

1.

Mon nouvel habit est une jaquette verte

Des murs verts, une fenêtre qui laisse entrer une lumière blanche, froide. Je préfère la lumière jaune, ça veut dire qu'il fait beau dehors.

Où suis-je ?

Je vois que suis couchée sur un lit en métal dont le matelas n'est pas très confortable. Un simple drap blanc et une couverture bleue me recouvrent. J'ai froid. Je lève le drap et je constate que je porte une jaquette verte. C'est le modèle fendu à l'arrière, je sens que mon dos est nu.

Le cordon a dû se détacher. Je n'ai jamais compris pourquoi ce vêtement était fait ainsi.

J'ai mal à la tête. Je n'arrive pas à bien penser et à continuer mon monologue intérieur... C'est bizarre et frustrant.

Je me souviens vaguement d'avoir fait un tour en ambulance, d'avoir détaché la dernière agrafe de mon soutien-gorge, d'avoir retiré ma petite culotte pour ensuite enfiler cette parodie de vêtement. Je me sens vulnérable, gênée et même humiliée. Je me souviens de mon soulagement à l'idée que ma petite culotte, au moins, est propre et jolie. C'est ma mère qui m'a enseigné à être attentive à ce détail.

Je me sens tellement perdue. Plein de questions se bousculent dans ma tête. Que m'est-il arrivé pour que je me retrouve là, affublée de ce vêtement humiliant, couchée dans ce lit en métal ? Je me souviens de mon corps qui a des convulsions, de l'ambulancier qui dit que mon cœur peut lâcher.

Mes enfants... je ne veux pas que mes enfants me voient comme ça. J'espère qu'ils sont en sécurité. Ah oui, ils sont avec ma sœur et je n'ai pas à m'en soucier pour l'instant.

J'éprouve un soulagement immédiat, mais ça ne dure pas, car même si je sens que j'existe, même si j'ai la possibilité de ne penser qu'à moi, je ne sais même plus qui je suis exactement.

Je tire sur les cordons de la jaquette afin de couvrir mon dos et mon regard revient sur la lumière et sur les murs qui sont d'une vague couleur verte. Il y a trop de gris dans ce vert. Ça aurait pu être *vivant* s'il y avait eu moins de gris. Il paraît que j'ai un don rare pour les couleurs, j'en connais instinctivement la composition et ce vert est glauque. En fait, c'est comme ma vie actuellement. Tout est glauque, sans couleur apparente à part celle de la colère immense qui m'habite et qui souvent me fait voir rouge. La colère, je ne la vois pas en ce moment, mais je la sens comme un grondement en sourdine. Elle est rose pâle. La pensée du rouge transformé en rose pâle me fait ricaner, car je trouve que ça va très bien avec le vert glauque. Je sursaute au son de ce ricanement.

Une pensée me vient, assez intéressante pour que je tente de la décortiquer. Et si le vert glauque des murs était intentionnel, pour que le vert de la jaquette s'y fonde et qu'on se sente moins vulnérable lorsqu'on est debout ? La jaquette s'estompe et c'est la personne qui redevient digne d'attention...

Ouf ! là, ça devient confus.

Ça doit être les médicaments qu'ils m'ont donnés. Je me souviens maintenant, trois pilules différentes. J'ai sommeil. Mes yeux se ferment.

Je ne sais pas combien de temps passe. Je me réveille en sursaut, mon cœur veut sortir de ma poitrine. J'ai la sensation que je dois faire quelque chose d'urgent. Je ressens ça tout le temps, parfois plusieurs fois par nuit. Mes enfants ont peur de me réveiller, je sursaute trop! Toujours cette sensation d'urgence.

Je vois les murs et je me souviens qu'ici le temps n'a pas d'importance et qu'il n'y a rien d'urgent. Je sens une présence, peut-être que c'est ce qui m'a réveillée. Il y a une jeune femme à la porte qui me regarde. Elle aussi est vêtue d'une jaquette, elle me regarde en souriant et me salue timidement. Je vois de la bonté dans ses yeux, même de la tendresse. Qui est-elle? Mais ce n'est pas important. J'apprécie le fait qu'elle ne semble rien attendre de moi.

Rassurée, je soupire et les palpitations cessent. Je referme les paupières, car elles sont lourdes.

Ce que je vous raconte a l'air bien organisé, mais, ce soir-là, ma pensée est incohérente, elle s'impose dans mon esprit par bribes mêlées à beaucoup d'impressions, d'émotions, de sensations. Et ça, c'est nouveau pour moi. Pas d'avoir des *feelings*, mais de les laisser prendre la place de la pensée logique.

Pas de faits, pas d'analyse. Je n'en étais pas capable.

Mais je peux vous raconter des impressions, des images, en gros plan et rapprochées.

Je me souviens.

Une infirmière me demande de prendre des pilules. Je ne dis pas non, je suis bien, après, j'aime la sensation que me

procure le fait de ne pas être totalement là, de ne rien sentir, de ne pas penser, de ne pas avoir à m'occuper de quelqu'un ou de quelque chose. Toute ma vie semble être constituée de : « Marie, faut que tu sois responsable, que tu sois forte, que tu sois capable. » Les pilules, ça m'autorise à ne rien faire.

Une jeune femme vient me donner une petite plante en me disant que je suis une bonne personne et que cette plante sera heureuse avec moi, dans ma chambre. Je suis soulagée qu'elle me dise que je suis une bonne personne.

Mais la plante, c'est une trop grosse responsabilité ! J'ai peur qu'elle meure. Je n'ai vraiment pas le pouce vert et, en plus, je m'endors tout le temps. Pas la force de le lui dire, je ferme les yeux à nouveau.

Mon ex-conjoint, Christophe, vient me visiter et me tenir la main. Je vois la honte et la peur dans ses yeux. Il ne veut pas être là. Il ne veut pas que je sois là. La culpabilité aussi est présente et je ne comprends pas pourquoi. Ce n'est pas de sa faute si je suis à l'hôpital. J'essaie de le rassurer, de me rassurer, en fait, mais je ne trouve pas les mots. Je pleure et je lui serre la main, et je veux juste qu'il parte pour que je n'aie pas à m'occuper de lui, de sa peine, de sa peur.

Je suis tellement fatiguée de m'occuper de quelqu'un. Il y a toujours quelqu'un qui veut quelque chose de moi.

Je le sais, je le sens.

La jeune femme à la plante revient et se pointe à ma porte, tout heureuse, avec un biscuit dans la main. Elle voit Christophe, son visage se tord et, tout à coup, elle se met à crier. Elle dit qu'il est mauvais, qu'il est une mauvaise personne. Elle entre et sort de la chambre en lui criant de partir. J'essaie faiblement de la calmer, mais elle continue. Le biscuit est en miettes. Elle se tire les cheveux, le regard fou de peur.

Je lui dis de revenir plus tard, elle réplique que, s'il est encore là, elle ne reviendra jamais et quitte en courant ma chambre en me criant : « Quand vas-tu comprendre qu'il est mauvais pour toi ? »

Christophe est en colère et je devine qu'il veut s'en aller. Et moi aussi, je veux qu'il parte. Il s'empresse de le faire, à ma demande.

Je sais que la jeune femme a raison. Elle ne sait pas que Christophe et moi ne sommes plus ensemble, que j'ai déjà mis fin à notre vie commune, mais j'avoue que la visite de mon ex m'a quand même fait plaisir. Il y a quelqu'un, là, dans la lumière jaune, qui pense à moi.

Mes enfants doivent se demander où je suis, mais je ne veux pas qu'ils me voient comme ça, et je sais que ça n'arrivera pas. J'ai la sensation qu'ils sont à l'abri. Je me rendors, réconfortée. Je dois me reposer pour pouvoir leur sourire quand je vais les retrouver.

Je ne sais pas si c'est le début du matin ou de la soirée ; la lumière qui vient de la fenêtre est celle que je préfère, entre le soleil et la lune, entre chien et loup, comme on dit. Attirée par le son d'un piano, je me lève et sors de ma chambre. Je vois un jeune homme qui pianote, la tête légèrement penchée. Le reflet ambré de la lumière du soleil danse dans ses magnifiques cheveux bruns, longs et soyeux. Il lève la tête et, lorsqu'il me voit, me sourit. Je lui souris à mon tour et attends. J'attends je ne sais quoi. Peut-être qu'il me laisse sa place, car j'ai bien envie de pianoter, moi aussi.

Je me rappelle que, lorsque j'étais jeune, ma mère voulait que je sois une pianiste de concert. Il paraît que j'avais du talent, même que, d'après mon professeur de piano, le Conservatoire était une option. Moi, je voulais jouer sans avoir à apprendre

les notes. Je voulais juste jouer. Après mes leçons, j'inventais des mélodies au gré de mes émotions, et c'était beau. Je jouais ma peine et ma joie, une tout autre gamme que celle qui m'inspire aujourd'hui. Je veux juste jouer pour exprimer ce que je ressens à l'intérieur. De la peur, de la colère et du glauque.

Mon nouvel ami doit deviner mon besoin, car il me fait une petite place à côté de lui. Même si je ne le connais pas, je sens que quelque chose nous relie. Peut-être est-ce nos jaquettes ? Il en porte une aussi. Hi hi ! ça me fait rire dans ma tête et je lui souris. Il me dit : « À toi, joue quelque chose. » Je laisse donc glisser mes doigts tout doucement sur les touches du piano. Elles sont froides, nettes, dures. Elles sont distinctes. J'ai toujours trouvé fascinant qu'étant si semblables elles émettent chacune un son si différent. Pourquoi quelqu'un a-t-il pensé qu'il pouvait y avoir des touches noires et des touches blanches et que les touches noires seraient plus hautes que les touches blanches et qu'on serait capable de savoir sur quelle touche appuyer pour obtenir tel ou tel son ? En tout cas, moi, j'y arrive, même avec ma vision glauque et mes émotions en sourdine.

Tranquillement, d'autres personnes viennent se joindre à nous et se balancent au rythme de la musique. La jeune femme est là, elle me regarde avec ce qui semble être de l'amour dans les yeux. Elle ne semble plus en colère contre moi.

Pourquoi ?

Je ne la connais même pas. Je pleure, les larmes coulent le long de mes joues. C'est si bon, tout cet amour venant d'étrangers, même s'ils sont vêtus d'une jaquette verte.

En y repensant, je suis persuadée que cette sensation d'amour est en lien avec les jaquettes que nous portions. Je m'explique. Je crois qu'à cause de la vulnérabilité que ce vêtement engendre,

nous réduisant tous à la même apparence uniforme, le dos exposé aux regards, notre aspect extérieur perd de son importance. Il n'y a plus de clivage, d'individualité; ainsi, la porte s'ouvre à notre capacité d'aimer tout le monde sans jugement. Comme si l'exposition de nos culs venait accroître notre capacité d'aimer. Vraiment trop drôle : à la fin, le cul et l'amour, ça va toujours ensemble !

Pour une fois, je suis calme dans mes larmes et je suis totalement dans le moment présent. Il n'y a pas de peur, pas de colère, seulement des gens qui se balancent avec moi au son de la musique. Je me sens acceptée; ce n'est pas compliqué et c'est bon.

Je n'ai pas besoin d'être bonne, d'être parfaite.

Tout à coup, je sens une crispation dans ma poitrine. Ah oui... la maudite boule brune que j'ai au fond de moi ! Oui, elle est brune, je l'ai déjà vue avec un thérapeute. Il paraît que je me cache dedans. Les pilules la font disparaître, c'est aussi pour cette raison que je les aime. Ça doit être bientôt l'heure de ma dose, car la boule se réveille, elle est vivante, elle veut mon attention. Elle s'assure que je ne l'oublie jamais, car c'est grâce à moi qu'elle peut exister.

C'est à cause de cette douleur dans ma poitrine que je comprends tout à coup où je suis. Je revois les convulsions de mon pauvre corps fatigué, je saisis pourquoi je suis ici, et la honte me submerge. Je n'arrive plus à ressentir l'unicité. Mon jugement est trop fort, je ne vois plus que des gens qui sont vêtus d'une jaquette et qui se balancent étrangement au son de la musique.

Dans ce moment de lucidité, je constate que leur jaquette ne se fond pas dans le vert du mur pour faire ressortir leurs visages. Elle fait ressortir leur expression bizarre, leur vulnérabilité.

La boule grossit, devient immense et prend toute la place dans ma poitrine.

La boule prend MA place.

J'ai le temps de me demander : « Qu'est-ce qu'une femme comme moi fait en jaquette, à jouer du piano avec une gang de... une gang de... »

Le mot est un chuchotement dans ma tête. Puis, il devient de plus en plus distinct : « Une gang de fous. »

Je cesse de jouer, me lève brusquement et, n'osant regarder personne dans les yeux, j'esquisse un sourire, qui, je l'espère, n'est pas trop crispé. Je veux être polie et, surtout, leur cacher le mot « fou » que mon esprit leur a donné comme identité ! Je cours me réfugier dans ma chambre.

Je ne peux pas être comme eux, je ne veux pas être comme eux !

J'arrive tout essoufflée, mon cœur palpite et la boule est immense. Je regarde autour de moi et je me souviens.

Cette chambre, ma chambre, est située dans le département de psychiatrie de l'hôpital Notre-Dame de Montréal.

Je suis à l'hôpital. J'ai été saisie de convulsions. L'ambulancier qui m'a transportée quelques jours plus tôt m'a expliqué, en m'attachant sur la civière, que les convulsions qui m'agitaient étaient probablement dues à ma dépression majeure¹.

Tout me revient maintenant et la peur m'envahit ; je me roule en boule sur mon lit et je tremble. J'ai froid dans le dos parce que ma maudite jaquette est encore ouverte. S'il vous plaît, donnez-moi mes pilules pour que j'arrête d'avoir mal !

1. J'ai appris beaucoup plus tard seulement que ces convulsions étaient provoquées par une rare réaction allergique à mon antidépresseur.

La boule a pris toute *ma place*, alors je me cache à nouveau dedans. Mieux vaut cette douleur familière que de faire face à toutes les autres sensations. Ces sensations que, faute de temps, j'ai choisi d'ignorer trop longtemps.

2.

Maman, je ne veux pas que tu meures !

Quelque temps avant l'hôpital : les inquiétudes d'Arianne

Je me prépare à travailler de soir. J'entends la porte de la maison s'ouvrir. Ma fille, Arianne, revient de l'école et elle court vers la cuisine pour m'y rejoindre. Mon fils, Abel, va rentrer plus tard : il adore faire du *skate* et c'est un perfectionniste, il va s'exercer sans relâche jusqu'à ce que la faim le taraude et le détourne du désir de réaliser un *pop shove-it* parfait.

Ne grimacez pas trop devant les termes anglais de l'univers du *skate*, que j'ai pris soin de bien apprendre pour être en mesure de suivre les progrès de mon *skater* favori. Hier, il a réussi à faire un *ollie*. C'est ce qu'il m'a dit, je le crois, mais, sous la pression de mon regard, il n'arrive pas à le reproduire et ça le met en colère. Je suis si fière de lui ; j'aimerais bien qu'il arrive un jour à n'en pas douter. Je vous vois sourire, car vous savez de quoi je parle si vous avez des enfants.

Je suis tellement contente d'être à la maison pour accueillir mes petits. Je profite de cette occasion pour les gâter en préparant leurs sandwiches pour le lendemain midi, car, d'ordinaire, Abel et Arianne font leurs propres lunches. Ils