

L'AUTRE

Vaincre le silence

FRANCE REID

L'AUTRE
Vaincre le silence

Édition traduite et complétée de :
METAMORPHOSIS
How a pop star helped me find my inner self

AUTREMENT DIT



BOUQUINBEC

Publication accompagnée

Reid, France

L'autre – Vaincre le silence

Éditeur : Éditions Autrement dit

Illustrations et photographies par l'auteure.

Révision linguistique et correction de l'épreuve : Lina Giguère

Mise en pages : Alejandro Natan

Dépôt légal — Bibliothèque et archives nationales du Québec (2018)

ISBN : 978-2-9816119-2-5 (Imprimé)

ISBN : 978-2-9816119-6-3 (ePub)

Autres publications de l'auteure :

Métamorphose – Un voyage intérieur

Metamorphosis – How a pop star helped me find my inner self

Les événements et les lieux de cette histoire sont réels.

France Reid est un pseudonyme.

Site de l'auteure : <https://france-reid.net>

©Tous droits réservés, 2018

PREMIÈRE PARTIE

Textes traduits et complétés de :

MÉTAMORPHOSE

Un voyage intérieur

et de

METAMORPHOSIS

How a pop star helped me find my inner self



Métamorphose

La musique transcende le temps

« La musique c'est la possibilité que quelque chose soit remis en mémoire. »

Ingeborg Bechmann

« Il y a des êtres qui nous touchent plus que d'autres, sans doute parce que, sans que nous le sachions nous-mêmes, ils portent en eux une partie de ce qui nous manque. »

Wajdi Mouawad

J e n'avais pas écouté de nouvelle musique depuis de nombreuses années. En fait, je n'avais pas fait l'écoute de nouveaux albums de chansons depuis que les choses s'étaient très mal passées, avec une musicothérapeute, il y a plus de vingt ans. Une amie me l'avait recommandée après que j'eus pris conscience que j'étais encore en deuil de maman, cinq années après son décès.

J'aimais l'idée que la musique fasse partie du processus de guérison. Lorsque j'étais adolescente, elle était mon refuge et une façon d'être à la rencontre d'un monde qui m'était inaccessible.

Alors que je découvrais, après avoir subi une très difficile régression, les horreurs de mon enfance, la musicothérapeute resta prise dans son contre-transfert, elle m'évacua comme le plus mal odorant des tas de merde. J'étais trop près de découvrir ses problèmes non résolus.

J'ai imploré, mon miroir intérieur s'est fracassé en un nombre indéfini de fragments anonymes, sans autre substance porteuse que celle de la douleur. J'étais dans un plus piètre état à la sortie qu'à l'entrée de son cabinet. J'ai plongé, tête première, dans le précipice d'une dépression majeure. Parce qu'elle me rappelait ce moment douloureux, la musique disparut presque entièrement de ma vie tant le mal était profond.

Le 31 août 2015

J'y ai mis du temps, mais j'ai fini par penser que ce serait bien de m'intéresser à autre chose qu'aux grands succès de Diane Dufresne, de Beau Dommage, de Françoise Hardy ou au *Stabat Mater* de Pergolèse.

Découvrir de nouvelles chansons, de nouveaux et nouvelles artistes, je trouvais l'idée intéressante. Je croyais que cela apporterait de la diversité dans mon quotidien. Bref, la musique me manquait.

Je fus très bien servie merci avec mon premier choix musical : à vrai dire, je n'en demandais vraiment pas tant en matière de diversité !

Je fais quotidiennement deux heures de trajet en train afin de me rendre au travail. Je venais de terminer la lecture de la très longue série *Outlander*¹, non sans avoir sauté de nombreuses pages d'interminables descriptions, et je n'avais vraiment pas le goût d'entreprendre un autre livre. J'avais délaissé la lecture assidue de romans depuis longtemps, trouvant ce genre littéraire, sauf exception, plutôt ennuyeux.

Donc je me dis que ce serait une bonne idée de télécharger des chansons sur mon nouveau téléphone intelligent. Étant donné que je n'y connais à peu près rien en musique actuelle, je sélectionne le palmarès sur Google Play Store.

1. Gabaldon, D., (2014) *Le chardon et le tartan*. Libre expression.

Parmi un choix considérable d'albums de tous les styles, anciens comme récents, il y a celui de Christine and the Queens (CATQ), dont j'avais vaguement entendu parler à la radio par une chroniqueuse culturelle. Ce n'est pas un nom de groupe comme je le croyais, mais l'alter ego d'une jeune et très talentueuse chanteuse française.

Paiement facile, *download* facile, yes! Mon premier album numérique arrive sur mon téléphone Samsung, fin prêt pour une écoute.

Assise, le plus confortablement qu'on puisse l'être, dans les nouveaux wagons du train Mascouche-Montréal, je mets mes écouteurs, sélectionne l'album, et l'inattendu, l'improbable synchronicité survient.

J'entends les premières notes, les premiers accords, puis la voix de la chanteuse, les premiers mots, les premiers couplets, le premier titre, puis le second, puis l'autre et, soudain, le plafond de verre se fissure, une brèche s'ouvre en moi.

Harponnée par ce vaisseau amiral, ébranlée par la fureur de l'abordage, je suis conquise même avant d'avoir pu combattre, terrassée par l'ennemie, laissée pour morte au champ de bataille, je crois mourir.

La curiosité l'emportant sur la peur, je poursuis mon écoute. Des souvenirs lointains émergent tel un film et apparaissent devant moi. Je suis tout d'abord étonnée, c'est la prise de conscience, puis,

de ces liens avec mon passé, naissent des sensations nouvelles dans tout mon corps, les images défilent. L'*insight* survient à un moment où je ne m'y attends vraiment pas.

J'éprouve des sensations nouvelles, je sens mon corps se dénouer, mon ventre se libérer, mes organes génitaux s'énergiser, j'en retire du plaisir. Je vois et ressens avec davantage d'acuité, comme si je surgissais de l'ombre, de la pénombre. Tous mes sens s'éveillent, se rallument.

Emportée par un torrent, je sens que des centaines de connexions énergétiques s'activent en moi. Nous étions deux entités jusque-là, séparées à l'intérieur d'un même corps. Libérée des entraves de mon lourd passé, je renaiss, apaisée. Je me sens émerger, devenir. Je respire, je savoure la douceur, le plaisir de vivre. Enfin, je suis!

Ainsi délestée des outrages subis durant mon enfance, et au-delà, je ressurgis; une, entière, métamorphosée, bisexuelle.

Le voile gris et triste tissé de brins de fil invisible qui recouvrait mon regard et par lequel j'entrevois le monde s'est levé, tel un rideau de scène. Je vois désormais avec plus de clarté ce qui m'entoure, je ressens ce qui m'habite avec plus d'intensité, mon esprit s'est éveillé. Le jardin de brume où des feuilles éparses s'étaient rassemblées s'est évaporé.

Mon corps, qui m'a toujours paru lourd comme un fardeau, bétonné, embarrassant, maladroit, à présent se libère. De grands morceaux s'en détachent. Des pans de ma vie se soulèvent, se découvrent, se déroulent, s'apaisent, s'évanouissent. Je prends conscience de moi-même, et je me reconnais, enfin!

Pour la première fois, je suis fière d'être celle que je suis. Le p'tit gars manqué de la famille, le *tomboy* de l'école, la personne étrange, complexée, introvertie, sans talent, d'une grande timidité, au sexe pas clairement défini, qui se fait dévisager par les inconnus, ségréguée dans la recherche d'un emploi, mise de côté par les collègues, parfois humiliée devant sa propre famille, pour rien, par méchanceté par les thérapeutes de salon.

Phénomène étrange : moi qui d'ordinaire m'inquiète pour un rien, je n'éprouve plus aucun stress ni sentiment de culpabilité, j'accepte les choses comme elles sont. Je n'ai rien cherché ni rien demandé, c'est arrivé spontanément, naturellement, de façon entièrement imprévisible.

Je vis cette transformation, cette renaissance, comme une expérience sensuelle, une fête des sens, un appel de la vie pour la célébrer elle-même. Je me découvre un continent. Je ne me suis jamais sentie aussi libérée, à l'aise dans mon corps, l'esprit dégagé. Je suis, nous sommes, à la fois l'une et l'autre, unifiées.

À partir de ce jour-là, j'entrepris de prendre soin de moi, d'améliorer mon alimentation, de soigner mon apparence, et de me mettre en forme. Le soir, après la vaisselle du souper avec mon conjoint, j'enfile mes vêtements et souliers de course, j'accroche mon téléphone intelligent, pose mes écouteurs et sélectionne les pièces musicales de Christine and the Queens qui s'harmonisent avec mon rythme de marche ou de course. En somme, je passe de bons moments avec moi-même.

En trois mois, j'ai perdu douze livres et mes nombreuses phobies, acquis de la souplesse, du souffle, de l'assurance, de la confiance en moi. J'ai fait le ménage dans mon passé et dans ma tête, retrouvé le goût du bien-être, du bonheur, et me suis acceptée telle que je suis. J'ai vécu ces trois mois comme un nirvana, paradis éphémère pour lequel je savais bien un jour devoir payer le prix.

Mes changements corporels et l'évolution spectaculaire de ma personnalité sont rapidement devenus une évidence aux yeux de ma famille et de mon conjoint. Ce qui fut étonnant toutefois, c'est que l'émergence de mon bien-être, cette réelle sérénité qui émanait de moi, a été interprétée par ce dernier comme un symptôme de dépression : «Tu n'es plus la même, je ne te reconnais plus», me disait-il.

Durant la conversation qui suivit, je lui expliquai comment ces changements étaient survenus et j'insistai sur le fait que j'allais vraiment bien, que je me

portais mieux que jamais, tant physiquement que mentalement.

Je lui racontai que je n'éprouvais plus aucune honte face à ma bisexualité, qu'elle faisait partie de ma personne. Je compris par ma franchise que cela coûtait cher d'être intègre. Exit le paradis des mois précédents!

Nous le savions pourtant que j'étais bisexuelle, depuis qu'elle avait émergé lors de ma musicothérapie ratée. Ma bisexualité était latente, parce qu'elle n'avait pas encore trouvé d'objet de désir suffisamment fort pour s'exprimer. Cela a retardé mon rétablissement puisque la guérison des blessures de mon enfance était intimement liée à l'acceptation de ma bisexualité, ce que j'ignorais et qu'on s'était bien gardé de me dire.

Je comprends que cela fut beaucoup de nouveautés à absorber pour mon conjoint, qui ne s'attendait pas plus que moi à un tel changement. Ce qui diffère pour moi à présent, c'est que je n'ai plus honte de quoi que ce soit, ni de mon passé, ni d'être androgyne, ni d'être bisexuelle, et cette forte assurance effraie. Je suis libérée et ça déstabilise. Exit la honte, la peur et la culpabilité!

Par moments, l'inquiétude me rattrape, je ne veux pas commettre d'impairs avec ma famille, car il suffit de si peu pour tout perdre. Je ne veux pas non plus qu'ils soient tristes ou malheureux, je ne leur

veux aucun mal, je veux juste être moi-même et m'épanouir. Je désire que les miens soient heureux pour moi, avec moi. C'est ce que je souhaite de tout cœur.

Mon conjoint fait du mieux qu'il peut pour comprendre. Il m'aime, alors que je me suis si souvent sentie rejetée. Nous avons une belle vie de couple et des enfants que nous avons désirés et aimés, et de magnifiques petits-enfants. Nous menons une vie agréable malgré des épreuves bien pires que celle d'avoir mis au jour ma bisexualité. Je vais super bien, mais notre couple est en déséquilibre.

Quelle personne aurais-je été si les agressions dont j'ai été victime ne s'étaient pas produites? Peut-être ressemblerais-je à celle que je suis maintenant? Chose certaine, j'aurais été davantage consciente de mon corps, de mes désirs. Je n'avais pas d'intérêt pour les femmes et je n'aimais pas vraiment non plus l'univers féminin, je préférais l'univers des hommes, à mes yeux plus dynamique et intéressant. Je me suis d'ailleurs toujours sentie plus à l'aise avec les hommes qu'avec les femmes, ce qui est tout de même étonnant.



Cabalistique — Le sortilège

C'est bien connu, les chansons ont un pouvoir sur nos émotions. Voici mon interprétation de quelques-unes des paroles qui ont sonné mon éveil à l'écoute de l'album *Chaleur Humaine* de Christine and the Queens².

“IT”

People are confused with my gender, I'm both.

I'm the captain of my own vessel.

I'm born again.

I'll win because it's authentic.

« SAINT-CLAUDE »

*Je n'ai pas demandé ce qui m'arrive,
je fais au mieux avec ma solitude immense.*

2. Christine and the Queens, *Chaleur Humaine*. Because 2015

L'AUTRE

“HALF LADIES”

Je ne doute plus.

*Je ne pouvais pas être une petite fille,
parce qu'on voulait que je sois un petit garçon.
J'ai ma collection de cicatrices.*

“NARCISSUS IS BACK”

*I mirrored you, you reflected me.
J'ai retrouvé mon regard d'enfant.*

«NUIT 17 À 52»

*Without notice the music,
the words went right through me.*



Je me souviens d'avoir lu qu'on peut découvrir être bisexuel, lesbienne, homosexuel lorsque l'on rencontre la personne qui nous la fera émerger. Il y a sans doute du vrai dans cette affirmation.

Nous ne sommes pas homophobes. Je n'ai jamais eu de préjugés envers les personnes LGBTQ, ni mon conjoint d'ailleurs. Toutes ces personnes ont leur raison pour s'affirmer, sinon pourquoi choisiraient-elles une voie si difficile, une vie faite d'âpres combats, de dénigrement, de rejet, de méchanceté, d'attaques sournoises tant physiques que psychologiques, de violence? Parce que, justement, ce n'est pas un choix, mais un état, une préférence biologique à laquelle nous ne pouvons rien. Je n'ai pas choisi d'être bisexuelle, et

j'avais certes mis ma bisexualité entre parenthèses. Si ce n'était pas facile pour moi avant qu'elle n'émerge, ce ne l'est pas davantage aujourd'hui, c'est juste très différent et ressenti avec plus d'intensité.

Il existe des personnes qui, ne pouvant pas supporter cette réprobation sociale, choisissent le suicide, les jeunes surtout, qui par ailleurs ont un urgent besoin de modèles positifs pour faire contrepoids à l'opinion publique. Il y a trop peu de modèles sains autour de nous. Christine and the Queens est un de ces modèles qui facilitent la construction d'une identité de genre positive. Plusieurs artistes l'ont précédée dans cette voie. Avec le temps, d'autres suivront, en espérant qu'il ne s'agit pas que d'une mode passagère.

On voit beaucoup plus de comportements homosexuels à présent dans les séries télé, et l'on en parle davantage dans les médias, mais plus rarement parle-t-on de bisexualité. Pourtant, ils sont de plus en plus nombreux, les courageux et courageuses artistes, à se présenter tels qu'ils et elles sont. C'est une excellente chose. Cela permet de briser l'isolement des personnes vulnérables, trop souvent laissées seules avec leurs malaises intérieurs, leur misère, leur détresse.

Bien qu'il reste de grands efforts d'éducation à faire, je crois pouvoir dire, bien qu'il y ait encore de malheureux dérapages, et sans trop me

tromper, que le Québec s'affirme en matière de libération sexuelle et d'acceptation des personnes homosexuelles, lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres et *queer*. Le mariage entre personnes du même sexe est possible au Québec depuis 2002.

Un grand merci aux éveilleurs de conscience. Je pense entre autres à Janette Bertrand qui, avec sa très populaire série télé *Avec un Grand A*, dans les années 1980 et 1990, a non seulement sensibilisé la population québécoise aux enjeux liés à la sexualité hétérosexuelle et homosexuelle, mais elle a fait évoluer la mentalité des Québécois et des Québécoises. Il reste de nombreuses consciences à éveiller, mais un long chemin a été parcouru. Merci Janette d'avoir cru en l'éducation et avoir osé parler des tabous sociaux.³

Lorsqu'on constate que, dans certains pays, l'homosexualité est interdite par la loi et passible de mort, cette situation nous interpelle. En quoi les amoureux de même sexe peuvent-ils déranger autrement qu'en renvoyant une image des possibles qui existent en chacun de nous? Être l'objet de sa propre haine est sans doute insupportable, il ne faut d'ailleurs pas espérer que tous aient la capacité ou la volonté d'aller au-delà de leurs préjugés ou de leur ignorance, cela n'arrivera pas.

3. Bertrand, J., (2017) *Avec un grand A*. Éditeur Libre Expression. Ce plus récent roman de Janette, *Avec un grand A*, a comme sujet la bisexualité et se termine par la question suivante « Qu'est-ce qu'on ferait à leur place? »

L'homosexualité, sous toutes ses formes, est l'objet d'une réprobation sociale qui se nourrit elle-même, devenant ainsi un instrument d'asservissement et de persécution, comme peut l'être la religion. Exit les dogmes, exit la persécution!

J'ai toujours aimé les gens dans la marge : les créatifs, les artistes. J'aime aussi la technologie, la science, et j'éprouve un besoin intellectuel insatiable d'acquérir de nouvelles connaissances. La culture, les arts aident à rendre la vie plus supportable, parce que, comme l'écrit Scott Peck dans *Le chemin le moins fréquenté*, la vie c'est difficile pour tous, mais il y en a pour qui ce l'est davantage.



Les changements

“Forge meaning, build identity,
and invite the world to share your joy.”

Andrew Salomon, TED

« Quand un système est incapable de traiter
ses processus vitaux, il se dégrade, se désintègre ou alors
s'il est capable de traiter ses problèmes : il se métamorphose. »

Edgar Morin

D'aussi loin que je me souviens, j'ai éprouvé une sensation de vide, de manque ; je le ressentais par intermittence, sans m'y attarder. Par habitude, ou pressée par le temps sans doute, je mettais mon mal de vivre et ses causes entre parenthèses.

J'éprouve maintenant une sensation de plénitude, celle d'être moi-même. Je découvre et j'explore ma féminité, j'apprivoise ma bisexualité tout en restant fidèle. Je prends davantage soin de moi, de ma tenue vestimentaire, de ma forme physique. Je me sens plus sensuelle et sexuellement allumée.

Je retrouve peu à peu ce que l'on m'a arraché : une joie de vivre que je ne me connaissais pas, une confiance en moi, des habiletés et des moyens que je ne croyais pas avoir. Ma vie de couple est devenue plus intéressante. Je vis plus intensément, je m'épanouis.

Il m'aura fallu six décennies pour guérir de l'inceste, du viol, des agressions sexuelles, des violences physiques et psychologiques qui m'ont été infligées par des membres de ma famille et des étrangers durant ma petite enfance et plus tard.

Soixante années lors desquelles une partie de moi a vécu séquestrée, dans le hangar situé au bout de la galerie du petit appartement où nous habitons, lieu infâme où je me revois parfois. Il me revient alors des images de la petite fille que j'étais, et je la console, la rassure, l'étreins, la raisonne, parce que maintenant je suis capable de le faire.

J'ai été plusieurs années à consulter, parce que j'allais mal. Je tentais de rapiécer, tant bien que mal, et trop souvent plus mal que bien, les morceaux éparpillés de mon être éclaté. Ce

fut une longue et incessante quête à la recherche de moi-même, une quête qui, une fois le Rubicon traversé, s'est transformée en découverte de celle que je suis en totalité.

J'ai été tenace et – cela m'étonne encore même aujourd'hui –, bien qu'imparfaite, je suis demeurée tout au long de ma vie aimante, ouverte d'esprit, curieuse de tout, persévérante. Je suis une battante, une survivante.

J'ai vécu de grands et nombreux moments de bonheur avec mon conjoint et ma famille, j'ai fait des rencontres qui ont eu une influence positive dans ma vie. Ces moments de bonheur ne font pas partie de ce récit parce que je veux les garder en moi afin de les chérir. J'ai eu la chance de les vivre et je sais que je vais goûter avec plus d'intensité ceux qui suivront.



Un moi unifié

CELLE QUI N'ÉTAIT PAS

Pognée ben dur,
Sans mots,
Sous l'armure,
Pour crier mes maux.

Figée ben raide,
Au fond un cri,
Noyée dans le bruit,
On m'arracha à ma vie.

Coincée ben dur,
Effondrée en moi-même,
Sous l'armure,
Résonnait un requiem.

Seule,
Emmurée par mon silence,
Seule,
Sans appartenance,
Seule,
On vola mon enfance.

France Reid

Je découvre mon univers intérieur.
C'est une chance inespérée, une occasion unique
de savoir quelle personne je puis être,
l'avenir pas si lointain le dira.

Je me découvre — Je me retrouve — Je me réinvente

Ce n'est pas toujours facile d'être celle que je suis. Et parfois, c'est probablement difficile aussi pour ma famille, et surtout pour mon conjoint, parce que de nombreuses choses en moi ont changé. Le système familial est en mode d'adaptation. Je prends la place qui me revient avec le respect qui l'accompagne.

Comme j'ai une meilleure estime de moi-même et, disons-le franchement, que je suis assez fière de moi et du chemin parcouru, je n'accepte plus tout ce qui est ou qui peut ressembler à du dénigrement ou à une remise en question de mes choix.

C'est comme si mon instinct d'autoprotection se mettait en mode de fonctionnement automatique. Mon sens de la répartie s'est développé. Je suis moins souvent prise au dépourvu devant des situations déstabilisantes, et je m'affirme davantage lorsqu'elles surviennent.

Je sens très profondément que personne ne pourra se mettre en travers de mon chemin et cela m'effraie, car je risque de décevoir des membres de ma famille et de les perdre. Je les aime tous vraiment beaucoup, mais la petite fille atrophiée en moi a grandi et ne supportera plus que je l'ignore, car elle sait que si cela arrive je m'éteindrais avec elle. Cela fait trop longtemps qu'elle attend, elle était si petite quand elle a été dépossédée de ce qu'elle était, et nous n'avons plus de temps à perdre.

Elle arrive de loin, à l'improviste, dans mes pensées, comme une lointaine connaissance dont on se rappelle à peine l'exis-

tence, et je l'avais presque entièrement oubliée. Je soigne son corps, je nourris son âme, car pour elle la route a été longue, très longue, et elle mérite mes bons soins.

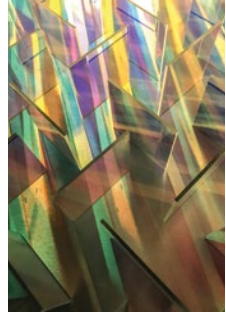
Surgissant ainsi sans invitation, elle séduit tout de même par sa candeur, son authenticité, son ouverture d'esprit, sa vivacité, sa fraîcheur, sa joie de vivre, son humour et sa sensualité. Elle m'est indispensable ; lui résister est vain, elle fait partie de moi, nous sommes indissociables, soudées l'une à l'autre.

Les pièces musicales sombres me dépriment, alors je les évite, sauf si j'ai envie de ressentir mon humeur morose. Lou Doillon avec son album *Places*, Jean Leloup, Mylène Farmer, Stromae, Ariane Moffat, Cœur de pirate Andra Day, Groenland, Milk and Bone, Coldplay, Sia, Shawn Mendes et plus récemment k.d. lang, sont mes choix pour le trajet en train vers mon travail, en plus des succès populaires de l'heure. Il y a tout de même un progrès, je suis en mode découverte, ainsi d'autres artistes suivront.

Dans la chanson *Safe and Holy*, Christine and the Queens écrit que personne ne peut porter de jugement sur son désir de vouloir danser, car en dansant elle se sent joyeuse et en sécurité. C'est ce que je ressens lorsque je suis centrée et en accord avec moi-même. Qui, connaissant mon histoire de vie, pourrait me juger de vouloir préserver ce bien-être?

RÉMINISCENCE

Il y a des matins,
A l'aube de l'éveil,
J'entends en moi la musique dérobée à la nuit
Comme autant d'images sonores
Réverbérant l'écho de mes rêves endormis.
France Reid



Garder l'espoir vivant

“At all times, dare to be.”
Steve Maraboli

Malgré un départ dans la vie qui n'augurait rien de bon pour mon avenir, je m'en suis bien sortie parce que j'ai conservé de bonnes valeurs – celles de maman – et parce que j'ai veillé à garder mon ouverture d'esprit. J'ai également eu la chance de rencontrer un homme fantastique, d'avoir des enfants en santé, dotés d'un bel esprit, de magnifiques et turbulents petits-enfants pleins de vie et de croiser sur ma route quelques personnes qui ont fait une différence dans ma vie. Malgré tout ce qui m'est arrivé, j'ai eu beaucoup de chance. La vie a tout de même été bonne pour moi et j'y aurai beaucoup appris.

Je publie mon histoire, car je veux la partager avec ma famille, et avec vous. La dévoiler donne un sens à ma vie. S'il donne un sens à la vôtre et si cela crée de l'espoir, alors ce que j'ai vécu n'aura pas été vain. Bien que je sois infiniment triste en songeant que je quitterai les miens un jour, je mourrai, âgée je l'espère, aimante, entière, apaisée, l'esprit libéré. Je vous souhaite de tout cœur la même grâce.

Tel un fil d'Ariane, la musique témoigne à travers mes âges. La guérison de mes outrages du passé ne pouvait se faire sans l'acceptation de ma bisexualité. La guérison et l'acceptation sont intimement liées l'une et l'autre dans le temps : le tout est indissociable. Afin de guérir du passé, je devais accueillir celle que je suis à présent, sans compromis, dans mon entièreté.

Je ne sais ni chanter, ni danser, ni faire de la musique, mais j'avance et je marche dans ma vie comme si j'allais conquérir le monde.



L'autre

Métamorphose

C'est arrivé un jour
où le fond de l'air était bon
et la lumière éblouissante.

J'étais à ramer, tranquille,
observant les nichées d'outardes,
près de la côte longeant le fleuve.

J'entendais le clapotis des vagues
frappant les parois de bois de mon embarcation.

L'eau saline et froide remplissait ma barque à demi
et risquait de la renverser vers l'abîme,
lorsque soudain, je vis apparaître à l'horizon,
toutes voiles dehors chargeant vers moi sans pitié,
un vaisseau amiral brandissant son étendard multicolore.

France Reid

Si j'entreprends ce nouveau chapitre par ce poème de la version originale de *Métamorphose – Un voyage intérieur*, c'est qu'à sa lecture, on comprend aisément que l'événement déclencheur, qui bien involontairement, j'en conviens, a mené à ma métamorphose, a été reçu comme une agression, un choc retentissant. Après tout, les choses se passaient très bien dans ma vie, mes fils étaient autonomes et leur famille bien portante, et je les observais de loin. Les choses allaient bien avec mon conjoint et je venais, après de multiples efforts, refus et déceptions, d'obtenir un très beau poste dans une université de renom. Rien ne présageait qu'un tel événement surviendrait à ce moment-là.

Mais, je me dois d'être juste et honnête, ma barque était, comme il est écrit, remplie à demi, pleine de ce qui n'avait pas été résolu en moi, de ce qui était resté en suspens durant des années.

J'avancerais lourdement, tel un navire portant un amoncellement de coquillages collés à sa proue, et cela se reflétait jusque dans mon apparence physique.

C'est donc par ce poème que je décris symboliquement ma rencontre avec un vaisseau amiral, qui, chargeant vers moi sans pitié, ouvrit une brèche dans le plafond de verre de mon inconscient.

Cette rencontre, assez brutale, de part et d'autre fortuite mais synchrone, est à l'origine de ce que j'ai identifié comme étant une métamorphose, tant les changements physiques et identitaires ont été spectaculaires et profonds et que cet état a été corroboré par plusieurs personnes.

Le bien-être ressenti et quasi permanent de cette « libération » dura près de trois années avant de commencer à s'effriter suffisamment pour que j'en vienne à me préoccuper et à m'interroger sur ce qui n'allait pas. Ainsi, j'entrepris un autre retour en moi-même. Je sais, j'ai probablement l'air de me plaindre le ventre plein, mais voyez-vous, je ne veux pas perdre mes acquis si chèrement gagnés.

Étant donné que j'ai une vue de l'intérieur et qu'il semble que cela soit assez singulier, je veux également réfléchir, comprendre et expliquer pourquoi l'intégrité de mon identité reconquise a été mise en danger et en quoi ma métamorphose aura été bénéfique.

Je dis singulier, car, bien que je sache que je ne suis pas un cas unique, malgré mes recherches afin de trouver des articles de fond au sujet de la métamorphose identitaire dans les banques de données, j'ai obtenu jusqu'à ce jour peu de résultats intéressants.

J'ai également lancé plusieurs appels sur les réseaux sociaux afin de recueillir des témoignages, mais cela n'a pas porté fruit. Je n'ai pas eu accès à des témoignages suffisamment étoffés, écrits ou verbaux, pour pouvoir comparer mon vécu avec celui d'autres personnes.

Il y a certes de nombreux exemples de métamorphose dans la nature et la littérature, mais étant donné que je ne me suis pas transformée en animal, en insecte, en déesse mythique ou en personnage de bandes dessinées, j'ai trouvé peu d'écrits sérieux. Je me suis dit que cela valait sans doute la peine de documenter la suite de mon histoire. Mon expérience pourrait un jour s'avérer utile, qui sait ?

En fait, c'est que, de surcroît, j'éprouve une certaine frustration du fait que je m'attendais à de meilleures retombées. Mais humilité oblige, une métamorphose n'apporte pas le talent qui

est absent à la base, tout au mieux fera-t-elle émerger une aptitude, lui donnera un éclairage différent, un nouveau souffle, une ouverture, un élan irrésistible, mais n'a pas la plume de Fernando Pessoa ou la voix de k. d. lang qui veut. Si un talent artistique existe, il faudra travailler consciencieusement et avec ardeur pour le développer afin de l'amener à maturité, et garder espoir qu'il saura plaire ou être utile, selon ce qui aura émergé de soi et de l'objectif poursuivi. L'effort soutenu, le travail et la persévérance sont d'ailleurs des facteurs nécessaires à la réussite, et la marque des grands artistes.

Étant une personne cérébrale, éclectique, avec une formation en recherche, je me définis davantage comme une analyste. Je suis tout de même assez pragmatique et j'ai un grand intérêt pour le processus créatif, les arts en particulier. Le sujet de mon mémoire de maîtrise portait d'ailleurs sur l'utilisation de la métaphore en multimédia, ce qui indique que j'ai, tout de même, de la suite dans les idées. On comprendra que mon aventure a éveillé ma curiosité de chercheuse.

Cela étant dit, selon ce que j'ai vécu, une métamorphose identitaire me semble être entre autres une synthèse de ce qui existe en soi et que l'on a mis intentionnellement de côté, gelé, oublié volontairement ou pas, parce que c'était normé. On s'est éclipsé parce qu'on était dans l'interdit, qu'on manquait de confiance en nos moyens ou encore parce qu'on s'est retrouvé dans un cul-de-sac existentiel. On peut être dans une incessante boucle de rétroaction sur soi-même et l'ignorer.

Dit autrement, une métamorphose identitaire actualise ce qu'on a laissé pour compte ; elle peut apaiser ou même guérir les blessures et les outrages du passé, ce qui peut ne pas être présent dans tous les cas. Difficile pour moi de le dire étant donné que je suis le seul cas d'espèce auquel j'ai accès et

qu'il y a probablement autant de résultats que de personnes métamorphosées. « Il n'y a pas une, mais des métamorphoses. »

Mais, qu'est-ce qu'une métamorphose au juste ? De nombreuses définitions s'accordent pour dire qu'il s'agit d'une transformation soudaine, brutale de l'objet qu'on peine même à reconnaître tant le changement est considérable, voire spectaculaire. À cette définition j'ajouterais, car cela correspond à ce que j'ai vécu : la métamorphose est une réponse à « ... une tension due à la confrontation de deux instances, et dont la brusquerie fait surgir une troisième instance »⁴, qui est à la fois différente, mais semblable aux deux autres. C'est comme esquiver un imminent et brutal face à face entre deux locomotives en créant une voie de contournement. C'est dans cette voie de contournement qu'apparaissent les images du passé, c'est également là que se font les liens entre les deux univers et que s'opère le changement dans, je dirais, un état modifié de conscience.

Pour que ma métamorphose survienne, il a donc fallu qu'il y ait une terre laissée en friche, un catalyseur et la création d'un espace de transformation. Peut-être y a-t-il une prédisposition à traiter et transformer, cognitivement, l'information en image ?



Étant donné que mon univers n'a jamais vraiment été celui de la littérature ou de la musique, sauf en dilettante, et bien que je sache rédiger, il aurait tout de même été étonnant que je me découvre un talent de grande écrivaine ou de chanteuse puisque je chante irrémédiablement faux, ou de danseuse car je sais si peu danser. Je ne peux que tenter de développer et d'utiliser au

4. *Le sens de la métamorphose* (2009). Colas-Blaise, M. et coll. Éditions Presses Universitaires de Limoges.

mieux les talents que j'ai, dont celui de parler et d'écrire vrai. Je crois que développer nos talents est en outre une de nos responsabilités sociales⁵, pourvu que nous sachions identifier quels sont ces talents, car ils peuvent être profondément enfouis en nous.

N'ayant éprouvé aucune passion pour un domaine en particulier, mais pour toutes formes de connaissances en général, je me suis instruite par instinct dans plusieurs domaines. J'ai appris par essais et erreurs, acquis des connaissances et développé diverses habiletés sans savoir exactement où cela me mènerait. Quelques constantes se dégagent de moi toutefois : un esprit curieux, ouvert, qui carbure à la nouveauté, et une aversion certaine pour les dogmes et les lieux communs. Par-dessus tout, j'avance sur ma route avec l'espoir d'aider les gens, et je m'y consacre par l'écriture et le partage. Cela me permet d'entrevoir que je puisse être utile et espérer que ce que j'ai vécu n'aura pas été une pure perte. N'est-ce pas là le souhait de bon nombre d'entre nous ?

Ainsi, cette édition en français que vous avez maintenant sous les yeux de *Metamorphosis – How a pop star helped me find my inner self*, n'est pas qu'une traduction, mais une suite, un complément à mes précédentes publications. Les raisons pour publier ce complément à mon édition originale sont simples ; toute métamorphosée que je puisse être, mon navire n'est pas à l'abri de toute tempête. Je demeure vulnérable, exposée aux aléas de la vie, de ma vie, qui s'est complexifiée depuis le jour de ma rencontre fortuite avec *Chaleur Humaine*, et parce que les événements se sont bousculés par rapport à cela.

5. «...il est pour Jung essentiel que chaque individu en vienne à développer son propre soi afin de créer l'équilibre en lui, mais aussi, et surtout dans le but de servir la communauté et la société en général au meilleur de ce qu'il peut lui apporter.» Gagné. B.

Comme c'est le cas pour l'édition en anglais, l'objectif de ma présente publication est de rendre mon histoire plus accessible par rapport au récit d'origine, dont la lecture pourrait être bouleversante pour certaines personnes. Je sais pertinemment que la présente publication n'est pas non plus un jardin de roses. Je l'édite également pour faire part des dangers qui nous guettent lors d'une métamorphose identitaire.

Étant donné que je publie à compte d'auteur, je n'ai pas de comptes à rendre à qui que ce soit : je me sens libre d'écrire comme bon me semble. Je ressens une seule obligation, celle de demeurer authentique, par respect pour moi-même et ce que j'ai vécu, car je ne renie rien. L'histoire de fond reste la même, je persiste et signe comme on dit. Il m'importe également de raconter mon histoire de façon véridique pour mes lecteurs et lectrices, je ne fais pas dans la fiction, ce qui ne signifie pas que je suis sans réserve dans mes propos.

Cette suite est un peu à mon image, à la fois semblable et différente, une histoire qui progresse, qui évolue selon les événements qui se produisent au cours de la vie, au gré du temps qui passe, et qui passe si vite.



Une amorce d'explication

« Comme le miroir, le Self réfléchit
les regards des autres pour les trier,
les intérioriser ou les rejeter, les transformer
à son tour en regard sur les autres,
en identifications relatives. »⁶

Claude Dubar

6. J. Cooley dans Claude Dubar, C., *Polyphonie et métamorphoses de la notion d'identité*, Revue française des affaires sociales 2007/2 (n° 2), p. 9-25.

Ne vous méprenez pas en lisant ce qui suit, je sais que je n'ai pas le talent de CATQ, et je ne veux surtout pas me comparer à elle, ce n'est pas l'objet de mon propos. Il y a toutefois des similitudes dont je dois tenir compte afin de comprendre comment les choses se sont produites, comment cette métamorphose a été rendue possible, et parce que je désire également rendre compte des dangers qui nous guettent lors d'un tel périple. Je ne peux rien au fait que l'écoute de *Chaleur Humaine* a été l'élément déclencheur de ma métamorphose, que cela plaise ou non : ce ne fut ni la psychologie, ni la philosophie ou mon savoir qui provoquèrent cette transformation, mais les paroles d'une personne avec un questionnement semblable au mien.

Mon self phobique, d'une grande timidité et socialement mal intégré, mon identité non acceptée en tant qu'androgynisme et bisexuelle, ma gestuelle, mon énergie masculine et tous les sévices dont j'ai été victime, cela multiplié par une importante crise identitaire, voilà les ingrédients qui auraient pu mener à un désastre. Ce sont là pourtant certaines des raisons qui m'appartiennent et par lesquelles le reflet dans le miroir a été si étonnant et magnétique.

À certains égards, le reflet était si près de celle que je suis qu'il y avait un danger réel que j'y perde mon identité première, que je m'y désintègre, et je sais que cela arrive à certaines personnes. Fort heureusement, j'étais suffisamment consciente du phénomène de transfert pour me rendre compte des dangers possibles d'une telle rencontre. Le fait d'avoir un conjoint que j'aime, une famille et quelques amies est ce qui m'a permis

de garder un pied sur terre : j'ai eu la chance de ne pas être isolée. J'ai toujours cherché à n'être que moi-même et non à être quelqu'un d'autre, et je me suis cherchée désespérément. Je n'allais certainement pas revêtir une autre identité que celle qui m'appartient.

Mon histoire n'est pas celle de CATQ, ni ma vie, ni mes choix, ni ma culture. Les paroles de *Chaleur Humaine* m'ont uniquement donné l'impulsion qui m'a fait quitter, bien involontairement, ma zone de confort. Afin que le reflet soit efficace, il devait être très proche de celle que je suis intérieurement, tout en me laissant suffisamment d'espace pour m'y mouvoir.

Je ne suis pas un cas unique, de nombreuses personnes témoignent sur les médias sociaux de leur éternelle reconnaissance envers des icônes de la culture pop, artistes, personnalités sportives ou publiques, pour avoir contribué à la découverte de leur identité profonde, celle qui se dissimule sous nos masques sociaux ou derrière l'errance identitaire produite par les événements malheureux de l'enfance.

Ceci étant dit, je me demande pourquoi les paroles entendues dans *Chaleur Humaine* ont eu un tel impact sur moi. Étant donné que j'aime savoir et comprendre comment les choses fonctionnent et que je n'aime pas les questions laissées sans réponses, je me permets de proposer dans ce qui suit une hypothèse qui n'est ni scientifique ni psychologique ou philosophique, mais qui repose sur mon expérience, établie à partir de mes connaissances, de mon ressenti, et de ce qui fut vécu lors de cet étonnant périple.

Me rétablir des assauts du passé aurait été impossible sans l'acceptation de ma bisexualité, parce qu'ils étaient rattachés l'un à l'autre tels des brins d'ADN, ils formaient un tout indissociable. Afin de guérir et de devenir celle que j'aurais dû être, je devais ou-

vrir les bras, m'accueillir et embrasser celle que je suis, dans tous ses aspects. Pour que cela survienne, j'avais besoin d'un référent à ma ressemblance, d'un modèle cohérent et d'un « transcripteur » qui, pour poursuivre mon analogie, serait comme l'ARN messenger, et ce fut la musique.

La musique est un témoin pérenne, un lien spatio-temporel entre le passé et l'instant présent. La musique, étant liée de très près à des événements du passé, a ouvert un passage aux mots vers mon inconscient. Par leur nature, ces paroles, suffisamment près de ce qui me troublait inconsciemment et que je n'acceptais pas ou que j'avais juste mis derrière moi, auraient pu être dites par toute personne ayant eu un questionnement similaire à propos de l'identité de genre. Dès lors, nous sommes près d'une réponse satisfaisante. Il n'y a pas eu de miracle, uniquement une cascade de coïncidences.

Le conflit se rapportant à ma sexualité étant résolu, la suite de mes souvenirs pouvait émerger librement. Ma rencontre avec des mots qui avaient du sens, associés à des images issues de mon vécu, a été une amorce pour la création de connexions neuronales suffisamment nombreuses et puissantes pour créer une représentation cognitive « animée » de la solution.

Si l'on ramène l'événement en son centre, je crois que l'explication la plus simple et qui me semble la plus plausible pour ma métamorphose est la suivante. *Chaleur Humaine* est la poignante interprétation d'une recherche et d'une revendication identitaire, qui réunit un ensemble de métaphores structurales et spatiales coïncidant avec une partie de mon identité : les métaphores d'androgénie, de masculinité, de bisexualité, de quête identitaire⁷. Cette invention de métaphores partagées a

7. Mercier, G., (2012) *Métaphore et Compréhension empathique*. <http://www.psychos-ressources.com/bibli/metaphore-comprehension-empathique.pdf> (Page consultée le 22 octobre 2018.)

dès lors créé en moi un espace de guérison. Pour d'autres personnes, cela pourrait être la lecture d'un livre ou d'un poème, une odeur, un parfum, une image, un incident, d'importantes difficultés de vie; tout ce qui peut être relié de façon significative avec le passé pourrait être le déclencheur d'une transformation, d'un changement profond ou ultimement d'une métamorphose.

« À L'avantage de cette figure de style (la métaphore) est de s'adresser à l'inconscient en contournant les résistances qu'un discours direct pourrait provoquer. La valeur thérapeutique de la métaphore c'est être en similarité de structure avec la structure de profondeur de problème. »

Malheureusement, ce type d'*insight* – menant vers la métamorphose – pourrait ne pas être aussi positif et réparateur que celui que j'ai vécu (du moins durant un temps), même que cela pourrait s'avérer très difficile et ne devrait certainement pas être pris à la légère.



La responsabilité sociale

« Ce sont les gens, dans leurs diversités,
gens ordinaires ou dirigeants,
manuels ou intellectuels,
jeunes ou vieux, savants ou ignorants,
femmes ou hommes... qui,
par leurs actions et inactions,
alimentent la métamorphose et construisent
la nouvelle société des gens et ses gouvernances. »

Alain de Vulpian

Trop de secrets ont été enterrés. Les victimes se sont tuées trop longtemps. Je suis une des seules à pouvoir lever l'omerta de ces secrets de famille. On ne peut pas guérir de ce qui est caché, même si l'on peut disparaître pour toujours avec la vérité, j'ai choisi de faire autrement et je l'assume. Les non-dits, les secrets rongent les êtres et les racines familiales. Je comprends très bien que le secret peut momentanément être nécessaire lorsqu'il s'agit de survie, et ce peut être le cas pour de nombreuses personnes démunies, mais à mon sens cela ne doit pas devenir permanent parce que cela sert les agresseurs.

Il appartient aux privilégiés, ceux qui ont la capacité de prendre la parole pour ceux et celles qui n'y parviennent pas, de dénoncer les intolérables abus sexuels commis par des membres d'une famille ou par des religieux, ou encore par des personnes en position d'autorité. Quelle disgrâce, qu'elle honte pour toute société, organisation ou religion qui, par complaisance, tolèrent ces comportements outranciers et protègent les abuseurs, les violeurs, les pédophiles en ne les dénonçant pas, en les cachant sous le couvert du religieux, des pouvoirs politiques ou qui profitent d'une immunité par leur notoriété publique!

Ce constat m'amène à m'interroger sur le vide laissé par la religion alors que les dieux et les mythes religieux disparaissent de nos référents. Les dieux ne font plus le travail pour lequel nous les avons créés, l'ont-ils déjà fait ailleurs que dans notre imaginaire? Nous ne devons compter que sur nous-mêmes, nos valeurs et les réseaux que nous créons pour changer les choses.

Avec le monde virtuel, une nouvelle mythologie est en train de se créer, et des artistes, croyant en leur responsabilité sociale

et à l'importance de leur implication, y sont très actifs de même que des personnalités provenant d'autres sphères d'activités.

C'est également un appel aux nouvelles idoles du web, cybervidéastes et autres collectionneurs de mentions « J'aime », qui ont une responsabilité envers leurs fans vulnérables. L'excuse du nombre d'abonnés à leur compte ne tient tout simplement pas la route, car il n'y a qu'un nombre restreint de personnes qui communiquent des messages de détresse, et elles ne sont pas si difficiles à retracer lorsque l'on a la volonté de le faire. La prévention du suicide devrait faire partie de leur code éthique.

« Ce que la science-fiction a imaginé semblerait se réaliser avec Internet, réseau des réseaux, porteur de toutes les mythologies contemporaines. » P. Musso

« Le cyberspace théâtralise dans la technique, le vide symbolique. Il désincarne le monde réel pour mieux incarner « la Matrice », nouvelle divinité de l'ère hypertechnicienne. »
P. Musso⁸

Ceci étant dit, et parce que chacun et chacune d'entre nous peut avoir une influence et contribuer au bien-être de nos semblables, il y a une importante réflexion collective à faire concernant notre responsabilité sociale, celle de l'artiste, des vedettes du web et de la nôtre à propos des actions à entreprendre.

Les artistes peuvent être des leaders, nous inspirer les changements nécessaires afin d'affronter les difficultés à venir en créant des métaphores vivantes, des univers, tout en étant des modèles auxquels nous pouvons nous identifier, parce que c'est

8. Musso, P., *Le cyberspace, figure d'utopie technologique réticulaire*. Sociologie et sociétés 322 (2000) : 31-56

un fait avéré que même les sociétés ont la capacité de se métamorphoser. Nous avons une grande part de responsabilité pour faire en sorte que ce soit pour le meilleur. Toutefois, les influenceurs ne feront pas ce travail seul, notre engagement sera indispensable.⁹ Au moment où je rédige ces lignes, on peut observer un important mouvement social en ce sens.

Nous excusons beaucoup de choses aux artistes de talent parce que nous savons que la créativité nécessite de penser différemment, d'être dans la marge, d'oser, et c'est ce qui, je crois, explique en partie cette capacité qu'ils ont de faire évoluer les mentalités et de faire avancer des causes nobles. Ils peuvent parfois être des créateurs de sens et « des agents de transformation empathique ».¹⁰

Il y a toutefois un revers à la médaille. Le milieu artistique n'est pas non plus exempt de scandales, et des comportements inacceptables de personnes sont passés sous le radar durant des décennies alors que ceux qui savaient étaient nombreux à se taire. C'est sans compter les crimes graves commis par des artistes réputés.¹¹

La loi du silence y aura aussi fait des ravages, et dire que cela faisait partie des usages d'alors n'excuse rien. Mais l'espoir provient du fait que les victimes osent maintenant dénoncer les outrages qu'elles ont subis. Sans minimiser le courage de ces personnes – en majorité des femmes – les réseaux sociaux ne sont pas étrangers au succès de ces dénonciations, ils les facilitent.

9. Perreault, E., (2017) *Faire Œuvre utile – Quand l'art répare des vies*. Les éditions Cardinal.

10. De Vulpian, A., (2016) *Éloge de la métamorphose*. Éditions Saint-Simon.

11. Bussières, I., (2013) *Les hors-la-loi de la musique*. Le Soleil. www.lesoleil.com. (Site consult e le 20 octobre 2018.)

Et puis la vie c'est dynamique, les choses changent, la mentalité des gens aussi (du moins ceux qui le veulent), de même que la société. Je ne suis plus tout à fait la même que lors de la rédaction de mon récit de vie, ni mon entourage immédiat. Le milieu du spectacle aussi a changé. Le lourd silence de même que les exclamations de réprobations entendues il y a quelques années lorsqu'un ou une artiste faisait part de son orientation sexuelle se sont transformés en applaudissements nourris et en rires soutenus lorsqu'ils ou elles en blaguent sur scène.

Un exemple positif parmi plusieurs est celui de la chanteuse k.d. lang qui, en plus de ses quatre Grammy et de nombreux autres prix dans le milieu musical, a obtenu plusieurs distinctions dont celle d'avoir été nommé officier de l'Ordre du Canada, de même que s'être vu décerner un doctorat honorifique de l'Université de l'Alberta en 2013. Elle est également membre du Panthéon canadien de la musique¹² et la première grande vedette de la scène musicale internationale à se présenter ouvertement comme lesbienne.

k. d. lang est une « dycon » de la culture LGBTQ dans plusieurs pays du monde. Elle fut un exemple de courage, de détermination, d'authenticité et de témérité au moment où la réprobation sociale envers l'homosexualité était virulente, que le danger d'exclusion était omniprésent et le jugement social sans appel. Tout cela était toutefois sans compter sur la voix remarquable de k.d. qui, comme le soulignait Barbara Walters lors d'un entretien¹³, est parvenue à faire oublier les « frasques » que les médias et un certain public canadien lui reprochaient durement. C'est là le pouvoir des gens de grand talent.

12. <http://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/kd-lang/> (Site consulté le 20 octobre 2018.)

13. B. Walters (1993) *Interview with k.d. lang*. <https://www.youtube.com/watch?v=wivERtHPYA> (Site consulté 8 juillet 2018)

Sans vouloir minimiser de quelque façon que ce soit son mérite, ni les difficultés qu'elle a surmontées ou son engagement envers des causes justes, force est de reconnaître que nous n'avons pas tous un aussi grand talent pour nous aider à traverser l'océan de préjugés auquel nous sommes susceptibles d'être confrontés. Nous sommes nombreux et nombreuses à être vulnérables, sans armures face à l'adversité et au rejet possible de nos proches et de la société, avec notre courage comme seul moyen d'action.



Avril 2017

Un rêve jungien

L'homme rapaillé

*« J'ai fait de plus loin que moi un voyage abracadabrant
il y a longtemps que je ne m'étais pas revu
me voici en moi comme un homme dans une maison
qui s'est faite en mon absence
je te salue, silence*

*je ne suis pas revenu pour revenir
je suis arrivé à ce qui commence »*

Gaston Miron

Bien que provenant d'un milieu modeste où les études supérieures n'étaient pas valorisées, je me suis instruite¹⁴. J'ai étudié presque toute ma vie et acquis des connaissances dont je ne peux qu'entrevoir maintenant l'utilité. Je ne suis pas non plus la dernière venue en ce qui concerne l'exploration de l'âme, disons que j'ai beaucoup donné et que je désire mettre ces connaissances à contribution.

C'est bien connu, les rêves ouvrent une voie vers l'inconscient, et le rêve qui suit est révélateur de ce qui allait survenir.

Cette nuit-là, je fis le rêve qu'une personne inconnue dont je n'avais vu que la silhouette me sortait de l'eau saline et me déposait sur une plage de sable doré et chaud, l'océan bleu-azur s'étirait à perte de vue.

Reprenant mes esprits, je réalisai qu'il n'y avait aucun navire ni embarcation pointant à l'horizon, et j'en déduisis qu'une partie de moi-même avait été séquestrée.

Comme nous ne pouvions venir tous les deux de nulle part, je pris conscience que je m'étais échappée d'un vaisseau qui savait se rendre invisible aux yeux des autres, mais plus encore je réalisai que j'avais été enlevée de ma propre embarcation, elle-même disparue.

À mon réveil, je compris que j'avais été captive dans les circonvolutions de mon inconscient qui, d'une certaine manière, était congruent avec celui d'une autre navigatrice.

14. Ce qui n'est pas étonnant à ma recherche identitaire.

Je me sentais moins bien depuis quelque temps, j'avais le moral dans les talons et je me devais d'en trouver la cause qui, je croyais, était reliée à ce rêve. Je me doutais que la raison de ce malaise était bien plus profonde que le fait de ne pas recevoir de réponse d'une vedette de la musique pop, aussi célèbre ou talentueuse soit-elle.

C'est comme si mon bien-être se désagrégeait, les phobies qui avaient disparu depuis près de trois ans revenaient, je me sentais malheureuse sans vraiment pouvoir y associer sur le coup un événement précis.

Mon enthousiasme et ma motivation fondaient comme neige au soleil et je me sentais sombrer. Après avoir mis tant d'efforts à conquérir mon bien-être et ma sérénité, je ne me résignais vraiment pas à les voir s'évaporer. Mon système d'auto protection s'était mis en marche, j'allais prendre les choses en main.

Je me suis donc souvenue de cette phrase du psychanalyste Carl Jung qui me permit de mettre des mots sensés sur ce que j'éprouvais depuis quelque temps, alors que malgré mes tentatives je ne recevais aucune réponse de CATQ concernant mes livres, même s'ils étaient vraiment très près d'elle, à portée de main.

Si je dois à CATQ la poussée initiale, je dois à mon conjoint d'avoir compris et accepté ces changements, de m'avoir entièrement appuyée dans mon projet d'écriture et la publication de mon récit. Ma reconnaissance va à mon conjoint d'abord et avant tout.

Comme l'explique Carl Jung dans *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*¹⁵, c'est la non-reconnaissance de la nouvelle

15. Jung, C. G. (1987) *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*. Georg éditeur SA, Genève.

identité, par la personne qui a déclenché le processus, qui est le talon d'Achille des métamorphosés.

« Quand une métamorphose se produit, la forme antérieure ne perd pas pour autant sa forme attractive : qui se sépare de sa « mère » aspire à revenir près d'elle. Cette aspiration peut se transformer en passion dévorante qui met en danger tout le gain. Dans ce cas, la « mère » apparaît d'une part comme le but suprême et d'autre part, comme menace très dangereuse, la « mère terrible. » » Carl Jung

Dit autrement, malgré les changements spectaculaires d'une métamorphose alors que l'on devient autre, la mère, premier objet d'amour, est toujours présente et l'on cherche en vain ce qui symboliquement la représente, d'autant plus dans mon cas en particulier puisque le personnage CATQ avait par ses paroles déclenché ma renaissance.

Je ne trouvais pas le lien qu'il y avait avec maman jusqu'à ce que je comprenne que jamais je ne recevrais un mot de CATQ validant mon identité retrouvée, pas plus que je retrouverais ma mère ou que je recevrais des excuses de la musicothérapeute qui m'avait mise en pièce, ou encore des agresseurs voleurs d'enfance, non plus de ma famille d'origine. Je me sentais immensément seule dans le vide du silence perpétuel. J'étais en pays connu, celui de l'abandon, au cœur de mes plus profondes déceptions, la fracture identitaire était là, évidente. Bien que ce soit pourtant là que réside mon vide existentiel, je ne voyais pas d'où venait le trou dans mon ventre, celui qui m'avale, qui me hante et que je n'ai de cesse de vouloir combler.

Ce qui avait été une « libération », dont je ne voulais pas perdre les bienfaits, devenait un problème que je devais affronter seule parce que je suis la seule à pouvoir entrer en moi-

même. Je comprends vraiment très bien qu'on ne puisse pas obliger une personne à nous répondre si elle ne le veut pas, elle a ses raisons, ses peurs et ses fragilités, mais on ne peut pas non plus m'empêcher d'exprimer ma pensée, de raconter les faits et de dire mon vécu.

Comme j'ai la capacité de me remettre en question, ce qui en quelque sorte rétablit l'équilibre avec ma grande persévérance, et comme je reconnais qu'en situation de dépendance c'est la personne qui est en cause et non la substance, j'ai compris que le problème venait somme toute de moi et qu'il me revenait de le régler. Je cherchai donc dans mes connaissances ce qui pouvait m'aider à résoudre le problème.

Si je m'en étais tenue à l'écoute de *Chaleur Humaine*, je n'aurais probablement pas eu à me désintoxiquer, mais, pensez-vous, curieuse comme je suis, que j'allais en rester là? Nenni! J'ai fait comme toute bonne groupie, je suis allée voir son spectacle, et j'ai suivi CATQ sur les réseaux sociaux, parce que je trouvais sa démarche artistique très intéressante, son utilisation du paradoxe et de la métaphore intelligente et ses *gazouillis* souvent hors du commun et divertissants.

Puisque les symptômes s'apparentaient à une assuétude, j'entrepris de traiter le tout comme s'il s'agissait de la dépendance à une substance: il fallait donc que je retire CATQ de ma vie. Je savais qu'il y aurait des symptômes de retrait et que j'y perdrais, mais j'espérais temporairement des acquis. Mais bon, on n'a rien sans rien, à chacun sa solution, pourvu qu'elle fonctionne pour soi et que cela ne nuise à personne, c'est bon. J'ai donc rédigé mon plan de match et l'ai mis en œuvre.

Pour la grande majorité des gens qui suivent leurs vedettes ou leurs idoles sur les réseaux sociaux, cela ne devient pas un problème, tout comme pour ceux qui prennent de l'alcool ou d'autres substances de façon récréative.

Certaines personnes sont toutefois plus susceptibles que d'autres de devenir dépendantes, pour de multiples raisons, biologiques, psychologiques et sociales, en fonction de la vulnérabilité sous-jacente. En ce qui me concerne, il s'agissait d'un besoin de reconnaissance identitaire, ce qui n'est ni anodin ni superficiel.

Comme pour toute assuétude à des substances dites récréatives, le problème survient lorsque la consommation quitte la zone du divertissement et que le sujet développe des attentes qui vraisemblablement ne seront pas satisfaites. On se nourrit alors de faux espoirs, car ce qui est insidieux avec les réseaux sociaux, c'est qu'on a l'impression que la raison de notre curiosité, de notre affection, voire même de notre passion, envers des artistes ou autres vedettes, est qu'on a l'illusion qu'elles sont à proximité de nous, alors qu'ils ou elles peuvent être à des milliers de kilomètres et que l'on n'a aucune certitude quant à leur véritable identité et qu'elles n'ont aucun intérêt pour notre personne.

Certaines vedettes partagent avec leur public leur intimité, leur vécu, leurs difficultés, leur mal de vivre, leurs problèmes existentiels comme si elles s'adressaient à leur famille, à leurs amis. La technologie crée l'illusion d'une relation affective ainsi qu'une distorsion espace-temps où il est facile de se laisser prendre.

J'ai mis en œuvre les moyens nécessaires afin de régler mon problème, qui pour l'essentiel a été de me déconnecter de tout ce qui me nuisait sur les réseaux sociaux. J'avais toutefois une forte intuition que mes difficultés provenaient d'une autre source, qu'il existait une cause beaucoup plus profonde.



La nébuleuse des mères

Dans le vestibule de mes souvenirs
À l'orée de mes naissances
Il y eut ces mères
Qui, chemin faisant
M'abandonnèrent,
Douloureusement,
À mon sort.

Dans l'enceinte de mes souvenirs acoustiques,
Dans le chambranle de mes pleurs achromatiques,
Dans la nébuleuse de mes mères fantomatiques,
Leur présence aura finalement été un rêve utopique.

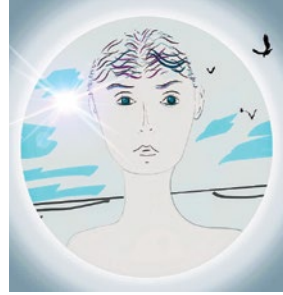
France Reid

Retournant en moi-même « Dix étages plus bas »¹⁶, je réalisai que les blessures de ma petite enfance et de l'âge adulte, bien qu'apaisées, ont laissé des marques profondes et permanentes avec lesquelles je dois apprendre à vivre et que l'objet qui avait déclenché ma métamorphose devenait un obstacle à mon épanouissement, à mon évolution, à mon bien-être. Il fallait que je m'en départisse. J'ai fait les deuils que j'avais à faire et développé après un moment un sain détachement. J'y aurai appris qu'il est préférable de ne pas avoir d'attente envers qui que ce soit ou quoi que ce soit, que c'est un pas vers l'acquisition de la liberté, d'une vie plus sereine.

16. Moffatt, A., (2015) *22h22*. Simone Records

L'AUTRE

Il y a tant de choses à apprendre sur soi et à connaître des personnes que nous aimons, tant de choses à découvrir de la vie, tant de mots à écrire et si peu de temps pour le faire, qu'il faut reconnaître le moment où l'on doit larguer les amarres, et ce moment c'est lorsque quelque chose devient plus nuisible que bénéfique, pour soi ou pour l'autre.



*“My desire
Carries no shame
My will
Will carry no pain”
k. d. lang*

Les effets bénéfiques

C'est la puissance des mots, l'adéquation des paroles avec mon vécu qui ont changé le cours de ma vie, qui m'a motivée à écrire ce que je n'aurais probablement jamais osé écrire et publier afin que d'autres puissent à leur tour y puiser ce qui pourrait leur être utile, et peut être leur venir en aide. C'est ce que je souhaite avec grand espoir, mais sans prétention aucune, humilité oblige.

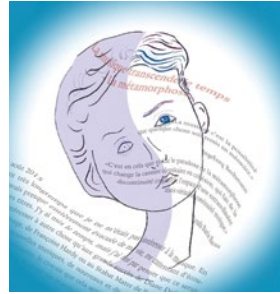
Cette métamorphose m'a permis de retrouver celle qui en moi aurait dû être, elle a amplifié mon ressenti, élargi la gamme de mes sentiments, a accentué mes émotions, a permis que je comprenne les choses plus en profondeur, m'a permis de développer mon estime de soi et, surtout, de m'accepter telle que je suis.

Cela étant dit, je ne voudrais pas vous laisser l'impression que tout est plus facile à présent; ce n'est pas le cas, mais cette transformation a créé en moi un espace intérieur, un lieu où

je peux retrouver une stabilité, entrer en contact avec l'essence de celle que je suis malgré les difficultés de la vie, un endroit où il y a les précieux et bons souvenirs avec ma famille, où il y a la musique, la poésie, les gens, des images et des métaphores vivantes, un endroit où je peux exprimer ma créativité, un refuge où je me sens en sécurité et bien. Je sais où se situe mon centre de gravité et de quelle matière il est fait. J'ai également gagné en maturité, ce qui en fin de compte est tout de même considérable.

En fait, ce n'est pas tant ma vie qui a changé que mon intériorité qui est plus nuancée, déterminée, plus vulnérable pour certaines choses tout en étant beaucoup plus solide pour d'autres.

J'ai retrouvé la musique qui sommeillait en moi, celle des images qu'elle crée en nous et j'ai retrouvé les mots qui étaient nécessaires pour dire mon histoire afin de la partager. Merci la vie!



Le silence

Il y eut le silence initial, celui de ma famille d'origine qui, sans malice, m'a placée devant l'obligation d'arracher bribe par bribe, fragment par fragment, les pièces manquantes menant à la vérité de mon enfance et à la poursuite de ma vie. Le silence des agresseurs, auquel s'ajoute le silence de ceux qui ne m'adressent jamais la parole, le silence des réseaux sociaux, le silence des faux espoirs, le silence de l'âme, le silence du cœur, le silence vengeur et de la peur, le silence que l'on s'impose et celui que l'on crée, le silence que l'on désire et celui qu'on n'attendait pas, le long silence d'une sœur, d'une famille, le silence qui nous attriste, le silence plein et le silence vide, le silence des gens seuls, des réfugiés et des abandonnés, la cruauté du silence infini, le lourd silence des secrets, des regrets et de l'indifférence.

Vaincre le silence c'est, sans relâche, oser faire entendre sa voix.



Épilogue

Les précieux acquis identitaires exposés précédemment ont été mis à rude épreuve lors de l'humiliation et du sentiment d'exclusion que j'ai ressenti lorsque j'ai reçu violemment en plein visage un bouquet de fleurs lancé par la vedette dont j'admirais la prestation lors de son spectacle. Un geste qui est chargé de symboles. Malheureusement, je ne connaîtrai sans doute jamais la raison de son insulte. Quoi qu'il en soit, cet assaut irréfléchi et bête de sa part aurait pu être lourd de conséquences si une personne autre que moi, ne possédant pas mes ressources, en avait été la cible.

Le respect est le marqueur qui indique la limite entre ce que l'on accepte ou non des personnes qui nous font vibrer par leur don particulier ou pour d'autres raisons. Qu'on se le dise, le talent n'excuse pas tous les comportements, ni dans la vie en général ni le milieu du spectacle.

J'ose espérer qu'il s'agissait d'un geste isolé de la part de cette artiste, d'un unique et bref moment d'égarement.

France Reid

Remerciements

À ceux et celles qui m'entendront,
un tendre, profond et sincère merci!

France

Ce livre est beaucoup plus qu'une traduction par l'auteure, c'est une suite car il dévoile une réalité qui était méconnue chez elle depuis la parution de ses deux précédentes publications. Un grand bouleversement est survenu. Dans *L'autre, vaincre le silence*, l'auteure jette un regard lucide et pragmatique sur les événements exceptionnels, provoqués par une artiste, qui ont ouvert la voie à sa métamorphose identitaire, sa bisexualité et son identité de genre. Philosophe, elle convient que « nous sommes des êtres changeants au cœur d'un monde en mouvement et qu'il est facile d'y perdre pied », d'où l'importance pour elle de laisser une trace écrite sur ce qui s'est produit. Au fil des pages, elle nous partage sans scrupules les obstacles rencontrés durant sa transformation et les difficultés parfois à y faire face. Elle aurait pu perdre beaucoup d'acquis lors d'un fâcheux incident et n'eût été l'amour des siens, sa peine aurait été grande. La métamorphose identitaire est un sujet délicat et encore peu documenté et l'auteure l'aborde en puisant dans sa propre réflexion, puisque vécue de l'intérieur. Au-delà de témoigner de sa vie, l'auteure, dans un geste subversif, rompt le silence et dénonce celui engendré par les secrets de famille, l'omerta que la société entretient au sujet des abus sexuels, commis dans toutes les sphères d'activités, et de l'obscurantisme outrageux perpétué par les dogmes. Enfin, elle nous met en garde contre ceux que nous serions tentés de créer. Lire ce livre nous éclaire et nous ouvre les yeux sur ce que nous pouvons apporter par notre rayonnement afin de contribuer à créer un avenir meilleur pour tous. Vaincre le silence c'est, sans relâche, oser faire entendre sa voix.



France Reid détient une maîtrise en sciences de l'éducation et une scolarité doctorale. Elle enseigne dans une école d'ingénierie. Mariée, elle a le bonheur d'avoir deux fils et des petits-enfants.

