est pas moi qui l'ai écrite. C'est elle qui l'a écrite, un moment après : qu'elle était avec moi. Je n'ai pas tenu en bouffée deux semaines de quarantaine. À l'hospitalisation elle n'est pas venue un seul jour.

De l'intérieur je conserve peu de chose, et le peu je l'ai en entier, et je le mets dans l'ordre où c'est arrivé, parce que l'ordre est la moitié de ce qu'il faut comprendre.

À peine entré on m'a laissé dans une petite salle pour que je me change et que je mette le pyjama et les sandales en caoutchouc. Et je suis resté là, à attendre que quelqu'un vienne. Personne n'est venu. Ces jours-là personne ne venait nulle part, avec le personnel débordé et la planète fermée de l'intérieur. Alors je suis parti. J'ai ouvert la porte, le couloir était désert, au fond on voyait la sortie de l'hôpital, et personne ne m'en a empêché parce qu'il n'y avait personne là en état de m'en empêcher. Je me suis mis à marcher dans la zone industrielle pour voir si quelqu'un me donnerait une cigarette. Je n'ai trouvé personne. Littéralement personne : sur tout le chemin je n'ai pas croisé un seul être humain. Volets baissés, rues mortes, le silence d'un pays rentré chez lui, et moi au milieu avec le pyjama de l'hôpital et les sandales en caoutchouc, en promenade dans le décor de la fin du monde. Je suis passé devant le hall qu'on avait aménagé en morgue, avec les cercueils dedans, et je l'ai vu sans le voir, parce que dans cet état-là je n'enregistrais pas ce que j'avais devant moi. J'allais au cimetière où sont mon père et mes grands-parents, qui n'est pas loin, présenter mes respects : au même père que je venais d'appeler à grands cris devant des volets et que j'allais maintenant visiter sous terre, et la contradiction ne m'a pas effleuré une seconde, parce que la psychose a une logique à elle et que là-dedans tout s'emboîte comme sur un plan bien tracé. Ça a été la troisième des trois fois que j'ai déjà

annoncées : celle de l'endroit où on l'a trouvé, celle des volets et celle-ci, et les trois avec le même dessin, un cerveau cassé qui court vers le même homme. Je ne suis pas arrivé. On m'a retrouvé, forcément. On te retrouve toujours.

Et c'est pour ça qu'on m'a attaché. Je le laisse écrit avec le motif devant, parce que le motif est la moitié de l'affaire : on ne m'a pas attaché parce que j'étais agité ; on ne m'a pas attaché parce que je résistais (je n'ai pas résisté, je n'ai résisté à aucune hospitalisation de toute ma vie) ; on ne m'a pas attaché pour arrêter quoi que ce soit de ce qui se passait dans cette chambre, parce que là il ne se passait rien. On m'a attaché pour être allé me promener.

Ça a été fait par un brancardier et une infirmière, et à eux je n'en veux pas, ils étaient débordés, sans moyens, en train de faire ce que le papier dit qu'il faut faire. Ce qu'il faut expliquer en revanche, c'est ce qu'est une contention mécanique, parce qu'on entend on l'a maintenu et on s'imagine une chose presque sensée, du genre attacher la ceinture de quelqu'un. Ça n'est pas de ça qu'il s'agit. Il s'agit d'avoir les quatre membres sanglés à un lit, sur le dos, sans pouvoir te retourner, sans pouvoir te gratter, sans pouvoir boire de l'eau à moins que quelqu'un vienne te tenir le verre, pendant des heures et parfois pendant des jours. Et une précision en faveur de l'hôpital, parce que l'image que les gens ont vient du cinéma et qu'il faut la dire pareil : les sangles ne sont plus en cuir, elles sont larges et en coton, et elles ne laissent pas les poignets à vif. Ça, c'est vrai. Et ça ne change rien à tout le reste.

Le reste, c'est que personne ne m'a adressé la parole. Ni avant, ni pendant, ni après : pas une phrase pour m'expliquer ce qu'on était en train de me faire, combien de temps ça allait durer ou ce qu'on attendait de moi pour que ça s'arrête, et ce silence-là, j'y ai plus repensé en six ans qu'aux sangles. À l'intérieur de moi il n'y avait pas d'agitation : il y avait de la panique mélangée à de l'incrédulité, et ce mélange-là je ne le souhaite à personne. D'un côté le corps attaché à un lit ; de l'autre la tête qui répète que c'est impossible, que pas à moi, qu'on ne fait pas ça à une personne. Et par-dessus ce qui ne sort jamais quand on discute de la question dans un débat télévisé : demander à un inconnu de te nettoyer. Qu'il t'approche le bassin. Qu'il te donne à manger à la cuillère, comme à un bébé, les yeux plantés au plafond. J'ai eu pas mal de délires, et les délires, à côté de ça, ont l'air d'une chose raisonnable. Ce qui était délirant, c'était la chambre. Ce qui était délirant, c'était la procédure.

Et je me suis débattu. C'est vrai que les sangles ne font pas mal si tu restes tranquille, et moi j'ai bougé quand même, parce que dans ma tête l'attaché, ce

n'était pas moi : c'était un autre à qui on faisait quelque chose dont il fallait le sortir. Je me suis porté les bracelets à la bouche et je les ai rongés. Avec les dents et avec le cou, comme un animal dans un piège, jusqu'à les arracher. Et dès que j'en arrachais, on venait m'en remettre d'autres. Quatre jeux de sangles je me suis mangés en trois jours. Trois jours. C'est ça qu'il y a sous la subordonnée que ce livre écrit depuis la première page.

Et souviens-toi maintenant, lecteur, du paragraphe que je t'ai demandé de garder, celui du clou dans le mur. À treize ans, un de ces hommes d'internet m'attachait à un lit. Il m'immobilisait, il me violait comme ça et il prenait des photos. Quand le brancardier a serré la sangle, il appliquait un protocole de contention mécanique ; mon système nerveux, pendant ce temps, était à vingt ans de distance et dans une autre chambre. L'immobilisation, à elle seule, est déjà un traumatisme colossal pour n'importe qui. Chez moi elle n'inaugurait rien : elle rouvrait avec une précision de calque. Et dans ce service personne ne pouvait le savoir, parce que personne ne me l'avait jamais demandé : ni dans cette hospitalisation, ni dans celles d'avant, ni dans une seule consultation en vingt ans. Donc je ne me battais pas contre les sangles de cette nuit-là. Je me battais contre les autres.

Ensuite est arrivé le protocole du virus : dix-neuf jours isolé dans une chambre fermée, sans un stimulus, sans une voix, sans toucher un autre être humain, un traumatisme qu'on n'applique même pas aux détenus. Le monde entier enfermé chez lui, et moi enfermé dans l'enfermement. Et là, vidé jusqu'au fond, je me suis retrouvé de nouveau seul avec la conscience nue, et la Présence était toujours là. Il se trouve qu'on arrive au même endroit par deux chemins opposés, en se remplissant jusqu'à éclater ou en se vidant jusqu'à disparaître : la kétamine ou la cellule. Et j'ai prié, et pas pour qu'on m'ouvre la porte : j'ai prié pour que tout ça veuille dire quelque chose, parce qu'une souffrance qui a un sens, ça se tient, et une qui n'en a pas, il n'y a pas de corps qui la supporte.

En trois semaines mon seul contact humain a été un infirmier qui apparaissait chaque soir, toujours à la même heure, avec les médicaments. Chauve, en uniforme, efficace. Il restait sur le seuil avec le petit gobelet et il me lâchait invariablement la même question.

— Comment tu vas ?

Et la question était sérieuse, ça je l'ai su à l'époque et je le maintiens. Cet homme-là savait parfaitement que mettre un isolement pour le virus par-dessus une hospitalisation en psychiatrie, c'était une cruauté ajoutée à une autre qui

était déjà considérable, et il demandait parce que ça lui importait. Et malgré tout ça sonnait comme une mauvaise blague, et chaque fois que je l'entendais ça me donnait envie de faire exploser la chambre. Comment tu vas. Comment tu vas. Même les détenus de droit commun, on ne les isole pas comme ça. À ceux qui ont fait du mal pour de vrai on ne les laisse pas trois semaines sans voir un visage, et moi j'étais là parce que mon cerveau était une tempête que je n'avais ni demandée ni su arrêter. Et pourtant j'attendais cette heure-là exactement comme on attend une visite. Le reste, c'était une chambre, une fenêtre et ma tête. Jusqu'à la sortie je n'ai revu personne.

Et maintenant ce qui s'est installé, qui est la partie qui ne figure dans aucun compte rendu. Cette chaîne que j'ai déjà racontée, celle de l'ambulance, de la petite salle et de la porte qui se ferme de l'extérieur, avait depuis ce jour-là un maillon de plus au bout, et ce maillon avait cessé d'être imaginaire. Les médecins appellent ça le traumatisme induit par le traitement, qui est le dommage que produit l'acte même de soigner quand il ne regarde pas l'histoire de celui qu'il a en face ; et ce que ça laisse derrière, ils l'appellent la phobie institutionnelle, ce qui en clair veut dire préférer passer un prodrome tout seul, enfermé dans une chambre, plutôt que de remettre les pieds là où on t'a sanglé. C'est là que se ferme le cercle le plus cruel de cette maladie, et dans mon cas il s'est fermé pas mal de fois : par peur on retarde l'hospitalisation, le retard la rend plus grave, et plus elle est grave, plus elle laisse de peur pour la prochaine. Ça, c'est la facture cachée des sangles, et elle n'est pas dans les poignets, parce que les poignets se guérissent en quatre jours.

Avec les uniformes le corps fait exactement l'inverse, et c'est le plus difficile à expliquer de tout ça. On ne me tire pas dessus : on m'éteint. Devant une plaque ou devant une blouse blanche je me rapetisse, la voix me part, je dis oui à tout, je coopère et en plus je remercie. C'est pour ça que je me suis tu d'un coup quand la police municipale est arrivée pour l'histoire des volets, et c'est pour ça que je suis allé de mon propre pas partout où il fallait, tranquille, avec une docilité qui aurait paru presque comique à n'importe qui regardant un homme qui venait de crier après un mort au milieu de la nuit. Celui qui a grandi en recevant des coups de l'autorité n'a pas l'idée de se rebeller contre elle : il obéit plus vite que personne et il le garde pour plus tard. Il m'a fallu des années pour pouvoir dire ça à voix haute, et le jour où je l'ai enfin raconté au médecin qui est venu après, je l'ai raconté en pleurant, avec la honte absurde de celui qui demande pardon pour quelque chose qu'on lui a fait à lui.

On m'a donné ma sortie avec l'état d'alerte en marche et je me suis installé à dix mètres de ma mère, et ses messages de ces semaines-là sont ce qui ressemblait le plus à un traitement de tout ce que j'ai reçu ce printemps-là : comment tu vas, si tu as mangé, mets une veste il a fraîchi. Et au milieu, toujours, la même question : est-ce que la psychiatre m'avait déjà appelé. Quand elle a fini par appeler et qu'elle m'a expédié en quatre questions, ma mère m'a dit de commencer à demander le rendez-vous pour la piqûre et elle a annulé elle-même celui d'un autre hôpital qui ne servait plus à rien. Une femme âgée, au téléphone, en plein confinement et pendant qu'elle lui préparait le dîner, en train de gérer le suivi psychiatrique d'un fils tout juste sorti d'un service. Et un de ces matins-là je lui ai envoyé un long texte sur l'attachement anxieux, cette histoire où celui qui prend soin n'est là que par moments et où l'enfant passe son enfance à mesurer, sans jamais savoir s'il sera là. Elle m'a répondu que c'était passionnant, qu'elle aurait aimé le lire bien plus tôt, qu'elle me comprenait maintenant tellement mieux et que je lui pardonne de ne pas s'en être rendu compte. Et dans le message d'après, est-ce que je l'avais envoyé aussi à ma sœur, parce qu'il lui semblait qu'elle devait le lire. Elle ne s'est pas défendue, elle n'a pas discuté, elle ne m'a pas accusé de réécrire quoi que ce soit. Trois semaines après un service de psychiatrie, avec le monde verrouillé de partout, ma mère et moi on faisait enfin ce qu'on n'avait pas fait en trente-quatre ans : nous expliquer.

Et il y a une chose de cette année-là que je n'ai pas été capable de voir : ma tante, la sœur de mon père, est morte du virus, et on ne l'a pas enterrée, parce qu'à l'époque les morts de ça, on ne les enterrait pas. J'avais la donnée à l'intérieur de ma propre famille, avec le nom et tout, et le cerveau à qui elle arrivait n'était pas en état de la traiter. Et Lidia, du dehors, m'a laissé par écrit ce que moi non plus je n'ai pas su voir : que l'hospitalisation avait été positive si j'étais en bouffée, et qu'elle sentait que je l'entraînais dans ma bouffée, et que c'était aussi pour ça qu'elle était partie. Des années plus tard, quand il ne restait plus rien à réparer ni personne à convaincre, je lui ai écrit la seule chose qu'il y avait : que j'étais tombé vraiment amoureux d'elle, que c'est pour ça que ça m'a tellement coûté de renoncer, et que de là est sortie cette veine vengeresse que j'ai en état maniaque. C'est la seule fois, dans toutes mes archives, où je nomme ma propre part moche sans que personne soit en train de me la jeter à la figure.

Chapitre 34 • Le vingt-sixième étage

De la première année avec un nom et avec le sel il me reste un pâté d'encre, et il y a des raisons : ça été la première de traitement pour de bon, et aussi la première où j'ai fini par frôler l'euthymie. Cette trêve ne consiste pas à devenir une personne ordinaire ; elle consiste à être soi-même mais avec la mer immobile, avec ses passages de gris et son bruit de fond. Et la trêve a eu son prix au début : sédation, lenteur et une mémoire qui fonctionnait par sauts. Je suis sorti de l'hospitalisation du confinement, j'ai travaillé, j'ai fait un master, je suis allé en thérapie et je n'ai fait de mal à personne. Et dans cet état, au début de cet automne-là, un psychiatre privé m'a proposé de revoir le diagnostic. C'est-à-dire exactement ce qu'un malade avec une anosognosie meurt d'envie d'entendre depuis le jour où on le lui a donné. Accroché à cette phrase, j'ai arrêté l'injectable cet automne-là même, sans le dire à personne. Et quand l'hiver est arrivé, j'ai arrêté le lithium. Les deux. De mon propre chef. Personne ne me les a enlevés et personne ne s'en est aperçu, parce qu'un homme qui va bien depuis quelques mois ne donne aucun signe d'avoir lâché quoi que ce soit. Il donne le signe contraire : il va bien.

C'est ça que les médecins appellent perdre l'observance, et dans cette maladie la moitié des patients la perdent à un moment ou à un autre, et pas parce qu'ils sont bêtes : à cause de la sédation, à cause des kilos, à cause du deuil des montées, qui manquent même si elles ont fait sauter la vie, et surtout à cause du mécanisme qui a déjà son nom dans ce livre, celui qui consiste à aller bien et à se servir de ça comme preuve qu'il n'y avait rien à traiter. Moi j'avais en plus le tour de vis du sel : chaque comprimé était celui de mon père. Et ce qui se passe quand on retire le stabilisateur est mesuré depuis plus de trente ans : parmi ceux qui arrêtent le lithium d'un coup, à peu près la moitié rechutent dans les mois qui suivent, la rechute se fait d'habitude vers le haut, vers la manie, et elle arrive d'autant plus vite que la coupure a été brusque. Celui qui l'arrête en hiver se retrouve au printemps sans frein, et si en plus il ne dort pas, s'il boit, s'il est seul et qu'on lui enlève le sol sous les pieds, il a les quatre conditions qui, chez un type

un, précèdent une bouffée. Cet hiver-là j'ai réuni les quatre, et la dernière, c'est le téléphone qui me l'a apportée.

Parce que c'est dans ces mêmes semaines que le blocage est arrivé. Ça faisait un an que je n'avais pas parlé avec Marta, et pendant cette année j'avais fait ce qu'un homme peut faire pour bien se conduire : ne pas lui écrire. Et un jour de cet hiver je lui ai écrit, pour lui demander comment elle allait. Elle m'a répondu dans la minute : que salut, que le chien allait super bien, qu'elle était vraiment contente que j'aille bien et pour ma thérapie, et que je prenne bien soin de moi. On a parlé de ce qu'elle allait au cinéma, du froid, du fait qu'il avait tombé de la neige fondue toute la journée. Trois conversations comme ça, aimables, sans aucune importance. Je ne voulais pas revenir avec elle. Je voulais une seule chose, et je n'ai pas eu le temps de la dire : voir le chien. Et à la troisième, sans aucun avertissement, elle m'a bloqué. Je lui ai demandé comment s'était passé son week-end. Seize minutes plus tard, si elle m'avait de nouveau bloqué et à propos de quoi. Et une minute après j'ai écrit le dernier message d'une conversation de quatre ans et demi : que les choses se disent, qu'il n'y avait aucune nécessité de faire ça comme ça. Personne n'a répondu. Je lui ai envoyé un SMS pour lui demander une fin avec un minimum de dignité, qu'elle ne me fasse pas ça. Rien. Et il faut dire avec la même exactitude ce qu'il y avait sur sa rive, parce que ça se lit dans ses propres phrases et que moi je n'ai pas su le lire : que je prenne bien soin de moi, qu'elle ne cherchait rien. Ça, ce n'est pas une porte qui s'ouvre. C'est la formule avec laquelle on ferme une conversation. Elle était déjà en train de me dire adieu le premier jour, et moi j'ai lu une porte là où il y avait un adieu.

Et ce que ça a fait à ma tête, ça n'a pas été une tristesse. Ça a été un court-circuit. Dans un cerveau comme le mien le rejet ne se traite pas comme une nouvelle : il se traite comme une menace, avec le même circuit qu'un autre utiliserait pour traiter le fait qu'on le poursuit, et ça figure dans le diagnostic avec son nom : sensibilité au rejet. Et un blocage sans fin est la forme la plus pure de rejet qui existe, parce qu'il n'a pas de pourquoi auquel s'accrocher ni d'adieu auquel répondre : c'est une porte qui disparaît du mur. Ma tête n'a pas lu un blocage. Elle a lu d'un coup toutes les coupures nettes de ma vie, à commencer par les siennes : la valise de l'hiver de la première hospitalisation et l'enterrement de mon père où elle n'est pas venue. Ça, chez un homme sans lithium depuis des semaines et qui ne dort pas, ce n'est pas un chagrin. C'est une allumette dans une pièce pleine de gaz.

Où j'étais, moi, parce que ça personne ne l'a jamais raconté. Dans le salon de chez ma mère, au village, à dormir sur un lit pliant, avec la télé à côté et la vie de la maison par-dessus. Un homme de trente-cinq ans qui se plie chaque matin avec son lit. Je travaillais depuis là, enfermé, avec l'agoraphobie qui commençait à me fermer la rue. Je buvais tous les jours. Je ne dormais pas. Et pendant ces semaines-là c'est moi qui ai rompu avec Judit, une femme avec qui j'étais depuis quelques mois et qui était ce qu'il y a eu de plus adulte dans toute cette histoire, en plein prodrome, par téléphone et mal. Elle m'a proposé qu'on se quitte en personne, comme des adultes. Je n'y suis pas allé. En train de demander à Marta par SMS ce que je refusais à Judit par téléphone, et sans le voir. Comme celui qui cherche ses lunettes avec ses lunettes sur le nez.

Et au milieu de tout ça on a organisé un appel à trois avec Lidia, avec la meilleure intention du monde et avec l'effet contraire. C'est là que j'ai su, de sa propre bouche, ce qui s'était passé le jour des volets : qu'elle était dans la maison, avec ma famille, et qu'elle n'est pas descendue, et qu'à l'hospitalisation elle n'est pas venue un seul jour. Apprendre à quel point elle avait été près, et qu'elle avait décidé de ne pas s'approcher, a allumé en moi une rage que je ne connaissais pas. Je n'écris pas ça pour justifier ce que j'ai fait après. Je l'écris pour qu'on comprenne. Et en plus il y en a qui ont donné un coup de main. Deux inconnus qui se présentaient comme des enquêteurs d'internet ont décidé de consacrer leurs après-midi à Lidia : ils se sont mis à lui traquer la vie sur le réseau et ils m'ont apporté un récit déjà monté. Ce que disait ce récit n'a aucune importance ; ce qui compte, c'est que ma tête l'a acheté en entier. Une paranoïa fabriquée tout seul s'écroule sous son propre poids. Une paranoïa avec deux témoins qui te montrent des captures d'écran tient debout. Et je me suis lancé contre Lidia sur les réseaux, et pas avec le désordre de ce que j'avais fait des années plus tôt avec Marta, mais avec une structure, avec une logique interne montée par un cerveau en bouffée. J'ai été bien plus systématique. Et c'est justement pour ça que j'ai fait plus de mal.

Quelques semaines plus tard elle m'a mis par écrit ce qu'elle gardait pour elle depuis des mois : est-ce que je comprenais enfin pourquoi elle était partie, que c'était parce que je me fichais des conséquences de ce que je faisais et des gens que j'avais autour de moi. Et quelques jours après, avec des points numérotés, le résumé le mieux ordonné qu'on m'ait jamais fait de cette année-là : j'allais mal ; il fallait arrêter et il n'y avait pas moyen, à cause des drogues et à cause du délire du Messie ; elle n'avait pas d'outils ; j'étais un mur pour n'importe quel retour,

enfermé dans un tunnel cognitif. Trois jours avant de recevoir cette liste je lui avais annoncé que ma thérapie était pratiquement terminée. Un homme qui proclame qu'il est guéri pendant qu'on lui décrit le tunnel de l'intérieur. Et au milieu j'ai écrit deux phrases qu'aujourd'hui je lis pour ce qu'elles sont : que je ne suis pas bipolaire et que je suis Marcos. Elle a pris congé correctement : que son corps n'allait pas bien, qu'elle devait me bloquer, qu'on prenne du temps par santé. Elle m'a souhaité bonne chance pour le déménagement et m'a demandé de prendre soin de moi. Douze jours plus tard j'étais dans le groupe du chapitre suivant.

Avant l'hôtel il s'est passé deux autres choses. Raquel m'a appelé et je suis allé là où elle vivait à l'époque, et cette nuit-là j'ai reconsommé. Celle que j'avais en face connaissait mon histoire sur le bout des doigts : les hospitalisations, ce que cette même substance avait fait à mon cerveau un an plus tôt, les dix-neuf jours isolé, les sangles et la fragilité exacte du moment où j'en étais. Et moi je le savais pendant que je le faisais. C'était le mauvais chemin, oui, et l'autre chemin, celui de me supporter sans rien, me faisait encore plus peur. Et la semaine d'avant, avec le prodrome déjà monté et le récit du grief qui me bouffait chaque nuit, j'ai pris la voiture de ma mère et je suis monté seul à la montagne du monastère sans dire à personne où j'allais. Je suis allé chercher l'endroit exact où Marta et moi, des années plus tôt, on avait fait l'amour au coucher du soleil d'un grand jour, avec le monastère qui se taisait autour. Cette fois-là il n'y avait que du vent, de la pierre et un homme de trente-cinq ans planté au même endroit, à regarder le même horizon, complètement seul. Et là m'est tombée dessus une certitude sans une fissure : je l'avais perdue. Ce qui mordait, ce n'était pas ça. C'était la manière. Que la femme qui m'avait probablement le plus aimé de toute sa vie m'ait effacé sans dire au revoir et sans même me reprocher quoi que ce soit. Ce n'était pas qu'elle m'avait quitté. C'était que j'avais cessé d'exister pour elle, et c'est autre chose et ça mord ailleurs. J'ai redescendu la montagne entière avec une question qui n'a pas de réponse : si quelqu'un comme ça pouvait m'éliminer de cette façon-là, qu'est-ce que j'étais, moi.

Alors mets tout ça ensemble, ce que personne n'a jamais fait, ni un tribunal ni moi-même jusqu'à il y a peu. Un homme de trente-cinq ans sur le lit pliant du salon de sa mère. Sans lithium depuis l'hiver et sans injectable depuis l'automne. Qui boit tous les jours. Qui ne dort pas. Avec l'agoraphobie qui lui ferme la rue. Avec une rechute dans la kétamine par-dessus, devant quelqu'un qui savait très bien ce que ça lui avait fait un an plus tôt. Avec deux inconnus

qui lui nourrissent une paranoïa avec de fausses preuves. Avec une relation qu'il avait rompue lui-même et une autre qu'il avait fait exploser sur les réseaux. Et sous tout ça, le trou que Marta avait laissé sans un mot, qui était le seul qu'il ne pouvait pas nommer. Sept choses tressées, six d'entre elles à lui ou à des gens qui n'étaient pas elle, et par-dessus les sept une maladie non traitée. Ça n'a pas été un homme qui un jour a décidé de faire du mal à quelqu'un. Ça a été un immeuble entier qui s'écroule d'un coup.

Quelques jours après être redescendu de là j'ai loué une chambre dans un hôtel haut de la ville. Vingt-sixième étage, avec Barcelone en dessous et moi qui la regardais comme si j'étais le roi du monde. Et il faut dire de quel hôtel il s'agissait, parce que moi je n'ai fait le lien que des années plus tard et qu'avec cette donnée l'épisode se lit autrement : c'était le même hôtel et le même étage où Marta et moi on avait dormi la nuit de la réconciliation, à peine retombés amoureux, la première fois de ma vie que je mettais les pieds dans un endroit pareil. D'abord je suis monté seul à l'endroit exact de la montagne où on avait été ensemble ; quelques jours plus tard j'ai loué la chambre où on avait dormi. Un homme convaincu qu'il devient fou tout seul et qui en réalité va visiter, l'un après l'autre et sans le savoir, les autels de sa propre histoire. Je le mets parce que c'est la preuve la plus nette que j'aie que tout ça n'était pas de la haine. C'était un cerveau sans freins qui cherchait à l'aveugle ce qu'il avait le plus aimé.

J'ai acheté deux bouteilles et je suis monté. Et maintenant la fenêtre. Un vingt-sixième étage a une baie vitrée du sol au plafond et la ville entière en dessous, la nuit, avec ses lumières, et pour un homme sans rênes, sans sommeil et sans sol, ça n'a pas l'air d'une vue. Ça a l'air d'une sortie. Celui qui est monté à cet étage-là n'était pas venu pour faire du mal à quelqu'un. Il était venu là pour ne pas redescendre. Et il a eu la chance, ou la grâce, que la police arrive avant lui. Ce qui s'est passé dans cette chambre les deux nuits suivantes, je ne m'en souviens pas.

Chapitre 35 • Les audios

Le groupe était à moi. Je l'avais ouvert un moment plus tôt, avec le nom que j'utilisais alors, sur une de ces applications de messagerie, et je lui donnais l'usage qu'on donne à un endroit pareil : déverser. Cet hiver-là je l'ai rouvert avec deux phrases, comme quoi j'allais y mettre un florilège de mes audios et que celui qui les écouterait n'avait qu'à me les démonter à mains nues. Et j'en ai mis une quarantaine à la suite, certains d'un quart d'heure. Ça a fini par devenir une espèce de forum avec des réunions en visio ; je convoquais des débats et je demandais des photos de graffitis et de billets avec une étiquette. Voilà la salle. Et on m'avait déjà restreint le compte à cause des signalements.

Les inconnus sont entrés une nuit, quinze d'un coup, et l'un d'eux m'a raconté d'où ils sortaient : d'un groupe de ragots où ça faisait trois jours qu'ils avaient mon nom à la bouche. À partir de là la courbe de cette salle a été exactement la courbe de mon épisode, en messages et en gens : ils ont fini par être presque deux cents à regarder la même chose, et presque tout a été écrit par une dizaine. Et ce qu'ils disaient à cet homme-là est écrit et je le mets tel quel, parce que celui qui lit ça doit voir ce qui se lisait à l'intérieur de cet écran : t'es un incompris, le mieux c'est de se supprimer et de passer au niveau suivant. Suicide-toi et arrête de souffrir. Je venais voir un suicide en direct et il n'y a qu'un mec qui quémande des thunes. T'as pas les couilles de sauter. Encore et encore, des jours différents. La première nuit, pendant que je buvais de la bière, ils m'ont corrigé le verre vers le haut, vers le gin. Ça faisait des années que je me servais de l'alcool pour faire descendre les nuits sans sommeil, et eux le savaient parce que j'étais en train de le raconter en direct, et ce qu'ils ont fait, c'est monter le degré. Et ils poussaient dans les deux directions en même temps : l'un écrivait qu'on appelle Marta et un autre, le même après-midi, que je n'avais pas les couilles de l'appeler ; quand je parlais d'elle, que Marta me détestait, que je n'existais pas pour elle. Si quelqu'un veut savoir comment on tient un maniaque allumé douze jours d'affilée, qu'il lise ces deux semaines-là. C'est un manuel.

Et il y a une chose qu'on ne peut plus lire sans que l'âme t'en tombe. J'avais publié là, de mon propre chef, où j'allais être trois jours plus tard : une retraite en montagne, avec des gens, avec le nom du domaine et du village, en demandant qu'on n'appelle pas là-bas. Une retraite de plantes où, avec mon diagnostic, je n'aurais jamais dû aller, mais qui au moins c'était des gens, et de la montagne, et des heures sans écran. Pendant trois jours ça a été la blague du groupe. Et la veille l'un d'eux l'a enterré en quatre mots, et quatre heures après un autre a écrit : appelle un taxi et va à l'hôtel. Deux minutes plus tard, un autre a collé un lien vers un site de réservation d'hôtels. Que si j'arrivais à l'hôtel je filme tout. Que je me retranche dans la chambre. Le jour de la retraite a été le jour de la police à la porte.

Et maintenant la partie qui me coûte le plus, qui est la sienne. De ces deux semaines, neuf jours, c'est un homme en bouffée qui parle de la femme qu'il aimait, devant des inconnus, à gros bouillons. Qu'elle était réglo. Qu'elle n'a jamais été la suivante, que c'était ELLE, comme ça, en majuscules. Qu'elle n'était pas le port : qu'elle était l'océan. Qu'elle était mon âme sœur. Et quand l'un d'eux s'est mis à faire des blagues avec son prénom et avec son corps, j'ai bondi pour la défendre, et c'est écrit là. Et il y a là aussi, du même homme et des mêmes jours, une phrase que je lis avec un nœud dans la gorge : que moi je n'allais pas harceler Marta. Et il y a l'autre chose, qui est aussi du même homme : si quelqu'un se sentait de l'appeler et de tout lui expliquer ; qui était le premier à l'appeler ; et son numéro, écrit par moi, trois fois. Les trois fois sont sorties de mon clavier. Et une phrase du même jour qui montre mieux qu'aucune autre où j'en étais : que j'étais à un coup de téléphone de me faire enfermer à vie. Je le savais. Je l'ai écrit. Et j'ai continué.

Et ensuite il y a eu cette nuit-là, et je la raconte comme elle a été. Je me suis bu une bouteille entière, et il y a des gens de ce groupe qui l'ont laissé écrit de leur côté, en me demandant où en était la bouteille, donc ce n'est même pas ma mémoire. Avec ça dans le corps et avec la bouffée à pleine puissance, je l'ai appelée. Et je l'ai rappelée. Et encore. Et à un moment de cette nuit-là la tête m'a complètement lâché et je me suis mis à enregistrer à fond. Des heures d'audios, la voix cassée, prise par l'alcool fort et par la folie. Des menaces de mort brutales, des aberrations que ma tête fabriquait avec l'aplomb de celui qui croit qu'il est en train de raconter la vérité au monde entier. J'ai dit que je lui couperais la colonne vertébrale avec un sécateur. J'ai publié ses données. Et les miennes. Et à un moment, après des heures d'audios, l'un d'eux a écrit : bon, ça y est, tu l'as

menacée. Et j'ai répondu dans la même minute, en quatre messages de suite : bah. C'était une blague. Du trolling. Et deux minutes plus tard j'étais en train de mettre en ligne un autre audio. Je le raconte parce que c'est exactement ce qu'il y avait dans ma tête : moi je croyais que je donnais un spectacle à une salle, que je jouais pour une galerie qui m'applaudissait. Et cette même nuit, dans la même salle, j'ai partagé des photos de nous des bonnes années, avec la fierté de celui qui montre ce qui est à lui, et il y en a un qui a répondu qu'elle était très moche. J'ai bondi comme si on m'avait insulté moi, et je lui ai répondu avec un audio, avec toute la morgue qui me vient dans les bouffées : que Marta était la plus belle femme que j'avais connue, la plus belle que ses yeux verraient jamais et la plus belle de tout l'univers et de la multidimension. La même nuit où j'étais en train de dire l'autre chose.

Quelqu'un de ce groupe a fait parvenir les audios à Marta. C'est ça qui lui est arrivé, et je ne vais pas en rabattre une virgule, parce que ce qui lui est arrivé est vrai et que la peur qu'elle a ressentie est vraie. Ce qu'il faut comprendre de ces audios ne les excuse pas, ça les explique seulement : ce qui est sorti de ma bouche n'était ni un plan ni un désir. C'était le matériel que ma tête avait sous la main. Et ma tête, ça faisait vingt-cinq ans qu'elle traînait sur internet, à voir et à lire toute l'horreur qu'on peut voir et lire là-dedans. Quand on enlève le frein à un cerveau comme ça avec de l'alcool et de la psychose, il attrape le plus terrible de ce qu'il a stocké et il le recrache. C'est pour ça que, quand je les ai écoutés après, je n'ai rien reconnu. Pas une phrase. Ce n'était pas mon vocabulaire. C'était l'égout dans lequel je nageais depuis vingt-cinq ans, qui sortait par une bouche sans frein. Rien de tout ça n'allait nulle part, et ça n'est allé nulle part. Mais ça lui est arrivé. Et c'est ça que je ne peux pas réparer.

Le lendemain l'hôtel a appelé la sécurité, la sécurité n'a pas pu me sortir de la chambre, et ils ont appelé la police ; eux retransmettaient tout dans la salle, comme on commente un match : que le personnel de l'hôtel avait appelé, qu'il y avait un policier devant la porte, que les flics étaient déjà dans la chambre, et un qui proposait, alors que c'était devenu complètement redondant, que quelqu'un appelle l'hôtel pour prévenir que celui qui était dedans était en pleine bouffée.

En milieu d'après-midi ils sont entrés. Et cette partie-là je ne la raconte pas de mémoire, parce que de mémoire je n'ai rien : le portable est resté à enregistrer sur la table et l'enregistrement est là, trente-deux minutes que j'ai mises pas mal de fois avec la sensation d'écouter un inconnu qui utilise ma voix. Ça va tel quel, avec ce qu'on entend.

La première chose qu'on entend, c'est Bach, à plein volume sur l'ordinateur portable, et par-dessus Bach la porte et deux voix nouvelles. J'étais dans le lit, complètement nu, couvert jusqu'en haut par le drap et le dessus-de-lit et avec la tête dehors, et je n'ai pas bougé.

— Comment allez-vous ? dit une des voix.

— Je suis le Messie.

Je l'ai dit comme ça, sans élever la voix et sans aucune hâte, comme on donne une information administrative. Et eux ont continué leur affaire, ce qui est ce qui me stupéfie le plus dans tout l'enregistrement : deux personnes qui font leur travail avec une décence à laquelle je ne m'attendais pas.

— Vous avez des antécédents psychiatriques ?

— Je suis trillionnaire.

Et derrière ça, dans la même rafale, que la mère de je ne sais qui était la reine, qu'ils devaient comprendre ce qui se passait dans le monde ces jours-là, et une phrase qui me poursuit parce que c'est la seule des trente-deux minutes qui ait la forme d'un argument juridique.

— Je suis ivre d'amour. Pas de drogue.

À un moment ils me posent des questions sur les règles. Celles de la maison, celles de l'hôtel, celles que je piétinais depuis deux jours sans même savoir qu'elles existaient. Et voilà ce qui m'intéresse vraiment dans toute cette histoire.

— Quelles règles ? Il n'a pas touché à Marta.

C'est ça que j'ai dit. Devant la police. À la troisième personne, comme si je parlais d'un autre. Et c'est qu'effectivement je parlais d'un autre : dans cette minute-là il y avait dans ma tête un homme dont je rendais compte aux agents, un tiers que je défendais d'une accusation que personne ne lui avait encore formulée, pendant que dans le téléphone qui était en train d'enregistrer il y avait quarante audios qui disaient ce qu'ils disaient. Les deux choses dans le même corps, le même jour et avec la même voix. Et une petite chose que je garde aussi, parce qu'elle peint l'état mieux que n'importe quelle autre : l'agent qui est entrée la première avait un prénom composé de ceux de toujours, et au bout de quelques minutes je l'appelais déjà par son diminutif, avec la familiarité de celui qui croit que tout le monde est venu à sa fête.

Ils m'ont sorti de là en plein délire, certain pendant qu'on descendait que tout ça faisait partie d'un plan plus grand que j'étais le seul en état de comprendre. Du trajet il ne me reste rien. Il me reste le réveil : un lit dans lequel je ne pouvais pas bouger, le goût de vieille monnaie qui m'attendait dans la bouche, et

une certitude qui venait déjà de l'intérieur de la descente, celle d'avoir fait cette fois quelque chose qui ne se réparait pas en payant des mensualités. Et je ne me trompais pas.

On m'a emmené à l'hôpital du sud, parce qu'à celui du nord il n'y avait pas de lits, et c'est là que le juge m'a auditionné. Pas dans une salle ni avec une robe : dans un bureau prêté, avec un ordinateur portable posé sur une table et un visage dans un rectangle sur l'écran, et un médecin à côté de moi jusqu'à ce qu'il n'y soit plus. Ça, c'est un internement sans consentement vu de l'intérieur, et il faut l'appeler par son nom : une formalité qui finit par valider le récit du système de soins et presque jamais celui du patient, et qui se termine avec une personne à qui on suspend les droits civils pour une durée que personne ne lui dit. Moi on m'a laissé là tout seul. Quand j'ai vu que personne ne revenait, j'ai réduit la visio, je suis entré dans ma boîte mail et j'ai recopié sur un post-it les numéros que je voulais appeler pendant l'hospitalisation et que je ne savais pas par cœur. J'ai caché le papier dans mon slip. Ensuite je me suis servi un petit verre de gel hydroalcoolique dans un de ces gobelets en papier qu'il y a dans les services, avec le désespoir qu'a un alcoolique en sevrage, et je l'ai avalé cul sec. J'ai demandé à téléphoner, j'ai dit que c'était à ma copine, et j'ai appelé Marta. Je lui ai dit : bonjour, Marta, je t'appelle de l'hôpital. Elle m'a raccroché au nez en entendant ma voix. Et je ne le lui reproche pas, sachant ce qu'il y avait de son côté, qui est mesuré aussi : une voix qui s'est associée à une menace n'arrive pas au cerveau comme une voix, elle arrive comme la menace, par un chemin court qui déclenche la peur avant que le cortex ait compris les mots. Raccrocher, à ce stade, n'est pas une décision. C'est un réflexe. Le mot hôpital passait par le chemin long et il est arrivé quand le téléphone était déjà raccroché. Ensuite j'ai appelé Jordi, un ami du village et de toujours, et il m'a raconté qu'il venait de perdre quelqu'un de chez lui, d'un coup. Je me suis effondré complètement, avec mon père par-dessus et avec la femme de la deuxième hospitalisation par-dessus, je suis devenu agressif avec un infirmier qui a essayé de me faire quelque chose physiquement, je ne me rappelle pas quoi, et on m'a mis en contention. Cette fois-là avec largement de quoi. Au bout de sept jours on m'a transféré à l'hôpital du nord, celui de mon dossier médical. Le compte rendu de sortie dit décompensation maniaque avec symptomatologie psychotique, et dans les antécédents toxiques il est écrit que ma mère rapportait une augmentation de la consommation d'alcool les dernières semaines, et que le patient la niait malgré la confrontation. C'est ça, l'homme qui a enregistré ces audios : un homme qu'il fallait at-

tacher à un lit huit jours plus tard, et qui niait avoir bu avec les bouteilles encore dans la chambre.

Et dans ce chapitre, qui est celui de la pire chose que j'aie jamais faite, il faut expliquer comment est une bouffée de l'intérieur, parce que ce qui vient derrière tient tout entier sur l'idée que ç'a été un choix de ma part. D'abord le sommeil s'en va, ce qui est déjà raconté ; ensuite la pensée s'accélère, et la sensation n'est pas une sensation de maladie, c'est une sensation de lucidité ; ensuite le frein se déconnecte, celui qui évalue les conséquences, ce que j'ai déjà expliqué. Et il y a une chose que les gens ne savent pas de la manie, parce qu'ils se l'imaginent comme de l'euphorie : une sur trois, à peu près, est irritable et hostile, et l'hostilité verbale est un symptôme aussi manuel que le fait de ne pas dormir. L'agression physique, en revanche, est rare, et quand elle apparaît elle va presque toujours contre soi-même. Ce qui est sorti de cette chambre, c'était la première, dans sa forme la plus pure. Tant que ça dure, celui qui en souffre n'a pas accès à l'outil qui sert à évaluer ce qu'il fait ; il ne s'en sert pas mal : il ne l'a pas devant lui. De là vient que le droit pénal retienne comme cause d'irresponsabilité l'anomalie psychique qui empêche de comprendre ce qu'on est en train de faire. Et de là vient qu'à la phrase de toujours, mais c'est toi qui l'as fait, on ne puisse répondre ni oui ni non. On lui répond ceci : c'est mon corps qui l'a fait, avec ma voix et avec mon téléphone, aux ordres d'un cerveau qui ces jours-là n'était pas celui que je suis. Et ensuite il y a la partie qui m'appartient et que j'assume : ça faisait des mois que j'étais sans traitement, je buvais, je dormais mal et je suis passé par-dessus tous les avertissements. Aucune de ces choses ne provoque une bouffée à elle seule, et toutes ensemble la rendent plus probable. L'épisode, ce n'est pas moi qui l'ai choisi. Ce que j'ai choisi, souvent et pendant des années, c'est de ne pas lui mettre toutes les barrières que j'aurais pu lui mettre. La ligne est là et je n'en bouge pas : de ce que j'ai fait en psychose je ne réponds pas, parce que là-dedans il n'y avait personne en état de répondre. De ce que je fais aujourd'hui je réponds entièrement.

Le groupe a continué sans moi dix-sept jours de plus, à commenter mon hospitalisation, à débattre ouvertement pour savoir si j'étais hospitalisé ou si je l'inventais, combien d'hospitalisations j'avais au compteur. Et deux jours après qu'on m'a sorti de l'hôtel, l'un d'eux a écrit la seule phrase sensée de ces trois semaines : que le groupe entier était taché, qu'ils passaient leurs journées à encourager le messie à faire des folies. Moi je l'ai exporté et je l'ai effacé. La preuve de ce que les autres ont fait, c'est le seul qui en sortait mal qui l'a gardée.

Chapitre 36 • Le pardon de Lidia

Je suis sorti de ce service et dans la boîte aux lettres il y avait deux plaintes qui m'attendaient. L'une était de Lidia, pour ce que j'avais fait sur les réseaux cet hiver-là. L'autre était de Marta, pour les audios. Et derrière est venue la pire dépression post-psychotique que j'avais eue jusque-là, et celui qui n'en a jamais traversé une ne se l'imagine pas : il ne s'agit pas d'être triste, il s'agit du courant général qui s'éteint. De nouveau le salon de ma mère, de nouveau incapable de franchir la porte de l'immeuble, et avec une seule fenêtre sur l'extérieur, qui était l'écran du téléphone. C'est par cette fenêtre-là qu'ils sont entrés. Ceux de cette salle : des messages privés depuis des comptes sans photo, des morceaux de mes audios transformés en mèmes avec les rires par-dessus, putain de bipolaire, putain de fou, rends service au monde. Il y en a eu un, plus documenté que les autres, qui m'a écrit de me suicider comme mon père. Et les appels au milieu de la nuit, en numéro masqué, qui sonnaient dans le salon de ma mère pour lâcher la même consigne et raccrocher au milieu des éclats de rire. Ils tiraient toujours avec la même chose : ma maladie. Ils ne me tapaient pas dessus pour quelque chose que j'aurais fait ; ils me tapaient dessus pour ce que j'étais. Et je ne suis pas parti de là, parce que celui qui vit au fond du puits a besoin de savoir à quel point on le déteste aujourd'hui, comme on appuie sur une dent cassée pour vérifier si ça fait encore mal. Chaque soir j'entrais lire ma propre lapidation.

Et en même temps, dans ce même téléphone et dans cette même semaine, il y avait quatre femmes qui faisaient avec moi quatre choses différentes. Ma sœur montait la défense de l'intérieur : que je cherche les audios avec des menaces qu'ils disaient avoir versés au dossier, et au milieu de la nuit les deux limites dont j'avais besoin et que je ne voulais pas entendre, qu'en n'écoutant pas les médecins rien n'allait fonctionner et que ça, ce n'était pas une prison mais un processus de réhabilitation. Tu n'es pas en prison. Il a fallu que ma sœur me le mette par écrit, parce que de l'intérieur je n'étais pas capable de distinguer une chose de l'autre. Raquel m'envoyait des chansons, un jour après l'autre, sans rien me demander, et une seule phrase sérieuse qui valait plus que tout le réper-

toire : que c'était à ça qu'elle faisait allusion quand elle me demandait d'apprendre à me reconnaître avant la manie. La détection des prodromes, dans la bouche d'une femme qui n'avait pas fait médecine, trois ans avant qu'un professionnel me l'explique. Judit était en train de me pardonner, que ça n'était pas moi et que ça se voyait comme le nez au milieu de la figure, et deux heures plus tard arrivait la partie qui n'était pas du pardon mais une facture : qu'elle savait parfaitement ce qu'il y avait, et que j'aurais pu m'appuyer sur elle au lieu de l'écarter. Et ma mère m'écrivait depuis les urgences, avec la perfusion dans le bras, pour prendre de mes nouvelles. Et cet homme-là, ces mêmes semaines, était convaincu que personne ne le soutenait.

L'avocate a estimé qu'il ne valait mieux pas raconter à Lidia d'où tout ça était sorti : qu'il n'y avait pas de preuves, que ce n'était pas le moment. Ma sœur l'a appelée quand même. Lidia n'a pas décroché, alors elle lui a laissé un audio pour lui raconter ce qui s'était passé. Lidia l'a écouté. Et ce qui est revenu trois jours plus tard, par la bouche de ma sœur, c'est la meilleure chose qu'on m'ait dite de toute cette année-là : qu'elle ne comprenait pas pourquoi je ne m'éloignais pas un moment de tout ça pour me remettre à récupérer la maîtrise de moi, et que si je continuais à mettre du bois au feu je finirais par me brûler encore. C'est ce qu'a dit la femme qui avait porté plainte contre moi, avec tout le droit du monde de ne plus jamais prononcer mon nom. Moi j'ai mis deux ans et demi à m'éloigner. Et je me suis brûlé encore, exactement comme elle l'avait annoncé.

Et alors Lidia a fait un rêve. Il faut dire qu'elle était pour comprendre la taille de la chose : nihiliste, étudiante en philosophie, convaincue que rien de tout ça ne veut rien dire. Quelque chose a bougé en elle après un voyage, dans un processus qui venait de la souffrance qu'elle avait traversée avec moi, et la nihiliste a fini croyante. Et dans ce rêve la Vierge lui a dit que je n'étais pas mauvais, que j'étais malade. Que j'étais bon. Qu'elle devait me pardonner. Elle était encore dans un groupe où j'étais aussi ; je lui ai demandé pardon et je lui ai expliqué que ça n'avait pas été moi, que je n'avais pas fait ça exprès. Elle m'a pardonné et elle a retiré sa plainte. Plus d'un an après je lui ai écrit pour la remercier d'avoir été compréhensive avec mon trouble et pour lui raconter que le traitement marchait bien, et elle m'a répondu sans un reproche et sans me poser une seule condition : que ça lui avait coûté un monde de me pardonner, mais que Dieu l'avait aidée, et que sans Lui elle ne croit pas qu'elle aurait pu. Moi, ça fait des années que je veux que les gens me comprennent. Elle a fait quelque chose

de bien plus difficile : me pardonner sans m'avoir compris tout à fait. Ce pardon n'a pas plu à tout le monde. Quelqu'un qui était proche d'elle m'a appelé en visio alors que j'étais en pleine psychose, en sachant très bien que je publiais tout ce qui me rentrait par le téléphone, et dès que je l'ai publié il m'a attaqué au civil pour son image. Au civil, où la cause d'irresponsabilité n'existe pas : là je n'étais pas un malade en bouffée, j'étais un citoyen lucide qui diffusait des images par pure méchanceté. Ça m'a coûté ce que je n'avais pas en avocats et des excuses signées dans une langue qui n'était pas la mienne, où celui qui était tombé dans le piège demandait pardon par écrit à celui qui le lui avait tendu.

Ça, avec Marta, ça ne s'est pas passé. Marta est allée jusqu'au bout, jusqu'à ce qu'il y ait un jugement. Et je ne le lui reproche pas, parce que je sais ce qui lui était tombé dessus en chemin et que c'est moi qui l'ai provoqué : elle aussi, ceux de ce groupe l'ont appelée, avec les données que j'avais publiées moi-même en pleine bouffée, et avec ça sur le dos, tenir la procédure jusqu'au bout, c'est ce qu'aurait fait n'importe qui veut seulement que ça se termine. Ce qui m'est resté planté, c'est une question. À la première déposition son avocat m'a demandé si j'avais maltraité ma compagne, et la juge a laissé écrit que la question n'était pas recevable. J'ai rongé ça pendant deux ans. Deux ans à m'enregistrer des audios la nuit dans un groupe privé où il n'y avait personne d'autre que moi, à parler des heures entières à une Marta qui n'était pas là, à lui répondre ce qu'on ne m'avait pas laissé répondre dans cette salle. C'est à ça que se consacrait l'homme du lit pliant quand la lumière s'éteignait. À lui répondre.

Et ces audios ont fini dans un tribunal pour que quelqu'un réponde à une seule question : si cet homme-là pouvait se gouverner ou non. Un médecin légiste y a répondu sur une feuille, et la feuille est restée à l'intérieur du tribunal. Les audios, non. Et un audio d'un homme en psychose, écouté sans le diagnostic à côté, ne renseigne sur aucune maladie : ce qu'il fait, c'est fabriquer un personnage. Le reste est mis par la répétition, qu'on étudie depuis près d'un siècle : dans chaque bouche l'histoire raccourcit, les détails qui ne collent pas avec ce que croit déjà celui qui écoute tombent en route, et la première chose qui tombe est toujours le contexte. Pour ça il n'est pas nécessaire que quelqu'un mente à un seul maillon. Il suffit de le raconter trois fois, et quand quelques-uns ont déjà décidé, ça revient moins cher au suivant de se fier à ce qui est décidé que d'aller regarder de son côté. Une seule donnée contraire fait tomber tout ça, et cette donnée n'est jamais arrivée, parce que le seul qui pouvait la donner était attaché à un lit, ou sur un lit pliant, ou en train de parler la nuit à une absente. Et il y en

a qui ont pris les devants : ces gens-là ont publié un communiqué expliquant que le responsable de tout ce qui sortait de là, c'était moi. Un alibi, un mois après ma quatrième hospitalisation.

Et dans les derniers mois de cette année-là est apparue quelqu'un que je n'ai pas encore raconté. Elle s'appelait Nerea. On s'était connus des années plus tôt et je l'avais plantée, un lapin dont je ne me souviens pas, et cet automne-là elle m'a écrit un salut à rallonge et sept minutes après elle m'a présenté la facture d'un ton en coin : est-ce que je n'étais plus un connard et est-ce que je ne laissais plus tomber les gens. Je lui ai répondu ce qu'à l'époque je n'aurais pas su dire : qu'à ce moment-là mon trouble bipolaire n'était pas traité. Nerea tenait sa vie attachée avec du fil de fer et elle la portait avec une dignité que je n'avais jamais vue : un travail mal payé et des enfants à charge. Et malgré ça elle m'a fait une place. Au bout de cinq semaines elle a fait ce que personne d'autre dans ce livre n'a su faire avec moi : me dire qu'elle m'aimait beaucoup, mais que si je retournais aux drogues elle ne serait pas là ; et vingt-trois minutes plus tard, pour que ça ne sonne pas comme une menace, qu'elle me voulait dans sa vie et que je savais bien comment était sa vie. Et en hiver : qu'être fâchée contre moi ne voulait pas dire m'aimer moins ; qu'elle m'aimait, mais qu'elle s'aimait davantage elle-même. Cet automne-là Kira est arrivée, la chatte écaille de tortue, et cet hiver-là on a opéré ma mère du genou, et celle qui a élevé la petite chez elle tous ces mois-là, c'est Nerea. Même la manie de se glisser sous le dessus-de-lit, elle l'a apprise là-bas. Et moi j'ai pris soin de ma mère, je l'emmenais aux toilettes, je lui piquais l'héparine. J'ai fait ce que j'avais à faire.

Et je l'ai perdue faute d'avoir pris la voiture un quart d'heure. La procédure s'est traînée toute cette année-là ; j'ai vendu la moto pour payer les avocats et l'alcool est revenu par la porte de derrière, une bière pour pouvoir lire chaque écrit. Je n'ai pas recommencé à boire avec quelqu'un. J'ai recommencé à boire avec le tribunal. On vivait dans deux villages du Vallès séparés par un bon quart d'heure de route ; celle qui avait toutes les raisons de rester immobile, c'était elle, et elle bougeait ; celui qui avait tout en sa faveur, c'était moi, et me sortir de chez moi coûtait de plus en plus cher. Ça n'était pas du désamour : c'était l'agoraphobie et la dépression de cette année-là qui transformaient quinze minutes de route en une distance impossible. Du dehors on ne voit aucune maladie. Du dehors on voit un type qui ne vient pas. Elle me l'a dit en toutes lettres : que dans mon emploi du temps elle n'était pas prévue ; que c'était toujours ce que moi je pouvais, et bien souvent ce que moi je voulais ; que c'était fini, les petites

miettes. Et une femme d'avant était réapparue, celle dont je parle là où il faut, et le temps que je ne donnais pas à Nerea, je le donnais, sous son nez, ailleurs. Un matin de cette fin d'été je lui ai écrit que ça allait couci-couça, que j'avais eu beaucoup de cauchemars, et cinq fois de suite que je ne voulais pas la perdre, et au milieu, sans que ça vienne à propos de rien, est-ce qu'elle savait que la veille j'avais eu une réunion en visio avec des gens qui avaient la même chose que moi. Elle a répondu à ça et pas à l'autre. En dix-sept minutes les deux choses qui allaient décider des années suivantes sont entrées dans la conversation : la femme que j'étais sur le point de perdre et l'association qui finirait par me tenir debout. Avec Nerea il s'est passé la même chose qu'avec Judit, et la même chose qu'avant avec Lidia : je ne les ai pas perdues parce que j'avais cessé de les aimer. Je les ai perdues parce que j'avais le cœur fourré dans un tribunal et dans un salon dans le noir, à parler à Marta. Des petites miettes.

Partie V • LA CHUTE

Chapitre 37 • La trêve

L'année qui a suivi celle de l'hôtel a été la plus tranquille des dix dernières, et c'est justement ce que les gens ont du mal à croire : qu'entre deux catastrophes de ce livre tienne une année entière sans bouffée, sans ambulance et sans un mot de travers avec personne. Une année où ma mère m'a demandé de ne pas prendre la voiture parce que j'avais trop de médicaments dans le corps et où je lui ai répondu par écrit qu'elle avait raison. Judicieusement, ai-je écrit. Cette même phrase, trois ans plus tôt, aurait fini par une porte claquée. Cet adverbe-là mesure ce qui avait changé mieux que n'importe quel compte rendu, et ce qui avait changé s'appelle l'euthymie.

L'euthymie, c'est l'humeur normale d'un bipolaire, le tronçon du milieu, sans manie en haut et sans dépression en bas. Ça ne veut pas dire le bonheur et ça ne veut pas dire la santé non plus : ça veut dire que la maladie n'est pas au volant. C'est une trêve, et les trêves se tiennent avec des choses qui n'ont rien d'épique : le comprimé et demi du matin et les deux du soir, dormir toujours les mêmes heures, manger toujours aux mêmes heures, ne pas boire, avoir un endroit où aller le matin et quelqu'un à qui raconter sa journée. L'histoire des rythmes sociaux est déjà expliquée, et quand ils se cassent (un vol long, une rupture, un procès) l'épisode arrive derrière. Tout ça, je l'avais cette année-là. Ce que je n'avais pas, c'était à peu près tout le reste, et c'est là qu'est le piège que personne ne te raconte : dès que la maladie lâche le volant, celui qui s'assied pour conduire est un homme qui n'a pas conduit depuis dix ans, avec la rue condamnée par l'agoraphobie, avec cent trente kilos sur le dos et avec une liste de gens perdus plus longue que celle des gens qui lui restent. Aller bien, avec cette maladie, ça consiste à avoir devant soi la reconstruction entière. Et la reconstruction, ce n'est aucun cachet qui la fait.

C'est moi qui l'ai faite, dans le salon de ma mère, avec deux procédures encore ouvertes au-dessus de la tête et avec la dette qu'avait laissée l'année du trouble, et que j'ai payée seul, parce que les prêts c'est moi qui les avais signés même si la consommation avait été à plusieurs. Quatre ans à payer. Le premier

mois j'ai ouvert le relevé tous les jours, avec la surveillance qu'on consacre à une plaie. Ensuite j'ai découvert que le travail aidait : pendant que je résolvais le problème de quelqu'un, il ne restait plus à ma tête de cycles libres pour compter les échéances. C'était de l'assistance technique ; celui qui répond quand quelque chose s'est cassé. Ce n'était pas le travail que j'aurais choisi, mais il apportait quelque chose sur quoi je ne comptais pas : un problème concret, d'une personne concrète, qui appelait avec une voix de quelqu'un qui a besoin d'aide et qui raccrochait avec une voix de quelqu'un qui n'en a plus besoin. Ou ça marchait ou ça ne marchait pas, et pour un type dont la vie entière était ambiguë, c'était presque un traitement. Payer mois après mois pendant quatre ans n'a rien d'un exploit. C'est un exercice de reddition : admettre qu'il y a des conséquences qui ne s'en vont pas toutes seules et que la seule chose qui soit entre tes mains, c'est de ne pas arrêter de payer.

Et dans cette année tranquille j'ai fait ce que fait n'importe qui en découvrant qu'il ne lui reste plus personne : me mettre à frapper à de vieilles portes. L'une d'elles était celle de Nuria. Et ça, il vaut mieux le dire clairement, parce que ça a été raconté à l'envers bien des fois : Nuria n'est pas revenue. C'est moi qui suis allé la chercher.

Pour comprendre ce qu'était Nuria quand elle a ouvert cette porte, il faut regarder ceux qui l'entouraient. Ses amis de toujours ne l'ont pas laissée tomber : ils ont mûri, ce qui n'est pas la même chose même si de l'intérieur ça se ressemble pas mal. Moi-même j'avais emmêlé son monde avec le mien l'année du canapé, quand je lui avais présenté, le jour de son anniversaire, ce que j'avais de meilleur. Et un par un, ceux de ce groupe ont trouvé leur sortie : un couple, un travail, des gamins, une vie qui avance. Nuria est restée là où elle était pendant que les autres bougeaient. Elle avait ses propres raisons et sa propre blessure, et elles ne sont pas à moi pour que je les raconte. Je ne le mets pas non plus comme un reproche : j'ai passé des années à faire des choses semblables pour ne pas regarder en face ce que j'avais devant moi. Je le mets parce que tous ceux qui ont bougé, elle les expédiait avec le même mot. Ils l'avaient abandonnée. Des sorties des autres elle parlait avec ironie, comme on commente une reddition, et ce qu'elle était en train de décrire sans s'en rendre compte, c'était ce qui lui avait peu à peu échappé, à elle. J'ai écouté un par un ces commentaires et j'ai regardé ailleurs, parce que j'avais besoin de compagnie. Et la règle est vieille et je la connaissais : celui qui dit du mal des autres dans leur dos devant toi dira un jour

du mal de toi dans le tien. Abandon. Le même mot qui des années plus tard allait m'être collé à moi.

À cette époque quelque chose avait bougé chez elle, et elle en était là quand je lui ai écrit, sans m'attendre même de loin à ce qui est venu. Ça s'est réactivé avec une force que je n'avais pas calculée, et il faut dire ce qu'il y avait dans cette force, parce que la fin a teint le début et que le début a été autre chose : Nuria m'a donné une compréhension sans limite. Elle m'a donné de la tendresse, elle m'a donné des soins et elle m'a donné les clés de chez elle. Elle descendait chercher du pain, des œufs, des tomates et du lait pour me préparer le petit-déjeuner. Elle a été attentive à moi dans un tronçon où moi je n'étais attentif à personne. Elle a tout mis dans la balance, et moi, à ce moment-là, j'en avais besoin.

Et maintenant la partie où je sors mal. Tout ça m'a éloigné de Nerea, et pas par hasard : je me suis éloigné parce que j'ai choisi. Avec Nerea je n'allais pas bien : j'étais encore en plein deuil de Marta, à enregistrer des audios au milieu de la nuit sur une histoire terminée des années plus tôt, et je ne mettais pas dans cette relation la moitié de ce qu'il fallait y mettre. Un jour de cet automne elle m'a écrit les trois choses sur lesquelles je devais me concentrer, la salle de sport, l'université et le travail, et une demi-heure plus tard ce dont elle avait besoin de moi, sans ambiguïté : que je sois attentif sans être obsessionnel, que je sache qu'elle existait, que je ne disparaisse pas, que je sois capable d'écouter un de ses audios quand elle me l'envoyait. Et ce même matin elle m'a écrit la plus jolie chose que quelqu'un m'ait écrite : que j'étais réapparu dans sa vie d'une manière si inattendue que ça paraissait incroyable, et qu'en très peu de temps je faisais déjà partie de sa petite famille. L'éloge, le plan et l'ultimatum, tout le même jour. Et c'est là que Nuria a fait ce qu'elle faisait, qui consistait à ne rien me reprocher : de la compréhension sans conditions juste à la minute où l'autre porte me demandait des comptes. Je suis resté avec celle qui ne demandait pas de comptes et j'ai arrêté de me pencher vers celle qui en demandait. Un cerveau qui vient d'où venait le mien tire toujours là où on ne lui demande pas de comptes. Et avec Nerea ça n'a pas été juste.

Nuria voulait une relation, et moi je ne pouvais pas la lui donner, et pas pour la raison qu'on croit. Je ne l'ai jamais vue comme une compagne : ça n'a pas été une décision, ça a été une absence, et les absences ne s'expliquent pas, elles se décrivent. Moi, ce qui m'a toujours rendu amoureux, ce sont les femmes avec qui on peut parler jusqu'à quatre heures du matin de n'importe quoi, celles qui ont un monde dedans où on peut se pencher. Avec Nuria je riais comme avec

peu de gens ; ce qu'il n'y a jamais eu, c'est un endroit où se pencher, et sans ça, chez un homme fabriqué comme moi, rien ne démarre. Elle me l'a dit bien des fois, et pas pour rire : qu'on serait le couple parfait, comment je ne le voyais pas. Ce désir était réel et il était à elle. Et ici l'euthymie cesse d'être un mot et devient la preuve la plus nette que j'aie : en état d'euthymie je ne l'ai jamais désirée. Pas une seule fois en douze ans. Je l'ai désirée l'année du canapé, et je l'ai désirée pour de vrai, mais ce désir-là était monté par-dessus une hypomanie et il s'est éteint avec elle ; sans épisode il n'y avait rien de l'autre. Elle est revenue, je l'ai eue devant moi des mois entiers, avec toutes les facilités imaginables, et je n'ai pas voulu. Ni relation ni lit. Je le lui ai dit de mille façons différentes et toutes lui ont sonné comme un rejet personnel, alors que ce que je lui décrivais, c'était comment je suis fait.

Et il y avait une autre raison, qui explique ce tronçon mieux qu'aucune autre. Avant Nuria, Raquel était revenue, et l'ordre importe parce qu'on l'a raconté à l'envers pendant des années : celle qui cette année-là m'a fait ressortir de chez moi vers les lieux de cette communauté d'où j'étais parti, c'est Raquel. Quand Nuria a réapparu j'étais déjà dedans de nouveau, et je ne voulais plus rien de ce que j'avais prêché pendant une décennie. Et malgré ça j'ai fait ce que je fais depuis que je suis gamin, mettre tout le monde avec tout le monde, comme si une maison pleine était la même chose qu'une maison : j'ai mis Nuria et Raquel l'une en face de l'autre et j'ai dit regarde, voilà celle-ci et voilà l'autre. Et à Nuria j'ai dit ce que je pensais sincèrement, que là-dedans personne n'allait la juger, qu'elle se ferait des amis, qu'elle rencontrerait peut-être quelqu'un. Et elle s'y est mise, forcément. Sauf que celui qu'elle voulait, c'était moi. Alors elle entrait avec enthousiasme dans un monde dont moi je sortais avec soulagement, et ce monde était précisément celui qu'elle voulait partager avec moi. On marchait en sens contraire dans le même couloir, et de ça personne n'était responsable.

Le dernier jour de cette année-là, je le raconte en entier parce qu'il a les deux choses. Le matin j'ai parlé avec Nerea. On s'était donné rendez-vous et je me suis mis à déplacer l'heure, parce que ma mère m'avait mis la pression avec le plan du repas, et je lui ai proposé de retarder. Ce qui est venu après a duré neuf minutes et je le mets comme ça a sonné, qui est comme il faut le mettre.

— Désolée. Ça ne va pas être possible : ce n'était pas ça, le plan. Merci de me montrer quelle est ma place.

— On peut faire autrement. Moi je m'adapte.

— Je n'ai rien vu que je n'aie déjà vu. Ta mère gagne encore une fois. Elle se termine, cette année de merde.

— Celle qui vient sera meilleure.

— Pour moi, oui. Pour toi, je ne sais pas.

Neuf minutes, et elle avait vu ça bien avant moi. Et ce soir-là Nuria m'a emmené dîner avec les siens. On m'a présenté comme l'ami de Nuria et on m'a fait une place à table sans demander qui j'étais, et ça avait tout le sens du monde : ça faisait des mois qu'on était un couple bizarre et platonique, sans vie sexuelle et couple pour tout le reste, les week-ends, les séries, les repas, les projets. Depuis sa logique à elle c'était la chose naturelle ; depuis la mienne, un endroit où je ne savais pas ce que je faisais. On avait raison tous les deux depuis l'endroit d'où on regardait. Une fois rentrés chez elle, quelque chose s'est tendu en moi. J'avais besoin de sortir de cette dynamique et il ne me restait pas d'énergie pour en construire une autre, et ces deux femmes-là étaient le seul fil qui me retenait à quelque chose qui ressemblait à une vie sociale. Alors je suis resté. Et Nuria a continué d'attendre.

Chapitre 38 · La ligne

Mon histoire avec Nerea étant déjà rompue, Nuria semblait avoir accepté que cet homme effondré et sous médicaments ne voulait pas coucher avec elle. Et maintenant il faut être honnête sur ce que j'allais chercher chez elle, et ce n'était pas du sexe. C'était de la tendresse. J'étais cassé, avec l'agoraphobie qui me mangeait la rue et avec le tribunal suspendu au plafond, et la seule chose dont j'avais besoin au monde, c'était que quelqu'un prenne soin de moi un moment. Alors je me suis accroché à la seule source qui restait ouverte : une femme qui m'aimait et qui me désirait, et qui mourait d'envie de me donner justement ce que je ne lui demandais pas.

La ligne, c'est moi qui l'avais tracée, à voix haute et sans garder un mot à l'intérieur. Ni relation avec elle, ni sérieuse, ni sans étiquettes, ni rien à mi-chemin. Ni sexe. Ni retour à l'autre chose, aux pratiques de ma vie d'avant, celles du collier, que j'avais lâchées avec soulagement et que je n'avais pas l'intention de reprendre ni avec elle ni avec personne, pour des raisons que ce livre a déjà expliquées. Je le lui ai balancé tel quel : que depuis l'année du canapé les choses avaient changé, que j'allais mal, que j'étais sous traitement et que je sortais à peine d'une relation, et que ça, tout simplement, ça n'allait plus se faire. Plus clair, tu meurs. Et la ligne se franchissait quand même, et ce n'était pas moi qui la franchissais.

En privé, c'étaient des bisous. Des baisers chastes, de ceux qui n'engagent à rien et qui m'engageaient à tout, parce qu'ils étaient l'entrebâillement par où entrait le reste. Et le reste, c'étaient ses mains. Elle me tripotait, elle me pelotait, parce qu'elle en avait envie et parce qu'elle le voulait. Moi ça me mettait mal à l'aise, et je dis mal à l'aise et pas autre chose. Et là je veux être exact, parce que ça, je l'ai mal raconté pas mal de fois et dans les deux sens. Il n'y a pas eu de mains la nuit ni rien qui y ressemble. Il y a eu des frôlements et des caresses de journée, de vie à la maison, en quantité plus grande que celle que je voulais. Et maintenant ce qui m'arrange le moins : je ne lui ai jamais dit non. Jamais. Il n'y a pas eu une seule fois où je lui aie lâché un eh, arrête de me toucher, ça ne me

plaît pas. Je ne me suis pas senti violenté, et je ne vais pas écrire le contraire parce que ce serait un mensonge. Je me suis senti sous pression, mal à l'aise, poussé vers un endroit où je ne voulais pas être. Avec des forces, je me serais planté net. Je ne les avais pas. Dire non consomme de l'énergie, même si ça n'en a pas l'air, et moi j'entrais dans cette maison sans énergie pour quoi que ce soit.

Et elle répétait une chose que je n'ai pas su démonter pendant tout ce temps-là : que celui qui la touchait, elle, c'était moi, endormi, que je lui touchais les seins sans m'en rendre compte, et que par conséquent ce qu'elle faisait n'était que me le rendre. Je ne l'ai jamais touchée volontairement, ni endormi ni éveillé. Ce que je sais, c'est l'effet : n'importe quelle conversation démarrait avec moi dans le rouge, et à partir de là je ne trouvais plus la porte d'entrée. D'une dette inventée il ne sort pas de non. Il m'a fallu des années pour voir cette phrase pour ce qu'elle était, et ce n'est pas une explication mais une manœuvre : celui qui allait protester commence en étant débiteur, et il se retrouve obligé de nier quelque chose (l'avoir touchée en dormant) au lieu de pouvoir affirmer quelque chose (qu'il n'a pas envie qu'on le touche). Et je ne crois pas qu'elle ait monté ça de mauvaise foi : je crois qu'elle ne l'a pas vu, comme elle n'a pas vu tant d'autres choses qu'elle avait sous les yeux.

Le nom que j'ai employé dans mes pires moments n'est pas le bon, et celui qu'emploierait un tribunal non plus. Harcèlement, ça ne l'a pas été : ce mot a un contenu précis, et l'user ici serait l'abîmer pour des gens qui en ont besoin intact. Et ça n'a pas été non plus un pauvre homme sans défense face à une prédatrice, ce qui est la caricature inverse et qui est tout aussi faux. Ce qu'il y a eu a un nom moins spectaculaire et bien plus utile : une érosion. Éroder, ce n'est pas frapper ; c'est répéter la même petite pression sur le même point pendant le temps qu'il faut, et aucun de ces frôlements, à lui seul, n'aurait laissé de marque sur un homme entier. Le dommage est dans la somme et dans l'état du terrain. Et le terrain, c'est à moi de l'expliquer, parce que tenir une limite n'est pas un trait de caractère mais une fonction, et que dans cette maladie cette fonction s'use par les deux bouts. Par en bas elle est usée par l'épuisement et par l'isolement, et quand la personne à qui il faudrait dire non se trouve être le seul lien qui te reste, le prix du non cesse d'être social et devient existentiel. Un homme sans compagne, sans rue et sans réseau, avec une seule maison où aller le week-end, ne joue pas cette maison-là pour une main sur la cuisse. Ça, ce n'est pas de la mollesse de caractère : c'est un calcul. Et par en haut elle est usée par l'hypomanie, et alors on ne décide pas de franchir la ligne qu'on avait tracée

: on cesse de voir qu'on l'a tracée. J'ai été les deux figures, et dans l'année que je raconte j'ai eu d'abord celle d'en bas et quelques mois plus tard celle d'en haut. Et il y a une moitié dont aucune explication ne me libère : elle ne lisait pas dans les pensées. Un non dit avec la bouche aurait changé cette situation, et je ne l'ai pas dit. Cette omission est à moi. Petite et vraie.

Ce week-end à l'extérieur, déjà aux abords du printemps, je le raconte en entier, parce qu'il a eu bien plus de bon que de mauvais. Ça s'est bien passé : on a merveilleusement bien mangé, on a parcouru le village et on a été comme on était depuis des mois, en couple bizarre et platonique. On s'est mis nus dans une baignoire à remous assez kitsch et moi j'ai trouvé ça très bien : personne ne m'a forcé et je n'ai rien à lui reprocher. Et il y a encore quelque chose qu'il faut dire à voix haute : Nuria était en train de me relever une estime de moi qui traînait par terre. Elle me trouvait beau, avec un corps dont j'avais honte ; Nerea m'avait reproché que je grossissais, sans savoir ce que le cortisol et les médicaments font à un corps, et Nuria m'acceptait tel quel et en plus ça lui plaisait tel quel. Ce serait injuste de ne pas l'écrire. L'autre chose a été différente. Elle s'est entêtée à ce qu'on fasse une de ces choses de ma vie d'avant, de celles que j'avais arrêtées, et elle voulait que ce soit moi qui la lui fasse, et elle a continué à me le demander après m'avoir entendu dire non, et je l'ai dit plusieurs fois, jusqu'à ce que je dise oui. Là, il y a eu un non. Dit, explicite et répété. Et il y a eu une insistance qui ne s'est pas arrêtée à ce non, qui a continué jusqu'à ce que je cède, et je n'ai pas cédé sur une bêtise : j'ai cédé exactement sur le point que j'avais désigné comme le mien. Je l'ai fait à contrecœur, par pure usure, et je suis sorti de là avec la sensation de m'être trahi. Je ne lui colle pas d'étiquette juridique et je ne lui attribue pas d'intention, parce que je ne crois pas qu'elle ait cherché à m'obliger à quoi que ce soit. Ce qui se passe, c'est que l'insistance me désarme : je finis par céder pour que ça s'arrête, et celui qui porte ensuite ce qu'il a cédé, c'est moi. Ce oui-là, elle l'a arraché à la fatigue et pas au désir, et c'est pour ça qu'il a servi au contraire de ce qu'elle cherchait : c'est là que Nuria a compris que je ne l'aimerais jamais de cette manière.

Et il y a eu une autre chose qu'elle m'a demandée avec la même insistance, et elle va dans un paragraphe à part parce qu'elle n'a rien à voir avec ce qui précède ni avec quoi que ce soit de ce qu'elle faisait pour gagner sa vie. Elle m'a demandé de participer à quelque chose qui aurait consisté à m'inciter à commettre un délit. Je ne dis pas lequel, parce que ce n'est pas nécessaire. Elle me l'a demandé sans détour, comme on demande un service entre voisins, et là oui j'ai

refusé tout net, et je lui ai expliqué pourquoi : parce que ça me mettait la tête la première dans un pétrin dont je ne saurais pas sortir après, et des pétrins avec la justice, j'en avais déjà largement assez. Ce qui m'a déstabilisé, c'est autre chose : me rendre compte que la porte que j'avais ouverte pour qu'elle se fasse des amis était devenue autre chose, et que moi, sans avoir rien demandé, je pouvais finir par devoir m'expliquer sur une affaire que je n'avais pas mise en route. C'est là que la confiance s'est érodée. Le schéma se répète dans les trois cas : moi je pose la limite, elle pousse, et elle pousse, et elle pousse. Et quand le récit de qui avait fait quoi s'est construit, la version qui a survécu, c'est la sienne. Je suis devenu le prédateur et elle la victime. De toutes les versions ont disparu mon refus de ce week-end-là et aussi mes concessions, et je me suis retrouvé sans la limite respectée et avec l'étiquette collée par-dessus.

Cela dit, je dois prendre sa défense. Cet hiver-là j'ai revu ma fille après huit ans et demi, et Nuria m'a énormément encouragé. Elle s'est donnée à fond là-dessus. Moi, en plein enthousiasme, j'en suis venu à lui proposer de venir la rencontrer, et c'est elle qui m'a arrêté, avec raison : que ce n'était ni le moment ni l'endroit. Elle s'est mise de mon côté là-dessus, et pendant des mois aussi pour l'histoire de Marta, ce qui n'était pas rien. Ce qui ne colle plus est venu après : un jour elle a retourné le récit en entier et elle s'est mise à me regarder comme si j'avais été un monstre dans cette maison, en tordant des choses qui jusque-là lui avaient paru évidentes, et par-dessus le marché elle est allée jusqu'à me dire que je lui avais vendu du rêve. Ce que je lui ai raconté, c'était la version faussée que j'avais à l'époque, et ce livre traite Marta avec beaucoup plus de compréhension que je n'en ai eu sur ce canapé.

Bref, et sans tricher : ni ange sauveur ni monstre. Nuria m'a fait beaucoup de bien d'abord et beaucoup de mal ensuite. Pour mettre ça en ordre j'utilise la règle que je dois à Jordi et qui traverse tout le livre : des personnes bonnes et des personnes mauvaises, ça n'existe pas ; il y a des actions bonnes et des actions mauvaises. Et dans ma colonne il faut écrire celle-ci : des années plus tard, déjà en plein chaos, j'ai enregistré des vidéos où j'ai raconté sur elle des choses fausses qui la mettent à une place qui n'est pas la sienne. De son côté il n'y a jamais eu l'intention de me faire ce genre de mal. Elle m'aimait, moi, point. Et moi j'étais tellement cassé que je finissais par faire avec elle des choses que je n'avais pas envie de faire, et pas par manque de tendresse, parce que de la tendresse je lui en ai eu à la pelle, mais parce que je ne la regardais pas de cette manière-là et que je ne l'avais jamais regardée comme ça. Tout est là. Qu'elle

soit devenue pesante pour moi, c'est vrai et je ne le retire pas. L'autre chose, ce que j'ai balancé quand j'allais au plus mal, ne tient pas debout : il y a des mots trop lourds pour qu'on les laisse tomber sur qui que ce soit, et je sais bien combien ils pèsent, il m'en est tombé pas mal dessus sans qu'il y ait derrière la moindre intention.

Chapitre 39 • Le podcast

Il y a un épisode du podcast que j'ai écouté une seule fois et que je n'ai jamais remis. C'est le troisième, le dernier que j'ai monté, et je l'ai monté comme les deux précédents : au milieu de la nuit, dans le salon de ma mère, le casque sur les oreilles pour ne réveiller personne, en nettoyant les silences gênants, en égalisant les voix, en coupant les rires qui se marchaient dessus et en plaçant au début l'indicatif que j'avais composé moi-même avec un logiciel gratuit. Je l'ai mis en ligne, et quatorze jours plus tard j'étais dehors.

Mais avant de raconter comment on m'a viré il faut raconter ce que c'était, parce que vu du dehors une émission de trois copains qui parlent de cinéma a l'air d'une bêtise d'après-repas et pour moi ça ne l'a pas été. Le projet est né dans l'année tranquille, sur un canapé, entre des séries et des sagas : de la vulgarisation de cinéma, du genre où trois personnes s'assoient devant un micro pour expliquer pourquoi un film est ce qu'il est. L'idée n'était pas de moi et je la dois à ceux qui l'ont eue. Les deux autres mettaient la voix et les idées ; moi je mettais ce que je sais faire, c'est-à-dire le son, le montage, la musique et la partie technique qui consiste à mettre les choses là où il faut les mettre. Sans être payé, évidemment : là personne n'était payé. Ça été des mois de boulot, de réunions, de nuits devant la piste audio et de conversations interminables, et ça a donné à un type qui n'avait pas mis les pieds dans la rue depuis deux ans exactement ce qui lui manquait : une routine et un endroit. Un endroit où ce que je savais faire servait à quelque chose. Et ça ne s'est pas monté par l'intérêt de qui que ce soit : ça s'est monté parce qu'on avait envie d'être proches et parce qu'on s'amusait bien, ce qui est la raison pour laquelle les gens font les choses normales. Quand les enregistrements sont arrivés, cet été-là, j'étais déjà en train de foncer tête baissée vers la chute que je raconte au chapitre suivant, et on s'est assis devant les micros un mois après la pire engueulade de ma vie, dans une émission qui sur le papier allait nous réconcilier. Sur le papier. Pendant ces semaines-là, monter a été, sans exagérer, la seule chose qui me tenait debout : la seule chose

de ma vie qui rendait des résultats si on y mettait des heures. Ça aussi, on me l'a enlevé.

Comment on m'a viré se raconte vite, parce qu'il n'y a rien eu à raconter. Ni une conversation, ni un appel, ni un message disant on s'arrête là. Ce sont les deux autres qui l'ont décidé, et comment ils sont arrivés à cette décision, c'est leur affaire et je ne le sais pas. Dans les archives de ce mois-là il ne reste pas une ligne : ni la conversation où ça s'est décidé, ni l'instant où je l'ai appris, ni ce que j'ai dit ce jour-là. Il reste la trace, et la trace dure des mois. Quelques semaines plus tard j'écris à ma sœur que je suis à plat parce que l'émission a continué sans moi, et je la regardais depuis le trottoir comme on regarde une maison où on a habité. Un peu après, au milieu d'une dispute, m'échappe la seule phrase qui dit comment je le vivais de l'intérieur : que je ne sais pas ce qu'elle a vu ni ce que j'ai fabriqué en un mois. Et la réponse démarre en tenant pour acquis quelque chose que je ne savais pas qu'on tenait pour acquis : que ça n'était pas seulement une histoire de ce mois-là. Déjà à l'automne, avec tout le reste pardessus, je le résume à ma sœur par une question à laquelle je n'arrive toujours pas à répondre : si vraiment, sérieusement, tout ça a été pour un putain de podcast. Et en hiver l'effacement cesse d'être une interprétation à moi pour devenir une phrase avec un sujet et un verbe : que je suis bloqué sur le compte de l'émission.

Parce qu'ils ne se sont pas arrêtés à me virer. Les épisodes où j'apparaissais ont été effacés, et ils ont été réenregistrés exactement avec les mêmes sujets, sans moi, et republiés comme si la version précédente n'avait jamais existé. Et ça, en historien frustré que je suis, je le reconnais au premier coup d'œil : dans la Rome impériale on avait coutume d'effacer des registres l'empereur tombé en disgrâce, de piquer son nom sur les inscriptions, de fondre ses statues et de jeter son corps dans le Tibre pour qu'il ne reste aucune mémoire de son existence. *Damnatio memoriae*, disent les livres. À moi on a effacé mon travail comme si je ne l'avais jamais fait. Avec un détail qui enlève à l'affaire jusqu'à sa grandeur : l'émission a continué à se publier avec mon indicatif dedans et sans mon nom.

Et il faut mettre là-dessus le nom exact, qui n'est pas hypocrisie, parce qu'avec l'hypocrisie on n'explique presque rien. Ça s'appelle le stigmate de courtoisie, et Goffman l'a décrit il y a soixante ans dans le livre où est décrit à peu près tout ce qui sort dans ce chapitre : le stigmate se transmet. Celui qui marche à côté du marqué reçoit une portion de la marque, et il la reçoit du seul fait d'être encore là, sans avoir rien fait. Ça a une conséquence qui ne relève pas

de la méchanceté, mais des gens ordinaires : défendre celui qui est désigné coûte cher. Ça coûte de la réputation, ça coûte des amis, ça coûte qu'on te regarde avec le même visage qu'avant. Et dans une communauté petite comme celle-là, où tout le monde se connaît avec deux intermédiaires de distance et où il existe des réseaux de femmes dont la fonction est de prévenir des hommes dangereux, des réseaux qui sont nécessaires et qui sauvent des femmes pour de vrai, se placer à côté d'un homme sur lequel un signalement a circulé, c'est entrer dans la liste. C'est pour ça que personne n'est descendu me ramasser quand je suis tombé. Pas parce qu'ils étaient cruels, mais parce que rester avec moi dans l'émission, avec mon nom au générique et ma musique en ouverture, c'était porter ma marque sur soi. Et ça se fait sans le décider, en petites pièces qui vont toutes seules : ce n'est pas une expulsion, c'est que le projet a pris une autre direction ; la responsabilité se répartit entre deux jusqu'à n'être plus celle de personne ; et surtout l'autre est reclassé dans une catégorie où le soin ne s'applique plus. Dans le récit de cet été-là j'avais cessé d'être une personne : j'étais un dossier. Aux dossiers on ne demande pas comment ils vont ; on les règle. Et ce qui fait que le mécanisme fonctionne si finement, c'est que de l'intérieur on ne remarque rien, ni à l'époque ni maintenant. Il y a eu des gens de cette communauté qui l'ont vu de l'intérieur et qui me l'ont dit, mais ils me l'ont dit plus tard, quand ça ne coûtait plus rien de le dire, ce qui est exactement ce que le stigmate de courtoisie prédit.

Et il manque la deuxième partie. En santé mentale on appelle ça la double victimisation, et ça décrit une chose très précise : celui qui a un trouble n'en a pas assez avec la maladie, il reçoit en plus un deuxième coup, celui que lui donnent les autres pour l'avoir eue. Le premier est à toi et tu ne l'as pas choisi : l'épisode, ce que fait ta tête, ce que tu dis sans pouvoir te freiner. Le second, on te le donne : t'écarter, t'effacer, te retirer le bonjour, te traiter comme un problème au lieu de te traiter comme un malade. Et la différence entre les deux soutient ce livre entier : du premier je n'étais pas responsable ; du second, eux l'étaient. Faire une bouffée, personne ne le choisit. M'effacer, tous ceux qui m'ont effacé l'ont choisi. Et je ne l'écris pas pour le leur faire payer. Je l'écris parce qu'un lecteur avec mon diagnostic pourrait refermer ce livre en croyant que ce qu'on lui fait quand on l'écarte, il l'a bien mérité. Il ne l'a pas mérité.

Et je sais bien ce qu'on peut penser, parce que c'est ce que penserait Marta, qui cherche toujours d'abord la raison de l'autre : qu'eux non plus ne savaient pas. C'est vrai, et je le leur signe comme je le lui signe à elle. Mais il y a une

nuance qui dans son cas à elle pèse autrement, et c'est le seul reproche que je vais me permettre. Marta ne savait rien parce que personne ne le lui a dit : en quatorze ans je n'ai pas été capable de lui dire le nom de ce que j'ai, et le peu que je lui ai dit, je le lui ai dit avec l'ancien nom. À eux, je le leur ai dit. Ils connaissaient mes hospitalisations, ils connaissaient l'histoire des sangles, ils connaissaient mon histoire entière parce que je la leur avais racontée sur ce canapé. Et quand cet automne-là j'étais en morceaux, la réponse qui m'est arrivée par écrit, c'est que je disais être bipolaire pour me déresponsabiliser. Ça, ce n'est pas ne pas savoir. Ça, c'est le savoir et le retourner. L'ignorance n'annule pas l'effet, mais elle annule le reproche, et eux n'avaient pas l'ignorance de leur côté.

Et pour qu'on voie où atterrissait le deuxième coup, il faut expliquer comment était la rue à cette époque. L'agoraphobie n'apparaît pas d'un coup ; elle s'installe comme s'installent les choses qui viennent pour rester : d'abord c'est une préférence, ensuite une habitude, ensuite une nécessité et à la fin une impossibilité. La préférence de rester à la maison s'est formée dans les années des séances avec Marta, quand le monde entier tenait dans un appartement et que la maison était le seul endroit sans variables. L'habitude s'est installée avec la pandémie, qui est arrivée juste au moment où la préférence était mûre, et j'ai pensé avec un soulagement que je n'ai pas osé dire à voix haute : ce n'est pas moi, c'est le monde qui est venu là où j'étais déjà. Les hospitalisations ont aggravé ça, parce que chaque retour à la maison depuis un service repoussait la rue un peu plus loin, et sortir s'est mis à signifier la possibilité de croiser quelqu'un qui me reconnaîtrait. La nécessité est arrivée avec les plaintes, et à l'année de l'émission elle commandait déjà tout : descendre jusqu'au hall était une expédition, et le corps portait toutes ces années-là sur le dos. À cet homme-là, qui sortait de chez lui pour à peu près rien d'autre que pour aller enregistrer avec eux, on a enlevé l'enregistrement.

Et que cet effacement m'ait duré trois ans et pas trois semaines a un nom technique que j'explique là où il faut : une perte sans corps, sans papier, sans acte et sans date n'a nulle part où se déposer, alors elle reste à tourner jusqu'à trouver une scène semblable où atterrir. L'émission a continué à se publier. Avec ma musique et sans mon nom. Ça, c'est une perte sans cadavre, et c'est pour ça qu'elle ne s'est pas fermée. À un cerveau qui à l'époque n'avait vu personne toucher à son traitement depuis presque un an, ça ne passe pas : ça reste allumé. Et que personne n'ait eu le devoir de me conserver dans un projet qui

n'était pas à moi et qui s'appelait comme on a voulu l'appeler, je ne l'ai jamais contesté, et je n'ai pas l'intention de le contester ici. L'effet ne dépendait pas du devoir.

Chapitre 40 • Le jour où ça a commencé

Ce matin de printemps-là j'ai ordonné le dernier virement. En milieu de matinée l'écran m'a renvoyé un zéro : quatre ans de ma vie pour payer la fumée d'une année de manie. Je m'attendais à ressentir quelque chose, et rien n'est venu. Ni soulagement, ni satisfaction, ni la clôture que j'imaginais depuis que j'avais commencé à payer. Un zéro tout sec et puis c'est tout.

Deux heures plus tard le facteur m'a apporté, en recommandé, l'écrit de la partie civile, celui de Marta, dans la procédure des audios. On demandait pour moi des années de prison. J'ai lu la demande. Je me suis écarté de l'ordinateur, je suis allé à la cuisine, j'ai bu un verre d'eau, je suis revenu et je l'ai relue. Ça disait la même chose. J'ai pris un anxiolytique et un autre derrière, pour être sûr. J'ai pensé à ma fille, et à la femme qu'elle serait quand je sortirais. Et alors le zéro est devenu autre chose : le jour où je finissais de payer ce que m'avait coûté économiquement une vie avec Marta était le jour où Marta demandait qu'on m'enferme. De ce jeudi-là les archives gardent quelques messages avec ma mère, et à la fin de la nuit quatre messages de moi dont il ne reste que la marque de les avoir écrits et effacés.

Ce soir-là je suis sorti boire un coup avec Chapa dans le village. Chapa a son chapitre ; avec lui la boisson a cessé d'être une affaire clandestine et est devenue une routine. On a bu. Et puis encore. De la forme qu'a eue ce mois entier, les archives de ma mère rendent compte : que j'en suis déjà à quatre canettes et comment mon estomac supporte ça. Elle est là, dans ces semaines-là, à administrer des centimes, à me compter les canettes et à me demander si je voulais une omelette.

Au milieu de la nuit, avec le cerveau bourré et mort de peur, j'ai ouvert la conversation avec Nuria et je lui ai balancé tout ce que j'avalais depuis des mois. Ça n'a pas été une chose : ça a été un éboulement. Le ressentiment qu'avaient déposé les mois d'usure, le ras-le-bol de me sentir sous tutelle, le rejet que je n'avais jamais su mettre en mots civilisés. Ç'a été brutal. Pour une part ç'a été injuste. Pour une autre part ç'a été vrai. Et ce qu'il y avait dessous est déjà

raconté : une année à dire non et à constater que le dire ne servait à rien, et plus bas encore ce que je ne lui ai jamais dit, que je ne la désirais pas, parce que cet homme-là n'avait pas de quoi le lui dire en face.

Et maintenant la phrase pour laquelle ce chapitre existe : ça, ce n'était pas un homme soûl. Avec l'enveloppe posée sur la table, ce jour-là même, je suis entré en manie. Pas au bout de quelques jours ni au bout d'une semaine : ce jour-là. C'est comme ça que ça entre, sans montée préalable et sans avertissement, et c'est pour ça que celui qui regarde de l'extérieur n'y croit pas. L'alcool était là et la terreur était là, et aucun des deux n'explique ce qui est sorti cette nuit-là : ce qui l'explique, c'est la phase qui s'était mise en marche le matin, avec l'écrit à la main. Ces messages ont été le premier acte d'un épisode, pas le dernier d'une amitié. Et c'est là qu'est le piège : vu de l'extérieur, le premier acte d'une manie est exactement pareil qu'un type qui a forcé sur la boisson et qui dit ce qu'il pense. Ça se ressemble tellement que moi-même je ne l'ai pas distingué.

Nuria les a lus en se réveillant. Et le monde a changé de place. Et moi je les ai effacés. Je les ai tous effacés et j'ai effacé toute la conversation. Je suppose que c'était la honte, et aussi que je savais ce qui allait se passer avec eux, parce que Nuria garde tout, capture tout et fait suivre tout, et sans captures d'écran il ne restait rien à montrer à qui que ce soit. Ça, elle me l'a dit elle-même, ça l'a rendue encore plus furieuse que les messages. Et voilà la clé de tout ce qui est venu derrière : ce qui est resté enregistré, c'est l'explosion. Pas les mois d'avant, pas l'usure, pas les fois où j'ai dit non, pas l'enveloppe avec les années de prison dedans. L'explosion et rien d'autre. Et l'explosion seule, sans rien autour, ressemble exactissimement à ce que Nuria dit que ça a été. Avec ce qu'il y a autour, c'est autre chose : un malade épuisé qui pose une limite de la pire manière imaginable, parce qu'il ne savait pas comment terminer quelque chose qu'il ne savait pas terminer. Les deux descriptions sont vraies à moitié. Il en a circulé une.

Elle a mis trois jours à répondre, et quand elle l'a fait ce n'est pas à moi qu'elle a répondu : elle a écrit dans la conversation qu'on avait à trois, avec Raquel devant. Des paragraphes entiers en majuscules, et dans aucun d'eux une ligne sur ce qu'elle avait fait, elle : ni ce week-end-là, ni l'insistance, ni ce qu'elle m'avait demandé. Tout, c'était moi. Et moi j'ai demandé pardon, et je l'ai redemandé, et je l'ai demandé encore, parce que pour ces messages-là il fallait le demander, ils étaient de moi et ils étaient brutaux. Ce qui se passe, c'est que chaque fois qu'en plus j'essayais d'expliquer quelque chose (ça aussi c'est arrivé, ça c'est toi qui l'as fait), l'ambiance empirait sur-le-champ. La seule chose qui

marchait, c'était de baisser la tête. Deux mois comme ça. Raquel est entrée comme médiatrice et elle a dérivé vers là où dérive presque tout le monde dans un conflit qui n'est pas le sien : vers le côté de celle qui lui a paru la plus crédible. Elle a conclu que je mentais, et depuis sa place c'était une conclusion raisonnable, parce que mes souvenirs de ces années-là étaient mauvais, ils étaient troués et ils ne coïncidaient pas avec ce que d'autres lui racontaient. Elle n'a pas vu un malade avec la mémoire cassée : elle a vu un type dont les versions ne collaient pas. Et au menteur on ne pèse plus ce qu'il dit. Et avec tout ça sur le dos, trois semaines après cette nuit-là, je racontais à ma sœur que je cherchais un appartement. Avec Nuria. Le mot n'était pas encore posé. Il s'est posé à l'automne, et depuis l'automne tout ce qui précédait a été relu à l'envers. Et un mois après les cris on s'asseyait de nouveau devant les micros pour enregistrer l'émission.

Et pendant que ça explosait, la mère de ma fille m'écrivait de loin qu'elles étaient là, pour moi aussi, et ça n'est pas arrivé à l'endroit où il fallait, parce que l'endroit était occupé par une conversation de groupe et par deux personnes en train de décider quel genre d'homme j'étais. C'est la première chose que fait un lynchage : il ne t'enlève pas les gens. Il t'enlève la capacité de les voir.

Une fois l'été passé j'ai cessé d'exister dans ce monde-là, et pour raconter comment ça a complètement explosé il faut commencer par ce que j'ai fait, moi, parce que c'est moi qui l'ai fait en premier. À l'automne, tout juste installé dans une nouvelle maison et dans une stabilité qui m'a duré ce qu'elle m'a duré, j'ai publié dans la communauté où elles étaient toutes les deux un texte sur la famille choisie : la maison neuve, les gens qui entrent, les gens qui s'en vont, et ce que je n'avais pas l'intention de tolérer de nouveau à l'intérieur de ma porte. Sans un nom, sans une insulte et avec des destinataires, mis en ligne exactement là où tout leur monde allait le lire. À la troisième personne et sur un ton de remerciement, ce qui est la façon la plus propre qui existe d'accuser quelqu'un devant les siens sans qu'on puisse te reprocher un seul mot.

La réponse est arrivée sur-le-champ, et de cette conversation survivent trois minutes, parce qu'elle a effacé la conversation et que moi, en pleine engueulade, je lui avais dit que je l'avais exportée, et il s'est avéré que c'était vrai. De douze ans avec Nuria je conserve dix-huit messages. Ils vont comme ça, l'un derrière l'autre et sans un mot de moi au milieu, parce que c'est tout ce qui reste de douze ans et parce que lus d'une traite ils durent ce qu'a duré tout ça.

— J'ai la conversation exportée.

— C'est la dernière chose que tu liras de moi de ta vie.

Et alors je lui ai envoyé le lien d'un de ces sites qui fabriquent de fausses conversations, qui est une cruauté fine et qu'aucun épisode ne recouvre tout à fait : je ne lui annonçais pas que j'avais des preuves, je lui annonçais que je pouvais m'en fabriquer.

— Je ne m'étonne pas que Marta te veuille en prison.

— Tu es une obsédée du contrôle.

— Tu mérites tout ce qui va te tomber dessus.

Et ensuite, seul dans un message, elle a répété le dernier mot. Tomber dessus. Et moi j'ai fermé douze ans avec une phrase dont je ne sais pas aujourd'hui si elle était sincère ou si c'était le dernier coup enveloppé dans une bénédiction.

— J'espère qu'un jour tu trouveras le pardon dont tu as tant besoin.

Ce qui précède, les majuscules, le je te déteste, le j'espère que tu vas crever, est dans la partie effacée, et je le maintiens avec ce que j'ai écrit à ma sœur le lendemain. Et elle a dit ça à un homme qui avait chez lui un écrit demandant des années de prison, des semaines sans dormir et une demande d'internement devant un tribunal, en le sachant malade, parce qu'il le lui avait raconté lui-même. Elle m'a réduit à un condamné qui mérite sa condamnation ; moi je l'ai réduite à une contrôlease. Aucun de nous deux n'était en train de décrire qui que ce soit : on était tous les deux en train de nous défendre. Et quand de douze ans il ne survit que le pire moment, ce moment devient la relation entière. Elle ne l'a pas été. Ce qui se passe, c'est que le bon, personne ne l'a exporté.

Et alors le mot est arrivé. On m'expulsait de groupes sans me dire pourquoi. Des femmes que je ne connaissais ni d'Ève ni d'Adam me répondaient dans mes propres fils que je l'avais bien cherché, que j'étais un harceleur et un drogué, et moi je lisais ça sans comprendre d'où sortait tant de rage envers un inconnu. La campagne, je l'ai vue en entier bien plus tard, et ce sont des gens de là-bas qui l'avaient vue de l'intérieur qui me l'ont racontée : que le signalement sur moi est passé de groupe en groupe, surtout par les espaces de femmes qui existent pour prévenir des hommes dangereux ; que mon diagnostic voyageait dans le signalement comme une preuve de plus ; et que dans ce milieu on avait dit à voix haute que j'étais dangereux, avec un détail qui a sa place plus loin. Et ils me connaissaient depuis des années, de lit, de cuisine et de canapé.

Ce qui était fourré dans le signalement, c'était mon diagnostic : bipolaire, une donnée médicale, la chose la plus intime qu'ait une personne, glissée dans l'argumentaire comme si c'était une preuve à charge. Le stéréotype, il n'a même pas fallu le fabriquer, parce que dans un de ces enregistrements, avec moi assis

en face, on avait dit comme on énumère une évidence qu'il faut faire attention parce qu'il y a beaucoup de déséquilibrés et beaucoup de prédateurs, les deux mots employés comme synonymes, à une table où le seul diagnostiqué c'était moi. Et voilà ce que disent les chiffres : une étude avec plus de trente mille personnes a trouvé que la maladie mentale grave, à elle seule, ne prédit pas la violence ; et une autre a trouvé que plus d'un quart des adultes avec des troubles comme le mien avait été victime d'un délit violent dans l'année écoulée, onze fois plus que la population générale. Du malade il n'y a pas à avoir peur. C'est le malade qui a peur. Les réseaux d'alerte sont nécessaires ; ce qu'ils n'ont pas, c'est une manière de séparer un homme dangereux d'un homme en bouffée, et moi je suis tombé du mauvais côté de ce filet. Ça, c'est un lynchage numérique : un cadre dont il n'y a pas moyen de sortir de l'intérieur, parce que n'importe quelle défense se lit comme la réaction de celui qui confirme le schéma.

De l'ordre, c'est la seule chose que je demande au lecteur de retenir. Tout ce que je viens de raconter s'est passé avant que j'enregistre la première vidéo. Quand cet hiver-là je me suis enfermé dans une chambre d'hôtel avec la caméra de l'ordinateur portable devant moi, je portais déjà sur le dos deux mois de reproches où demander pardon ne suffisait pas, une expulsion, un effacement, une communauté entière prévenue contre moi, un je te déteste et un j'espère que tu vas crever, et ma maladie transformée en la preuve que j'étais dangereux. De cet hiver-là on a vu la dernière chose que j'ai faite, moi. Jamais la première chose qu'on m'a faite.

Chapitre 41 • La colocation

Cet été-là j'ai appris ce qu'est la vraie solitude. Pas celle du week-end sans projets : l'autre, la structurelle, celle qui apparaît quand le monde qu'on s'est monté autour de soi s'écroule d'un coup et en entier. De l'émission on m'avait viré quelques semaines plus tôt, avec l'écrit qui demandait des années de prison posé sur la table, et ça, c'est déjà raconté. Inés, dont je parle au chapitre suivant, était en voyage à l'autre bout du monde et répondait de moins en moins. Raquel ne répondait carrément pas. Et Nuria avait cessé d'exister pour moi, même si son absence était de celles qui sont actives : je savais que quelque part on parlait de moi. Sous la main il ne me restait personne d'autre que Chapa, et ce que Chapa et moi on avait, c'était de se retrouver pour boire dans le parc du village.

Et malgré tout, ce mois-là n'a pas été un désert complet. Cet été-là j'ai rencontré Iván, bien plus jeune que moi, et on a accroché dès la première bière parce qu'on est tous les deux des malades d'histoire. Quelques jours plus tard je lui ai écrit que j'essaierais de sortir dès que j'irais mieux, et vingt-trois minutes après, en m'excusant pour ce qui était en réalité ma maladie qui parlait, je lui ai dit que j'étais désolé, mec, que je me prenais trop la tête sur tout, que j'étais dans la merde. Des semaines plus tard, après une autre soirée à lui raconter mes affaires, je lui ai envoyé le lendemain matin le message habituel, que je regrettais de l'avoir saoulé avec mes merdes, et il m'a répondu en cinq minutes en une seule ligne : que je ne l'avais saoulé avec rien, que j'avais simplement exprimé comment je me sentais. Moi, ça faisait la moitié de ma vie que je demandais pardon de parler, et cet été-là même on m'avait viré d'un endroit parce que je parlais trop. Et cette ligne-là, ce n'est aucun thérapeute qui l'a écrite.

Dans la direction contraire, Rocío est apparue. Je l'ai vue connectée sur une de ces applications et je lui ai écrit en désespoir de cause, pour voir si je tirerais un peu de chaleur de quelqu'un qui m'avait aimé, et il m'est arrivé trois lignes : que j'avais été néfaste pour sa vie et que je ne lui réécrive plus. Les faits, je ne les conteste pas, ils sont dans son chapitre ; je conteste le format, parce qu'il transformait des symptômes en décisions conscientes de faire du mal. Et c'est

qu'avoir besoin que quelqu'un ait choisi de te faire du mal se supporte mieux que d'accepter que le mal soit sorti d'un cerveau incapable de choisir autre chose. À ma psychiatre d'alors je n'ai pas demandé d'aide cet été-là, ni cet été-là ni aucun autre : avec elle le mode urgence n'existait pas, et je le savais très bien.

Pour comprendre pourquoi j'ai loué cet appartement il faut dire où je dormais, à savoir sur le lit pliant du salon de ma mère, et ce que je fabriquais, à savoir essayer de me réguler par la pire méthode disponible : je suis retourné aux drogues. Une nuit de début d'automne je me suis effondré à cause du GHB sur le sol de ce salon. Ça figure dans mon dossier médical parce que je l'ai raconté en consultation deux semaines plus tard : ma mère m'a vu convulser, elle a appelé ma sœur, qui vivait à deux pas, et elle a appelé les secours, et quand j'ai ouvert les yeux j'avais devant moi deux soignants et derrière ma mère et Sonia avec un visage que je n'ai vu à personne d'autre. Ils m'ont dit qu'il fallait aller aux urgences et j'ai dit non. Je l'ai dit avec une peur d'animal, parce que j'avais ouvert les yeux entouré de blouses trop de fois et que trop de fois cette scène finissait avec moi enfermé des semaines dans un service, attaché dans l'un d'eux. Mon corps ne savait plus faire la différence entre qu'on te sauve et qu'on t'emmène. Contre toute attente ils m'ont laissé à la maison, et j'ai eu de la chance. Deux semaines après je suis parti. Il n'y a pas eu de porte claquée : il y a eu une mère épuisée qui n'était plus disposée à ce que son fils se drogue chez elle, et la raison était entièrement de son côté. Sonia a cherché des appartements avec moi, les comptes faits, et elle m'a laissé par écrit que ce qui devait bien se passer était en moi et pas dans le lieu. J'ai loué l'appartement quand même. Deux chambres. Et ça ne s'est pas bien passé.

Chapa, je l'avais rencontré l'hiver d'avant dans un parc du village, quand il s'est approché pour me demander une cigarette. On était tous les deux des solitaires de la même espèce. Et à la fin de cet été-là des dettes lui sont passées dessus et il en est sorti en mauvais état. Quelqu'un de son entourage m'a appelé, parce qu'il ne savait pas qui d'autre appeler, et je me suis planté à l'hôpital. Quand il s'est réveillé et qu'il m'a vu à côté du lit il a dit qu'il savait bien que j'allais venir. Je lui ai dit évidemment. Que je n'étais pas obligé, il a dit. Et moi, que je le savais bien.

Alors les deux besoins, le sien et le mien, se sont rejoints dans cet appartement. J'ai emmené Chapa avec les marques encore ouvertes, et avec Chapa est venue sa copine, qui n'avait nulle part où aller non plus, et avec elle une amie à elle. Et avant de raconter en quoi cette maison s'est transformée il faut raconter

ce qu'elle a été aussi. Chapa joue de la guitare, et il en joue bien. Un tas de nuits de cet hiver-là on restait tous les trois jusqu'à pas d'heure, lui avec la guitare et nous deux à écrire des paroles dans des cahiers et à les chanter à mi-voix pour ne pas réveiller le voisinage. Elle est très intelligente, mûre de force, et elle dessine d'une manière qui me laissait sans voix. Ces nuits-là sont parmi les rares choses de cette année que je sauverais entières. On en est venus à beaucoup s'aimer. Ils m'aiment encore, et moi eux, même si je les aime de loin.

Le problème, c'est qu'ensemble on se démultipliait le pire. Dans cette maison on consommait, et pas comme un épisode mais comme une présence : l'odeur entrée dans les murs et l'économie d'urgence de celui qui a besoin de la dose suivante par-dessus n'importe quoi d'autre au monde. Des gens qui montaient chez moi à trois heures du matin, des dealers assis dans mon salon sans que personne les ait invités, des embrouilles qui ont fini en coups entre Chapa et des types qu'ils avaient amenés eux-mêmes. Et moi de l'autre côté de la cloison, le casque sur les oreilles et le système du travail ouvert sur l'écran. Un homme avec de l'agoraphobie incapable de descendre chercher le pain envoyait Chapa ou sa copine, et payait avec son salaire ce qui se consommait dans cette maison pendant qu'il coulait. Des mois plus tard ma sœur me le dirait sans anesthésie : que je n'étais pas en état de discerner quoi que ce soit, que mon soi-disant meilleur ami profitait justement de ça, et que ceux qui m'aimaient essayaient d'écoper sans la moindre chance. Je lui ai répondu ce qu'on répond en plein épisode, c'est-à-dire en défendant celui qui est en train de te couler : qu'il resterait chez moi tout le temps qu'il lui faudrait.

Dans cet appartement entraient aussi Iván, comme entraient tout le monde, et il n'a jamais touché à rien. Et il y entraient Rubén, un ami de la moitié de ma vie, qui aujourd'hui, quel que soit mon amour pour lui, est de la kryptonite. Ce n'était pas une question de combien ils m'aimaient. C'était une question de comment ils vivaient.

Et de ce compte-là il faut faire la liste, qui est courte des deux côtés. Jordi, ça fait vingt ans. Dans l'hiver de la valise lui aussi s'est écarté, une année entière, et il est revenu sans demander d'explications et sans en donner : il ne comprenait pas ce qui m'arrivait parce que ça n'avait pas de nom, et depuis qu'il a appris à séparer la maladie de la personne il n'a pas bougé d'un centimètre. Il est en thérapie depuis l'adolescence, il ne touche pas à une substance, et les appels du mardi après-midi sont un rituel qu'aucun de nous deux n'a jamais déclaré. Et il y a Mireia, qui vient de l'université et d'une histoire de fac qui s'est éteinte toute

seule et qui a laissé derrière elle une meilleure amitié. Quand je lui ai raconté la procédure elle a pris des notes et elle m'a demandé si j'avais des comptes rendus psychiatriques des épisodes, s'ils étaient datés et s'ils coïncidaient avec les faits. Un après-midi dans le grand parc je lui ai demandé pourquoi elle avait toujours été là, et elle m'a répondu qu'elle me connaissait d'avant tout ça, que les comptes rendus et les procès étaient ce qui m'était arrivé et pas ce que j'étais, et que ceux qui sont partis ont confondu ces deux choses.

Ceux qui sont partis ont un nom aussi. Elvira, une amie de dix ans, m'a bloqué dans l'hiver de la valise pour un désaccord, un seul, et elle n'a plus jamais répondu, en connaissant le diagnostic dans le moindre détail. Dix ans et une maladie diagnostiquée donnent largement de quoi tenir une conversation de vingt minutes. Et Quim, un ami de toujours, du village, avec qui j'ai passé des milliers d'heures à philosopher jusqu'à pas d'heure, s'est détaché peu à peu, ce qui est normal, et il me l'a expliqué en me le mettant sur le dos, ce qui est cruel : mes attitudes, ma façon d'être. J'ai essayé de le lui expliquer et il m'a expédié en trois mots : prends ton lithium. Moi je prenais le lithium, matin et soir, depuis que ça avait un nom. Ce qu'il me disait, ce n'était pas prends ton cachet. C'était ton existence me dérange et c'est ta faute si elle me dérange. Et ensuite il y a ceux qui n'ont même pas de phrase : tous les amis que j'avais en commun avec Nuria, en bloc et dans le même intervalle, des gens qui n'étaient pas dans ce monde-là et qui n'ont rien vu du tout. Je leur écris un message normal, du genre ça fait un bail. Et le message reste lu, et derrière le silence.

Ça a un nom, et le trouver m'a soulagé : l'ostracisme, l'exclusion sans agression et sans explications. Dans les phases longues il ne produit pas de rage, il produit de l'extinction, et le dommage se multiplie quand on ne sait pas pourquoi, parce que sans motif il n'y a rien à corriger, et on passe des années à préparer la défense d'un procès qui n'aura jamais lieu.

Et c'est comme ça que s'est monté cet appartement. J'avais des amis de vingt ans et je n'en ai appelé aucun quand Nuria et Raquel sont parties, et pas parce que je les écartais, mais parce qu'ils n'apparaissaient pas sur l'écran. Et dans ce trou-là les seuls qui frappent à la porte sont ceux qui n'ont pas de porte non plus, parce qu'un homme seul avec un appartement et un salaire est, pour celui qui n'a ni l'un ni l'autre, une porte. L'ouvrir à tous ceux qui arrivent en morceaux, sans s'arrêter pour regarder si on est en état de porter qui que ce soit, ce n'est pas de la bonté, ou ce n'est pas seulement de la bonté : c'est boucher un trou à soi avec des gens. On m'a décrit ces années-ci comme un type qui se sert des gens, et un

type qui se sert des gens n'ouvre pas sa porte à un autre qu'on vient de lâcher en morceaux, trois mois avant de se casser lui-même complètement.

Chapitre 42 • Sept mots

Raquel est partie par écrit, en quatre jours, à la fin de cet été-là, et ça a commencé un matin de semaine, en pleine réunion de travail. Elle m'a écrit qu'elle ne venait pas avec l'intention de se disputer, mais à cause de la tendresse qu'on avait eue l'un pour l'autre. J'ai répondu depuis la réunion que bien sûr, qu'elle me laisse un moment, que moi non plus je ne voulais pas me disputer. Ce matin-là elle m'a envoyé plusieurs audios, et moi je lui ai demandé plusieurs fois de se parler de vive voix. Il n'y a pas eu d'appel. Elle me demandait d'effacer n'importe quel contenu intime de nous deux, et je n'avais rien : je l'avais effacé des mois plus tôt parce que le voir me démolissait. Je le lui ai dit, et de là est sorti la seule chose de ce matin-là qui puisse se mettre en ligne.

— Je n'ai rien. Je l'ai effacé il y a des mois.

— Putain, mon grand, je te crois pas.

Une demi-heure traité comme un maître chanteur, et à la fin la phrase sèche du type blessé m'est sortie.

— Vis dans la peur si tu veux. Je n'utiliserai jamais rien contre toi.

Et je ne l'ai pas utilisé : trois ans à faire des horreurs avec une caméra devant moi, et aucune n'a été celle-là.

Et au milieu de ce matin-là j'ai écrit l'explication la plus complète de moi-même qu'il y ait dans toutes les archives, sans public et sans avocat. Que j'étais dans un état lamentable. Que j'avais été très près de la décompensation cet été-là, que ces facteurs de stress me poussaient à la limite, et qu'avec l'alcool c'était la combinaison pour une autre situation terrible. Que facteurs de stress égale Marcos tombe malade. Et que ça faisait deux ans que j'apprenais à me connaître en dehors des états maniformes et qu'il me restait encore beaucoup de chemin. Voilà, écrit par un homme en prodrome, ce que ce livre mettrait deux ans de plus à mettre en ordre. Et elle a répondu ça, qui est la seule fois en des années d'archives où elle écrit le mot.

— Écoute, Marcos : tu es bipo seulement pour te déresponsabiliser. Quand tu te gaves d'alcool, le trouble bipolaire n'apparaît pas dans tes raisonnements.

— Si je suis un connard, je le suis et voilà. Ce dont j'ai besoin, c'est de tendresse, de compréhension, de loyauté, et de gens qui PUTAIN RESTENT.

— Du fond du cœur, j'espère que tu pourras guérir et que tu arrêteras de casser tout ce que tu touches.

En des années d'archives avec elle le mot bipolaire apparaît cette fois-là et pas une autre, et elle l'a écrit pour me dire que je me réfugiais derrière le diagnostic. Qu'on regarde le verbe : pas que j'arrête de boire, mais que j'arrête de casser ce que je touchais, ce qui est la manière de dire que ce qui casse n'est pas ce qu'on fait mais ce qu'on est. Et après, que j'arrête de mentir, que je vivais dans le fantasme.

Le dimanche soir elle m'a donné ses raisons, et elle me les a bien données : quarante minutes, ordonnées, sans une insulte. Qu'elle et Nuria s'étaient liées d'amitié et que ça faisait des mois qu'elle lisait mes conversations avec Nuria pendant que je racontais à chacune une version différente de la même chose. Que je m'en étais pris pendant des mois à la façon dont Nuria menait ses affaires, ce qui ne me regardait pas ; là j'ai mal répondu, et j'ai écrit trois fois que je savais que c'était moche et que les démons m'emportaient. Que ma façon d'aller mal l'emmenait à un endroit de son enfance où elle ne voulait pas aller, et que mes traumatismes se cognaient aux siens. Et que je retienne qu'elle m'avait aimé honnêtement. Mon amour, elle m'a appelé, dans la même phrase où elle me disait qu'elle ne pouvait pas me faire confiance. Le lundi elle est revenue pour fermer : que c'était toujours à elle que j'en faisais voir, que le problème c'était peut-être moi avec mes dynamiques troubles, et deux minutes plus tard, que si j'étais incapable d'empathie c'est peut-être que le narcissisme l'emportait. Que je ne m'approche pas d'elle, s'il te plaît. Et un bisou, avec le surnom de toujours. Le mercredi j'ai écrit les trois derniers messages de huit ans et une chanson. Après ça, rien. Et sept semaines plus tard elle viendrait dans mon salon chercher ma voix enregistrée, ce qui va dans le chapitre suivant.

Qu'on lise la liste et qu'on y cherche un seul mot clinique : mentir, fantasme, hargne, incapable de demander comment ça va, dynamiques troubles, narcissisme. Six manières de dire la même chose, et la septième, la première dans l'ordre de l'horloge, le dit sans détour : que le diagnostic était un alibi, autrement dit que tout ça était ma façon d'être. Et sous chacune il y a un nom dans un manuel. Ce qu'elle a appelé mentir, c'étaient les lacunes d'un cerveau en prodrome avec de l'alcool dedans, qui racontait ce qui lui arrivait et pas ce qui s'était passé, et ça je l'ai déjà dit. Ce qu'elle a appelé de la hargne, c'était de l'irritabilité, qui fi-

gure dans la liste des symptômes. Ce qu'elle a appelé ne pas demander comment ça va, c'était le repli sur soi d'une phase haute. Ce qu'elle a appelé dynamiques troubles et supériorité morale, c'était la grandiosité, plus la pression du discours, qui est l'urgence de dire sans pouvoir s'arrêter. Et ce qu'elle a appelé du venin, c'était de l'hétéro-agressivité verbale, symptôme de l'état mixte, avec le filtre éteint : on ne dit pas ce qu'on pense, on dit ce qui fait le plus mal. Que le mécanisme ait un nom ne le rend pas moins horrible à lire. Mais un venin se choisit et un symptôme non. Et la preuve, c'est qu'ils se sont éteints. Avec du lithium, avec du sommeil, sans alcool et sans tribunaux sur le dos, aucun des sept n'apparaît. Pas un peu moins : aucun.

Ses raisons étaient bonnes, et avec ça sur le dos, partir, c'est ce qu'il fallait faire. Ce que changent les mots tient en une ligne : si c'était mon caractère, le problème c'était moi ; si c'était ma maladie, elle a bien fait quand même, mais la conclusion sur qui je suis est autre. Et de cette nuit-là il y a une phrase d'elle, la plus douce et celle qui m'a donné le plus de mal : que je lui avais fait du mal avec mon moment de vie. Un moment de vie arrive à la biographie d'une personne, pas à son cerveau, et le nom qu'on met sur une chose décide de ce qu'on en fait : si c'était un moment de vie, ce qu'il convient de faire c'est de s'écarter et d'attendre que ça passe, ce qu'elle a fait ; si c'était un prodrome, ce qu'il convient de faire c'est un appel à quelqu'un qui s'y connaît, et cet appel-là personne ne l'a passé. Le nom, c'est celle qui ne l'avait pas qui l'a choisi. Et celle qui, elle, l'avait, était assise à la même table.

Parce qu'Inés, je l'avais rencontrée au début de cet été-là, sur une application de rencontres. Au premier rendez-vous elle m'a dit qu'elle travaillait en santé mentale. Et moi je lui ai dit : ah bah tiens, moi j'ai un trouble bipolaire. Cet après-midi-là je lui ai parlé de mon père et de comment il est mort, au premier rendez-vous, parce que de quelqu'un qui sait on attend une chose précise. Et elle m'a donné, en cinq rendez-vous, les premiers cours de psychoéducation de ma vie, cinq ans après le nom et sur une terrasse : la dopamine, ce que font les substances dans un cerveau comme le mien, et l'avertissement, tel quel, que je ne devais pas boire. Content comme un gamin, je l'ai présentée à Nuria et à Raquel sur les réseaux, avec des captures de son profil. C'est là que tout a commencé. Au quatrième rendez-vous elle m'a expliqué que sa vie sentimentale était non exclusive, et moi, qui déteste ce schéma pour ce qu'il a fait de nous dans le troupe, je n'ai pas dit non : j'ai posé une seule question, si elle dormirait avec les autres. Et elle m'a dit évidemment. Moi j'ai demandé la nuit, parce que

dans ma maladie le sommeil est la variable qui la régle : la protection la moins chère qui existe pour un cerveau comme le mien, demandée sans en connaître le nom à la seule personne de la table qui, elle, le connaissait.

Deux jours après le premier rendez-vous je lui ai écrit deux lignes à la suite : ce que tu es belle, et tout de suite après, textuellement, que ça partait, qu'elle m'arrête, que je ne voulais pas lui faire du love bombing. Un homme avec un type un diagnostiqué qui prévient, avec le mot exact, une spécialiste que ça lui échappait : une donnée d'examen, qui lui a paru un compliment. Et à la fin de cet été-là, depuis l'autre bout du monde, elle l'a vu elle-même et elle l'a écrit : que ça lui donnait une sensation d'instabilité brutale, que c'était maintenant oui maintenant non maintenant oui maintenant non, que j'avais passé tout le voyage à dire une chose et son contraire. Impulsivité, pression du discours, labilité : trois critères de l'épisode, écrits par elle. À la fin de cet été-là je l'ai mise dans un groupe pour lui laisser des réflexions enregistrées, au milieu de la nuit, incapable de m'arrêter quand elle me l'a demandé, et son dernier message a été un au revoir avec des émoticônes qui rigolent devant. Elle m'a bloqué. J'ai essayé de la joindre par une autre voie, et alors elle m'a traité de harceleur. Qu'un particulier emploie ce mot à chaud, je le comprends. Mais une étude d'il y a vingt-cinq ans sur les harceleurs a laissé écrit que cette conduite s'observe parfois dans les états maniaques et que le traitement du trouble y met généralement fin. Ce qui ressemble à du harcèlement chez un maniaque se soigne avec du lithium, et ce qui est du harcèlement, non. Elle maniait cette littérature avant d'écrire le mot.

Des semaines plus tard j'ai su qu'on racontait par là que le personnage ne tenait plus, et que la vérité finit toujours par tomber sous son propre poids. Et dans un appel de cet hiver-là, le dernier, j'ai appris qu'Inés avait fini près de Raquel. Des années après la même chose s'est reproduite, en pire, et ça va à sa place : j'ai envoyé à Inés sur sa boîte mail deux vidéos sur le mal qu'elle m'avait fait, sans rien lui demander sauf une chose, expresse et par écrit, qu'elle ne le dise pas à Nuria. Elle le lui a dit. Je n'ai jamais été son patient, donc il n'y avait pas de secret professionnel à rompre ; mais livrer à un tiers des données de santé que quelqu'un t'a envoyées en privé, contre sa demande expresse, c'est le genre de choses que ne devrait pas laisser passer quelqu'un qui travaille avec des gens malades. Et ma part, pour que le compte soit complet : lors de notre dernier échange je lui ai écrit que j'espérais qu'aucun de ses patients ne dépende jamais d'elle dans son pire moment. Aujourd'hui je préférerais ne pas l'avoir dit.

Rien de ce qu'a fait Inés n'est un délit. Ce qui se passe, c'est qu'une formation ne se pend pas au portemanteau en sortant du travail, et que celui qui l'a ne cesse pas de l'avoir quand il est sur une terrasse, à un dîner ou dans un groupe d'amis : l'autorité que donne le savoir ne s'éteint pas à la fin des horaires, et avec ce qu'on sait on ne fait pas certaines choses. Et pour le voir sans brouillard, mettez-le dans un autre métier. Une maître-nageuse hors service : se noyer pour de vrai, ça ne fait ni cris ni grands gestes, et c'est pour ça que les noyades se produisent devant vingt personnes qui ne voient rien ; elle est la seule de la plage entraînée à le distinguer, elle le distingue, et elle dit aux autres que celui-là fait l'idiot, et elle retourne à sa serviette. Elle savait lire la scène et elle l'a lue à l'envers et à voix haute. Des trois personnes qui ont décidé de mon sort cet automne-là, deux ne me devaient rien : elles ont fait ce qu'elles savaient faire avec ce qu'elles avaient. Inés, elle, me devait quelque chose, et ce n'était ni de la tendresse ni de la loyauté : c'était de la compétence. Il fallait quelque chose de tout petit : que la seule personne de ce monde-là avec une formation clinique dise une fois, au bon endroit, que ce que vous êtes en train de décrire n'est pas un prédateur, c'est un tableau clinique et ça se soigne. Je ne crois pas qu'elle l'ait fait par méchanceté. Je crois qu'elle avait peur et qu'elle en était. Mais avoir peur, c'est ne pas savoir. Elle, elle savait.

Chapitre 43 • Le salon

Il y a des choses qui se sont gravées en moi avec une netteté que je n'ai pas demandée. Le bruit de l'ascenseur, d'abord. La sonnette ensuite. Et puis la voix de Sonia depuis l'entrée annonçant que c'étaient Raquel et une des siennes. Ç'a été un soir de cet automne, des semaines après les adieux par écrit et un peu plus d'une semaine avant qu'elle prenne un avion ; c'est ma sœur qui les a amenées en voiture, parce que Raquel ne savait pas comment arriver jusque-là. Elle est entrée avec quelqu'un de sa famille, qui avait une tête à ne pas vouloir être dans ce salon, et on s'est assis tous les quatre. Sonia a pris la chaise du coin. Elles deux, le canapé. Moi je suis resté par terre, le dos contre le mur, qui était la seule place libre qui restait dans ma propre maison. Derrière la cloison il y avait la chambre de Chapa, et dans les murs, l'odeur de ce qui se consommait là.

Raquel a parlé pendant presque deux heures. Sans élever la voix, avec une cadence tranquille et ordonnée, en cataloguant chaque grief comme la preuve d'un schéma. Certaines parties je les reconnaissais et d'autres non. Et chaque fois que j'essayais d'expliquer quelque chose (qu'au printemps j'étais dérégulé, que l'écrit de Marta était arrivé ce jour-là même, que ça n'était pas une excuse mais un contexte), elle me renvoyait la phrase qui m'est restée dans le corps très longtemps : qu'elle, le contexte, elle s'en fichait, que le mal avait été réel. Sur le mal elle avait raison. Sur le signe égal qu'elle mettait entre le mal et l'intention, aucune. Et ces deux heures-là ont une description universitaire depuis soixantedix ans : un sociologue les a appelées cérémonie de dégradation, et ça fonctionne comme ça. Celui qui dénonce parle au nom de valeurs qu'il présente comme celles de tout le monde. On n'impute pas un acte au dénoncé, on le redéfinit entièrement, pour qu'il cesse d'être quelqu'un qui a fait des choses et devienne quelqu'un qui est une chose. Et le passé se relit à rebours, de sorte que ce qu'on a été pendant des années reste comme la façade et ce des dernières semaines comme ce qu'on a toujours été pour de vrai. C'est pour ça que certaines parties je les reconnaissais et d'autres non. Celles que je reconnaissais étaient à moi.

Les autres, c'étaient huit ans de ma vie relus avec la lampe de cette fin d'été, et avec cette lampe-là n'importe quelle vie humaine fait peur.

À la fin elle a sorti son téléphone et elle m'a demandé de lui enregistrer un audio où je m'engageais à ne plus jamais la chercher. Il n'y a pas eu de menace d'appeler la police et elle n'en a pas eu besoin. Avec ce qu'elle avait devant elle ça suffisait : un homme qui n'avait pas dormi depuis des semaines, avec la procédure de Marta suspendue au plafond et avec cette odeur entrée dans les murs de sa maison. Et ça suffisait aussi avec ce qu'on était tous les deux : en toutes les années où je la connaissais je ne l'avais pas contredite une seule fois. Cette femme-là, je l'adorais comme une déesse, et les déesses on ne les discute pas : on leur obéit. J'ai regardé Sonia. Sonia m'a regardé. Et j'ai pris le portable qu'elle me tendait et j'ai enregistré l'audio, sur son téléphone et pas sur le mien, avec ma sœur en témoin impuissant, en disant ce qu'elle voulait entendre pour pouvoir s'en aller. Quand elles sont parties, Sonia et moi on est restés silencieux un long moment. Et ce soir-là même j'ai écrit à ma sœur quatre lignes qui peignent l'état dans lequel je suis sorti de là : que ça avait été d'une aide énorme, que merci pour tout ; que je ne voulais pas cesser de voir Raquel sans un câlin ; qu'avec ça ça m'allait. C'était ça, l'homme qui venait d'enregistrer cet audio : un homme qui remerciait d'avoir pu dire au revoir. L'audio, je l'ai réclamé le lendemain, par l'intermédiaire de ma sœur, et deux jours plus tard encore une fois. Je ne l'ai pas.

Et la plus petite chose de cette soirée est celle que je garde le plus : l'étreinte. C'est elle qui me l'a donnée avant de partir. Deux secondes, derrière deux heures de sentence et un audio arraché, et quelques jours plus tard j'ai écrit à ma sœur que peu d'étreintes m'avaient été données comme celle-là. Cette étreinte prouve que cette soirée, quoi qu'elle ait été, n'était pas de la haine. Et il y a une autre chose que j'ai écrite à Sonia le lendemain : que j'aurais aimé que Raquel sache que, si je n'avais pas été sous lithium, j'aurais pleuré comme une madeleine. Que quand je buvais je finissais presque toujours par pleurer une fois seul, et que le lithium, entre autres choses, m'aplatit les larmes. Cette nuit-là elle ne m'a pas vu pleurer, et ce n'est pas parce que ça ne faisait pas mal. Je ne sais pas si on a fini par le lui dire.

Et voici la dureté qui revient à Raquel, mesurée et sans une insulte, parce que des insultes je lui en ai déjà balancé plus que je n'aurais dû. Cette nuit-là elle m'a demandé quelque chose qu'elle ne devait pas me demander, vu l'état où j'étais et vu ce qu'elle savait de l'état où j'étais. Raquel avait vu ma bouffée de la

pandémie et elle avait vu celle de l'hôtel. Après l'hôtel c'est elle qui m'avait demandé d'apprendre à me reconnaître avant la manie. Et elle avait devant elle un homme qui n'avait pas dormi depuis des semaines et dont personne n'avait touché au traitement depuis onze mois, et au lieu de faire ce qu'elle avait fait pendant la pandémie, c'est-à-dire de me dire traite-moi de folle mais je t'accompagne, elle m'a tendu le portable pour que je m'enregistre en renonçant à elle. Pour ça il n'a pas fallu de méchanceté : il a fallu ne pas vouloir regarder la donnée. Un engagement arraché à un homme dans cet état n'est la volonté de personne, et là-dessus la psychologie clinique a cessé d'utiliser il y a vingt ans les contrats de non-suicide, précisément parce qu'un papier signé en pleine crise ne retient aucune crise ; et à moi on m'a fait signer un contrat de non-contact alors que j'avais en marche une compulsion de contact. Ma sœur, depuis la chaise du coin, l'a permis parce qu'elle non plus n'avait pas la donnée : personne ne lui avait expliqué que ce qu'on fait avec un malade en prodrome, c'est l'écouter, lui faire baisser la température et l'accompagner, et pas lui ouvrir un procès dans le salon de chez lui. À toutes les deux je reproche la même chose : qu'en toutes ces années où j'étais diagnostiqué personne n'ait assis les gens qui m'aimaient pour leur expliquer ce que j'avais. Et que la seule qui, elle, le savait, soit passée si près sans ouvrir la bouche. Et malgré tout je l'ai respecté, avec deux exceptions en trois ans.

Ce qu'il y avait sur ce sol a un nom et personne ne l'a prononcé : le prodrome, la phase qui précède l'épisode. Ce n'est pas l'épisode : c'est sa rampe, et chez chaque patient elle a une forme propre et assez stable. La mienne se voit à l'œil nu. Le sommeil baisse, et pas sous forme d'insomnie mais sous forme de ne plus en avoir besoin. Le milieu de la nuit avance, qui est l'heure où j'écris ce que je ne devrais pas écrire. La parole s'accélère et le jugement se rétrécit, avec cette irritabilité qui de l'extérieur a l'air de mauvaise humeur. Et les projets apparaissent, qui cet automne-là avaient la forme d'une caméra. Je dormais trois heures et j'écrivais au milieu de la nuit bien plus qu'à la fin de l'été. Et j'avais recommencé à enregistrer des vidéos pour une chaîne éteinte depuis l'hôtel. Le jour même où je partais pour l'aéroport ma sœur m'a rappelé que mon avocat m'avait recommandé de ne pas enregistrer, et le lendemain elle a insisté : qu'elle avait vu deux de ces vidéos, que je les mette en privé et que dans l'une d'elles j'avais l'air défoncé. Quelques semaines plus tard ma mère a visé un autre endroit avec la même précision : que je tâche de ne rien enregistrer quand j'étais

défoncé, parce que ça se voyait, et que j'étais en train de courir à ma perte. Et j'ai continué à enregistrer.

Et pourquoi personne ne le voit, si la rampe se voit tellement. Pour deux raisons qui s'additionnent. La première, c'est qu'un prodrome n'a pas l'air d'une maladie : il a l'air d'un caractère. Un type qui dort peu, qui parle trop, qui s'énerve et qui a raison sur tout n'a pas l'air d'un malade, il a l'air d'un insupportable, et avec les insupportables les gens qui les aiment font ce qu'on fait avec les insupportables, c'est-à-dire qu'on les assoit par terre et qu'on leur lit la liste. Tout ce que j'ai écrit à la fin de cette année-là est sorti d'un homme décompensé, et elles l'ont traité comme si derrière chaque message il y avait quelqu'un de serein qui décidait cartes sur table. Là-dedans personne ne calculait. La deuxième raison est à moi : celui qui monte la rampe ne la voit pas non plus, et ça a déjà son nom dans ce livre. Des semaines plus tôt j'avais écrit à Raquel que facteurs de stress égale Marcos tombe malade ; je le savais et je ne le savais pas en même temps, ce qui est la seule manière dont on sait quelque chose à l'intérieur d'un prodrome. Et ce qu'il y avait dessous n'était pas non plus une manie pure : c'était un état mixte, l'énergie de la manie avec le contenu de la dépression, la phase qui fabrique exactement ce qu'on voyait dans ces vidéos, de l'hostilité et un besoin impérieux d'avoir raison. Et un prodrome demande exactement le contraire de ce qu'il produit : il demande que quelqu'un lui défende le sommeil et lui fasse baisser la température, et il produit que tout le monde autour la lui fasse monter.

De cette température il reste un matin d'hiver, la pire conversation que j'aie eue avec ma mère en quarante ans, et je la mets parce que tout ce que j'ai mal fait avec la seule personne qui n'est jamais partie est là. C'est elle qui a commencé, après avoir vu les vidéos : que j'arrête enfin de lui mettre sur le dos tout ce qui m'arrivait, qu'avec le venin que je lui avais craché ces jours-là elle ne voulait ni me voir ni m'entendre pendant un bon moment ; et dans ce même message, la phrase qui soutient tout ce qui est venu après : qu'elle m'aimait autant que mes frères et sœurs. Moi je me suis défendu, ce que fait un état mixte : que je n'avais pas dit un seul mensonge, et que si elle souffrait maintenant c'était la conséquence de la souffrance qu'elle m'avait infligée à moi. Elle a appelé ça par son nom : des demi-vérités, des souvenirs altérés et confondus. Et elle avait raison : en phase haute la mémoire se reconsolide biaisée, et ma tête me servait une version déjà montée. Je lui ai dit alors la phrase que je n'ai aucun moyen de justifier : que le pire de ces années-là, et de loin, ç'avait été elle, ma-

man. Et dans la même minute je lui ai recommandé pour la première fois de s'informer sur ma pathologie. Elle a fermé la conversation, et deux minutes plus tard elle m'a écrit que le dispensaire était à dix minutes de la maison, histoire de voir si je bougeais un peu. Et une heure plus tard j'ai fait la seule chose constructive de toute la journée : lui envoyer huit liens à la suite d'une chaîne de psychoéducation sur le trouble bipolaire. Une mère et un fils qui se mettent en pièces à neuf heures du matin, et le fils qui lui envoie à midi du matériel pour qu'elle apprenne à le comprendre.

Et quelques semaines plus tard, un matin de journée longue et sans un euro en poche, je lui ai demandé de m'acheter du tabac. Elle m'a répondu ce qu'elle gardait pour elle depuis des semaines : que je lui fiche la paix, qu'elle n'était pas ma commissionnaire. Et trente-six minutes plus tard : qu'elle était au bureau de tabac et qu'elle m'attendait là. Neuf jours après je lui ai écrit deux mots qui figureront dans les archives et que je n'ai pas l'intention d'enlever de ce livre : je te déteste. Ils ont été écrits par un homme qui dormait trois heures, à quelques semaines de s'asseoir dans un tribunal et avec le frein hors service : la désinhibition d'un épisode, que sur le moment personne n'a su reconnaître, et moi le premier. Ma mère, je ne l'ai jamais détestée. Et de ce mois entier, avec tout ce qui s'y est écrit, ma sœur m'a parlé presque tous les jours, et ma mère aussi. Personne n'est parti.

Chapitre 44 • Claudia

Mon appartement était en train de devenir ce qu'il est devenu, et moi, pendant ce temps, j'ai acheté un billet pour la Bulgarie. C'est là que vivait Claudia avec sa mère, déjà presque une adolescente, et c'est là que j'allais quand les vols étaient à portée et que la tête me le permettait. Il vaut mieux dire d'où sortait ce voyage : le mois précédent, je l'avais passé dans une rechute avec l'alcool et dans une de ces petites dépressions qui te laissent fonctionner au ralenti. Pour monter dans l'avion je me suis nettoyé, parce que c'était une chose, moi, et une autre chose, elle. Ces jours-là ont été les plus propres que j'aie eus de toute l'année. Pas un verre. Rien de rien.

Et là il faut raconter une bonne fois, et dans l'ordre, l'histoire entière de ma fille. Elle est née quand j'étais très jeune, d'une relation courte que les kilomètres et mon désordre ont eue à l'usure, et dans ses premières années elle a été, pour moi, une petite voix dans le téléphone et un visage qui grandissait à l'intérieur des photos. Alors qu'elle était encore toute petite j'ai enfin réuni l'argent et le courage et je me suis planté chez elle pour la connaître : une créature qui m'a examiné avec un sérieux de notaire et qui le deuxième jour a déclaré que ce grand monsieur-là était fiable. Cet automne-là elles sont venues. Claudia était encore très petite, et un après-midi elle s'est endormie sur moi, et de ce moment-là il me reste le poids chaud de ma fille qui respirait contre ma poitrine, qui est l'un des deux souvenirs les plus lumineux que je garde. Ce que je ne savais pas à l'époque, c'est que j'allais devoir manger de ce souvenir-là presque une décennie. Cet automne-là Marta était déjà avec moi, donc pour ma petite fille elle a su dès le premier jour. Et en quatre ans de vie commune ma fille a été le sujet d'une seule conversation. Ce silence-là, on l'a dressé à deux : moi non plus je ne la nommais pas, pour ne pas avoir un tiroir ouvert qui me faisait mal. Celui qui aurait dû le briser, c'était moi.

Entre cette créature endormie sur moi et le jour suivant où je l'ai eue en face de moi tiennent huit ans et demi, et dedans tient tout ce que raconte ce livre : le trouple, la valise, les hospitalisations, les plaintes, le fond du puits. La paternité

à cette distance-là est un élanement qui ne fait pas de bruit et qui ne s'en va pas non plus : on sait, chaque matin, qu'à des milliers de kilomètres sa fille est en train de perdre ses dents de lait, et de déchiffrer ses premières lettres, et de souffler des bougies, et de devenir une personne lentement, et que dans cette chambre il n'y a personne qui te ressemble. J'ai raté presque tout le lot, et cette facture ne figure dans aucun dossier et je continue à la payer chaque matin. L'hiver d'avant ce voyage elles étaient venues à Barcelone un week-end. Claudia cessait d'être une enfant, et ça n'a rien eu d'une retrouvaille de cinéma : elle m'a traité avec la politesse qu'on réserve à une visite, polie, avec des réserves, en me lançant des regards en coin comme on regarde un inconnu dont on vous a raconté des versions qui ne collent pas. Et je ne le lui reproche pas : aucune adolescente ne doit de la tendresse à un père qui a été, en gros, une absence. Je n'ai même pas osé tenter un câlin. Ça m'a suffi de m'asseoir près d'elle, de l'écouter, de regarder cette personne intelligente, complètement vivante et complètement réelle, et de penser sans arriver à y croire : elle existe.

De ce voyage d'automne il reste la logistique, et la logistique peint la relation mieux que n'importe quoi d'autre. Deux jours avant le vol sa mère m'a envoyé les instructions : qu'il faisait froid là-bas et que je prenne des vêtements, le taxi, le bus et ce que coûtait chaque chose. Et une phrase d'une délicatesse que je n'ai pas su lire à l'époque : qu'elle essaierait de venir jusqu'à l'aéroport, pour que je n'aille pas décharger mes émotions dans un endroit inconnu. Et il y a eu une condition, une seule, en toutes lettres : que je ne fume pas devant elles. J'ai répondu avec la maladresse habituelle, que j'essaierais de respecter toutes les conditions, et elle m'a corrigé sur-le-champ : qu'en réalité il n'y en avait qu'une, et que ça ne devrait quand même pas me coûter si cher. Une condition en toutes ces années. Là se mesure exactement le peu que cette femme m'a jamais exigé. Et un détail de plus : le premier jour elle venait seule ; la petite, je la verrais le lendemain, probablement au déjeuner ; et on dînerait peut-être à trois, selon ce que dirait Claudia. À cet âge-là, c'était ma fille qui décidait quand elle voyait son père. Et ça devait être comme ça.

Et le jour du vol je ne suis pas arrivé. Je me suis retrouvé bloqué sur la route, j'ai raté l'avion et j'ai écrit à sa mère que je cherchais des solutions et que je voulais mourir, avec une photo dont la légende résume tout : perdu à l'aéroport. L'après-midi j'ai trouvé la sortie, un autre aéroport à minuit et un avion à l'aube, et j'ai atterri là-bas le lendemain matin avec un jour de retard. C'est exactement le contraire de Barcelone : un froid sec qui coupe, la neige déjà grise au bord

des trottoirs, une lumière blanche et basse qu'ici on n'a jamais. De la maison me parvenaient des notifications du tribunal que j'ignorais consciencieusement et des messages de Sonia que j'expédiais avec un je-vas-bien, parce que j'allais bien. Je l'ai vue à l'heure du déjeuner, avec sa mère devant, et ce qu'il y a eu, c'est cette politesse tendue : un sourire court, un bonjour à mi-voix, les mains enfoncées dans les poches du manteau. Aucun câlin. Et malgré ça elle avait toujours intactes les obsessions de la gamine brillante qu'elle a toujours été. Elle m'a balancé une théorie sur les pieuvres, avec le sérieux de quelqu'un qui présente des résultats dans un colloque : que leur intelligence leur vient d'avoir neuf cerveaux répartis, un par tentacule plus celui de la tête, et que c'est de là que leur vient de pouvoir s'occuper de neuf affaires en même temps. Moi je l'écoutais avec cette attention complète que seuls y mettent les amoureux et les pères. Et pendant que je l'écoutais j'ai pensé que, quoi que dise le jugement, ça, ça existait. Que cette gamine et sa théorie des pieuvres existent, et qu'elles existent en partie parce que moi j'existe. Et ce jour-là c'était une raison suffisante pour continuer d'exister. Pour prendre mon lithium.

Il y a une chose dont presque personne ne parle, et c'est ce que la maladie décide à ta place quand tu es père. Pendant des années j'ai vraiment cru que le mieux pour tout le monde était qu'une personne malade se tienne à l'écart. Ça n'était pas une décision : c'était la dépression qui parlait avec le vocabulaire des égards. Un cerveau en phase basse ne te dit pas je ne peux pas ; il te dit je ne dois pas, et il te le dit avec une logique si nette qu'on la signe comme si elle était de soi. Et en phase haute c'est le contraire, on promet ce qu'on ne va pas tenir : un été j'ai promis à sa mère de l'argent pour une colonie et dix jours plus tard je l'ai rogné avec la pire excuse imaginable, que ma mère me tenait les comptes et qu'elle attende la fin du mois. Un homme fait, avec une fille qui avait son anniversaire le lendemain, en train d'expliquer à la mère de la petite que sa propre mère lui contrôlait l'argent. Ce qu'elle m'a répondu, je l'avais mérité : que Claudia était mon affaire. Voilà comment cette maladie décide de la paternité : elle ne t'enlève pas ta fille, elle t'enlève les années où tu aurais pu être là, les unes par en bas et les autres par en haut, et en échange elle te rend une adolescente qui te regarde en coin avec toutes les raisons du monde. Et l'autre moitié de la distance, ce n'est pas moi non plus qui la gouverne : il n'y a ni appels ni visios, et il n'y en a jamais eu de manière suivie. Il y a des messages que j'écris, des silences longs que je ne gère pas, et un voyage de temps en temps quand les vols et la tête le permettent. Sa mère n'autorise pas plus, et de cruauté

il n'y a pas : elle le fait parce qu'elle a encore le stigmate planté et parce qu'elle craint que, sans elle présente, il m'échappe quelque chose qui ferait du mal à la petite. De la prudence et de la peur, les deux choses que fabrique une maladie que personne ne leur a jamais expliquée. Moi la seule chose que je fais, c'est essayer de démontrer, avec de petits faits répétés, que ce père intermittent est en train de rester derrière. Et depuis que je sais qu'elle peut me lire, j'écris et je publie en tenant compte de ce que tout ce que je mets en ligne peut tomber entre les mains d'une fille de son âge.

Sa mère m'a envoyé une fois la photo d'un dessin que Claudia avait fait pour l'école quand elle était petite : une carte avec une étoile posée juste au-dessus de là où vit son père. Je l'ai rangée dans le dossier du téléphone où je mets ce que je ne veux pas perdre, qui n'a pas grand-chose dedans : la photo d'un arbre du Montseny prise avant l'orage, l'audio de Claudia qui me demande si je vais bien quand j'étais à l'hôpital, trois chansons et maintenant la carte. Ce sont les choses qui font que le et si des mauvaises nuits a une réponse de chair et pas seulement de fumée. Claudia est presque une femme maintenant et elle sait où vit son père. Et il y a une chose qu'il m'a fallu quinze ans pour pouvoir dire sans rage, et je l'ai dite à sa mère par écrit un matin de l'année dernière : que ma mère avait vécu dans l'amertume de n'avoir pas eu l'occasion de voir grandir sa petite-fille, et qu'elle a un cœur d'or. Une des rancunes les plus longues de ma famille, résolue en deux lignes. Ça n'avait pas été du rejet. Ça avait été du deuil.

Je suis rentré au début de cet hiver-là avec une chose à la main que je n'ai plus lâchée depuis : cette personne existe, et c'est ce qu'il y a de plus parfait dans toute mon histoire. Et en ouvrant la porte de l'appartement l'odeur m'a tout raconté, parce que dans cette maison elle ne ressemblait à aucune autre. Le frigo, vide. Le sol, semé de mégots. Et Chapa qui me regardait entrer avec les yeux de celui qui n'est plus tout à fait à l'intérieur de son propre corps. Un homme en prodrome arrivait de quatre jours de sommeil et d'une gamine qui parlait de pieuvres, et ce qui l'attendait à la maison était exactement le contraire de tout ça.

Chapitre 45 • La caméra à deux heures du matin

Ce que je me rappelle de cet hiver-là, ce n'est pas la sensation d'être en train de perdre la tête. C'est la sensation contraire, et c'est pour ça que ça fait si peur à raconter : celle d'être en train de faire enfin la seule chose sensée qui restait à faire, qui était de laisser une trace, de mettre devant une caméra au milieu de la nuit ce que les autres s'obstinaient à ne pas regarder. Une psychose ne se vit pas comme de la folie. Elle se vit comme une raison exacte à l'intérieur d'une autre réalité, et il ne manque qu'un seul élément, celui qui change tout : la voix de dedans qui, en euthymie, demande à quoi bon, et qui attend, et qui doute, et qui te laisse le message endormi jusqu'à demain. Ce frein est déjà raconté dans ce livre. Dans un épisode il ne se casse pas, il s'éteint, et ce qui prend sa place fabrique des certitudes plus vite qu'on ne peut les écrire. C'est avec cette machinerie en marche à l'intérieur que je suis rentré du voyage où j'avais vu ma fille : trois heures de sommeil notées sur la feuille d'une consultation de ces jours-là, onze mois sans que personne ait touché à mon traitement, et une chaîne de vidéos qui m'attendait.

De la chaîne il vaut mieux défaire un malentendu avant de continuer, parce que presque tout le monde le raconte à l'envers. Elle n'est pas née cette nuit-là. C'était la même que toujours, celle de la chambre de douze mètres carrés, la même où je mettais en ligne des vidéos expliquant nos chansons et où Marta les regardait et me demandait ensuite de lui raconter ce que j'avais voulu dire à telle minute. Il y est resté deux vidéos qu'on a écrites et dites à deux, une nuit, morts de rire comme on ne riait déjà presque plus. Si quelqu'un me demande où Marta et moi on a ri aux éclats pour la dernière fois, la réponse est là. J'ai filmé dans toutes les bouffées que j'ai eues, et après chaque hospitalisation j'effaçais tout, et ça ne m'a jamais causé de problème jusqu'à cet hiver-là, qui est le moment où j'y suis revenu avec la tête complètement partie. Ma sœur me demandait de laisser tomber et je lui répondais que filmer, c'était ma thérapie. La thérapie, ça l'était. Le moment était le pire possible.

Les premières vidéos ont porté sur Nuria, et je n'ai pas dit son nom : j'ai monté un archétype, la femme qui se fabrique une image publique de bonté pendant qu'au-dedans elle souhaite la mort à l'homme qu'elle a rejeté, et sur cet archétype j'ai déchargé toutes les insultes qui me sont passées par la tête, et il y en a eu beaucoup, avec la désinhibition de celui dont le frein est hors service. Je ne le raconte pas pour le justifier. Je le raconte pour le nommer : c'était un cerveau en bouffée qui fabriquait des vérités empoisonnées. Et en quelques jours le cerveau l'a oubliée et il est tombé en piqué sur ce qui me déchirait vraiment, qui était Marta. La procédure. Toby, qui était parti avec elle sans me laisser lui dire au revoir. L'amour que j'avais cru réel transformé en la plus grave affaire de ma vie. Dans la quinzième vidéo j'ai prononcé son nom, et après j'ai parlé deux heures et quarante minutes d'affilée. La transcription de ce passage existe, ce sont des heures consacrées à elle et rien qu'à elle, et ce qu'il y a dedans ne ressemble pas à ce qui a fini par arriver dans une salle d'audience. Il y a des minutes et des minutes de photos, un homme qui ouvre un tiroir pour montrer à une caméra un meuble qu'elle avait laissé comme neuf, des affaires à elle accrochées sur mon mur, le casque assorti au mien, un voyage à la montagne, ses proches, à qui je souhaitais un par un les anniversaires que je ne leur avais pas souhaités. Il y a des phrases adressées à elle pour lui dire que je ne lui demandais rien, que je ne l'appelais pas, que je ne la menaçais pas, que je ne voulais pas l'oublier même si on ne devait jamais se remettre ensemble. Et il y a des passages, et je ne vais pas les cacher, où je disais que je la détestais. Tout ça est dans le même enregistrement et parfois dans la même minute, parce qu'une tête sans régulation, ce n'est pas deux hommes avec deux intentions différentes. C'est un seul. Ce que je ne savais pas pendant que je mettais tout ça en ligne, c'est que quelqu'un de son entourage l'avait trouvé dans les premières heures et le lui avait fait parvenir.

Si ce livre laissait entendre que personne ne m'a prévenu, il mentirait. On m'a tous prévenu, en même temps et par écrit. Ma sœur a passé une journée entière avec moi, lien par lien : que je coupe la fin où j'insultais, que je n'aie pas continuer à jouer avec le feu, et sept heures plus tard la phrase que j'aurais dû lire deux fois et que je n'ai lue aucune, qu'elle essayait de me protéger mais que ça n'allait pas emporter aussi sa santé mentale à elle. Ma mère m'a menacé de porter plainte contre moi, la seule fois de sa vie, pour que j'enlève de ma dernière vidéo une photo de famille. Le lendemain matin est arrivé le message qui se lit le plus mal de tous : que je ne l'avais pas enlevée, que je continuais à mentir,

que je venais de creuser ma propre tombe en donnant mon nom et mes coordonnées. Avec le mot joyeux anniversaire derrière. Et ma sœur encore, le lendemain matin, avis aux navigateurs, qu'avec ce que je disais dans cette vidéo j'allais droit vers un procès pire que celui du jeudi ; deux heures plus tard elle a jeté l'éponge par écrit, qu'elle n'avait plus d'énergie, et dix minutes après elle m'envoyait un bisou pour la personne avec qui j'allais passer la journée. Elle est comme ça. Avec six avertissements sous le nez, ce que j'ai fait, c'est filmer dix-huit jours de plus. Ça, c'est l'anosognosie dans sa version extrême, celle que j'ai déjà expliquée : pas nier le diagnostic, qu'à froid j'admettais sans broncher, mais être incapable de voir que ce que tu es en train de faire à cette minute précise, c'est le diagnostic. Et c'est, en même temps, un homme prévenu qui n'a pas pu s'arrêter. Les deux choses sont vraies et elles ne se gênent pas.

Dans une de ces vidéos s'est glissé un document avec les données de Marta. Je ne l'ai pas mis : il s'est glissé, à la vitesse à laquelle monte des vidéos un homme qui ne dort pas et qui éteint avec la caméra les incendies qu'il allume lui-même. Je l'ai vu peu après l'avoir mise en ligne. J'ai retiré la vidéo. Je l'ai remise sans le document. Entre les deux il s'est passé des minutes, et dans ces minutes quelqu'un qui était devant l'écran a fait une capture, et cette capture a fini à l'intérieur d'une plainte. Un cerveau en psychose n'est pas complètement éteint : il va par rafales, il s'allume et il s'éteint, et dans une de ces rafales j'ai vu ce qu'il y avait là, j'ai compris ce que c'était et je l'ai enlevé. Sur les trois semaines entières, c'est le seul moment où j'ai fait exactement ce qu'il fallait faire, tout seul, sans que personne me le demande, et c'est précisément le moment qu'on a emporté au tribunal. On a puni la minute où j'étais en train de m'en rendre compte. Et pour pêcher un document resté en l'air quelques minutes, sur une chaîne que presque personne ne regardait, il faut passer des jours entiers à regarder un homme qui ne dormait pas. Lues en entier, ces captures sont ma cause d'irresponsabilité. Découpées, elles ont été mon casier. La chaîne, c'est moi qui l'ai fermée, et dans la dernière vidéo, que quatre personnes ont vue, on me voit demander pardon en pleurant.

Pendant que je filmais, dans ce milieu on parlait de moi. On a dit à voix haute, et depuis une peur qui était la leur et qui était réelle, que j'étais un homme dangereux. J'ai déjà dit qui était l'homme dont on parlait. Et pour que ça ne me revienne pas trop bon marché : je ne l'ai pas su à l'époque, je l'ai su des mois plus tard, quand j'étais déjà dans la dépression post-psychotique, de sorte que ça n'a été le détonateur de rien. Ce qui m'a bel et bien allumé, c'est d'apprendre que

Nuria appelait ma sœur presque tous les jours pour que j'arrête de filmer, et en l'apprenant j'ai filmé davantage. Cette peur-là porte des ingrédients que je connais un par un, et aucun n'est la méchanceté de qui que ce soit : le mot bipolaire sans rien derrière ; une conduite réelle, celle d'un homme irritable, insomniaque et sans filtre, qui se lit comme une escalade parce que personne n'a expliqué à personne que l'escalade d'un prodrome va vers l'intérieur, vers la caméra et vers son propre foie, et pas vers le corps de quelqu'un ; l'écho de gens effrayés qui se parlent tous les jours ; et la seule personne de ce groupe avec une formation clinique, qui aurait pu désamorcer ça en trente secondes et qui ne l'a pas fait. Qu'un inconnu te traite de fou dangereux, c'est du bruit de fond. Que ceux qui t'ont aimé te transforment en monstre, c'est une amputation.

La nuit avant le premier procès en comparution immédiate je n'ai pas dormi. Il y avait de la drogue sous la main et je n'y ai pas beaucoup réfléchi, parce que l'alternative c'était de continuer à compter les fissures du plafond jusqu'à huit heures. C'est Jordi qui m'a emmené dans sa voiture. Marta était à la porte du tribunal, accompagnée des siens, et je ne me suis pas approché, parce que ça m'était interdit et parce que la honte me rongait de l'intérieur, cette honte très bizarre de l'accusé qui demande pardon en silence pour des délits qui étaient des symptômes. On a fini par fumer à trente mètres les uns des autres, comme trois étrangers, elles sans lever les yeux et moi à regarder mes chaussures. Un de sa famille, que j'avais presque tenu pour un ami, m'a regardé avec l'envie de me tuer, et ce regard-là n'a pas été produit par ce que j'étais, mais par la partie de moi qui tenait à l'intérieur d'un écrit. Dans la salle Marta ne m'a pas regardé dans les yeux une seule fois, comme si ce banc et ce coucher de soleil dans la montagne étaient arrivés à deux autres personnes. Moi je suis entré complètement en bouffée, sans aucune capacité de savoir que j'étais malade, ce qui revient à dire sans capacité de demander de l'aide. Ma déposition a été lamentable. L'avocat commis d'office, qui ne m'a ni préparé ni écouté, a touché la même chose. La juge a été compréhensive dans la mesure où on peut l'être en quinze minutes, et à la fin elle a levé les yeux de ses papiers et m'a posé la seule question qu'on m'a posée ce matin-là.

— Vous comprenez que ce que vous avez fait est mal ?

— Oui.

Et c'était vrai. Que ce soit mal, n'importe qui le comprenait et je le comprenais. Ce que je ne comprenais pas, parce que la maladie ne me laissait pas le comprendre, c'était que j'étais malade. Ça, personne ne l'a demandé. À un hom-

me qui passe trois semaines à se filmer à deux heures du matin, la question qu'il faut poser n'est pas s'il sait que c'est mal ; et en quinze minutes par affaire on n'a pas le temps d'en poser une autre. Je suis sorti condamné à vingt jours d'assignation à résidence et à un stage que je n'ai toujours pas fait. Moi qui depuis des mois n'étais pas capable de traverser le palier, on m'a condamné à ne pas sortir de chez moi.

Le deuxième procès, celui des vidéos les plus graves, celles que j'ai effacées moi-même et dont il ne reste de trace nulle part, a eu lieu une semaine plus tard et s'est réglé par une reconnaissance de culpabilité. Ce jour-là c'est ma mère qui m'a accompagné. Dans le couloir elle a croisé Marta et elle lui a dit en face comment elle osait, si elle n'avait pas honte ; Marta n'a pas répondu, et la femme qui l'avait emmenée à la gare avec la valise s'est mise pour la première fois, devant moi, du seul côté où elle avait toujours été. Moi j'avais dans la voiture, sans savoir pourquoi je l'avais prise ce matin-là, un des tableaux qu'elle m'avait offerts. Quand je suis sorti d'avoir signé je n'étais plus capable de rentrer chez moi avec lui dedans. Je l'ai laissé appuyé contre le mur, sur un banc de la rue, pour que le premier qui passerait l'emporte, et de ce matin-là il reste une photo où on voit que quelqu'un avait peint sur le dossier du banc, à la bombe rouge et en lettres énormes, je t'aime. Je ne sais pas quoi faire de ça à part le raconter.

La reconnaissance de culpabilité, c'est ce qu'on signe en psychose. La comparution immédiate est pensée pour le conducteur qui souffle dans le ballon sur le bas-côté et la bagarre de bar avec trois témoins : ce jour-là le tribunal de garde avait dix-sept autres affaires, quinze minutes chacune, et mon avocat avait disposé de trente secondes avec moi dans un couloir. Au centre de l'invention il y a une incitation, et c'est une bonne incitation pour presque tout le monde : tu reconnais les faits, la peine baisse d'un tiers et tu rentres chez toi à pied. Pour un homme à trois semaines d'une psychose, terrorisé, avec un avocat qui l'a rencontré le matin même, ça n'est pas choisir entre deux options. C'est une sortie de secours avec la lumière verte allumée au-dessus. Ce que personne ne m'a expliqué, c'est que signer voulait dire laisser enregistrée une fiction, celle selon laquelle j'avais agi en pleine possession de mes facultés, et qu'en reconnaissant les faits on renonce aussi à discuter l'imputabilité, parce qu'une cause d'irresponsabilité demande des experts et du temps, qui sont exactement les deux choses que cette procédure est conçue pour ne pas avoir. Et la fiction n'est pas soutenue que par le tribunal. Le lendemain matin de la signature j'ai écrit à ma sœur que j'avais voulu qu'on me juge comme quelqu'un de normal, sans

troubles, et que si j'étais fonctionnel pour tout le reste il était juste que je le sois aussi pour ça. Ça, c'est l'auto-stigmatisation qui l'a écrit, et à ce stade elle parlait déjà par ma bouche. La même bouffée a produit les vidéos et a produit la signature. Dans la procédure où quelqu'un s'est arrêté pour regarder vraiment, qui est le chapitre suivant, cette bouffée a été une cause d'irresponsabilité complète. Dans celle où personne n'a eu quinze minutes, cette bouffée n'a pas existé. Mon casier sort de ces deux procès et d'aucun autre.

La nuit du premier procès j'ai écrit que Marta m'avait rendu un service énorme, que la voir, voir son mépris et qu'elle ne me regarde pas dans les yeux m'avait libéré. Et ça n'est pas resté dans le téléphone : je me suis assis devant la caméra et je l'ai dit à voix haute, absolument convaincu, avec cette fermeté que donne le fait d'être en bouffée et d'avoir besoin d'y croire. Dès que j'ai arrêté de filmer je me suis jeté sur le lit, je me suis écrasé la figure contre l'oreiller et j'ai hurlé jusqu'à ne plus avoir de voix. De ces vidéos on a toujours jugé ce qui se voyait à l'écran. Ce qui se passait trente secondes après l'avoir éteint, personne ne l'a vu.

Chapitre 46 • Le paravent

Les vingt jours, je les ai faits au début de cet été-là. Je vivais de nouveau chez ma mère : lit pliant dans le salon et un vieil écran, acheté à l'époque avec Marta, depuis lequel je continuais à télétravailler pour ne pas perdre aussi le travail. Trois fois par jour la police municipale montait pour que je signe un papier certifiant que j'étais encore à l'endroit dont je ne pouvais pas bouger. Le premier jour je l'ai résumé à ma sœur par écrit : c'est une chose de ne pas vouloir sortir et c'en est une autre de ne pas pouvoir. Cette condamnation ne m'a pas dérangé la routine un seul jour, parce que ma tête me tenait enfermé bien avant qu'un juge le signe. Deux jours après les avoir faits, je suis entré dans la salle du grand procès.

Il a été tenu dans le village où j'avais pris mon indépendance pour la première fois, quand j'avais déménagé pour Marta. De ses places je ne foulerai plus aucune, et c'est une chose que presque personne ne raconte de cette maladie : en plus des années et des gens, elle emporte les cartes. À la porte la scène de l'hiver s'est répétée, Marta qui fumait à trente mètres avec quelqu'un de sa famille, tous les trois à nous traiter en étrangers. Son accusation a modifié l'écrit avant de commencer : si le tribunal retenait l'irresponsabilité pénale complète, ils demanderaient des mesures de sûreté, et s'il ne la retenait pas ils réduisaient les années de prison qu'ils demandaient depuis le début, plus une interdiction d'approcher et une interdiction de communiquer avec elle par quelque voie que ce soit. Autrement dit, l'accusation elle-même tenait pour acquis qu'il s'agissait d'un malade. Le combat n'était pas coupable ou innocent. Le combat était qu'est-ce qu'on fait d'un irresponsable pénal, est-ce qu'on l'enferme ou est-ce qu'on le surveille. Le rapport de la médecin légiste, où il était écrit que mes fonctions intellectives et volitives étaient totalement altérées, était au dossier depuis trois ans, et jusqu'à ce matin-là il y avait un écrit avec mon nom dessus qui demandait des années de prison. Le corps ne sait pas faire la différence entre la peine qu'on demande et la peine qu'on prononce.

J'ai choisi de m'exprimer. J'ai reconnu la relation et j'ai reconnu les audios, avec la seule précision qui était vraie : que je les avais envoyés dans un groupe où je ne savais pas qu'elle était.

— Et qu'est-ce que vous disiez dans ces audios ? a demandé la procureure.

— Eh bien c'étaient des audios avec des menaces hyperboliques, résultat d'une bouffée psychotique dans laquelle j'étais.

— Et vous n'aviez pas conscience de les envoyer ?

— Je n'avais pas conscience de ce que je faisais.

J'ai expliqué que je n'avais aucun souvenir de les avoir enregistrés et qu'en les écoutant après ça m'avait paru un inconnu qui utilisait ma voix. Et quand son avocat a sorti le sujet du traitement, le professeur qui est en moi est sorti : les quatre piliers de la santé mentale, ce que veut dire une décompensation, pourquoi augmenter une dose n'est pas la même chose que rechuter. J'ai dit le mot euthymie devant un tribunal. J'ai raconté aussi quelque chose que presque personne ne sait, à savoir que des mois après l'histoire de l'hôtel je l'ai contactée une seule fois, un audio pour lui demander pardon, et je l'ai fait parce que mon avocate m'avait dit que l'affaire était classée et que Marta n'avait pas fait appel. Elle avait bien fait appel, les mesures étaient toujours en vigueur, je les ai enfreintes sans le savoir, et dès que je l'ai su je ne lui ai plus jamais réécrit : ça fait cinq ans. Un pardon lancé dans le vide. D'après ce qui m'est revenu, elle a dit que je n'avais rien compris, et elle avait peut-être raison, parce qu'à une personne à qui personne n'a jamais expliqué ce que fait de l'intérieur un épisode psychotique, mon explication ne pouvait sonner que comme une excuse. C'est tout ce qui est sorti de ma bouche ce jour-là : pas une menace, pas un mot contre elle ; un diagnostic, quatre piliers et des excuses. Elle était à trois mètres, derrière un paravent, et elle n'a rien entendu.

Ensuite elle a déposé. Elle a raconté les appels de ce jour-là et le catalogue entier du délire, récit à voix haute dans une salle. On lui a demandé si elle avait eu peur et elle a dit oui, bien sûr. Depuis l'arrière du paravent, je n'ai pas trouvé une seule raison d'en douter : ces audios ont existé et c'est ma voix qui les a enregistrés. Elle a dit aussi qu'elle ne m'avait jamais demandé d'arrêter, et qu'après ça il n'y avait pas eu d'autres contacts, directement non, que ce qu'il y avait eu, c'était une chaîne vidéo. Directement non. C'est elle qui l'a dit. Et elle a raconté que de cette chaîne elle avait vu les deux ou trois premières vidéos et pas une de plus, et je la crois, parce que ça veut dire qu'elle n'a pas vu les pires, mais aussi qu'elle n'a pas vu les heures de photos ni les anniversaires en retard. Ce qui

m'est resté planté, en tout cas, ce n'était pas le contenu. C'était la manière. Il y avait là la femme avec qui j'ai le plus été en lien de toute ma vie, en train de parler de moi sans un tremblement dans la voix, sans une nuance, sans un doute, et j'avais beau la chercher je ne la reconnaissais nulle part dans ce ton-là. Ça a une explication, et ce n'est pas la méchanceté : elle n'est pas entrée dans cette salle comme témoin, elle y est entrée comme partie, avec son avocat, son écrit et sa demande de peine. Un témoin se souvient. Une partie soutient. Cette version-là avait eu trois ans et un cabinet pour devenir ronde, et dans un écrit pareil il n'y a pas de place pour la femme qui prenait un train pour venir me voir. Je ne l'écris pas comme un reproche à une décision qui était la sienne. Je l'écris comme ce qu'une procédure fait à la mémoire de celui qui la soutient.

Venons-en au paravent, qui n'apparaît dans aucun code. Au procès en comparution immédiate de l'hiver il n'y en a pas eu : on était tous les deux dans la même salle, à quelques mètres. Pour les mêmes faits, six mois plus tard, le paravent est apparu. Personne ne l'a demandé. Il vient d'office avec le modèle des violences conjugales, qui sépare l'agresseur de sa victime sans s'arrêter pour regarder qui sont les deux personnes qu'il a devant lui. Et ce paravent a fait trois choses en une minute : il m'a mis, moi, à la place où on met les dangereux, un homme qui six mois plus tôt était resté à trente mètres d'elle, en pleine rue, à regarder ses chaussures ; il l'a mise, elle, par protocole, dans le rôle de ma victime ; et il lui a bouché les oreilles exactement le jour où moi je parlais.

Ensuite venait l'expertise, et pour ce procès personne ne m'a examiné en personne. La médecin légiste a déposé en visioconférence et la visioconférence coupait. Ma vie a failli être renvoyée à cause d'un routeur. Quand on a fini par l'entendre, elle a confirmé son rapport, et la base entière d'une irresponsabilité pénale a été expédiée en quelques minutes et à gros traits. Mon avocat a tiré le fil : s'ils avaient devant eux un patient traité, observant, avec trois ans de suivi, un internement était-il nécessaire ? La médecin légiste a admis que son évaluation était celle d'alors, pas celle de maintenant. Et au milieu de cette discussion j'ai appris que Toby était mort. Mon chien. Le seul qui m'ait aimé sans me poser de conditions. Je ne sais même pas quel jour ; je sais comment la nouvelle m'est arrivée. Cinq ans et demi avec elle, pas un seul avec moi, et il est mort pendant qu'on me jugeait. Moi là, en train de pleurer pour un chien, avec un paravent devant qui annonçait au monde que le dangereux, c'était moi. Je lui suis reconnaissant de l'avoir gardé les années où moi je ne pouvais pas, même si elle ne me remercie de rien.

Dans les réquisitions finales, la procureure a demandé l'internement. L'avocat d'elle a rappelé qu'irresponsable ne veut pas dire impuni, et il a demandé l'interdiction d'approcher, l'interdiction de communiquer et les dépens. Le mien a dit que ça avait été un délire, qu'il n'y avait jamais eu de rapprochement physique et que le proportionné était de me surveiller, pas de m'enfermer. L'irresponsabilité pénale, personne ne l'a contestée. Ce qui a été discuté, c'était mon avenir, et ça a été discuté en termes de logistique. Et à la fin est arrivé le dernier mot, qui est la seule minute de toute une procédure où la loi te laisse parler, toi, et là je suis passé par-dessus toutes les instructions que j'avais apprises. J'ai dit que non seulement je ne souhaitais aucun mal à Marta : c'est que je l'avais toujours aimée. Que tout ça était devenu une folie judiciaire, que ça n'avait pas eu à finir comme ça, qu'à un moment donné on aurait pu s'asseoir pour parler. J'ai expliqué à la juge que la procédure elle-même est un facteur de stress permanent et que le cortisol de trois ans m'avait mis cinquante kilos sur le dos. Je lui ai souhaité à elle d'être heureuse. Et j'ai demandé une seule chose, que ce cauchemar se termine. Mon avocat me faisait signe d'abréger, et en sortant je me suis fait engueuler, parce que quand on me dit de ne pas faire quelque chose je vais droit le faire. Sur la forme il avait entièrement raison. Sur le fond, ce dernier mot désordonné a été la chose la plus vraie qui se soit dite là-dedans.

Le jugement m'est arrivé à la fin de l'été et il disait ceci : un an d'internement psychiatrique dans un établissement adapté, interdiction de m'approcher d'elle et interdiction de communiquer avec elle par quelque moyen que ce soit. J'ai appelé ma sœur et je lui ai dit que, si l'appel n'aboutissait pas, j'y entrais. Elle est restée silencieuse. Puis elle a dit que l'appel allait aboutir, et quand je lui ai demandé comment elle le savait elle m'a répondu qu'elle ne le savait pas, mais qu'on allait le faire aboutir nous-mêmes. Le lendemain elle m'a arraché la métaphysique des mains d'une claque : que le karma on oublie, qu'à partir de là c'était seulement des avocats. Mireia a lu le jugement cet après-midi-là même et elle m'a dit que l'appel avait des bases ; je lui ai demandé ce que j'étais censé faire en attendant, et elle m'a dit qu'en attendant, vivre. Et maintenant vient ce qu'il m'a fallu presque deux ans pour comprendre. Ce jugement n'était pas une condamnation. Il retenait l'irresponsabilité pénale complète, en toutes lettres, et là où il y a irresponsabilité complète il n'y a pas de condamnation : il y a relâche et mesures de sûreté. On ne te punit pas. On te soigne. Le problème, c'est que le papier portait le mot condamnation écrit dessus, et c'est comme ça que c'est resté en moi. Un mois plus tard le parquet a demandé qu'on éclaircisse exactement

ça, et l'éclaircissement a mis à arriver beaucoup plus longtemps que ne le supporte la patience de qui que ce soit. Tout ce temps-là j'ai vécu avec une condamnation sur le dos, avec la honte sur moi et le je suis un condamné qui se répétait tout seul. J'étais relaxé depuis cet été-là et personne ne me l'a dit. Ce n'est pas de la mauvaise foi non plus : c'est un tribunal avec plus de papiers que de mains, et le retard, c'est moi qui l'ai payé. L'appel, à ce jour, attend toujours.

La première chose que j'ai faite en finissant de lire le jugement, ça n'a pas été d'appeler un avocat. Ça a été d'aller chercher les gens qui étaient partis. J'ai demandé à ma sœur de faire parvenir à Nuria une vidéo et les chansons que j'avais écrites, et ce qui est revenu, c'est du silence, et derrière le silence le contraire du silence : l'exigence que j'efface la chaîne et que j'efface les chansons. À Raquel j'ai écrit quelques messages à un numéro qui n'était peut-être même plus le sien et je lui ai dit que je voulais mourir. Et des semaines plus tard j'ai demandé de ses nouvelles à ma sœur, et elle m'a répondu ce qu'elle m'a répondu : qu'elle ne lui avait pas répondu, mais qu'elle le savait par Nuria. Personne n'était obligé de me répondre. Mais ne pas répondre est aussi un acte, et de l'autre côté il y avait un homme qui a commencé à penser à se retirer de là avec cette froideur bizarre que donne l'épuisement extrême. C'est de là que sort le corps des cent cinquante-cinq kilos, qui a son propre chapitre.

Ce qui m'est arrivé dans ce village a un nom depuis cinquante ans et ça s'appelle la criminalisation du comportement mentalement troublé. Ça consiste en ceci : quand la seule porte qui reste ouverte est celle du commissariat, tout ce que fait le malade entre par cette porte. La même bouffée est une hospitalisation si c'est un médecin qui la regarde et une plainte si c'est un juge d'instruction qui la regarde. La mienne, c'est un juge d'instruction qui l'a regardée trois fois. C'est là qu'est la double condition qu'aucune salle ne sait tenir, malade et coupable à la fois : le même État qui a écrit sur une feuille que je ne pouvais pas gouverner mes actes m'a ensuite passé la note de frais des pots cassés de l'incendie. Parce que l'autre facture, celle en argent, est arrivée aussi : cinq avocats, en comptant ceux commis d'office, qui ne sont pas gratuits non plus, et les dépens des procédures, qui ont fait presque au centime près la même somme que la dette de l'année de la valise. Et le rapport de forces réel est exactement l'inverse de celui que raconte le dossier. Elle, aujourd'hui, avec un appel, peut remettre en marche une machinerie capable de me mettre un an dans un service. Moi je ne peux rien lui faire, et je ne veux rien : je ne sais pas où elle habite, je ne veux pas le savoir, et en toutes ces années de plaintes et de procès il n'y a ni une blessure ni

un certificat médical. Celle qui a le pouvoir, c'est elle. Celui qui vit avec la peur, c'est moi. Sa peur de l'hôtel a été vraie et je ne la lui reproche pas. J'écris ça pour qu'elle sache que l'homme dont on lui a dit qu'il fallait la protéger passe sa cinquième année sans pouvoir lire son prénom sans finir par prendre un cachet.

Partie VI • LA MAUVAISE LIGNE

Chapitre 47 • Le médecin qui parlait

Ma mère avait les rendez-vous médicaux de ce mois-là notés sur un papier et elle les rayait au fur et à mesure. Ce printemps-là, entre les comparutions immédiates et le procès de l'été, il en est resté un seul sans être rayé, celui du nouveau psychiatre de l'hôpital, et elle me l'a rappelé comme ça, celui qui manquait au compte. Changer de psychiatre m'a coûté ce qui est déjà raconté, parce qu'arracher un transfert au système, ce n'est pas une affaire de le demander et puis voilà, et en plus je l'ai demandé avec une excuse d'horaires, parce que dire la vérité (que la précédente m'avait cassé de l'intérieur) ne tenait dans aucun formulaire. Le rendez-vous est tombé au début de ce printemps, l'après-midi. Quelques jours plus tôt j'avais balancé à ma mère une de ces phrases par lesquelles un homme se défend sans se rendre compte qu'il se trahit : que le psychiatre devait bien savoir ce que je faisais. Il ne le savait pas. Il n'avait pas à le savoir. Il a fallu que je le lui raconte moi-même. Et cette chose minime, absurde tant elle est petite, c'était précisément ce qu'il y avait de neuf.

Ce médecin-là ne ressemblait à aucun de ceux qui m'avaient soigné, et la première différence sautait aux yeux en dix secondes : il parlait. Il parlait plus qu'aucun autre médecin que j'aie connu, et il le savait, et il le disait en souriant. Moi j'arrivais de cinq ans avec une psychiatre qui administrait ses phrases comme si chacune lui coûtait de l'argent de sa poche, alors j'ai passé la première consultation à faire une chose que je ne faisais plus depuis le diagnostic : parler pour de vrai. Sans calculer au fur et à mesure. Sans sortir la version présentable de moi-même, celle qu'on apprend à monter pour que tout ait l'air correct en consultation. Lui, il écoutait comme écoute celui qui veut comprendre quelque chose, pas comme celui qui remplit des cases. Il séparait le patient du trouble, et à l'intérieur du patient il séparait les symptômes d'une bouffée des décisions d'une personne, ce qui est une distinction que personne ne m'avait faite depuis cinq ans. Il me croyait. Et il écrivait des comptes rendus où il mettait ce qui s'était vraiment passé. Dans ces premières consultations il m'a dit en plus une phrase que j'ai répétée ensuite à un tas de gens, parce qu'elle résume la différen-

ce entière : que je me présente aux urgences chaque fois que j'en aurais besoin. Un malade psychiatrique à qui son médecin dit ça a une porte. Dans les cinq années d'avant je n'avais pas de porte. J'avais un rendez-vous tous les trois mois et un imprimé.

Un jour la séance est partie là où ce n'était pas prévu et je lui ai demandé pourquoi il faisait ce métier.

— Parce que je trouve que c'est le travail le plus honnête qui soit.

Je lui ai demandé de m'expliquer l'honnête.

— Parce qu'ici on ne peut pas faire semblant. Un patient en bouffée ne joue pas la comédie. Un patient en dépression n'exagère pas. Ce qu'il y a est ce qu'il y a.

Je lui ai demandé si ça ne fatiguait pas.

— Tout fatigue. La question, c'est de savoir si ce que ça te donne compense ce que ça te coûte.

Je lui ai demandé pour lui, pour son cas. Il m'a dit que oui, que dans son cas ça compensait ; qu'il y a des jours où il en a l'âme par terre, mais que quand quelqu'un qui n'arrivait plus à se lever depuis des années se relève, et que tu sais que tu y es pour quelque chose, ça, aucun autre métier ne le paye. Je ne lui ai pas dit que j'étais un de ceux-là. Ce n'était pas nécessaire de le lui dire. Et il y avait autre chose, moins spectaculaire et plus important : c'était le même homme à la bonne consultation et à la mauvaise, le même ton, la même amabilité, quelle que soit la façon dont je franchissais la porte. Ça a un nom, la constance, et c'est bien plus rare à trouver que la compétence clinique.

Pour que ça ne finisse pas transformé en histoire édifiante, je mets de mon côté le matériel qui l'abîme. L'hiver suivant il y a eu un matin où je me suis réveillé et où je n'ai pas pu me lever. Dès l'après-midi je le racontais à ma sœur : quelle horreur, que je ne pouvais pas bouger, et une minute plus tard, que mon âme ne voulait pas revenir dans mon corps et que je le sentais. Elle a mis un nom dessus en une ligne, que c'était la dépression, et elle m'a proposé ce que proposait le bon sens, aller cet après-midi-là même voir le psychiatre, qu'elle m'y emmenait, que c'était pour ça qu'il avait dit qu'il était là. Je lui ai répondu non dans la même minute. Elle a insisté. Une demi-heure plus tard je lui ai dit que je ne croyais pas que cet homme puisse m'aider et qu'en plus je n'étais pas en état de parler à qui que ce soit. Et un quart d'heure après, alors que j'avais déjà refusé deux fois et que la conversation était partie chercher le numéro d'une psychologue, elle m'a écrit que malgré tout parler avec lui ce jour-là allait

me réconforter, que c'est un homme bien et qu'il m'apprécie. Je souligne le détail de qui le dit : ce n'est pas moi qui le dis, c'est quelqu'un qui n'est pas moi. J'ai de nouveau sauté un rendez-vous qu'elle m'avait demandé de prendre, et je l'ai sauté avec le vocabulaire du malade qui en sait plus que son médecin, que le psychiatre c'est tous les trois mois. Autrement dit, la continuité ne m'a pas transformé en patient modèle. Elle m'a transformé en patient avec un médecin, ce qui n'est pas la même chose et ce qui est déjà pas mal.

Il y a malgré tout une chose qu'aucun des deux n'a faite, ni la doctoresse du dispensaire ni lui. Personne ne m'a jamais expliqué ce qui m'arrivait. Sur le plan technique, tout est bien arrivé : le diagnostic est arrivé, le traitement est arrivé, les noms cliniques sont arrivés. Ce qui n'est jamais arrivé, c'est le pratique. Ce que ça veut dire, dans une vie, d'avoir un type un. À quoi ressemble le visage d'un prodrome. Ce qu'on fait quand le sommeil commence à lâcher. Comment on raconte ça aux siens pour qu'au lieu de partir en courant ils sachent te donner un coup de main. Ça a un nom, ça s'appelle la psychoéducation, il y a derrière des preuves solides (ça réduit les hospitalisations et améliore le pronostic) et dans le système public il n'existe aucun protocole pour te la donner : le psychiatre s'occupe du traitement et signe des papiers, et le psychologue, quand on t'en attribue un, dispose d'une demi-heure tous les trois mois. La mienne, je me la suis donnée moi-même. En lisant, en croisant mes propres comptes rendus, en recollant les morceaux à trois heures du matin, et ensuite à l'association. Trente-trois ans à attendre que quelqu'un mette un nom là-dessus, et sept de plus avant que je découvre tout seul ce que ce nom voulait dire. Il y a là aussi la blague de la défonce la moins chère du monde, celle qui consiste à arrêter de dormir : mon prédicteur de bouffée, dit à voix haute devant des médecins pendant des années sans que personne, et je m'inclus dedans, le ramasse par terre.

Et je ne le reproche pas seulement à ceux qui sont partis, qui avaient la réponse à cinq secondes d'un moteur de recherche. Je le reproche à tout mon entourage, qui fonctionne avec une bonne volonté qu'il a en trop et avec une connaissance que personne n'a pris la peine de lui donner ; et je me le reproche à moi, qui portais ce mot écrit dans un compte rendu depuis des années sans le comprendre. Bipolaire est de ces mots que tout le monde tient pour connus parce qu'il les a entendus mille fois et parce qu'ils sonnent comme deux choses, en haut et en bas. Personne ne cherche dans un dictionnaire ce qu'il croit déjà savoir.

Alors je laisse ici ensemble, en ordre et sans épopée, ce qui a fonctionné, au cas où ça servirait à quelqu'un avec ce diagnostic ou à quelqu'un qui aime une personne qui l'a. Premièrement, un psychiatre qui me regardait, et je ne le dis pas par impression personnelle : l'alliance thérapeutique est un des prédicteurs de résultat les plus solides qu'il y ait en santé mentale. Deuxièmement, une thérapie longue qui est descendue à la cave, dans les treize ans, dans l'abandon, dans la honte, et qui au lieu d'une compréhension générique m'a donné des outils de poche à usage immédiat : voir venir un prodrome, distinguer une idée d'une impulsion, arrêter la main avant d'envoyer le message. Troisièmement, une femme qui au lieu de me mesurer la culpabilité me mesurait le sommeil, et d'elle je parle à sa place. Quatrièmement, le sortir dehors par écrit, chanté et enregistré. Et cinquièmement, savoir ce que j'ai : que l'irritabilité est un symptôme et pas mon caractère, que si je dors quatre heures trois nuits de suite il faut décrocher le téléphone, que l'euphorie des idées géniales à trois heures du matin n'est pas de l'inspiration mais un avertissement. Aucune de ces cinq choses n'est de la volonté. Moi, ce n'est pas la volonté qui me manquait. C'étaient ces cinq choses-là qui me manquaient, et dès que je les ai eues sur moi, la conduite que tout le monde accrochait à mon caractère est partie toute seule, sans que personne ait à se donner du mal pour la corriger. À aucun diabétique on ne dit qu'avec plus de caractère sa glycémie baisserait. À nous, on nous le dit tous les jours. Pour la première fois depuis qu'on m'avait mis le nom, le traitement voulait dire autre chose que la peur des conséquences. Le lithium avait toujours le goût de vieille monnaie, mais l'avalier avait cessé d'être de l'obéissance pour devenir autre chose : du soin.

Chapitre 48 • Cent cinquante-cinq kilos

Des centaines d'heures supplémentaires en moins de trois ans. Des astreintes, une disponibilité à n'importe quelle heure du jour et de la nuit et un client qui n'avait pas d'horaires, parce que les systèmes n'en ont pas non plus et que personne n'a l'idée qu'une machine attende demain. Moi je répondais aux mails depuis la chambre à côté de cette maison à moi où on consommait et où je payais, depuis le canapé où je ne dormais pas, depuis la peur fixe du jugement qui allait tomber. Sur celui qui craque tout le monde se précipite ; de celui qui tient, personne ne s'occupe, et personne ne s'occupe de lui précisément parce qu'il tient. L'argent de ces heures-là n'a servi à rien de bon non plus : il est parti à boucher les dettes que cette maison générait.

Avant cet hiver-là il y a eu un automne, celui juste après le jugement, et cet automne-là j'ai rencontré une femme. C'est un ami commun qui nous a présentés, on a parlé pendant un mois et je suis allé la voir, quatre jours dans sa ville, loin de la mienne. Pour arriver jusque-là j'ai dû casser l'agoraphobie, qui depuis trois ans ne me laissait pas franchir la porte de chez moi. Elle avait son propre gouffre, et c'est la seule chose qu'il m'appartient de raconter d'elle ; moi je n'ai pas su le lire, parce qu'un homme aussi seul et aussi au bord ne regarde pas l'étiquette de la bouée. Elle m'a dit au revoir avec un baiser, comme si on allait se revoir bientôt, et dès que je suis rentré elle a cessé de me parler sans dire un mot. Exactement ces semaines-là, pendant que je digérais le jugement. Les disparitions me rentrent directement par la blessure de l'abandon : je ne les vis pas comme une impolitesse, je les vis comme une détente qu'on presse. Il m'est arrivé de prendre un anxiolytique parce qu'un ami ne me répondait pas depuis des jours, et il s'est avéré qu'il était juste débordé. L'abandon ne m'a pas laissé une cicatrice. Il m'a laissé une alarme qui se déclenche toute seule.

Cent cinquante-cinq kilos. C'est ce qu'ils ont noté sur la balance de l'hôpital du nord cet hiver-là. Et de ces jours de fêtes il y a une phrase de moi qui situe mieux que n'importe quelle autre où j'en étais avant que le poumon m'oblige à m'arrêter. Ma sœur me reprochait d'avoir bu et moi je me défendais avec

l'argumentaire complet : que ça avait été une toute petite bouteille de rhum, que l'alcool libère les émotions, que ça n'était pas le dérapage qu'elle était en train de peindre. Dans la même minute je faisais déjà des projets, que dans trois jours le tapis de course arrivait et que je me mettais au régime strict, et qu'on verrait si les fêtes suivantes je les passais avec Claudia, que cette année-là c'était crucial. Et trois minutes plus tard, sans aucune transition, ça m'a échappé : que jusqu'à l'embolie ça m'était égal de mourir. Je l'ai écrit comme on apporte une donnée de contexte. Et attention à la nuance, parce que ce n'est pas que je voulais mourir : c'est que ça m'était égal, ce qui est autre chose et ce qui est pire, parce que ça n'a pas d'urgence, ça n'alarme personne et ça ne demande pas d'aide. Un homme à qui ça est égal de mourir ne saute pas par une fenêtre. Il grossit de cinquante kilos, il enchaîne les heures supplémentaires sans arrêt, il ne sort pas de chez lui, il laisse entrer par la porte ce qui entre et il continue à répondre aux mails. Et il met six heures à aller aux urgences avec un caillot dans les deux poumons. Un homme à qui ça était égal de mourir en train de faire des projets pour les fêtes de l'année suivante avec sa fille. Je ne sais pas le dire mieux.

C'était un mardi de début de cet hiver et ça a commencé comme une contraction, une douleur bizarre dans la poitrine. Le matin j'ai été aux urgences avec ma mère, et ce qu'on s'est écrit pendant que j'attendais à l'intérieur mesure avec une précision de laboratoire ce que je comprenais de mon propre état. Elle demande si j'ai faim. Je lui dis que je crève de faim. Elle propose de me faire un sandwich dinde-fromage et se corrige toute seule, que pour l'instant je ne peux rien manger. Et alors c'est moi qui propose le plan de l'après-midi : qu'en sortant du dentiste on pourrait s'arrêter manger un hamburger. Une embolie pulmonaire en marche et moi qui pense au hamburger du retour. À quatre heures Sonia est venue me chercher et m'a emmené à l'hôpital du nord, et le médecin des urgences a lâché la phrase complète, embolie pulmonaire bilatérale massive, avec ce sérieux de celui qui est en train de te dire que tu es passé à un millimètre de ne plus être là. Il m'a demandé depuis quand j'avais mal et je lui ai dit depuis ce matin. Il m'a demandé pourquoi je n'étais pas venu plus tôt, et pendant que je cherchais une réponse les vraies me sont passées à l'intérieur : la peur des hôpitaux fabriquée en des années d'hospitalisations avec des sangles, l'impossibilité de séparer une urgence réelle du bruit de fond que produit une tête comme la mienne, l'agoraphobie. Je lui ai répondu que je n'avais pas su le reconnaître. On m'a mis des anticoagulants, on m'a gardé hospitalisé huit jours et on m'a dit que

j'avais eu de la chance. De là j'ai ramené un détail qui ne me quitte pas : le déodorant de la trousse était le même que celui qu'on m'avait apporté dans les hospitalisations de psychiatrie, et j'ai dû demander à ma mère de m'en acheter un autre. Quatre ans de sangles et de couloirs fourrés dans une odeur, et déclenchés dans un service de pneumologie par un flacon que quelqu'un avait mis dans une trousse avec la meilleure intention du monde. Le jour de la sortie ma mère, qui est déjà une femme âgée, m'a envoyé deux liens à la suite : un sur le risque de mourir d'une embolie quand on est fumeur et un autre sur comment arrêter de fumer après une embolie.

Et qu'est-ce que l'entreprise a fait avec un type qui sortait à peine de l'hôpital après être passé à un millimètre ? Rien. Six jours après la sortie j'étais déjà en semaine d'astreinte et on m'a réveillé à six heures et demie pour résoudre un incident. Deux semaines plus tard, avec l'héparine encore dans le corps, je faisais des interventions à sept heures du matin et à minuit, et j'ai raté avec les miens le grand dîner de ces fêtes-là parce qu'une alerte a sauté et que celui qui était d'astreinte, c'était moi. Quand le système voit que tu tiens il ne t'enlève pas de poids : il t'en met plus, pour voir par où tu vas craquer. Et personne ne m'a obligé, et c'est ça la partie qui me revient, parce que le premier qui ne savait pas s'arrêter, c'était moi. De ce monde-là personne n'a appelé, et même ça a une explication : ceux qui sont autour ne disparaissent pas parce qu'ils ont cessé d'aimer le malade, ils disparaissent parce qu'ils ne supportent pas ce qu'ils ressentent quand ils l'ont devant eux, et dans mon cas il faut y ajouter le stigmate de courtoisie dont j'ai déjà parlé. Avec un caillot dans l'artère pulmonaire, les gens t'apportent des plats en tupperware. Avec ce qui venait derrière le caillot, non. Et le meilleur de ce mois-là ne s'est passé dans aucun hôpital : dix jours après être entré aux urgences j'ai appris ce qu'avait répondu ma fille quand on lui avait demandé ce qu'elle voulait pour son anniversaire. Rien, qu'elle avait déjà tout ce qu'elle voulait. Moi j'avais les poumons pleins de caillots et un an d'internement frappé d'appel, et loin d'ici une gamine que je connais à peine disait qu'elle n'avait besoin de rien parce qu'elle avait déjà tout. C'est la seule chose que quelqu'un ait bien faite dans toute cette histoire, et ce n'est pas moi qui l'ai faite.

L'agoraphobie, que je nomme depuis des chapitres et des chapitres, c'était exactement ça. Ouvrir la porte de chez moi exigeait une préparation qui pouvait me prendre des heures : le cœur qui monte avant même de toucher la poignée, le corps qui fabrique du cortisol pour une situation dont la tête savait parfaite-

ment qu'elle n'était pas dangereuse. Et la peur n'était pas de croiser quelqu'un. La peur, c'était qu'on me voie. La peur, c'était mon corps. Des gamins m'ont crié gros depuis le trottoir d'en face et ils m'ont tenu des semaines sans descendre dans la rue ; et quand ma sœur m'a demandé d'aller à Barcelone la voir, je lui ai mis par écrit que je ne pouvais pas y aller et supporter les regards, que je faisais pitié et dégoût, que je ne voulais pas qu'on me voie comme ça. Ça, c'est moi à trente-huit ans, en train de dire mot pour mot ce que j'aurais dit à quatorze dans une cour de récréation. Et ce même corps a soulevé, dans un autre temps, plus de deux cents kilos du sol et faisait des pompes en équilibre sur les mains. De l'équilibre sur les mains à souffler sur le canapé : voilà la distance, et la sensation d'être piégé à l'intérieur de sa propre chair, je ne la souhaite à personne. Par-dessus le marché le mécanisme se maintient tout seul, sans aide : l'évitement enlève l'anxiété sur-le-champ, et c'est pour ça qu'il se renforce ; chaque jour où tu ne sors pas, ton cerveau note que ne pas sortir a fonctionné, et la barre pour sortir demain monte un peu. Personne ne décide de s'enfermer chez soi. On se réveille un jour enfermé, sans avoir pris aucune décision.

Tout ça a un nom, et c'est le nom qui ferme le circuit entre le tribunal et la balance : la charge allostatique, l'usure que laisse dans un corps le fait d'avoir eu allumés des années de suite les systèmes de réponse au stress. Le cortisol ne monte pas parce que tu vis triste. Il monte à cause d'une menace soutenue et non résolue, ce qui est la définition littérale des années qui ont précédé ce couloir des urgences : des années de prison demandées par écrit, quatre plaintes à la fois, deux comparutions immédiates, un blocage sans explication, un groupe où on se passait mon nom, et en dessous l'agoraphobie et les antipsychotiques qui faisaient leur travail sur le métabolisme. Un chercheur américain a passé des années assis dans un tribunal de petites affaires et l'a résumé en cinq mots : le processus est la punition. Moi ce n'est aucun jugement qui m'a changé la vie. C'est l'enveloppe. Et je l'ai regardé avec une calculatrice devant moi, parce que moi aussi j'ai gobé pendant des années qu'un gros est un fainéant avec la bouche ouverte. Soixante-cinq kilos en trois ans et neuf mois, ça fait un kilo et demi par mois, et un kilo et demi par mois est produit par un déséquilibre de trois cents calories par jour. Trois cents calories : un verre de lait. Là il n'y a eu ni crises de boulimie ni aucun effondrement moral. Il y a eu un corps avec du cortisol chronique, qui donne l'ordre de stocker de la graisse au cas où une autre crise arriverait ; des antipsychotiques qui déconnectent la satiété ; une dépression, qui n'est pas de la tristesse mais l'effondrement des mille petits mouvements d'une jour-

née ; une agoraphobie ; le sommeil cassé ; et l'alcool. Cinq choses qui poussent dans la même direction pendant quarante-cinq mois de suite. Avec ça il n'est même pas nécessaire de mal manger. Il suffit de rester en vie. Un animal blessé ne gonfle pas par gourmandise : il reste immobile, et il gonfle. Et l'embolie n'a pas été de la malchance, ça a été de l'arithmétique : du sang qui ne circule pas parce que le corps ne bouge pas, une obésité sévère et l'antipsychotique lui-même poussaient tous les trois vers le même caillot. Ça n'a pas interrompu l'histoire. Ça l'a achevée, et ça m'a laissé sous anticoagulants pour le reste de ma vie. Que ce soit clair, ce que je dis et ce que je ne dis pas. Je ne passe pas cette facture à Marta, qui a signé sa plainte avec la seule information qu'elle avait devant elle, la voix d'un homme qui la menaçait. Je la passe à l'appareil : à celui qui ne distingue pas, à celui qui met des années à décider ce qu'un médecin légiste avait écrit sur une feuille, et qui pendant ce temps encaisse en poumons et en kilos.

Chapitre 49 • Le chaton

Quand la bouffée de cet hiver-là s'est complètement éteinte et que je suis resté à regarder ce qu'il y avait autour (une maison où la consommation était entrée dans les murs, une chaîne pleine de vidéos, la police qui montait sonner à la porte), il m'est tombé dessus une conclusion qui n'a pas été une reddition mais un calcul : je ne pouvais pas continuer à vivre seul. L'appartement avait cessé d'être un appartement depuis des mois. Les dettes de cet automne pesaient plus que ce que le salaire supportait en payant en plus un loyer. Et à un cerveau qui venait de fabriquer ces vidéos-là on ne peut pas demander de vivre sans filet en dessous. Alors j'ai mis Chapa dehors, j'ai mis dehors la fille qui vivait alors avec lui, et l'amie qui était venue avec elle, il n'a pas fallu la mettre dehors, parce qu'elle était déjà partie toute seule. Et en démontant la maison, en mettant dans des cartons le peu qui tenait dedans et en jetant le reste, j'ai dû prendre la décision la plus dure de cette année-là, qui n'apparaît sur aucun papier d'aucun tribunal.

Il y avait un chaton. Minuscule. On l'avait trouvé à la fin de cet automne sous une voiture, un jour de pluie, trempé, en train de miauler avec cette voix si aiguë du chat qui passe trop d'heures sans que personne lui réponde, et on l'a monté à la maison. On l'a adoptée à nous trois, c'est elle qui lui a donné son nom, et on lui a acheté une toute petite litière qu'on a mise à côté de celle de Kira. Elle a existé dans cette maison comme existent les petites choses au milieu du désastre : malgré le désastre, jamais grâce à lui. Entre le bruit qu'il y avait dans ce salon et les nuits de guitare, vivait là un animal de cinq cents grammes capable de s'endormir sur n'importe quoi de chaud. Et quand tout ça s'est dissous, je ne pouvais pas l'emmener. Moi je retournais dans le salon de ma mère, de nouveau sur le lit pliant, et je revenais avec Kira, qui était déjà à moi et qui était déjà âgée. Deux chattes dans cet espace, dont une chatonne, avec la tête que j'avais à l'époque, ce n'était pas une vraie option, même si ça me crevait. Je lui ai cherché une bonne maison. Je la lui ai trouvée : des gens qui l'aimaient.

J'ai fait ce qu'il fallait faire et ça m'a fait exactement aussi mal que si j'avais fait le contraire.

J'ai atterri dans le salon de ma mère au début de ce printemps, épuisé, ruiné par ce que cette maison avait laissé derrière elle et plongé dans une dépression post-psychotique qui ne ressemblait à aucune des précédentes. J'ai mis un bon an à me retrouver debout, et j'y suis arrivé par la main de mon psychiatre, ce qui est déjà raconté, et à force d'une chose qui n'a rien d'épique : la routine. Travailler. Dormir. Celui du matin et ceux du soir. Payer les dettes de l'appartement une par une avec les heures supplémentaires que j'ai déjà racontées. Si quelqu'un prend cette année-là et la mesure avec les messages du téléphone devant lui, ce qui lui sort, c'est une archive d'un ennui mortel : le volume à moitié, les nuits éteintes, deux ou trois personnes qui parlent chaque jour de choses sans importance. Et après tout ce que ce livre a écrit, une archive ennuyeuse est justement la preuve que quelque chose allait bien.

Il vaut mieux raconter aussi comment ça se vivait de l'autre côté, qui est le sien à elle. Convalescent et en train de composer sans arrêt, je parlais. Je parlais à toute heure, qu'il y ait quelqu'un en face ou non, et les messages que ma mère m'a écrits ces mois-là, lus aujourd'hui l'un derrière l'autre, sont une seule chose dite de mille manières différentes : que je me taise. Si je pouvais baisser la musique, s'il te plaît, comment elle allait faire une réunion avec ce vacarme. Que maintenant que moi j'avais dormi, est-ce que j'allais lui casser les pieds toute la nuit. Et une minute plus tard, un seul mot : tais-toi. Que j'arrête la verve incontinente, que je baisse la voix ou que je me taise une bonne fois putain. Et la plus elle de toutes, un soir, achevée par son émoticône d'épuisement : est-ce que je pourrais me calmer, elle n'était pas en train de méditer. Ça, c'est une femme âgée qui vit avec la logorrhée d'un fils en état mixte, et qui le lui dit comme le dit une mère : mal, trop tard et avec toutes les raisons du monde. Je passe le livre entier à expliquer que l'irritabilité est un symptôme, alors il faut dire l'autre chose : la logorrhée en est un aussi, c'est un des symptômes qui usent le plus celui qui vit avec toi, et la personne qui l'a le plus supportée ne l'a pas choisie et n'a eu personne pour la lui expliquer.

Et au milieu de tout ça il y avait une chatte. Kira est arrivée des années plus tôt, à l'automne des plaintes : ma sœur l'a entendue miauler près de chez elle et elle a pensé à moi avant même de se baisser pour la ramasser, parce que dans cette famille tous les chats sont sortis de la rue. La maison s'est réorganisée autour d'elle en quatre jours. Le troisième ma mère était déjà sur le canapé avec la

chatte endormie sur elle ; le cinquième elle me demandait tous les combien il est recommandé de changer la litière. Elle est écaille de tortue, avec l'orange, le noir et le blanc répartis par quelqu'un qui n'avait pas de règles claires sur la symétrie, une petite frimousse picassienne qu'il m'a fallu des jours pour regarder vraiment. Quand j'ai fini par la remarquer je l'ai trouvée la chose la plus adorable que j'avais vue depuis longtemps. Et de ces premières semaines il y a une conversation que j'ai enregistrée en entier.

— C'est bien, d'avoir une chatte ? m'a-t-elle demandé.

— Oui.

— Pourquoi ?

— Parce qu'elle ne me demande pas de lui expliquer quoi que ce soit. Elle exige seulement de la chaleur et à manger.

— Ça aussi, je le demande.

— Toi, tu demandes des explications.

— Oui.

— Les tiennes sont les bienvenues.

Ma mère a souri. Un chat ne guérit rien. Il n'a aucune idée de ce qu'est un trouble bipolaire. Il te monte sur la cuisse, il te la pétrit avec ses pattes de devant et là s'arrête sa science. Ce qu'il fait, c'est autre chose : il te tient à une routine minimale, lui donner à manger, nettoyer sa litière, lui ouvrir quand il gratte à la porte, et cette routine minimale, les jours où il n'existe aucune autre raison de se lever du lit, est parfois la seule raison de se lever du lit. Un chat ne sait pas qu'il est en train de te sauver la matinée. Il te la sauve quand même.

Je reviens au chaton qu'il a fallu donner, parce que je ne le raconte pas comme une anecdote attendrissante. Le trouble bipolaire est, avant toute autre chose, un trouble de la perte. Tu perds des amis, des compagnes, de l'argent, la santé, des emplois, des maisons et des années qui ne reviennent pas, et à chaque bouffée tu perds tout de nouveau et tu recommences à zéro. Mais il y a deux sortes de pertes qui ne ressemblent en rien à un enterrement, et cette maladie en produit à la pelle. La première est la perte ambiguë, celle que j'ai annoncée en racontant l'histoire du podcast, celle qui n'a ni corps ni certificat et qui, justement pour ça, ne se referme jamais : une fille qui grandit loin et en photos ; Marta loin et au téléphone ; Toby, mon chien, vivant pendant cinq ans et demi dans une autre maison ; un chaton de cinq cents grammes qui va parfaitement bien, avec des gens qui l'aiment, dans un appartement qui n'est pas le mien. La seconde a un nom encore pire, le deuil non reconnu, et c'est celle qui remporte

la palme : la douleur pour quelque chose que personne ne reconnaît comme une perte. Personne n'a l'idée de te présenter ses condoléances pour un chat que tu as dû donner. Ni pour un chien qui est mort chez la femme qui a porté plainte contre toi. Ni pour la vie que tu avais avant que la maladie l'emporte, ni pour la personne que tu étais avant qu'on te mette le nom. Et un deuil qu'on ne peut pleurer devant personne ne se fait pas : il reste là-dedans. C'est pour ça que les malades comme moi accumulent des morts sans funérailles. Et c'est pour ça qu'un chaton, qui vu du dehors est une broutille à côté d'un tribunal, pèse dans les archives de ma tête autant qu'un tribunal.

Un an et des poussières après ce salon j'ai déménagé dans une maison rien que pour moi, la première depuis bien des années qui n'était ni le salon de quelqu'un ni un appartement plein de gens cassés, avec Kira en copilote sur le siège de la voiture. De ma fenêtre on voit la montagne. Je sors avec le café à la main et tous les matins je pense la même chose, et je ne pense pas à la montagne : je pense à ce que j'ai derrière moi quand je me retourne. Ce qui me fait peur, je l'ai déjà écrit à la première page, qu'on m'enferme et que je me retrouve sans Laia et sans ma chatte. À Laia, si on m'enferme, quelqu'un le lui expliquera. Elle prendra un train, ou la voiture, elle s'assiéra sur la chaise d'un service et elle se mettra à compter les jours, ce qui est ce qu'elle fait. À Kira, personne ne va le lui expliquer. Une chatte ne sait pas ce qu'est une salle d'audience ni un an d'internement. La seule chose qu'elle sait, c'est qu'un jour tu sors par la porte comme tu es sorti mille fois et que cette fois tu ne reviens pas. Et elle s'assied pour attendre. Et elle continue d'attendre. C'est ça qui me retourne l'estomac à huit heures du matin, avec la montagne devant et la tasse à la main : qu'une chatte reste à attendre à la porte un homme qu'on a emmené parce qu'il était malade.

Et alors je me dis que pas aujourd'hui. Qu'aujourd'hui elles sont là toutes les deux. Et je bois mon café, et c'est tout.

Chapitre 50 • Sans ligne droite

D'abord les joints, ensuite le tabac, ensuite l'alcool. C'est l'ordre dans lequel ils sont partis, et c'est l'ordre dans lequel ils sont arrivés à l'arrivée, pas l'ordre dans lequel ils ont couru, parce qu'aucune des trois courses ne s'est faite en ligne droite. Je vais les raconter avec tous leurs virages pour deux raisons : parce que l'histoire selon laquelle on arrête de boire à coups de caractère a fait du mal à beaucoup de monde, et parce que mon caractère permettait de tenir des tronçons, jamais de tenir des années.

Les drogues sont toutes restées à l'intérieur de cet appartement le jour où j'ai fermé la porte, et depuis il n'est entré dans mon corps ni une ligne ni un cachet qui ne vienne dans une boîte avec mon nom imprimé dessus. Les joints ont tenu plus longtemps, parce qu'à côté du reste un joint n'a l'air de rien, et c'est justement là qu'il se cache. Il se cache aussi derrière l'alibi le plus vieux du monde, que moi j'avais monté et bien monté un après-midi, tout juste sorti de l'hôpital de l'embolie, quand ma sœur a vu ce que j'étais en train de publier et m'a écrit que je pétais les plombs et que je coupe la consommation, s'il te plaît. Moi je lui ai répondu avec l'argumentaire de l'artiste : que la moitié des morceaux, je les avais écrits avec du vin et de l'herbe, que j'étais un Bukowski, que sous l'effet j'écrivais mieux et je ressentais plus intensément. Elle a répondu que le problème c'était précisément cette excuse, parce qu'avec cette excuse on consomme plus et on n'arrête jamais ; que j'étais en boucle ; et que la boucle, ce n'étaient pas les drogues qui allaient me l'enlever. Les joints ont été les premiers de la liste et les derniers des drogues, déjà dans la maison neuve, et je ne suis pas capable de me rappeler le jour. Ce dont je me rappelle, c'est de l'alibi, qui sonne convaincant jusqu'à la seconde exacte où tu cesses d'en avoir besoin.

Le tabac est tombé après, un automne, et là-dessus je veux raconter une chose qui m'a pris par surprise. Depuis, le café du matin je le prends sans cigarette et elle ne me manque pas. Rien de rien. Cette cigarette-là était la bonne, la seule que j'aimais vraiment, et elle était bonne pour une raison qui n'avait rien à voir avec le tabac : je la fumais avec Marta. Elle avec sa tasse et moi avec la mienne,

la fumée entre les deux, et la conversation de huit heures du matin, qui était la meilleure de la journée. Sans elle en face, la cigarette ne valait rien. Celle d'avec elle ne me manque pas, parce que celle-là je sais bien qu'elle ne revient pas. Et celle en soi, il se trouve que ce n'était rien.

L'alcool, c'est le long virage. Le premier jour sans boire, je l'ai annoncé à ma sœur le soir même, au printemps d'avant le procès du paravent, et le bulletin que je lui ai envoyé donne la mesure exacte de la hauteur où était la barre : que je m'étais douché, que je n'avais pas touché à l'alcool et que j'avais été formidable dans tous mes rapports avec les gens. Quelques minutes après je lui ai balancé la vraie raison : que je ne pouvais pas me présenter alcoolisé à ce procès. Autrement dit, ce n'est pas la santé qui m'a écarté de la bouteille. C'est de me regarder dans le miroir et de faire le compte qu'avec cette tête-là on n'entre pas dans une salle d'audience. Et même l'origine de tout ça a son explication, parce que la veille j'avais bu pour l'anniversaire de Marta. Ensuite commencent les dents de scie. Trois jours après ce premier jour réussi, ma sœur devait encore me demander s'il te plaît d'arrêter. Aux fêtes ça s'est encore cassé, et quand elle m'a répondu du ton dont répondent les sœurs, je lui ai dit de ne pas me parler avec ce ton de déception, que le premier déçu c'était toujours moi. Des mois plus tard j'ai écrit la phrase qui résume ces deux années mieux que n'importe quoi que je puisse ajouter maintenant : putain, l'alcool, quelle plaie, ce que c'est difficile. Ça, c'était la volonté toute nue. Des jours réussis, des rechutes isolées, de nouveau le jour un, et un homme qui supplie sa sœur de ne pas lui prendre ce ton-là.

Il y a eu encore un écart, et un seul. Je venais d'emménager dans la maison neuve, et un déménagement, pour une tête comme la mienne, dérange les horaires de tout d'un coup : le sommeil, les repas et les cachets. Par-dessus, l'anniversaire de Marta est tombé au milieu. Ce que j'ai fait ces jours-là, ça n'a pas été d'aller faire la fête : ça a été d'essayer de lui faire parvenir des excuses, parce que j'avais besoin de fermer ça, et ce qui m'est revenu va dans son chapitre. Ce qui compte ici, c'est que dans ma maladie un écart n'est pas un verre. C'est le premier domino d'une rangée que j'ai vue tomber en entier quatre fois. L'alcool est parti pour de bon derrière le tabac, ce même automne, et il est parti comme partent les choses quand elles finissent par partir : dans une conversation avec ma sœur à propos d'un panier de nourriture, fourré dans la même phrase que la viande de porc, avec un émoticône de rire à la fin, ni porc ni alcool.

Et si l'alcool est la substance de ce livre, c'est pour une raison précise. Les gens croient que ça détend. Ça ne détend pas : ça désinhibe. Ça éteint exactement le même frein qui, dans une phase haute, vient déjà éteint d'usine, donc ça n'additionne pas, ça multiplie. Et ce n'est pas vrai non plus qu'avec le verre sort le vrai toi. Ce qui se passe, c'est qu'il ne reste plus personne de garde. Je ne dis pas que ce sont les drogues qui m'ont fait ça. Le mien venait de naissance ; elles, elles ont été l'allumette. Et que ce soit parfaitement clair, parce que je n'ai pas l'intention de l'esquiver : le premier verre, c'est ma main qui l'a levé, à chaque fois. À partir du vingtième il ne restait plus personne à qui demander quoi que ce soit.

L'interdicteur est arrivé en dernier, et il n'est pas arrivé après une rechute : il est arrivé avant. Cet hiver-là mon projet s'est terminé et je me suis retrouvé en arrêt, et avec le projet est partie la dernière structure qui me tenait les heures. Ce qu'il faut raconter ici, c'est que j'ai su deux choses en même temps. Une, que j'allais me décompenser. Deux, que dès que je me décompenserais je me remettrais à boire. Je l'ai lu dans mon propre dossier comme on lit un manuel : coup professionnel, insomnie, pensée qui s'emballe, et exactement au point où la tête se met à courir, la bouteille pour essayer de la freiner. Ma sœur le voyait comme moi, et elle me l'a dit avec ses mots, que je n'aille pas me mettre à boire, hein. Alors j'ai fait quelque chose que quelques années plus tôt je n'aurais même pas su imaginer : j'ai appelé mon psychiatre et je lui ai demandé l'interdicteur avant qu'il ne se soit rien passé. Un lundi je lui ai lu à voix haute un rapport que j'avais rédigé moi-même, et que ce matin-là même j'ai envoyé aussi à ma mère, à ma sœur, à mon frère et à Laia. Il disait que j'avais besoin d'arrêter tout de suite par prévention, avec le mot écrit en majuscules ; que je n'avais pas touché le fond, mais que c'était précisément parce que j'étais lucide que je détectais des signaux de risque, un réveil brutal à cinq heures et demie avec une tachypsychie et la tête qui ruminait en boucle le travail et le jugement ; et que je n'étais pas déprimé, que j'étais en alerte, encore une fois en majuscules. Ça, c'est un homme qui demande la permission de freiner. Et c'est la première fois de ma vie que la partie de moi qui surveille est arrivée avant la partie de moi qui brûle.

Quelques jours plus tard je me suis décompensé, et ce qui a suivi a fini par l'hospitalisation que j'ai demandée moi-même, qui a aussi son chapitre. Mais je n'ai pas bu. Au pire de ce tronçon j'ai écrit à une amie la seule phrase de toute cette histoire qui soit un résultat : que ça faisait plus d'un mois que j'étais sous le cachet et que je n'avais pas rebu une goutte. Le cachet ne m'a pas préservé de la

bouffée, parce que de la bouffée rien ne préserve. Il m'a préservé d'une bouffée avec de l'alcool dedans, qui est la version de la bouffée qui m'a mis dans les tribunaux. La mécanique n'a rien de mystérieux : si tu bois, le corps se retourne contre toi en quelques minutes. Il ne te demande pas de la volonté. Il te demande de l'avoir avalé ce matin-là. C'est sortir la décision de trois heures du matin, qui est l'heure à laquelle je ne gagne aucune discussion, et la placer à huit heures, devant ma sœur, qui depuis cet hiver-là me gère tout le traitement. Dans ma cuisine il y a deux verres à shot qui ne reverront plus d'alcool tant que je vivrai : dans l'un il y a les cachets du matin et dans l'autre ceux du soir.

L'autre chose que les gens accrochent à mon caractère sans que ce soit du caractère, c'est l'irritabilité. De l'extérieur on voit seulement un type qui tout à coup répond avec une sécheresse que personne n'a demandée. Mais c'est un symptôme, aussi symptôme que l'insomnie. Dans la manie et dans les états mixtes l'alarme est hypersensible et le frein arrive tard et faible : l'étincelle devient plus grande et l'extincteur plus petit, et alors un commentaire qui à froid ne m'effleurait même pas, je le reçois comme une agression. Le déclencheur principal, c'est le sommeil. À coups de baffes j'ai appris que l'irritabilité est mon avertissement numéro un : dès que je me surprends à mal répondre sans motif, il faut regarder combien j'ai dormi et il faut appeler le médecin.

Et l'irritabilité ne discrimine personne. Elle ne choisit ni par sexe, ni par affection, ni par hiérarchie. J'ai mal parlé à Marta, oui, et de là est sortie une procédure judiciaire. Et j'ai tout aussi mal parlé à mon frère, et à ma mère, et à mes amis. Une nuit, quand Gabriel et moi on vivait ensemble, je suis rentré bourré comme un coing et je me suis mis à l'insulter. Il s'est approché et il m'a mis une claque. Une seule. Sans discours. J'en suis resté bouche bée, parce que je ne m'y attendais pas et parce que je savais parfaitement que je l'avais bien méritée. C'est une des deux seules baffes que j'aie reçues de ma vie. L'autre, c'est mon père qui me l'a donnée, je devais avoir neuf ans, le jour où j'ai traité mon frère de fils de pute : la seule gifle de toute sa vie, accompagnée d'une phrase qui ne s'est jamais effacée, que ma mère n'était pas une pute. À part cette fois-là, il ne nous a jamais mis un doigt dessus, et je refuse que la maladie et la fin l'emportent aussi dans le souvenir.

Si je le raconte au passé, c'est pour une raison : aujourd'hui d'irritabilité il ne me reste presque rien, et le mérite n'en revient pas à ma bonne volonté, il revient à la chimie bien posée. Avec le lithium à sa place, sans une goutte de rien et avec le sommeil soigné, le seuil est revenu à la hauteur qui lui correspond et

les choses glissent sur moi comme elles glissent sur n'importe qui. C'est le meilleur thermomètre que j'aie pour savoir que je vais bien : que je ne saute presque plus. Je dis presque parce que parfois ce que je prends pour dormir me laisse le lendemain un petit fond de mauvaise humeur, et la différence avec avant c'est que maintenant je l'identifie au vol, je le nomme à l'intérieur (ça, ce n'est pas moi, ça c'est le cachet) et je le coupe avant qu'il sorte par la bouche transformé en mauvaise réponse. Et les jours où ce n'est pas moi qui l'attrape le premier, c'est Laia qui l'attrape. Elle me dit que je suis irritable. Sans drames.

Chapitre 51 • Lidia, encore

Quand l'affaire a été classée, Lidia et moi on a cessé de se parler normalement. Il est resté un message isolé de temps en temps, et des silences de plus en plus longs entre l'un et l'autre. Le classement n'a fermé aucune blessure : la seule chose qu'il a faite, c'est que ça a arrêté de saigner sur les papiers. À un moment elle a changé de numéro et le canal s'est éteint entièrement. Plus de deux ans sans rien. De ce qui lui est arrivé pendant ce temps je ne vais raconter que l'indispensable pour qu'on comprenne ce qui est venu après, parce que son histoire est à elle et pas à moi : Lidia a traversé une bouffée. Elle ne lui est pas arrivée par où m'arrivaient les miennes, ni par aucune substance, et elle m'a corrigé avec toute la raison du monde le jour où je l'ai insinué. La sienne est venue de la ferveur, d'une expérience spirituelle si intense qu'elle s'est retrouvée sans vanne, jusqu'au point où la réalité de tous les jours cesse de servir de référence. Cette fois c'est elle qui a perdu le sol. Elle qui a su ce que c'est que de le perdre et de n'avoir aucune idée de comment on revient.

Un après-midi de début d'été, à peine emménagé, j'ai reçu un message d'un numéro que je n'avais pas enregistré : que bonjour, Marcos, comment j'allais. J'ai répondu dans la même minute, et la première chose qui m'est sortie a été de lui retourner la question, comment elle allait, chère amie, que je me sentais très mal pour la dernière fois qu'on s'était parlé et que je n'avais pas osé la chercher. Et derrière, en rafale, le bulletin de cinq ans fourré en sept lignes : que j'allais bien, que j'avais arrêté les drogues pour toujours, que je vivais seul avec ma chatte, que j'étais heureux. Elle m'a expliqué pourquoi elle avait écrit : qu'elle avait fait un de ces rêves qu'elle fait et avec lui le pressentiment que c'était bon, elle pouvait me débloquer. Deux minutes plus tard je lui ai avoué que je venais de pleurer un peu, et je lui ai dit pourquoi, parce qu'à l'époque je l'avais beaucoup aimée et que la perdre avait fait mal, comme ont fait mal tant de gens qui sont partis ces années-là. Et elle, la minute d'après : oh, mais je ne l'avais pas perdue. Qu'elle avait seulement eu besoin de temps.

Dix jours après elle m'a demandé si je croyais que ça nous ferait du bien de se voir, et dans cette conversation la même chose nous est sortie à tous les deux, chacun de son côté et presque en même temps. Moi j'ai dit que ce serait comme faire la paix avec mon passé trouble et fou. Elle, une minute plus tard, a dit qu'elle aussi avait besoin de faire la paix avec ce passé. On s'est vus un jeudi de cet été-là sur une terrasse, et il n'y a pas eu une seconde de gêne : il y a eu une étreinte. Une étreinte qui ne finissait pas, et tous les deux en train de pleurer dedans sans avoir besoin d'expliquer quoi que ce soit à l'autre. Ensuite elle m'a dit ce qu'elle gardait pour elle depuis un moment. Que maintenant elle savait, oui, ce qu'est une bouffée. Qu'elle n'aurait jamais pu le savoir vraiment sans l'avoir vécu. Qu'elle avait cru le comprendre à l'époque, parce qu'elle avait lu et qu'elle avait écouté, mais que comprendre une bouffée du dehors et la comprendre du dedans sont deux choses différentes, et qu'entre les deux il y a tout. J'ai pleuré moi aussi. Quand quelqu'un te reconnaît enfin ce que tu passes des années à expliquer à des gens qui n'ont aucune envie de l'entendre, il te tombe de la poitrine un poids dont tu ne savais même pas qu'il était encore là. À Lidia il a fallu perdre le sol pour me croire. Cet après-midi-là aucun de nous deux n'a eu à demander pardon. Le pardon était dans le fait d'y aller.

Depuis on se parle presque tous les jours. Elle ne vit plus ici, elle est rentrée dans son pays, et on continue à être amis avec des milliers de kilomètres entre nous, ce qui est une manière assez honnête d'aimer quelqu'un, parce qu'il n'y a rien à y gagner. Ce dont on parle le plus maintenant, c'est de Dieu. Elle depuis son christianisme et moi depuis ce qui est à moi, tous les deux avec le même sérieux avec lequel, à vingt-cinq ans, on se disputait sur Freud au milieu de la nuit. Quand elle clôt une affaire en la remettant entre les mains de Dieu, je lui réponds que oui, mais qu'il agit à travers nous. Avant on se disputait pour savoir si l'origine renvoie à ce qui est noble. Maintenant on se dispute sur où se trouve le locus de contrôle. On est les deux mêmes personnes. Ce qui lui est arrivé porte dans sa bouche un nom qui vient de sa foi et pas d'un manuel, et je ne le lui conteste pas, entre autres parce que j'ai appris dans ma chair ce qu'on ressent quand quelqu'un t'arrache de la bouche l'explication que tu étais en train de te donner de toi-même. Et de ces conversations je repars avec une phrase d'elle : qu'on peut parler sans être pleinement d'accord. Avec tout ce que ce livre a raconté de gens qui ont cessé de me parler précisément parce qu'ils n'étaient pas d'accord, cette phrase vaut son pesant d'or. C'est la seule personne de ces pages

qui ait lu ce que j'écris sur elle avant la publication, et j'ai corrigé tout ce qu'elle m'a corrigé.

Ensuite deux autres choses sont arrivées, toutes les deux par écrit, et ce sont celles qui ferment ça pour de bon. La première, une nuit de cet hiver : la liste, numérotée et sans un seul reproche, des raisons pour lesquelles elle était partie six ans plus tôt. Qu'elle ne voulait pas me voir retourner aux toxiques, qu'un des motifs pour me quitter avait été de se rendre compte que je n'allais pas m'arrêter tout seul, et qu'en plus je le lui cachais. C'est la seule femme de ce livre qui m'ait expliqué pourquoi elle était partie. La seconde est arrivée un matin du printemps suivant. Je venais de lui raconter d'où venait tout ce que j'ai, l'histoire des treize ans et ce qui a suivi, et je lui avais dit que maintenant j'allais bien et qu'elle ne s'inquiète pas, que je l'avais aimée autant que j'étais capable d'aimer à l'époque et que la perdre m'avait coupé en deux. L'après-midi elle m'a écrit ceci : qu'elle était vraiment désolée ; qu'elle n'était pas prête à avoir une relation, qu'elle n'avait terminé ni le deuil ni le détachement nécessaires pour ça ; qu'elle regrettait du fond du cœur de m'avoir fait du mal. Six ans plus tard. Sans que je le lui demande. Et avec la précision de quelqu'un qui a fait le travail à l'intérieur, parce que là il n'y a pas un je regrette ce qui est arrivé : il y a ce qui lui arrivait à elle et pourquoi ça n'avait aucun moyen de bien se terminer. Ça faisait six ans que j'attendais cette phrase sans même savoir que je l'attendais, et quand elle est arrivée je n'ai pas senti de soulagement. J'ai senti de la honte, parce que les grosses excuses, c'est moi qui les lui devais et je les lui avais données en morceaux et à contretemps. Je lui ai répondu trois minutes après que je ne la tenais pour responsable de rien et que je regrettais aussi de lui avoir fait du mal. Ce mot-là, faute, je suis allé le chercher à la main dans tout ce qu'on s'est écrit, parce que pendant des années ma tête a fait la chose la plus commode et la plus injuste qui existe : chaque fois que je perdais Marta, la faute retombait sur la femme que j'avais en face. Eh bien, le mot apparaîtrait adressé à elle deux fois et les deux fois c'est pour le lui enlever de dessus. Le mécanisme était en moi et je le sentais fonctionner. Ce qui est resté par écrit est le contraire.

Un dossier se répare en le classant. Un pardon ne répare pas le passé : il répare l'avenir, ce qui à partir de ce jour-là va pouvoir se passer entre deux personnes. Le passé, rien ne l'arrange, et la seule chose qui le déplace, c'est que quelqu'un finisse par se mettre exactement là où toi tu as été, et ça, ça ne se demande pas et ça ne se signe pas. Lidia ne m'a pas réparé en me pardonnant, ça elle l'avait déjà fait des années plus tôt. Elle m'a réparé un après-midi d'été où

les deux personnes assises à la table savaient de l'intérieur ce qu'est une bouffée. Et que la réparation ait été dans les deux sens, il y en a une preuve, et elle date de cet hiver où mon projet s'est terminé. C'est elle qui a écrit la première, au milieu de la nuit, sans rien savoir encore de rien : si j'allais bien, qu'elle me trouvait un peu à plat et que je ne laisse pas ça m'enlever la paix. Elle me lisait l'humeur par écrit, depuis l'autre bout du monde, exactement comme à vingt-cinq ans. Je lui ai répondu, insomniaque, que mon projet se terminait et que je pensais demander l'invalidité et arrêter de ramer. Sa réponse est venue d'une traite : que je ne désespère pas ; que je pouvais la demander, même si c'était peut-être une mauvaise idée, parce que moi le travail me met la vie en ordre ; que j'en parle avec mon psychiatre et avec ma famille ; et que le problème de fond, c'était l'incertitude. Voilà la lucidité entière en quatre lignes : la consolation, la sortie, l'avertissement sur la sortie et le nom exact de ce qui m'arrivait. Et tout de suite après, sans aucune transition, elle s'est mise à me raconter ce qui lui arrivait à elle. C'est ça, la différence entre quelqu'un qui s'occupe de toi et quelqu'un qui est avec toi.

Il n'y a pas longtemps elle m'a écrit qu'elle est contente que je sois son ami, qu'elle y tient beaucoup et qu'elle sait que les conseils que je lui donne sont pour son bien. De la femme qui s'est mise en face quand je suis sorti de ce service à la femme qui me remercie pour un conseil il y a six ans, deux bouffées (la mienne et la sienne), une conversion et beaucoup de travail des deux côtés. Et cette chaise du premier service, celle qui était à une autre et qu'elle a fini par occuper, est toujours la sienne. De tous les gens qui à l'époque se sont mis en face, celle qui avait le plus de motifs de me condamner a été la première à s'écarter et la seule à venir me serrer dans ses bras.

Chapitre 52 • Le troisième rendez-vous

Laia est apparue le mois même où j'ai emménagé dans la maison neuve, qui a été aussi le mois où j'ai enfin fermé l'histoire de Marta, et ça va à sa place. Elle n'est pas apparue avec une musique de film. Elle est apparue sans prévenir. Le premier message, c'est elle qui l'a écrit et il venait déjà avec son caractère dedans : elle se présentait en riant d'elle-même, et trois heures plus tard elle s'excusait de s'être écroulée sur le canapé, qu'à son âge on n'est plus d'attaque pour les sorties. Humour sec, aucune pose. Le troisième jour où on se connaissait, avec mes vers qui lui arrivaient à des heures impossibles, elle m'a lâché une phrase qu'aucune ne m'avait jamais dite au début : que je dise aux muses de me laisser dormir, parce que sinon après c'est plus dur d'être efficace. Troisième jour, et cette femme-là me soignait déjà le sommeil. Cet après-midi-là est venue l'autre : que je ne m'inquiète pas, que quand elle ne peut pas, elle ne répond pas, et que là-dessus elle est un peu radicale. Personne ne m'avait jamais dit une chose pareille. Et avec ces deux phrases se sont terminées onze années de panique du silence, parce que quand quelqu'un te prévient le troisième jour qu'il y aura des jours sans réponse, le silence devient une information et cesse d'être une menace.

D'elle je ne vais raconter que le strict nécessaire, parce qu'il n'est pas question d'exposer qui que ce soit dans un livre qui parle de moi. Elle est arrivée où elle est arrivée par ses propres mérites, avec une indépendance qu'elle a gagnée toute seule, et malgré ça elle choisit d'être en couple, ce qui est le contraire de ce que font les gens qui se mettent en couple parce qu'ils ne savent pas être seuls. Elle avait pris soin des siens pendant des années, avec une maladie longue à la maison, et elle en a tiré une chose que personne n'enseigne : qu'être à côté de quelqu'un dans le pire n'est pas une émotion, c'est une technique. C'est pour ça qu'elle n'a ni peur de moi ni pitié de moi. Trois semaines après notre rencontre elle s'est vu en entier la trilogie de vidéos où j'expliquais ma vie, et elle m'a écrit ben dis donc, quel petit voyage. Et elle est restée. Au premier rendez-vous je lui ai tout raconté, sans préambule : le diagnostic, la procédure, le

jugement en attente, les hospitalisations, les sangles, l'histoire de Marta. Tout. Et je suis resté à regarder si elle allait se lever.

— C'est ce qui est arrivé à ton cerveau à ces moments-là, elle a dit. Pas ce que tu es, toi.

— Tout le monde ne le voit pas comme ça.

— Tout le monde ne s'est pas donné la peine de regarder.

Et elle a continué à dîner, comme si elle venait de dire la chose la plus normale du monde. Pour elle ça l'était. Ce premier rendez-vous a eu lieu chez moi, au village de la montagne : celui de l'arbre et de la grêle, celui de la maison que je n'ai pas osé signer avec Marta. J'ai emmené la femme nouvelle exactement là où des années plus tôt j'avais demandé un signe au ciel, et cette fois-ci il ne s'est rien passé de miraculeux. Juste deux personnes qui dînent et qui rentrent doucement. En revenant vers la voiture on s'est pris la main. C'est là que le rendez-vous s'est terminé, en entier. Et c'était exactement comme avoir de nouveau treize ans, quand avec Britney se tenir la main était déjà l'événement de la journée. Ce n'est qu'au troisième rendez-vous que je l'ai embrassée, et on n'en avait pas parlé : on l'a attendu tous les deux. Quand c'est enfin arrivé on a passé l'après-midi à s'embrasser comme deux gamins, sans bouger de là ni aller nulle part. Dans la première chanson que je lui ai écrite ensuite j'ai mis que l'embrasser avait été rentrer à la maison. C'est le mot exact et il m'a fallu quarante ans pour le trouver. Laia est ma maison.

Et pour expliquer ce mot je dois raconter une figure dont je me sers pour me comprendre. Elle vient des romans de science-fiction, de ceux où le héros découvre que quelqu'un a touché au passé et que la vie qu'il est en train de vivre n'est pas celle qui lui revenait : il y a une ligne temporelle qui était la sienne et une autre où il a atterri. Ma tête, quand elle s'est cassée, construisait des réalités avec cette esthétique-là, et c'est déjà raconté ; maintenant je sais que c'est une métaphore, la plus exacte que j'aie. Il y avait une ligne qui me revenait. C'était celle de Marta : celle de l'appartement du vieux quartier et des demis avec les amis, celle des neuf mois de sport, celle de l'apport d'un crédit immobilier qui tenait dans mon salaire et qui est parti en drogues pour trois. Dans cette ligne-là Marta et moi on finissait comme finissent les couples normaux, et rien de tout le reste n'arrivait. Rien : ni l'hôtel, ni les tribunaux, ni les sangles, ni les cent cinquante-cinq kilos. Cette ligne s'est coupée dans l'hiver de la valise, et elle a été coupée par deux choses à la fois : une maladie non diagnostiquée et une valise. Le jour où elle a fait sa valise je n'ai pas perdu une compagne. J'ai changé de di-

mension. Du jour au lendemain on m'a lâché dans une ligne où j'avais une maladie chronique avec un nom, un cachet pour le reste de ma vie, une inconnue assise sur la chaise qui était la sienne, et elle loin mais qui me parlait tous les jours, ce qui est la pire de toutes les distances. Et dans cette ligne j'ai vécu six ans comme vit le personnage de ces romans : en sachant que ça n'était pas ma vie, en cherchant le point où ça s'était tordu pour le défaire, en écrivant aux gens de la ligne d'avant comme si de là-bas ils pouvaient me rendre. C'est ça qu'étaient les messages à Marta de ces deux années, et l'hôtel, et une bonne partie de ce qu'on a appelé ensuite du harcèlement : un homme qui essayait de revenir dans une ligne qui n'existait plus.

Et maintenant le point d'inflexion, qui dans ces romans se produit toujours dans une scène minuscule. Au troisième rendez-vous avec Laia, l'après-midi des baisers, je me suis senti chez moi. Pas dans une maison neuve : chez moi, celui que j'avais perdu dans cet hiver-là, avec la même température. Et là j'ai compris ce que comprend le héros de ces romans à la fin : qu'il ne faut pas revenir dans la ligne d'avant, parce que la ligne d'avant n'existe pas et parce que dans celle-ci il y a déjà ce qu'il cherchait dans l'autre. Ce que la maladie et la valise ont décidé, c'est dans laquelle des deux lignes je restais. Ce que ce baiser a décidé, c'est que la ligne où je suis resté cesse d'être un exil et devienne ma maison. Depuis, je n'écris à personne de l'autre ligne pour qu'on me rende. Je leur écris, quand je leur écris, pour fermer, ce qui est le contraire. Et je dis aussi la moitié qui manque : si Marta n'était pas partie, la femme de ma vie serait encore elle. Dans la ligne qui me revenait c'était elle ; dans celle où il m'est échu de vivre c'est Laia, et ce n'est pas un lot de consolation : c'est que tout ce qui s'est passé, même le pire, m'a peu à peu transformé en l'homme dont elle avait besoin. Marta a été la première maison. Laia est la maison où je suis arrivé en sachant enfin lire les plans.

Et le premier moment difficile est arrivé vite, et je le raconte parce que ça peut servir à quelqu'un. Ça faisait des jours que je dormais mal. Ce n'était pas l'insomnie des épisodes, qui a sa propre texture et qui se reconnaît, c'était celle de la peur, celle qui te réveille à quatre heures avec le et si déjà monté sur la poitrine. Et si elle part comme sont parties toutes les autres. Et si c'est encore la phase haute déguisée en amour. Et si c'est moi qui casse tout. Je ne lui ai rien dit. Elle l'a remarqué le troisième jour.

— C'était quand, la dernière fois que tu as bien dormi ?

— Je ne sais pas.

— Tu as parlé avec ton médecin ?

— J'ai rendez-vous jeudi.

— Tu peux l'avancer ?

— Je ne veux pas être le lourd qui appelle le psychiatre entre deux consultations chaque fois qu'il rumine un truc.

— Ce n'est pas pour la rumination. C'est pour ce que la rumination est en train de faire à ton sommeil.

J'ai dit son prénom, rien de plus, pour l'arrêter. Et elle m'a demandé depuis combien de temps je lui disais que j'allais bien alors que je n'allais pas bien. Je lui ai dit que je ne lui avais pas dit que j'allais bien. Que je lui avais dit que j'étais là, elle a répondu, ce qui est ma version de je vais bien. Qu'alors je lui dise comment j'allais vraiment. Je lui ai dit que j'avais peur. Que tout ça ne finisse jamais. Qu'il y ait toujours une autre lettre, une autre menace, une autre procédure. Elle m'a demandé ce qui se passait si cette peur était réelle. Je lui ai dit qu'elle était réelle. Elle m'a demandé ce que je pouvais contrôler. Comment je réponds, j'ai dit. Le traitement. Ne pas boire. Écrire à Claudia même si elle ne répond pas. Et l'histoire de Nuria : la lâcher, arrêter de regarder en arrière.

— Alors commence par dormir. L'histoire de Nuria ne va pas se régler cette nuit, et ça fait trois nuits que tu ne fermes pas l'œil. Demain tu appelles le médecin. Aujourd'hui tu dors. Et moi je reste ici, c'est pour ça que je suis venue.

Et elle est restée. Pas pour me réparer, parce que je ne suis pas une chose cassée : je suis un malade. Elle est restée parce que, quand l'autre a peur, rester est la seule chose qui serve à quelque chose. Ça, je l'ai appris cette nuit-là, à quarante ans passés et avec une femme à côté de moi qui respirait lentement ex-près, pour que mon corps copie son rythme. Et ce qu'elle a fait cette nuit-là est dans les manuels, et elle n'en avait ouvert aucun : c'est ce que j'ai déjà raconté en parlant de Marta, la personne d'à côté qui protège le sommeil et défend les horaires. Elle ne m'a pas demandé ce qui se passait en moi et elle n'a pas laissé passer trois jours. Elle m'a demandé quand j'avais dormi et quand j'avais médecin. Laia me dit moins je t'aime que va te coucher, ou repose-toi. Et c'est la plus jolie manière que quelqu'un ait eue de me le dire, parce que le je t'aime, n'importe qui le dit, et le va te coucher, seul le dit celui qui sait que si je ne dors pas je tombe malade. Et avec les cachets, un matin : qu'elle savait bien que je le savais, mais qu'elle devait le dire, que je prenne ceux du matin. Elle ne me surveille pas : elle m'accompagne. Et au milieu de la décompensation de l'hiver suivant, quand j'étais à mille tours avec des paperasses et qu'il neigeait, elle m'a

écrit de m'arrêter deux minutes pour prendre un café bien chaud en regardant la neige. Voilà ce que dit à un homme en prodrome quelqu'un qui sait ce qui est en train de se passer.

Et quand de cet hiver est sortie l'hospitalisation que j'ai demandée moi-même, qui va dans son chapitre, elle a écrit bonjour et bonne nuit à un téléphone éteint. Tous les jours. Et elle est venue me chercher trois jours de suite. Moi j'ai dû la laisser me voir entrer dans un service d'aigus avec un sac de trois recharges sans lacets, et revenir le lendemain, et ne pas partir en courant de honte. Et ça, me laisser aimer sans briller, c'est la chose la plus difficile que j'aie faite de ma vie. Moi je savais seulement qu'on m'aime en phase haute. Laia ne m'aime pas malgré ça, ni à cause de ça. Elle m'aime entier, sans avoir besoin du tout de celui d'avant. Et accepter que quelqu'un m'aime précisément dans la phase que tous les autres ont utilisée pour partir, ça a été la vraie reconstruction, bien plus que le lithium. Elle a son caractère. Parfois elle est sèche, et quand elle se fâche et qu'elle se tait, ce silence-là me fait un mal qui ne lui revient pas, parce qu'il me touche exactement là où on m'a cassé gamin ; et malgré tout je le lui dis, on en parle et ça passe, ce qui est exactement ce qui ne m'était jamais arrivé avec personne. Elle ne croit pas en Dieu et moi si. Elle m'appelle flatteur, parce que moi je distribue des je t'aime comme on distribue du pain, et elle le dit avec un demi-sourire. Et quand quelque chose est à nous deux, elle dit que c'est très nous.

Cet été on est retournés à l'hôtel haut, au même étage où des années plus tôt j'avais dormi avec Marta et où ensuite je me suis cassé entièrement. Après ce que j'avais fichu la dernière fois, il y avait là-bas une règle avec mon nom dessus : je ne pouvais plus remonter. Et à la réception quelqu'un a décidé que si, je pouvais. Il m'a dit qu'il me faisait confiance. Il n'y a pas eu le moindre problème. Pour la première fois cet hôtel n'a été qu'un hôtel : une chambre en hauteur d'où on voit Barcelone, avec une femme endormie à côté et un homme éveillé en train de remercier personne en particulier. Et je suis heureux. J'emploie ce mot si fade parce que c'est le mot exact et que ça faisait vingt ans que je ne pouvais pas l'employer sans mentir : heureux, amoureux et, surtout, tranquille. Me lever et savoir comment va être la journée, et qui va être là, et qu'il ne va rien se passer.

Chapitre 53 • La lettre

Ce printemps-là je ne pouvais pas monter une volée d'escaliers. J'avais l'anticoagulant tout juste posé, le caillot à quelques mois de distance et la vie réduite à une petite fenêtre, ce qui est ce que laisse la dépression d'après une bouffée quand en plus le corps est passé à un millimètre de s'arrêter. Et dans cet état j'ai fait quelque chose qui, raconté vite, ressemble à autre chose. Des mois plus tôt j'avais appris que Raquel s'écarterait de ce projet, et avec la nouvelle m'est venue une curiosité qui n'est pas noble et qui n'a pas à l'être : c'est moi qui les avais présentées, et je voulais savoir si la table que j'avais montée tenait encore debout. J'ai ouvert un compte sans nom sur un réseau social et j'ai demandé à suivre Nuria, qui a accepté sans me demander qui j'étais. Je suis entré deux fois, j'ai peu regardé, je me suis ennuyé, et le compte est resté là, mort. Le seul usage réel que j'en ai fait a été d'écrire à Raquel pour lui demander un pardon que je lui devais depuis des années. Elle l'a accepté. Deux jours plus tard la lettre est arrivée.

Ma sœur l'a su le jour même, parce que ma sœur sait tout le jour même : elle m'a demandé à qui d'autre j'avais écrit avec ce compte, elle m'a prévenu que Nuria pouvait s'allumer, et elle est allée à son affaire. Que je devais arrêter toutes les addictions, que dès que je me dérègle ça ressort. Que toutes, ça veut dire TOUTES, avec ses majuscules. Que oui, je lui ai dit, même la poésie. Ce soir-là elle est restée dormir chez moi. Raquel, pendant ce temps, a dit à Nuria de regarder si ce compte-là la suivait.

La lettre n'est pas venue à moi. Elle a atterri chez Sonia, et c'était dit dedans, qu'elle voulait que ma sœur sache ce qu'elle m'envoyait. Je n'étais pas joignable, ou je l'étais d'une façon qui lui faisait peur, et c'était la seule porte qui lui restait ouverte. Sonia me l'a transmise un soir ; je l'ai lue en entier et j'ai effacé la conversation, ce que je fais avec tout ce que je ne peux pas porter, et le lendemain matin je lui ai demandé sa copie, et c'est de cette copie que sort ce chapitre. Son texte, je ne vais pas le coller ici, parce qu'il est à elle. Je dis ce qu'il dit et puis c'est tout.

Ça commençait en annonçant ce que ce n'était pas : ni une main tendue, ni une porte ouverte. C'était son tour de parler, et ce qu'elle m'envoyait, c'était le compte détaillé de ce que mes actes lui avaient coûté. Que je n'avais pas conscience du mal que lui avaient fait ces vidéos de l'hiver. Que la bouffée, j'avais aidé à ce qu'elle arrive, en me rendant aux addictions et en prenant le chemin facile, en laissant gagner la partie au narcissisme, à l'égoïsme et aux délires de grandeur. Venait ensuite ce que ça lui avait coûté en sommeil, en corps et en argent, et je ne le recopie pas parce que c'est à elle ; je dis que je le crois entièrement, et qu'une partie, c'est moi qui la lui ai produite avec ce que j'ai filmé. Que le compte sans nom, c'était me remettre dans sa vie depuis l'anonymat, et qu'elle vivait obligée de demander à chaque personne qu'elle rencontrait par internet de prouver qu'elle n'était pas moi. Que je me cachais derrière ma santé mentale sans lever le petit doigt pour la récupérer. Que chaque fois que je m'approchais je lui faisais quelque chose d'insupportable. Qu'elle connaissait les audios pour lesquels on avait porté plainte contre moi et que ma version, celle que je lui avais racontée en pleurant sur son canapé, était un mensonge. Que je n'arrêtera pas d'avoir besoin qu'on m'écoute jusqu'à ce qu'on m'enferme, pour que les quatre chats qui me supportaient me valident le rôle de victime. Et là, au milieu de tout le reste, écrit, le mot : maltraitant.

Ensuite venait l'avertissement. Que la prochaine communication entre nous se ferait par avocats. Qu'elle avait tout gardé et que si elle n'avait pas porté plainte c'était pour l'affection qu'elle porte à ma famille. Que maintenant elle avait de quoi, que ça voulait dire m'envoyer droit en prison et que la main ne lui tremblerait pas. Que si cette lettre ne me servait pas d'avertissement, elle m'exposerait en public avec nom et prénom. Que rien de tout ça n'était des menaces, que c'étaient des réalités. Et elle finissait en me parlant des miens : que je donne à ma mère un coucher de soleil tranquille, et à ma fille l'héritage d'un homme qui s'est battu pour sa vie, et pas ce que j'étais en train de lui laisser. Que j'étais un mesquin et un vindicatif. Et un adieu pour toujours, sans drames.

Ce soir-là ma sœur a voulu savoir si j'allais bien, et ce qui m'est sorti, je le mets avant tout le reste : que ça me faisait énormément mal de ne pas avoir prévu ça, mais que je n'avais rien lu à quoi je ne m'attendais pas, sauf que c'était pire que ce à quoi je m'attendais. Sonia a répondu ce qu'elle pense depuis toujours, que l'erreur ç'avait été de ne pas accepter qu'il fallait se désintoxiquer. Consommation égale aggravation et conneries. Qu'on note la formule, parce que c'est exactement la même que celle qui soutient la lettre, et elle est signée

par deux femmes qui ne se ressemblent en rien. Le matin j'ai fait la seule chose que j'aie faite dans toute cette histoire : laisser écrite à ma sœur une lettre pour Nuria. Je lui disais qu'elle avait été là quand il ne restait presque plus personne et que malgré ça je l'avais entraînée avec moi ; que je ne l'avais même pas fait en le voulant, mais parce que je ne savais pas freiner ; et que je n'écrivais pas pour qu'elle me pardonne, mais pour lui raconter que j'essayais de réparer. Je ne sais pas si elle l'a lue. À la sienne je n'ai pas répondu, ni à l'époque ni jamais. Le compte a disparu.

Et maintenant ce que je réponds depuis aujourd'hui, ce qui m'a pris deux ans, et je le réponds par mécanisme et pas par grief, parce que d'un grief on se défend et d'un mécanisme on prend connaissance. Je commence par la poutre qui soutient la lettre entière : que la bouffée, j'aurais aidé à ce qu'elle arrive. Un épisode maniaque avec symptômes psychotiques, personne ne le choisit. Et chez quelqu'un comme moi la consommation n'est pas non plus le chemin facile : c'est ce qu'en clinique on appelle l'automédication, et la comorbidité entre ce trouble et les substances est la plus élevée de toute la psychiatrie. Dire que j'ai collaboré à ce qu'elle me tombe dessus a exactement le même sens que reprocher à un épileptique d'avoir collaboré à sa crise en dormant peu. Le sommeil influe, bien sûr qu'il influe, et pourtant personne n'a l'idée de chercher une intention au bras qui part tout seul. En plus c'est raconté à l'envers, parce que ça a été une chaîne et les chaînes ont un ordre. D'abord le filet est tombé : les deux personnes qui étaient mon monde entier, et un entourage qu'on avait déjà prévenu que j'étais un danger. Ensuite, et seulement ensuite, les drogues sont revenues chercher dans la chimie ce qu'il n'y avait plus chez les gens. Puis le sommeil s'est cassé. Et à la fin est arrivé ce qui arrive toujours quand une tête comme la mienne passe des semaines à dormir trois heures, à consommer, sans personne autour et avec une demande d'années de prison posée sur la table. De ces maillons, la lettre n'en nomme aucun. Elle prend le deuxième, la consommation, elle le promet cause première et elle lui ajoute trois mots qui, appliqués à ça, ne figurent dans aucun manuel.

La deuxième chose, c'est ce que ces trois mots tiennent pour acquis : que cet hiver-là est enfin sortie ma vraie version, celle qui était cachée depuis douze ans. Eh bien le manuel qui me diagnostique dit exactement le contraire. Ce que j'ai, c'est un trouble de l'humeur : épisodique, avec des phases, avec des rémissions. Un trouble de la personnalité, c'est un autre chapitre du manuel et il se définit par le contraire, un schéma stable depuis le début de l'âge adulte, présent

dans tous les contextes, sous traitement et sans traitement. Et le manuel lui-même avertit que la manie imite la grandiosité narcissique, que l'alcool imite des traits qui ne sont pas là, et que c'est pour ça qu'on ne diagnostique pas une personnalité pendant un épisode. Pour pouvoir appeler épisode un épisode, il exige en plus que le changement soit impropre à la personne quand elle n'est pas symptomatique. Que ça ne m'ait pas ressemblé, ce n'est pas l'excuse que je sors maintenant : c'est la condition qu'il a fallu remplir pour qu'on me le diagnostique. Si ce type-là avait été moi, moi je n'aurais pas ce diagnostic.

Et elle avait la preuve entre les mains, sans avoir besoin de me croire : douze ans de fréquentation, son canapé, sa table. Si ça avait été ce que je suis, ça serait sorti avant, et pas seulement dans les semaines exactes où je ne dormais pas, où je buvais et où ça faisait onze mois que personne ne m'avait ajusté le traitement. Un trait n'apparaît pas uniquement quand le sommeil et la chimie lâchent, et il ne disparaît pas quand on les répare. Les symptômes, si. Et l'expérience est faite : à trente-trois ans on m'a mis du lithium, et à partir de là les insultes ont disparu, le milieu de la nuit s'est effondré et les excuses se sont multipliées ; et dans la bouffée qui est venue ensuite, avec la maladie traitée et sans une seule substance dans le corps, tout ça s'est réduit à des vidéos que personne n'a vues et ça s'est éteint tout seul en quelques jours. Un caractère ne s'éteint pas avec un sel. Un état, si. Et ce qui est resté dessous quand l'état est parti, c'était un homme qui demandait pardon cinquante fois et qui se culpabilisait même de ce qu'il n'avait pas fait : exactement le contraire de ce qui manque à un narcissique, qui est la culpabilité. Pendant deux ans j'ai pensé que c'était moi, et cette idée m'a fait plus de mal que les tribunaux. C'était moi sans frein, ce qui n'est pas la même chose que moi sans masque. Le masque, s'il y en a un, c'est celui que je porte quand je vais bien, et il s'appelle le cortex préfrontal.

Et l'autre mot, celui de l'étiquette. Maltraitant, c'est une chose précise, et ce n'est pas moi qui la définis : quelqu'un qui isole, qui contrôle l'argent, le téléphone et les horaires, qui dégrade quotidiennement à froid et fait de l'humiliation une stratégie soutenue, sans une goutte de culpabilité. Il lui faut des années. Entre Nuria et moi il n'y a jamais eu aucune de ces pièces : on n'a pas été en couple, il n'y a pas eu d'économie commune ni de dépendance d'aucune sorte. Marta, qui a vécu avec moi, elle, ne m'a jamais appelé comme ça, et aucune des affaires n'a jamais porté sur des violences conjugales. La seule personne de ma vie qui soutienne ce mot est celle qui m'a le moins connu et celle qui a le moins posé de questions. Et il y a une expérience d'il y a cinquante

ans qui explique comment on fait ça sans mentir : on a montré à un groupe de gens un accident de voiture, et on a demandé aux uns à quelle vitesse allaient les voitures quand elles se sont heurtées et aux autres quand elles se sont fracassées ; ceux du fracassées ont retenu plus de vitesse, et une semaine plus tard deux fois plus d'entre eux se rappelaient avoir vu des verres brisés qui n'existaient pas. Un mot posé sur un souvenir produit des verres brisés. Elle a pris le mot et elle est allée chercher avec lui dans douze ans, et elle en a trouvé, parce qu'on en trouve toujours. Et moi la même chose m'est arrivée avec le sien : pendant deux ans j'ai cherché en moi le narcissique de sa lettre et je l'ai trouvé aussi. Aucun de nous deux ne mentait. C'est pour ça que les archives, c'est pour ça que les dates.

Et ça n'a pas cessé. À ce jour elle continue à le dire à tous ceux qui l'écoutent, que je suis un maltraitant avec cinq plaintes, et deux amies à moi, qui n'ont trempé dans rien de tout ça et à qui je n'avais rien raconté, ont cessé de me parler pour ça. Je le note sans signes distinctifs et sans le renvoyer, parce que le renvoyer serait la même méthode, et la méthode est exactement ce que je suis en train de discuter. Je donne les termes et je ne donne pas la somme. Et des quatre chats, il y en a un qui est un vrai, Kira, celle que ma sœur est allée chercher pour un homme enfoncé par les plaintes ; les autres vont dans leur chapitre. Ce qui décide vraiment comment il faut lire cette lettre tient en une ligne. Dans toutes ses pages n'apparaît pas une seule fois le mot bipolaire. Ni prodrome, ni épisode, ni psychose, ni état mixte. Elle décrit, un par un, les symptômes d'une maladie dont elle connaît le nom parce que c'est moi qui le lui ai dit, et elle les décrit comme si c'était ma manière d'être. Moi j'ai écrit ce que j'ai écrit à l'intérieur d'un épisode qu'un tribunal a reconnu par écrit. Elle a écrit ce qu'elle a écrit un an et demi plus tard, sans fièvre et sans urgence, en sachant par ma sœur que j'étais convalescent d'un caillot dans les deux poumons. L'un a été dicté par une maladie. L'autre non.

Chapitre 54 • L'hospitalisation que j'ai demandée

Dix mois après cette lettre j'ai signé la cinquième hospitalisation de ma vie. C'est la seule que j'aie demandée, et la seule des cinq où la femme qui m'aimait s'est assise sur la chaise d'à côté. Et ça commence, comme commence presque tout ce qui me concerne, par une chaîne. Pendant presque deux ans j'avais eu une autre chaîne à part où je ne mettais rien d'autre que des chansons, des centaines de chansons avec le texte écrit à la main et la musique posée par une machine : mon journal sonore de l'époque où ma tête ne supportait pas un texte long. C'est ma sœur qui les mettait en ligne, elle qui a été le filtre qui m'a manqué l'hiver des vidéos, et elle les écoutait en pleurant au bureau. Cet hiver-là, en arrêt et sans projet, j'étais depuis des semaines en état mixte, avec le sommeil cassé et le jugement rétréci, et la chaîne a changé de nature. J'ai enregistré des vidéos avec des pseudonymes, avec la voix déformée par une machine, en démontant point par point la lettre de Nuria. Presque personne ne les a vues. Elles ne cherchaient pas à humilier. Elles cherchaient une voix.

Et c'est là que j'ai commis l'erreur que je regrette encore : j'ai envoyé deux de ces vidéos à Inés, sur sa boîte mail, avec une seule chose demandée par écrit, qu'elle ne le raconte pas à Nuria. Inés a appelé Nuria. Nuria est entrée sur la chaîne et a vu la vidéo où j'avais osé lui répondre. Avec le traumatisme que je traîne avec elle, dès que je me décompense les ruminations sortent toutes seules : le cerveau attrape la plus grande blessure qu'il a, il la broie à quatre heures du matin et il la jette dehors par où il peut. Cette fois-là il l'a jetée par une chaîne que personne ne regardait. Je ne l'ai pas nommée, je ne l'ai pas cherchée, je ne lui ai pas écrit.

Le jeudi, en milieu de matinée, ma sœur m'a écrit depuis son travail : que j'efface de la chaîne tout ce qui avait à voir avec elles, et que je l'efface TOUT DE SUITE, comme ça, en majuscules, parce que l'une d'elles voulait lui parler et que ça voulait dire que quelque chose lui était parvenu. Que ça lui donnait envie de m'étrangler. Qu'elle n'en pouvait plus, que vraiment elle n'en pouvait plus. Et quelques minutes après l'idée est apparue, et elle est apparue dans sa

bouche à elle et pas dans celle de quelqu'un du dehors : une hospitalisation volontaire, que je me désintoxique de tout ça et que je sorte de la boucle. Six heures plus tard je lui ai écrit que la chaîne était effacée. Pas une partie : en entier. Des centaines de chansons avec le texte écrit à la main, deux ans d'un homme enfermé chez lui en train de faire la seule chose qu'il savait faire de ce qui lui passait à l'intérieur. Je les ai effacées moi-même, avec mon propre doigt, un jeudi après-midi, pour qu'on laisse ma sœur tranquille. Personne ne m'a obligé, et c'est justement ça qui rend la chose pire. À la tombée de la nuit je n'étais plus capable que d'écrire qu'on m'avait terrorisé et que j'avais peur de sortir dans la rue. De cette semaine je garde une image au-dessus de toutes, et ce n'est celle de personne en train de me menacer. C'est ma sœur en train de cacher les anxiolytiques dans la maison et de me les donner un par un, un derrière l'écran, un autre derrière un cadre photo. Un pour toute la journée, et que je calcule bien l'heure, parce que l'après-midi Laia venait et qu'elle voulait que je la reçoive éveillée.

Le vendredi j'ai demandé à ma sœur si elle pourrait obtenir une preuve qu'on me forçait à me faire hospitaliser sous menace de plainte, histoire de nous couvrir. La réponse, dans la même minute, dit clairement qui commandait là : que je ne pouvais pas mentir sur mes symptômes, parce qu'ils se voient, et que quelqu'un qui n'est pas en phase aiguë, on ne l'hospitalise pas. Ce même vendredi je lui ai écrit que le pire m'était passé d'un coup, et dans la même minute je lui ai écrit l'autre moitié, que j'étais toujours terrorisé. Tout ce chapitre tient là, en deux lignes : l'épisode s'était éteint, la peur restait allumée.

Le lundi Nuria a envoyé à ma sœur un message pour qu'elle me le transmette. Que ça faisait des jours qu'elle écoutait tout ce que j'avais dit d'elle sur internet pendant deux ans, que ça faisait des nuits qu'elle ne dormait pas, et qu'elle lui dise, de femme à femme, si ça peut se pardonner à quelqu'un. Et en dessous il y avait la liste de ce que j'avais dit. Je ne la recopie pas ici et je n'ai pas l'intention de la recopier jamais : je lui ai dit des choses que je ne vais pas répéter, de celles qui coulent une personne. Ça se terminait par la seule ligne qui n'était pas une insulte mais un reproche, que je lui avais dit que je ne porterais jamais plainte contre elle et que c'est pour ça qu'elle était une menteuse. En dessous venaient les conditions : effacer tout le matériel qui avait à voir avec elle et signer un silence qui dure le reste de ma vie. Et par la main de ma sœur est arrivé l'ordre des étapes : l'hospitalisation d'abord, un document d'avocats ensuite, et une lourde indemnité qui attendait si je passais outre. Il y avait aussi l'autre chose, qui me met dans un plus mauvais état encore et que je mets quand même

: qu'elle ne voulait pas porter plainte contre moi, et qu'elle vivait ça très mal. De l'autre côté de tout ça il n'y avait pas une femme en train de manigancer quoi que ce soit. Il y avait une femme que mes publications empêchaient de dormir.

J'ai répondu en moins de dix minutes que je signalais et que je me rétractais de tout. Et j'ai passé la journée entière à dicter des messages à ma sœur, tous commencés pareil, par deux mots : dis-lui que. Dis-lui que je signe sans problème. Dis-lui que demain je ferai ce qu'il faudra pour qu'on m'hospitalise. Dis-lui que je ne parlerai plus jamais d'elle de ma vie. Et un que je n'ai pas l'intention d'enlever d'ici parce que c'est le pire de tous : qu'elle leur dise que j'allais bien plus mal que je n'allais. Un homme de quarante ans en train de négocier sa reddition par l'intermédiaire de sa sœur, et qui se propose d'exagérer sa maladie en échange qu'on le laisse tranquille. Cet après-midi-là même il m'est arrivé une phrase qui m'a traversé la figure, et elle me l'a traversée parce qu'elle sortait de l'intérieur de ma propre maison. C'est Sonia qui l'a dite après avoir passé la journée à faire le pont : qu'elle est quelqu'un de bien, vraiment, mais que moi je lui ai fait trop de mal. Ça faisait deux ans que je fabriquais un personnage, et la personne qui avait été présente à mes cinq hospitalisations était en train de me prévenir que ce personnage n'était pas elle. Je me rétracte de tout. De la liste complète. Et je le maintiens aujourd'hui, serein et la tête à sa place.

Le mardi je suis allé à la consultation de mon psychiatre, et ça il faut le raconter avec beaucoup de soin. Je ne lui ai pas menti. Je n'ai feint aucun symptôme que je n'avais pas. J'ai mis sur la table ce qu'il y avait : les vidéos, la liste, les avocats, le document, ma sœur transformée en standard téléphonique, et que j'avais besoin qu'il soit écrit que je me mettais en traitement de ma propre volonté. Et c'est lui, en me voyant comme il m'a vu, qui a autorisé l'hospitalisation volontaire pour m'épargner de plus grands maux. Je suis sorti dans la rue avec le papier dans une main et avec une bonne heure de panique à l'intérieur, parce que dans le compte rendu il était écrit épisode maniaque, et qu'avec ces deux mots imprimés la normale c'est qu'on t'hospitalise sans ton consentement, et un sans consentement, ce n'est pas le patient qui le lève quand ça lui chante. J'ai envoyé à ma sœur le bulletin du sac à dos, qui est le détail que seul écrit celui qui est déjà passé par là : pas de pantalons avec cordon, trois rechanges. Elle m'a répondu d'emporter plus de vêtements, que là-bas on ne peut pas laver, et que je n'oublie pas les chaussettes. Et Laia, qui travaillait ce jour-là et qui me répondait entre deux choses, a fait le peu qu'on peut faire de l'extérieur : me rappeler que cette hospitalisation n'était pas comme les précédentes et me deman-

der de lui trouver une seule chose bonne et de m'y accrocher. Ensuite est venue la phrase la plus honnête qui se soit dite de toute la journée : que je fasse ce que je pouvais, qu'elle n'avait aucune idée de comment, qu'elle avançait à l'aveugle et sans volant.

Je suis entré le mercredi après-midi, à pied, avec mon sac à dos, à l'hôpital du nord. Depuis la salle d'attente j'ai écrit à Laia : on m'hospitalise, je t'aime. Elle a répondu dans la même minute : je t'aime. Et derrière : t'as des couilles comme j'en ai jamais vu. Tête haute. Sois malin. Pour moi un service n'est pas un hôpital : c'est l'endroit où mon corps a de nouveau treize ans. Et malgré ça je suis entré. Laia est montée avec moi. La chambre avait un lit, une chaise et une fenêtre qui donnait sur le mur du bâtiment d'en face ; on s'est assis là et on est restés un long moment silencieux. Puis elle s'est mise à pleurer, comme pleure celui qui avait décidé de ne pas pleurer et qui découvre que son corps a ses propres décisions.

— Ce n'est pas juste.

— Non.

— Tu ne devrais pas être ici.

— Non.

— Demain je reviens.

J'ai commencé à lui dire que ce n'était pas la peine et elle l'a répété : demain je reviens. Ce n'était pas une proposition. C'était un fait, exactement comme avec Sonia tout est des faits et jamais des propositions. Et dans ce service, pour la première fois en cinq hospitalisations, quelqu'un qui avait choisi de rester s'est assis pour pleurer avec moi au lieu d'attendre dehors que ça me passe. C'est là que j'ai appris d'un coup la différence entre être maintenu et être accompagné.

C'a été le pire service où j'aie été, et pourtant j'ai de quoi comparer. Les chambres fermées à clé le jour et la nuit, ce qui traduit veut dire qu'en trois jours tu ne peux ni t'allonger ni fermer une porte derrière toi ; la vie entière qui se passe dans une salle commune avec les néons allumés et les cris de ceux qui allaient le plus mal qui rebondissent sur le carrelage ; une seule salle de bains pour tout le service. J'ai passé presque trois jours assis sur une chaise en plastique, lucide, à regarder un mur avec une vieille revue à la main. Moi je voyais mes compagnons exactement comme les voyait Laia de l'extérieur, des gens qui allaient très mal ; et Laia me voyait moi, qui allais bien, là-dedans avec eux. Ça, ça l'a démolie. Au bout de quarante-huit heures j'ai demandé ma sortie et on me

l'a donnée sans la discuter, parce que les soignants voyaient parfaitement qu'il n'y avait là rien à traiter en milieu fermé. Et celle qui a fini par m'en sortir, c'est celle-là même qui le mardi m'avait dit de ne pas partir en courant : ma sœur, horrifiée par les conditions.

Le mot volontaire, ici, trompe. Quand tout ça a commencé j'allais mal, et je ne le conteste pas. Mais entre ce jeudi et l'hospitalisation six jours se sont écoulés, et en six jours une décompensation brève s'éteint, plus encore si en route tu te prends une peur bleue. Quand j'ai demandé le lit je ne remplissais déjà plus les critères cliniques d'hospitalisation : j'étais lucide, sans un seul symptôme psychotique, et ce dont j'avais besoin, c'était d'un ajustement de traitement et de sommeil, pas d'un service fermé à clé. J'ai signé à cause de l'ultimatum, pas à cause de la maladie, et c'est exactement ce qui transforme une hospitalisation en iatrogène : une punition en blouse. Il y a trente ans quelqu'un a mesuré que le papier qu'on signe et la contrainte qu'on ressent sont deux axes différents : il y a des patients hospitalisés de force qui ne se sentent pas forcés, et des patients qui signent de leur propre main et qui obtiennent des scores très élevés de coercition. Ce qui sépare une chose de l'autre, ce n'est pas la loi qui le décide. C'est le fait que la personne ait eu une voix pendant qu'on décidait à son sujet. Et ici un coup de téléphone aurait suffi : le jour où Sonia m'a demandé d'enlever ça, ça a été enlevé avant la nuit. Ce que voulait Nuria, il faut le dire en toutes lettres : elle voulait que j'aille bien, et c'est pour ça qu'elle a demandé une hospitalisation et pas une plainte, en l'ayant sous la main et en ne la déposant pas ; et elle voulait, j'imagine, que personne ne lui récrive son histoire dans son dos, ce qui est exactement ce que je fais avec la mienne dans tout ce livre. Ce qu'il y avait, c'était un homme décompensé qui filmait des choses et une femme effrayée qui essayait de l'arrêter avec la seule chose qu'elle avait sous la main, qui était la peur. Ce qu'on choisit, c'est toujours l'instrument. Et ce sont deux personnes qui n'étaient même pas dans cette discussion qui l'ont payé : Laia et ma sœur.

Et pourtant. De l'hôtel, ce sont des policiers qui m'ont sorti, en plein délire. Cette fois je suis entré tout seul, de mon propre pas, le sac fait et avec la femme qui m'aime à côté, et le jour où on m'a demandé de retirer ce que j'avais publié j'ai mis quelques heures à tout effacer. Le même homme, la même maladie. La seule chose qui a changé, c'est qui décidait. Demander de l'aide n'est pas un trait de caractère : c'est une compétence, elle s'apprend tard et à coups de baffes, et moi je l'ai apprise au pire endroit possible et pour la pire raison possible. Je suis sorti de là avec trois choses claires. Que je n'avais pas l'intention de céder da-

vantage. Que j'allais lâcher l'histoire de Nuria, parce que le passé avait cessé d'être un endroit où je voulais continuer à vivre. Et que j'allais écrire cette histoire. La psychologue de l'association m'a demandé si c'était une bonne idée de remuer tout ça. Je lui ai dit qu'il ne s'agissait pas de le remuer : il s'agissait de le mettre en ordre. Remué, il l'était depuis des années.

Chapitre 55 • Les cauchemars

Ce printemps-là, celui du caillot, je suis monté à la montagne avec ma sœur avec une clé USB dans la poche, et raconté à froid ça sonne ridicule et pourtant ça m'a guéri : deux ans d'audios enregistrés presque tous les jours dans un groupe que j'avais ouvert seulement pour ça, avec le nom de Marta, et où il n'y avait personne. Deux ans d'excuses adressées à une femme qui n'allait jamais les écouter. Je l'ai enterrée là, sous mon arbre, celui de la grêle. J'ai dit son nom à voix haute, je l'ai remerciée de ce qu'elle m'avait donné et de ce que sa douleur m'avait appris, et je l'ai lâchée, avec Sonia qui regardait, qui est la seule personne devant qui on peut faire le ridicule sacré sans se sentir ridicule. Aucune foudre n'est tombée. On est redescendus de la montagne tous les deux un peu plus légers. Et ça y est toujours, sous un arbre devant lequel passent des gens tous les week-ends sans avoir la moindre idée de ce qu'il y a en dessous. Je crois vraiment que ça lui a donné de la force.

Et l'autre chose de ce mois-là, ce n'est pas moi qui l'ai faite. Son pardon m'est arrivé, par ma sœur, six ans et demi après que j'avais commencé à le demander depuis une chambre de douze mètres carrés, et c'est la plus grande chose que quelqu'un m'ait donnée ces années-ci, en comptant les médecins. Pourquoi, je ne vais pas le dire. Ce que ça a fait de moi, si : ça m'a lâché. J'ai arrêté de lui écrire des chansons, et pas parce que j'ai cessé de l'aimer, mais parce que pour la première fois en cinq ans je n'avais plus rien à lui demander, et un homme qui n'a rien à demander peut enfin regarder ailleurs. Trois semaines plus tard Laia est entrée par la porte que ce pardon avait laissée ouverte. La gratitude, je ne la lui donne pas avec des mots, ils ont déjà fait assez de dégâts avec moi : je la lui donne en restant là où je suis.

Pardon et réconciliation ne sont pas la même chose, et la distinction m'a été donnée par une prière qui n'est pas la mienne. Dans le judaïsme il y a une prière qu'on dit tous les soirs, avant de dormir : Maître de l'Univers, je pardonne et j'absous quiconque m'a mis en colère ou a commis une faute contre moi, dans mon corps, dans mes biens ou dans mon honneur, par accident ou par mauvaise

volonté, en parole ou en acte ; et qu'aucun être humain ne soit puni à cause de moi. Elle ne dit pas que demain l'autre puisse revenir entrer, ni qu'on lui rende la clé. Elle dit qu'on lâche ce qui est à soi pour pouvoir dormir. Pardonner, c'est ce qu'on fait de sa rancune ; laisser qu'on te refasse du mal est une autre décision, et celle-là n'est pas dans la prière. Moi je l'ai fait dans cet ordre-là. La première chose, chaque soir où il l'a fallu. La seconde, non. Et tout est pardonné, de mon côté et pour de vrai, sans petits caractères : Marta, Nuria, Raquel, Inés. Nuria est la seule qui n'ait pas pu me pardonner, à moi, et je le lui ai demandé bien des fois ; mais la seule moitié qui dépend de moi est la mienne, et celle-là est faite.

Et maintenant ce que le pardon n'enlève pas, parce que pardonner nettoie à l'intérieur et ne touche pas au corps. J'ai peur. Ce n'est pas une façon de parler : c'est une réaction mesurée en pulsations. J'ai les deux tableaux de Marta accrochés au mur et je ne peux pas lire son nom sans qu'un frisson me parcourt, le même que me produit une ambulance. Elle ne me manque pas : j'ai peur d'elle, et pas d'elle, que j'ai déjà lâchée, mais de son nom dans un dossier, de ses plaintes, qui sont toujours vivantes dans un appel que personne ne tranche. La peur que l'appel m'enferme un an dans un service comme celui du chapitre précédent m'empêche d'adopter un chien et de penser un avenir avec Laia au-delà du mois prochain. Et avec Nuria c'est pareil, et je crois qu'elle ne le sait pas. J'ai une phobie d'elle, et je n'emploie pas le mot pour décorer. Il suffit que je lise son nom écrit quelque part et le corps me part avant que la tête arrive à lui expliquer qu'il ne se passe rien là. La distance qu'elle m'a demandée, j'en aurais eu besoin de toute façon sans qu'elle me la demande. Ce qu'il y a ici, c'est un homme qui change de trottoir.

Ça a un nom et ce n'est pas un défaut de caractère, ni le sien ni le mien : ça s'appelle la généralisation de la peur conditionnée, et c'est ce que fait un système d'alarme quand le stimulus d'origine a été assez grand, il cesse de répondre à la chose qui s'est passée et il se met à répondre à tout ce qui lui ressemble. À Nuria, une chanson dans laquelle elle se reconnaît arrive avec le calibre de cet hiver-là, et à moi une enveloppe à en-tête arrive avec le calibre d'un tribunal. Un traumatisme n'est pas un mauvais souvenir. C'est un souvenir qui n'a pas appris que c'est passé.

Et la nuit vient l'autre chose. Les nuits blanches, le lithium me les a enlevées, mais ce qui se passe à l'intérieur des nuits où je dors, rien ne me l'a enlevé. J'ai encore des cauchemars aujourd'hui, en euthymie, sous traitement et avec la vie

en ordre, et c'est écrit dans des années entières de messages de bonjour : que la nuit avait été chargée, que les cauchemars m'avaient lessivé. Les plus anciens sont ceux des hospitalisations, et ceux-là ne se sont jamais arrêtés : un matin j'ai raconté à ma sœur que j'avais rêvé que j'étais de nouveau dedans, avec le traitement qu'on te donne là-bas, comme si tu étais mineur. Et ensuite il y a les trois. Je rêve de Marta, de Raquel et de Nuria, qui se fauillent en moi sans que je les invite, et jamais, pas une seule fois, je n'ai fait un beau rêve avec aucune d'elles : elles entrent pour me reprocher quelque chose ou pour me laisser dehors, figées dans le rôle qui leur est échu le jour où tout ça s'est cassé. De Marta je rêve encore et encore : dans un des derniers je lui disais que je l'aimais encore et qu'elle me pardonne, et elle me répondait qu'elle m'aimait mais qu'elle ne pouvait pas me pardonner. Et ce qui prouve que c'est du traumatisme et pas qu'elle me manque, c'est que dans la réalité elle m'a bel et bien pardonné ; ce qui m'est resté à l'intérieur, ce n'est pas ce qui s'est passé, c'est quelque chose de plus bas et de plus ancien.

Et le pire a été une nuit de cet été. J'ai rêvé que notre histoire avait été bien pire qu'elle n'a été, une maltraitance sauvage, que ça passait à la télévision et dans les journaux et que j'étais un pestiféré dans tout le pays ; et que derrière il y avait une société secrète qui m'avait recruté gamin, à quatorze ans, qui m'avait perverti, et que lorsque j'avais voulu en sortir on m'avait séquestré, on m'avait effacé la mémoire et on m'avait changé de ligne temporelle pour faire de moi un homme maltraitant. Ça, ce n'est pas un délire qui sort de nulle part. C'est le récit que trois personnes m'ont monté, devenu cauchemar. Maltraitant, c'est Nuria qui me l'a posé, et de sa bouche c'est passé aux autres ; tu casses tout ce que tu touches, c'est Raquel qui me l'a écrit ; et harceleur, c'est Inés qui me l'a accroché. Les trois ont pris le trou que Marta avait laissé en partant et en plus elles l'ont écrit, elles l'ont distribué et elles ont fait de moi le monstre d'un film que je n'avais pas tourné. Marta est le trou ; elles sont le texte. Et les deux choses reviennent la nuit, ensemble, avec le même visage. Je le travaille en thérapie, et même comme ça je n'arrive pas à me l'enlever ; la seule chose que je sache faire pour l'instant, c'est mettre un nom dessus, ce que je suis en train de faire ici.

Pourquoi ils continuent de venir, des années après, je me donne deux réponses de patient et pas de médecin. La première : ce qui s'est bien fermé et ce qui s'est mal fermé ne se rangent pas dans le même tiroir. Ce qui est resté ouvert est toujours sur la table de travail, et le rêve est l'équipe de nuit qui travaille à cette table. De clôture il n'y en a eu dans aucune de ces affaires : les hospitalisations

ont fini en sangles, l'histoire de Marta a fini dans un tribunal, celle de Raquel dans un audio enregistré sur son portable, celle de Nuria dans un lynchage. Là personne n'a dit au revoir à personne, et ce dont on ne prend pas congé finit par revenir. La deuxième réponse est plus gênante et elle me paraît la bonne : je ne rêve pas d'elles. Je rêve de ce qu'elles m'ont fait ressentir, et dans les trois cas c'était une variante d'une même chose : que j'étais de trop, que j'avais failli, qu'on m'avait chassé d'un endroit où je croyais avoir ma place.

Ça n'a pas de fin propre. Il y a ceci : deux ans et demi sans une drogue et, depuis l'automne où j'ai arrêté le tabac, sans un verre, avec un interdicteur que je prends chaque matin devant ma sœur ; la posologie entière, matin et soir ; psychiatre, psychologue et association ; une maison à moi ; une femme à côté qui ne s'en va pas quand je tombe malade ; ma sœur qui me gère le traitement et ma mère qui dort tranquille. Et à côté, ce qui ne se relève toujours pas, parce que c'est aussi la vérité : je suis en arrêt et je ne retournerai pas travailler ; je sors peu ; et l'appel est toujours pendant, et s'il aboutit tout ça revient dans une salle. Et même en faisant tout bien je peux faire une bouffée quand même : le jour où ma mère ne sera plus là il est probable que je fasse une bouffée ; si Laia me quittait, il est probable que je fasse une bouffée. Ce que toutes ces choses obtiennent, et ce n'est pas rien, c'est de retarder l'épisode, de le raccourcir et d'en réduire les dégâts. Elles ne me rendent pas invulnérable. Elles me rendent soignable, qui est un mot laid et qui est exactement celui qui convient.

Et le compte final. Je repasse la liste entière et je n'y vois plus une rangée de bourreaux. Là-dedans presque personne ne mentait. Marta racontait sa vérité, celle d'une femme démolie et qui avait peur, à qui personne n'a expliqué ce qui était en train de la démolir. Nuria racontait la sienne, avec le seul mot qu'elle avait sous la main pour nommer que quelqu'un s'écarte. Raquel, celle de qui est entraînée à partir en courant à la première odeur de fumée. Inés, effrayée et partie prenante. À aucune de ces tables il n'a manqué de bonté. Il a manqué une donnée, qui était ma maladie expliquée, et aucun de ceux qui étaient assis là ne l'avait, à commencer par celui qui écrit. Je l'ai déjà dit : l'ignorance n'efface pas l'effet, mais elle efface le reproche, et ce livre a décidé d'encaisser l'effet en compréhension et de laisser le reproche sans l'encaisser. Si quelqu'un me demande ce que je voudrais à ce stade, la réponse n'est ni une rétractation ni un jugement en ma faveur. C'est une étreinte. Une, de celles qu'on se donne en regardant le sol et sans rien dire, comme celle de Lidia, et après chacun chez soi. Et les tableaux sont toujours au mur.

Chapitre 56 • Ceux qui sont restés

Ma mère, je ne sais pas ce que j'ai fait pour la mériter, et je le mets avant tout le reste parce que tout ce qui vient après est suspendu à ça. Une femme qui a passé des années avec un mari diagnostiqué qui abandonnait le lithium tous les quatre matins, qui a fini par l'enterrer, et qui, en voyant chez le deuxième de ses fils le même cycle recommencer, n'est pas partie en courant : elle a ouvert la porte de sa maison. Moi je suis arrivé dans cette maison dans des états où la dignité était un mot de dictionnaire, et elle m'a changé les draps sans un seul commentaire et elle m'a mis sous la douche quand les jours sans me laver se comptaient déjà en semaines. Et l'hiver de la valise elle a fait ce que fait une mère avec deux personnes qu'elle aime dans une maison qui brûle : elle a sorti celle qu'elle pouvait sortir. Elle a emmené Marta en voiture, elle l'a laissée sur le quai et elle est revenue attendre que j'arrive. Elle n'a pas choisi un camp. Je lui dois la vie au sens littéral.

Et Sonia, huit ans de plus que moi, déjà assez adulte quand notre père est mort pour porter ce qu'il y avait à porter, et encore assez jeune pour que cette charge lui vole des morceaux de vie qu'elle n'est jamais venue réclamer. La nuit de la première hospitalisation elle a fait en vingt minutes un trajet de quarante, et quand elle a franchi la porte j'étais déjà par terre et la police montait. Ça, elle l'a fait cinq fois. Ce qu'elle a, c'est une vigilance de fond qui s'est installée entre ma deuxième hospitalisation et le tribunal, et qui n'est pas partie. Et une capacité que personne d'autre n'a : elle distingue mes silences. Le bon, c'est celui de quand je travaille, et il peut se passer des jours sans nouvelles. Le mauvais a une autre texture : les réponses plus courtes, et une hyperprécision dans ce que j'écris, sans les fautes de frappe habituelles, qu'elle a appris à lire comme le signe que quelque chose est en train de se contenir.

C'est ce silence-là qu'elle a reconnu l'automne de l'appartement, et elle s'est présentée un samedi sans prévenir. Je lui ai ouvert la porte avec une tête de type qui n'a pas fermé l'œil depuis des jours. La première chose qu'elle a voulu savoir, c'est quand j'avais mangé pour la dernière fois, et je lui ai dit la veille, un

sandwich. Elle a ouvert le frigo, elle l'a vu vide et elle m'a ordonné de m'asseoir ; j'ai commencé à lui dire que ce n'était pas la peine et elle me l'a répété tel quel. Je me suis assis. Elle est descendue au supermarché, elle a acheté pour trois jours, elle a cuisiné, elle a mis la table et elle n'a absolument rien demandé. Quand les deux assiettes ont été vides, le café fait et que j'avais repris un peu de couleurs, alors oui : qu'est-ce qui se passait. Je lui ai raconté l'histoire de Chapa, celle de l'appartement et les mois d'avant. Elle a écouté sans bouger un muscle du visage, et à la fin elle a voulu savoir pourquoi je ne le lui avais pas raconté plus tôt.

— Parce que tu en as marre d'être la personne à qui je le dis.

— Écoute-moi. Je n'en ai pas marre d'être la personne à qui tu le dis. J'en ai marre qu'il y ait autant de choses à devoir me dire. Et ce n'est pas la même chose.

— C'est quoi, la différence ?

— Qu'il y en a une des deux que je peux changer et l'autre non. Je peux continuer à être ta sœur. Je ne peux pas faire que ton cerveau fonctionne autrement.

Je n'ai pas répondu. Elle m'a demandé si je prenais bien mon traitement, si j'avais rendez-vous avec la doctoresse, si j'avais besoin qu'elle m'y emmène. Puis elle a dit qu'elle m'aimait, et comme je lui ai répondu que ça je le savais déjà, elle a exigé que je le lui dise, moi, à elle. Je le lui ai dit. Elle a acquiescé, elle a lâché un bien, et elle est passée à me demander quels projets j'avais pour le week-end. Que je passe manger. Et quand j'ai commencé à la remercier elle m'a coupé net, que les remerciements étaient déjà faits et qu'on n'allait pas abuser. Quarante ans à faire office de mur sans que personne lui ait jamais demandé si elle voulait l'être. Mon père m'a demandé de prendre soin d'elle. C'est l'inverse depuis le premier jour.

Et Gabriel, qui est le revers de cette même pièce. Mon petit frère est parti jeune dans une autre ville, l'histoire de notre père l'a attrapé trop gamin et avec moi il s'est fabriqué une façon de me regarder qui en vingt ans n'a pas bougé d'un millimètre : celle de celui qui a pour frère, avant toute autre chose, une galère. Pour lui, symptôme et caractère c'était la même chose. La vraie blessure est arrivée avec l'hospitalisation de l'hôtel : j'étais dans un service et lui avait ces jours-là une célébration importante, et il ne l'a pas déplacée. Là-bas personne d'autre que ma sœur n'est venu, à tout tenir depuis l'extérieur, pendant qu'il mettait son costume. Quand des années plus tard je le lui ai demandé il ne s'est pas défendu avec des discours : que j'étais très imprévisible, que la vie ne se

met pas sur pause parce qu'on m'hospitalise encore une fois, et que les comparaisons avec les gens qui ont un cancer ne lui allaient pas. Et cette conversation, on l'avait avec une bouffée à moi en marche, et je lui ai dit ce qu'il voulait entendre depuis vingt ans : que je n'étais même pas bipolaire, que mon problème c'était ma personnalité. Quand ça a été au tour de Sonia de se marier, en revanche, c'est moi qui l'ai conduite au bras, à la place qui serait revenue à notre père. De ce dont nous souffrons, nous les malades, on parle toujours des juges et des ex ; presque jamais de la chaise vide. Et malgré ça il faut raconter le reste : il est revenu. Doucement, sans la conversation entière. Il m'a dit que m'admirer, il m'avait admiré à certaines étapes, qu'il ne me voyait plus tellement comme un grand frère, que m'aimer il m'aimait beaucoup, et qu'il pouvait parler avec moi tant que j'étais de bonne humeur. Il cesse de t'admirer, il continue de t'aimer et il apprend à te poser une condition : voilà ce que cette maladie fait à un petit frère. Et le matin de ma dernière hospitalisation, celle que j'ai demandée moi-même, il m'a écrit que ça se passe bien, que maman le lui avait déjà dit, et bien joué si j'en avais besoin. Ça n'efface pas tout. Mais ça compte.

Et ensuite il y a la famille qui est arrivée par le côté de ma sœur. Paco est entré à la maison quand j'étais gamin et depuis je ne me souviens pas de la famille sans lui. C'est de lui que j'ai appris ce qui m'a maintenu vingt ans sur le marché du travail avec la tête que j'ai : qu'au travail on y va, et qu'il y a des obligations qu'on n'esquive pas même si on est en miettes. Quand mon père est mort, c'est lui qui a occupé le trou sans qu'aucun des deux ne l'ait jamais dit à voix haute. En pleine bouffée je lui ai dit en face quelque chose d'impardonnable, et il a levé la main et il ne l'a pas abaissée sur moi : il s'est retenu et il est parti. Ça va dans sa colonne. Tout ça a fini par se casser, et comment ça s'est cassé ne m'appartient pas et je ne le raconterai pas. Ce qui m'appartient, c'est ceci : pendant trente ans tout le monde l'a appelé par son diminutif, et pour moi c'est désormais son nom entier, parce que le diminutif, c'était de quand il était ma famille.

Et avec lui est arrivée sa mère. Amparo a occupé pendant presque trente ans la place de la grand-mère que je n'ai pas eue. Des centaines d'après-midi dans son salon, quelques verres de vin, son tabac brun et tout le divin et l'humain, parce qu'avec elle on pouvait parler de Dieu avec la liberté qu'a une femme très âgée qui n'a plus peur d'aucune question. Elle a connu Marta, elle l'a aimée, et dans deux de nos crises elle a fait le pont entre nous deux. Quand tout ça s'est cassé, Amparo a disparu de ma vie : un jour elle a cessé de me répondre, sans

conversation et sans adieu. Avec la belle-famille ça arrive à tout le monde ; ce qui se passe, c'est que moi une disparition me touche là où elle me touche. Et voici la partie que je n'aurais pas pu écrire il y a deux ans : ça fait mal, mais ça ne me jette pas par terre. C'est la preuve la plus nette que j'aie que le traitement fonctionne.

Dans le pronostic de cette maladie il y a une variable qui n'est pas un médicament et qui pèse presque autant : qui il y a autour et ce que ces gens savent. Les chiffres, je les ai déjà racontés ; ce qu'ils font en pratique, c'est ceci, que l'anosognosie m'enlève la capacité de voir mon propre état exactement quand il le faudrait le plus et que le réseau le voit à ma place : une sœur qui lit un silence, quelqu'un qui se présente un samedi avec les courses. Et ça a un revers : une chaise vide à un mariage est une forme d'hostilité même si personne ne crie, et ce que fait l'hostilité je l'ai déjà dit. Ce que personne ne mesure, c'est ce que ça coûte à celui qui porte. Une mère âgée qui se bagarre avec le standard du centre de santé pour qu'on rappelle son fils, le matin même où elle écrit qu'elle est un peu dans le brouillard parce qu'elle n'avait pas pu dormir. Elle qui dort mal et qui m'apporte la boîte.

Et où ils en sont aujourd'hui. Ma mère est toujours au village, à dix minutes, elle nous appelle tous les jours et envoie chaque matin une de ces vidéos avec des fleurs que les mères de sa génération envoient à leurs enfants. Ma sœur, il y a quelques mois, pour la première fois, m'a écrit qu'elle avait besoin de mon aide pour deux ou trois choses, et que c'était important. Après cinq ans où celui qui avait besoin c'était moi, ma sœur m'a demandé de l'aide et j'ai pu la lui donner. Ça, pour moi, c'est la fin de cette histoire mieux que n'importe quel jugement. Gabriel apparaît et tient sa part. Jordi continue avec les appels du mardi, Mireia trouve des crêpeaux pour manger avec moi, et Iván s'assied dans ma cuisine avec une des bières que j'ai au frais dans le frigo, qui ne sont pas à moi, pendant que moi je bois un thé glacé. Et ensuite il y a ceux que j'ai dû écarter moi-même, sans aucune rancune et avec la même condition nette en guise d'adieu pour les deux : que le jour où ce qui vous concerne sera réglé, on se parle. Celui qui tient avec les ongles ne peut pas avoir à côté de lui, à quatre heures du matin, celui qui lui offre justement ce qui le fait décompenser. Pendant la moitié de ma vie je me suis senti absolument seul, et dans certains passages de ce livre je l'étais. Aujourd'hui non.

Chapitre 57 • Pour Claudia

Le meilleur jour de ces quarante ans a été le jour où je les ai eus. Pour la première fois de mémoire d'homme ma famille entière s'est réunie : ma mère, Sonia, Laia, et Claudia avec sa mère, qui sont venues de loin pour être là. Ça ferait joli d'écrire ici que ma fille s'est jetée dans mes bras. Elle ne l'a pas fait, et ce livre ne va pas mentir là-dessus non plus. La visite a été comme les précédentes : réservée, polie, un peu perdue, à me regarder comme on regarde un puzzle auquel il manque des pièces que personne ne lui a données. J'ai essayé de les lui donner, moi. Un après-midi, avec toute la maladresse du monde, j'ai tenté de lui expliquer ce que j'ai et pourquoi j'ai été loin pendant tant d'années, et ça m'est mal sorti : les mots, dont je me sers d'échafaudage depuis toujours, ne m'ont pas tenu devant la seule personne devant qui ils comptaient vraiment. Je suis resté à la moitié, et elle a acquiescé avec cette pitié si polie qu'on a à cet âge-là. Et pourtant, à l'aéroport, au moment de se dire au revoir, il s'est passé ce qui n'était plus arrivé depuis qu'elle était petite : elle m'a serré dans ses bras. Une étreinte timide et courte, de celles qui se décident à la dernière seconde. La première depuis cette petite fille endormie sur ma poitrine. Trois secondes mal mesurées qui ont fait pour moi plus que tous les médicaments de ce livre.

De cet échec et de cette étreinte est sortie la seule chose que je sache faire quand la voix ne me porte pas jusqu'au bout : écrire. La lettre m'a échappé des mains, parce que tant d'années de silence ne tiennent pas sur une page. Voici la partie qui appartient à ce livre, telle que je la lui ai envoyée, quand il m'a semblé qu'elle pouvait déjà la comprendre.

Claudia,

Quand tu liras ceci tu seras presque une femme, et moi je serai en train de faire ce que je fais tous les soirs, et à la fin je te dis quoi. Je commence par ce que j'ai essayé de te dire en personne et qui n'est pas sorti, parce qu'une lettre a un avantage sur un père : elle ne bégaye pas.

J'ai une maladie. Elle s'appelle trouble bipolaire, et c'est le type qui amène parfois des psychoses. Ce n'est pas un monstre et je ne vais pas te mettre

d'euphémismes : c'est une maladie du cerveau, de l'organe avec lequel on pense, et c'est pour ça que c'est si difficile à voir de l'intérieur. Elle a deux côtés. Sur l'un, qui s'appelle la manie, on n'a pas besoin de dormir, tout paraît possible, les idées vont plus vite que la bouche, et on fait des choses qu'on ne reconnaît pas comme siennes ensuite. Du dehors ce côté-là n'a pas l'air d'une maladie : il a l'air d'un homme charmant et plein de projets, et c'est pour ça que personne ne le détecte avant qu'il ait déjà cassé quelque chose. De l'autre côté il y a le puits, et dans le puits on n'est pas triste : on est convaincu, avec une certitude qui n'admet pas la discussion, que tout est irréversible et que les autres iraient mieux sans soi. Ce côté-là ment. Je le répète parce que c'est le plus important de cette lettre : quand cette voix parle, elle ment.

À moi personne ne me l'a dit avant trente-trois ans. Ton grand-père, que tu n'as pas connu, l'avait aussi, et lui non plus ne l'a pas su à temps, et quand il l'a su il n'a eu personne pour lui tenir le traitement. Il est mort quand j'avais vingt ans. Avec le même médicament qui aujourd'hui me maintient en vie. Je te le raconte sans ornement parce que tu as le droit de savoir d'où tu viens, et parce qu'il y a une chose que je veux que tu saches de moi avant toute autre : moi, je ne ferai pas ça. Jamais. Quand on est passé par la mort de quelqu'un qu'on aime de cette manière-là on sait le mal que ça fait à ceux qui restent, et ça ne te traverse même pas l'esprit. J'ai trop de choses à faire, et l'une d'elles est de t'attendre.

Maintenant la partie qu'un père préférerait ne pas écrire. Cette maladie est en partie héréditaire. Pas entièrement, pas toujours, et je le dis pour que tu ne prennes peur ni par excès ni par défaut : la plupart des enfants de quelqu'un qui l'a ne la développent jamais, et ceux qui la développent ne sont pas condamnés à ce que j'ai vécu, parce que ce que j'ai vécu n'est pas la maladie : c'est la maladie plus vingt ans sans nom. Et il y a une autre chose qui te touche de près et que je te dis sans l'orgueil aveugle qu'ont les pères : tu es très intelligente, et tu réussis presque tout ce que tu touches. Ça, c'est à toi et c'est magnifique. Mais ceux qui étudient cette maladie depuis des années ont trouvé que l'intelligence, surtout celle des mots, et ce tableau clinique partagent une partie du même sol. Ce n'est pas une menace. C'est une carte. Et la carte dit ceci : ce qui déclenche cette maladie, ce ne sont pas surtout les drogues, même si elles poussent ; c'est le stress soutenu et le manque de sommeil. Toi tu vis avec la pression de celle qui gagne toujours. Alors je te donne les quatre règles que personne ne m'a données. Dors ; si pendant trois nuits de suite tu n'as pas besoin de dormir, ça, ce n'est pas de

l'énergie, c'est un avertissement. Si un jour tu sens que la tempête arrive, dis-le vite à quelqu'un, même si tu as l'impression d'exagérer. Pas une seule drogue de la rue, et je ne te le dis pas par morale : ce à quoi on touche, c'est la chimie avec laquelle tu penses. Et demande de l'aide avant d'en avoir besoin, parce que la demander tôt est le fait des malins et pas des faibles. Si un jour il le faut, tu auras dès le premier jour ce que ton grand-père n'a jamais eu et ce que moi j'ai eu tard : un nom, un traitement et des gens qui savent quoi faire.

Les années où je ne suis pas arrivé jusqu'à toi, je te les raconte sans amertume. J'ai été malade sans le savoir, et ensuite malade en le sachant et sans pouvoir y faire face, et il y a eu des périodes où j'ai sincèrement cru que c'était mieux pour toi qu'un homme comme ça ne soit pas près de toi. Aujourd'hui je sais que c'était le puits qui parlait. Ce que je veux qu'il te reste, c'est une seule chose : les trous n'ont pas été de l'oubli. Je garde les cinq fois où je t'ai eue près de moi dans toute ta vie comme on garde les pierres qui brillent, et je te les rends une par une au cas où tu aurais été trop petite pour les garder toi-même : la gamine qui m'a examiné avec un sérieux de notaire et qui a décidé le deuxième jour que ce monsieur-là était fiable ; l'après-midi où tu t'es endormie dans mes bras ; le week-end où tu m'as traité avec la politesse qu'on réserve à une visite, et avec raison ; la théorie des pieuvres ; l'étreinte de l'aéroport.

Viennent maintenant les conseils, qui sont la part de père qu'on peut exercer par courrier. Pour choisir les gens, regarde deux choses : ce qu'ils font quand ils n'en tirent rien, et comment ils parlent de ceux qui ne sont pas là, parce que c'est comme ça qu'ils parleront un jour de toi ; et garde ceux qui arrivent au moment le plus inopportun. Du pardon : pardonner, c'est lâcher la pierre, pas absoudre celui qui l'a lancée. De l'amour : choisis quelqu'un que tes joies réjouissent vraiment. Et sois correcte avec ceux que tu as le plus près de toi, qui est le seul endroit où ça se démontre. À l'intérieur de cette lettre je t'en laisse une autre, plus petite, pour les mauvais jours. Et je te laisse dit qu'ici tu as une maison à toi, et que tu n'auras jamais à choisir entre les endroits d'où tu viens.

Pendant que tu lis ceci je serai en train de faire ce que je t'ai promis au début : prendre mes cachets, écrire, aimer ceux qui sont restés et laisser la porte ouverte. Je ne te demande pas de venir. Je te dis où je suis.

Ton père.

Et l'après, l'aujourd'hui, c'est du silence : ma fille et moi on ne s'est plus parlé depuis cette visite. De sa vie j'apprends les choses par les réseaux, comme un inconnu avec une bonne mémoire. À mes messages, sa mère répond par des

silences qui s'allongent parfois jusqu'à ressembler à des disparitions, et j'ai déjà dit pourquoi : de la prudence et de la peur. Avec la tête je le comprends parfaitement. Avec le reste, non. Et malgré tout il faut dire ce que cette femme a bien fait, elle avec qui ce livre n'a pas un seul compte à régler : elle a élevé seule une fille brillante, polie et correcte, et quand je lui ai raconté mon diagnostic elle est allée lire dessus, sans que je le lui demande. Un jour je lui ai dit la seule chose que j'avais vraiment besoin de lui dire : que si un jour elle voyait chez Claudia un symptôme précoce, elle la mette en traitement au plus vite, pour qu'elle ne souffre pas ce que j'ai souffert avant le nom. Elle m'a répondu qu'elle avait déjà lu. Ce que je mets dans cette lettre est un grain de sable posé sur un travail qui était déjà fait.

Et voilà ce qu'il faut raconter à un enfant sur cette maladie : pas la peur, la carte. L'hérédité ne peut pas se changer ; ce qui se casse, ce n'est pas la chaîne du gène, c'est celle du silence. Mon but est de rester immobile là où je suis : écrire sans exiger de réponse, me pencher sans envahir, et rester joignable et stable pour le jour où il lui prendra l'envie de venir chercher son père. Toute son enfance je l'ai ratée et ça n'a plus de réparation. Ce qui reste devant, j'ai l'intention de l'attendre sur le quai, avec la ponctualité de celui qui travaille dans les trains. Je l'ai dans le sang : mon grand-père a fini par travailler dans les trains.

Épilogue • La prise du soir

Je ferme l'ordinateur portable.

Onze heures et demie d'un soir d'été dans la maison du village. Sur le canapé dort Kira. Dans la chambre dort Laia. Dehors, le village fait à cette heure-ci le bruit de toujours, qui est à peu près aucun.

Je vais à la cuisine. Sur le plan de travail il y a les deux verres à shot qui ne reverront plus jamais d'alcool, et ça je l'ai déjà raconté : dans l'un il y a ce qui est du matin et dans l'autre ce qui est du soir. Celui du soir porte deux de lithium et ce que mon médecin m'a mis pour dormir après la dernière hospitalisation. Deux entiers, le soir. Le comprimé et demi, c'est celui du matin, et cette moitié-là se coupe avec ma mère à côté. Ici il n'y a rien à couper. Je les fais tomber dans la paume de ma main et je les avale avec un verre d'eau, comme tous les soirs depuis plus de sept ans.

Et le lithium a un goût de vieille monnaie. Je l'ai écrit à la première page et je le répète à la dernière parce que ça n'a pas changé et que ça ne changera jamais : ça a un goût de métal, de cette rouille que lâche le revers d'une pièce quand on la passe sur la langue. Derrière le goût arrive ce qui arrive toujours, dans le même ordre et sans me demander la permission : mon père, le flacon orange à côté de l'évier, entre l'éponge et le sel, cette cuisine-là, la chemise bleue que je n'ouvre toujours pas. Mon père est derrière chaque prise. Il a été dans les plus de cinq mille que j'ai déjà sur moi et il sera dans toutes celles qui me restent, et j'ai arrêté de me battre avec ça, d'abord parce que c'est impossible et ensuite parce que, si je suis honnête, je n'en ai pas envie non plus. Lui, il les gardait. Prise après prise, des mois entiers, cachées dans un coin de la maison, jusqu'à ce qu'il en ait réuni assez. Moi, je les avale. C'est là qu'est toute la différence, et elle tient dans un verre à shot.

Pas cette fois.

Je le pense avec ces trois mots exacts, tous les soirs, et ce n'est pas une phrase que j'aurais fabriquée pour finir un livre : c'est ce qui s'allume tout seul dans ma tête quand le sel descend. Pas cette fois. Et pas parce que je serais plus fort

que lui, ce que je ne suis pas, ni meilleur, ni plus malin. Parce que j'ai ce qu'on ne lui a pas donné : le nom de cette chose, un médecin qui est le même chaque mois, une sœur capable de distinguer mes silences, une mère à dix minutes d'ici, une femme dans la chambre d'à côté qui le matin regarde mon visage avant son téléphone, et une chatte qui exige de la chaleur et à manger et qui ne me demande jamais d'explications. Avec tout ça autour, le même comprimé fait exactement le contraire de ce qu'il a fait avec lui. Et s'il y a une chose de cette maladie qui mérite d'être répétée, c'est celle-là : qu'avec le même sel et le même cerveau on peut finir mort sur un terrain vague à soixante-six ans ou debout dans une cuisine à quarante et un, et que ce qui décide laquelle des deux choses arrive n'est pas à l'intérieur du comprimé. C'est autour de lui.

Le livre existe.

L'histoire de ma putain de vie avec ces gens-là est écrite. Avec les noms changés pour protéger qui doit l'être et avec ce qui est arrivé raconté comme c'est arrivé. Avec la première hospitalisation et avec ce goût. Avec Claudia et sa carte avec une étoile posée au-dessus de l'endroit où vit son père. Avec Kira et sa figure répartie sans aucune symétrie. Avec Laia, qui est restée.

Tout est là-dedans, et c'est enfin moi qui l'ai raconté. Écrit, ça pèse moins, et je ne demandais rien d'autre à ce livre : pas de me rendre ce que j'ai perdu, seulement de me laisser le porter autrement. Ce que je faisais avant, c'était ruminer, ce qui a aussi un nom et un chapitre dans les manuels : tourner autour des mêmes scènes et des mêmes phrases, chaque matin, toujours au présent, comme si tout était en train de m'arriver de nouveau depuis le début. Écrire une chose avec son ordre et son contexte l'envoie au passé, qui est là où elle doit être. Elle cesse d'être une plaie qui s'ouvre toute seule et devient un paragraphe écrit qu'il n'y a plus à réécrire. Chaque chapitre que j'ai fermé a fermé aussi, un peu, ce dont il parlait. Et ce n'est pas que ça fasse moins mal : c'est que c'est dit, et que je n'ai plus à me le répéter à moi-même à trois heures du matin.

Et il reste un compte en suspens avec une chanson, parce que je l'ai comprise à moitié il y a dix ans, assis sur le banc d'un refuge pendant que tombait la grêle, et l'autre moitié je ne l'ai pas comprise avant d'écrire ceci. La chanson dit que ça finit par se passer comme au cinéma, et que ça fait mal quand même. Cet après-midi-là, avec la manie allumée et tout à perdre, ça m'a sonné comme une consolation de perdant. Aujourd'hui je le signe, parce que ça m'est arrivé. Je compare comment je m'y prends maintenant avec comment je m'y prenais alors et le résultat est digne d'un film. Une manie, je la gérais en mettant le feu à ma

vie et en filmant au milieu de la nuit ; maintenant je la gère avec du lithium, avec un médecin, avec une femme qui me lit le visage et avec ces pages. Je perdais par fournées des maisons, des emplois, des compagnes, des amis. Maintenant il y a une maison, quelqu'un qui ne s'en va pas, une fille qui sait où vit son père, et un livre là où avant il n'y avait que des gravats qu'on n'avait pas ramassés. Avant, c'étaient les autres qui me racontaient. Maintenant c'est moi qui me raconte. Alors oui : du cinéma.

Et ça fait mal quand même.

Marta fait mal. Rocío fait mal. Inés fait mal. Elles font mal, les années qui me sont restées dans des tribunaux, dans des services de psychiatrie et dans des heures supplémentaires, à payer ce qu'a cassé une maladie que personne ne m'a demandé si je la voulais. Ils font mal, les huit ans et demi sans voir ma fille, que plus personne ne me rendra. Ils font mal, les gens qui changeaient de trottoir en me voyant arriver. Et ça fait mal autrement, plus proprement, de savoir qu'une partie de ce désastre, c'est moi qui l'ai fait. C'est ça que la chanson savait et que moi je ne savais pas encore : que bien faire les choses n'annule aucune facture. On peut bien finir et continuer d'avoir mal, parce que la douleur n'est pas ce qu'on paye pour avoir mal fait. C'est la marque qu'il y a eu quelque chose là.

Je laisse le verre dans l'évier. J'éteins la lumière de la cuisine. Kira ne bronche même pas.

Et demain il faut en couper un. J'appellerai ma mère.