

Etre et devenir

Première entrée au CTR En boulo. Début d'un choc entre deux culture, séparant vie antérieure et présent. Le départ d'une recherche de stabilité dans cette maison rempli d'inconnu situé autour d Bourg Saint Bernard. J'arrive avec mon sac sans réellement comprendre le fonctionnement de cette institution. De cette microsociété composée d'une vingtaine de personnes environs.

Perte de repères passés entre squat, rue, rupture familiale et professionnelle. Ici je découvre qu'il y a un rythme. Il est ralenti, me laissant entendre que je dois apprendre à me poser. On doit dormir la nuit, dans une chambre seul à des horaires prédéfinis. Je redécouvre ce qu'est de se lever le matin. D'avoir des responsabilités comme m'occuper de ménage, faire la cuisine, manger à table avec autrui. Ces dimensions qui au départ sont si loin de moi au fait d'être dépassé par les une vie antérieure régulée par les produits et la survie qui en découle.

S'associe à ça aussi différentes activités physiques, culturelles, groupes de paroles et entretiens psychologiques. En rupture avec cela aussi je me demande ce que ces personnes m'accueillant attendent de moi. Dépassé par mon encombrement psychique et ma détresse, je m'accroche à ma détermination de m'en sortir malgré mon incompréhension de ce monde ainsi que la multitude de questions qui en découlent. Les insomnies, les maux de têtes, les sautes d'humeur j m'isole, me gratte à sang mais les éducateurs ainsi que les anciens résidents me laisse entendre que ce n'est qu'une étape parmi mon séjour.

Je tente de la saisir et m'aperçoit au fil du temps qu'ils avaient raison. Je remets petit à petit de l'ordre dans ma tête avec le suivi psychologique. Mon esprit s'éclairci au fait de ne plus être envahi par les produits. Je complète cet ordre dans mon quotidien me permettant ainsi de me réorienter dans l'espace et le temps.

De là je suis à nouveau sur terre. Un sens de la vie de tous les jours s'installe.

Je comprends suite à cela que je commence à être, laissant la place à l'ouverture à autrui ainsi qu'à ça place. De là, la rencontre se fait. Je dois apprendre un autre langage. Autre que celui régis par la pulsion de la violence physique et verbale. Ici on pose les mots. C'est pourquoi il est d'autant plus difficile de trouver les mots pour se faire comprendre. Comme paradoxalement comprendre le langage d'autrui, car chacun à le sien.

La rencontre est une confrontation liant accord et désaccord. Un processus se faisant dans le temps. Ainsi je découvre la tolérance envers moi-même, mais aussi envers autrui. Pour exemple, j'étais contre le fait de me soumettre à un traitement médicamenteux parc que selon moi c'était une façon de changer une addiction par une autre. Pour autant l'institution pensait que je devais m'y soumettre.

A ce moment j'ai compris que parfois pour arriver à un accord dans la discussion, la persévérance était de rigueur parce que selon l'état du moment, nous ne sommes pas en mesure de comprendre le message émis par autrui. J'ai appris la patience, mais aussi le fait qu'une relation se construit dans le temps. Que c'est une question de mesure entre distance et proximité. Celles-ci sont perpétuellement en confrontation, comme la relation qui se compose sur ces notes.

Elle permet aussi à mon sens de vérifier ou de revérifier les sentiments que l'on se porte les uns aux autres. Nous suggérant de nous remettre en questions, de trouver comment se comprendre et ainsi à avancer. En cela, je perçois que nous pouvons aussi être incompris. Il y a des moments où nous ne pouvons être sur le même chemin au même moment. Il est donc nécessaire d'accepter d'être sel laissant place au vide. Dans celui-ci beaucoup de choses opèrent amenant à une construction personnelle et impersonnelle.

Cette construction conduit à un tronc commun de compréhension de part et d'autre.

Je découvre ma place dans ce lien inconscient qui nous unit les uns aux autres. La question est de savoir comment faire ?

Pour y répondre, je comprends que les activités sont mises en place pour cela. Elles permettent de partager de découvrir et de pouvoir partager des centres d'intérêts. De vivre dans une autre temporalité que celle des produits permettant ainsi de créer une dimension de groupe. À partir de là chacun découvre consciemment ou non la dimension que celui-ci propose. Maintenant cette position est perpétuellement en mouvement. Un jour je suis celui qui souffre, demain celui qui rassure, celui qui est le bourreau, la victime, le compris, l'incompris, l'inclus, l'exclus...

Je les expérimentes, me concilie ou me réconcilie avec les émotions associées à cela. Mon quotidien se constitue comme la position que je prends dans celui-ci. J'apprends à l'accepter en me positionnant, me permettant ainsi d'affirmer. De là, je commence enfin à pouvoir dormir sans voir les murs se rapprocher pour m'étouffer. Je suis assez stable pour tenir en équilibre dans mon lit. Assez stable pour marcher en équilibre sous le regard.

Je deviens celui que je suis parce que mon regard sur moi-même ainsi que sur le monde a changé.

La vie psychique et physique sont perpétuellement en mouvements, mais sont liées l'une et l'autre. Notre position dans le monde se compose avec le regard que l'on lui porte en écoutant ce qu'il nous renvoi. L'écoute est donc interne et externe à nous. C'est pourquoi l'être et le devenir sont convergents quand on trouve une mesure entre ce qui nous appartient et ce qui ne nous appartient pas. Ayant compris cela, je peux lâcher prise sur ce que j'étais laissant le passé au passé. Il est externe à moi du fait que je n'étais pas responsable de ce qui m'est arrivé.

J'apprends à pardonner et à me pardonner parce qu'ici je suis accepté pour ce que je suis et non ce que je dois être. Je suis maintenant en mesure de laisser la noirceur partir. De la noirceur peut naître une compréhension, qui devient par la suite un outil, une énergie nous conduisant vers la lumière. Comme le fait de pouvoir s'asseoir dans l'herbe, profiter des cordes des rayons du soleil, se frottant sur notre peau. Partage un repas avec autrui sans se sentir envahis par la fréquence interne portée par la violence des pensées antérieure. Se poser et lire un livre.

L'année se termine, je trouve enfin de la simplicité à être et à l'accepter parce que cette famille m'a démontré que l'on pouvait aimer et être aimé et cela malgré les fugues et les dérapages. Que l'on peut croire aux changements et par la suite changer. Que la rencontre est un des outils nécessaires à cela.

C'est pourquoi, il est d'autant plus difficile de la quitter. Ici mon cœur peut battre qu'importe la position tenue, l'humeur ou l'erreur commise.

Merci à vous, de m'avoir aidé et guidé afin de me construire, autant physiquement que psychiquement. De m'avoir donné les outils nécessaires pour exister dans cette société.

J'espère avoir répondu à votre demande malgré mon manque de mots et de syntaxe.

Je vous aime famille d'En Boulou...