

## **De l'excellence à la quête de sens**

*Témoignage de désapprentissage d'une "bonne élève"*

Nora Manon Müller

*Octobre 2018*

*Ajustements sept 2019*

Coordonnées :  
Nora Manon Müller  
3, rue du Château  
21230 Jouey  
noramanonmuller@agapae.fr  
06 30 88 88 38



## **Introduction**

### **Alors tu voudrais faire quoi plus tard ?**

Dès petite, on vous demande, alors tu voudras faire quoi plus tard ? Alors on regarde autour de soi, on regarde les grands. On rencontre une certaine grande personne et c'est comme si une petite flamme s'allumait au creux de la poitrine, et comme si un vent clair émanait d'elle et nous balayait le visage. La réponse est un oui total, clair, joyeux « oh oui, je veux être comme elle, quand je serai grande ! ». Et les yeux brillent, l'inspiration et l'admiration bouillonnent.

Qu'est-ce que tu veux faire plus tard ? Il n'y avait que cette question : c'est-à-dire, quel métier veux-tu avoir, dans quelle case entreras-tu ? C'est donc ça qui est important : ce que je fais.

Cette personne tellement belle, près de laquelle je tressaute, et dont j'aimerais avoir toute l'attention, qu'est-ce qu'elle fait ?

Car c'est nécessairement ça, la clé. Il n'y a que ça qui existe et qui compte : ce qu'elle fait, son métier. Et donc pour devenir comme elle, ce n'est pas si compliqué, je n'ai qu'à faire le même métier.

Incroyable, mais vrai:

J'ai dû attendre mes 25 ans pour vraiment comprendre et intégrer que c'est du bobard. Il y avait certes des personnes que je trouvais impressionnantes de par leur performance intellectuelle, leur aisance physique ou oratoire, leur agilité, leur maîtrise du piano, leur détermination, ou leur culture générale. Mais ces rares personnes qui m'inspiraient profondément, qui faisaient que je voulais être comme elle, pleinement, qu'avaient-elles en commun ?

Je l'ai enfin compris : elles avaient en commun une force et un amour simple de ce qu'elles font. Une authenticité, une clarté par rapport à elles-mêmes qui rendait inutile la supériorité, le pouvoir, la comparaison. Avec elles, on se sentait en sécurité, car elles n'avaient pas besoin de nous jauger et de nous juger.

Leur secret ? Une connaissance de soi...

### **Une question d'éducation ?**

Et voilà qu'aujourd'hui je rencontre certains jeunes gens de 20 ans, et je me dis qu'ils ont tout. Ils sont là, simples, bien avec eux-mêmes, attentifs, ouverts aux autres, curieux par rapport au monde et confiants quant à leur capacité d'agir. Ils ont en commun d'être passé par des écoles « différentes ». Pour certains, une école Steiner, d'autres encore, l'école de la vie et de la nature. Et eux, cette étincelle que j'ai cherchée pendant si longtemps, et que j'ai mis si longtemps à trouver, eux, ils l'ont déjà. Ils ne connaissent pas leur chemin, mais ils ont les outils pour le naviguer.

Je le remarque et j'ai une pointe de colère et d'amertume. Pourquoi ai-je été un hamster stressé pendant si longtemps, au point de me sentir épuisée à 21 ans ? Serait-ce à cause d'un certain "système" alors que d'autres manières, d'autres

outils auraient pu me l'éviter ?

Impossible de répondre... Je suis comme tout humain, un système bien complexe, et ce serait trop simple si "l'école de la République" était la grande coupable.

## **L'intention**

Ce témoignage est une description brute, détaillée, sinueuse, très subjective, du grand dilemme que peut être l' "orientation" pour les "bons élèves". C'est ma tentative de comprendre et d'accepter mon parcours scolaire, académique, puis ma rupture, tout aussi forcée que libératrice, avec la trajectoire qui "aurait dû" être la mienne.

Je ne sais pas si ce témoignage aura une quelconque "utilité" pour d'autres. Sa publication serait comme une bouteille jetée à la mer avec curiosité. Est-ce qu'un écho me reviendra ? Des expériences semblables, des personnes tendant la main pour réfléchir ensemble à comment faire différemment ?

Pour ma part, je les ais, au final, "les diplômes", donc je suis "bon apôtre". Mais j'ai envie d'avertir et de crier très fort : " ils ne font pas le bonheur" ! Et ce dernier me paraît bien plus important. Pour ma part, si je le croise souvent aujourd'hui, c'est que j'ai fait un grand pas de côté.

**Première partie :**  
**Mirage de l'excellence**

**I. Un parcours de bonne élève**

**Qu'est-ce qui m'a prise de vouloir être "bonne élève" ?**

Gagner la reconnaissance, le sourire de la maîtresse. Et puis aussi, et surtout, être tranquille. Incompréhension profonde pour ceux qui ne faisaient pas leurs devoirs, n'écoutaient pas. En CE1, le maître gueule il a une grosse voix et se fâche fort. Un jour, il traîne le cancre par le col à travers la classe. Terreur. J'ai envie de leur crier, à ses "mauvais élèves" : mais faites simplement vos devoirs et apprenez vos leçons, bon sang ! C'est beaucoup plus sûr ! Regardez à quelles situations inconfortables vous vous exposez ! Même assise à l'autre bout de la classe, je tremble pour eux quand c'est à nouveau l'heure de l'engueulade.

C'était pas gagné au début. En CP, un – 15/20 en dictée (oui, 15 points en-dessous de 0). Mais j'essaie et persévère. Pour le CM2: déménagement, nouvelle école, et me voilà première de classe à ma grande surprise. J'entends les

adultes "ils avaient un meilleur niveau dans l'autre école". Moi, ça me va. Tout à coup je suis la chouchoute du maître, et j'adore ça. Quand on y a goûté une fois, ça ne se lâche plus !

Au collège, les choses se corsent: autant de matières que du profs à séduire ! Et puis, c'est un peu un champ de mines: si on fait trois pas de côté, un retard le matin, carnet de correspondance oublié, exercices d'anglais non faits – paf ! Heure de colle. Argh – une heure de colle ! ça, clairement, c'est la honte, c'est vraiment la fin du monde. La petite fille pleure.

Parfois, c'est les vacances. Des vacances sans devoirs. Etre dehors, courir dans les bois, construire des cabanes, respirer, vivre. Et puis la rentrée s'approche, et le coeur s'affaisse, toujours plus, bientôt, il sera dans les bottes. Le noeud froid et impitoyable dans le ventre grandit. Tous ces "autres" et puis les choses à faire, les contrôles, les devoirs...

J'entends les adultes parler. "Oh, lui a de très bons résultats ! ". Ils ont l'air contents, impressionnés. Je note: avoir des bonnes notes c'est bien. Avoir de mauvaises notes, c'est mal, c'est que quelque chose ne fonctionne pas. Forcément, on a moins de valeur, puisqu'on ne génère pas cette exclamation positive.

Les adultes disent aussi, parfois. "Mais ce ne sont pas les notes qui comptent, c'est le processus d'apprentissage, et ce sont les progrès que tu fais". Oui, ben n'empêche que la note reste la note. Et c'est elle qui va faire que j'aurai ou non les félicitations sur mon bulletin. C'est aussi elle qui va déterminer dans quel lycée je vais être acceptée.

Les adultes disent aussi parfois : « mais ne vous souciez pas trop des notes ! Ce n'est pas l'essentiel ! ». Mais ça ne passe pas. Aujourd'hui je peux dire que ça ne passait pas parce que les mots étaient creux : le système entier criait le contraire.

A 14 ans, ça y est, c'est fait, c'est ancré: c'est la note qui va me déterminer dans cette société.

Je suis dans un premier « bon » collège, c'est strict, c'est beaucoup de devoirs à la maison et de contrôles, car le collège livre des élèves « qui ont le niveau ». Puis un second, international, celui-là, situé à une heure de chez moi. Souvent, les cours commencent à huit heures, et finissent à 17h30. Il y a beaucoup de matières, mais ça les profs ne semblent pas le savoir au moment de distribuer les devoirs. Les soirs, c'est trop tard, c'est donc dans le bus et les week-end que je les fais. A 14 ans, j'entends parler des 35 heures. Quelle belle perspective ! Ces 35 heures, je les ai déjà largement en temps de présence au collège.

J'ai hâte d'être adulte et d'avoir du temps libre.

De fil en aiguille, je me retrouve au Lycée Henri IV, à Paris. On nous parle d'« excellence », d'« exigence », et d'« élite ». Nous sommes une petite poignée, et nous sommes tout là-haut. Nous pouvons aspirer aux plus grandes choses, dans tous les domaines. On va nous former et nous entraîner à ce qu'il faut. Nous sommes entre de bonnes mains.

Et la recette, somme toute, est simple : 35 « meilleurs de la classe » dans un même panier et un système de notation où le 10 sur 20 de survie n'est jamais



garanti. Les repères de tous ces « bons élèves » s'écroulent. Les cartes sont balayées. Il s'agit de dire adieu au cocon rassurant de « premier de classe », ce trône couvé depuis des années, et de lutter, au quotidien, pour la simple survie.

La physique, la chimie, ce n'est pas facile, mais surtout, il y a les maths. Impossible de grimper au-dessus de la barre du 10. C'est que Mme Poussin a un programme à faire passer. On avance vite, je comprends lentement, et elle n'hésite pas à nous glisser dans nos contrôles un exercice de classe préparatoire. Il FAUT que j'aie la moyenne ! Je me démène, le week-end avant un contrôle, je ne fais que ça. C'est une question d'honneur, mais surtout, c'est pour mon orientation que je dois passer en filière scientifique. C'est vital. Donc je me démène, j'essaie. Tourbillon de peur les jours de devoir sur table – nous montons les vieilles marches jusqu'à tout en haut, sous la voûte. Grande salle d'examen imposante, moulures très haut sur le plafond, odeur de vieux livres enfermés derrière leurs grilles, tables individuelles, bruissements de voiture sur les pavés de la place du Panthéon, les pas de Mme Poussin entre les rangées...

Deux semaines plus tard, distribution des copies. Pas de bonne surprise, tristesse, déception, fatigue – je cherche un couloir reculé et un rebord de fenêtre tranquille encastré dans les murs épais et anciens. Je pleure un gros coup. Et j'en ai honte. Elle est nulle cette réalité, mais il faut continuer. Pourquoi ? Parce que j'ai un rêve.

## **Rêve d'éthologue**

Enfant, puis jeune adolescente, j'ai un rêve : devenir éthologue. C'est-à-dire professionnel de l'observation des comportements animaux. Je veux tout savoir

sur leur vie, leur manière de communiquer entre eux. Je veux être la Jane Goodall des grands lions d'Afrique.

Les conseillers d'orientation, qui me regardent d'abord perplexes, finissent par trouver le métier dans leurs fichiers et me disent que la voie « noble » pour devenir éthologue est scientifique. Tristesse. Pour avoir le droit de se cacher derrière un buisson et regarder, regarder encore, les grands mammifères, il faudra faire encore au moins cinq années de mathématiques, de physique, de chimie, en plus de la biologie ?

Le voie de la « psychologie » n'était pas exclue, mais j'ai un mépris pour cette discipline – pour qui il se prend, ce Freud, avec des histoires dégoûtantes tirées de nulle part ? En plus, la psychologie implique un passage à la fac, hors de question pour l'ambitieux poulain de « filière d'excellence » que je suis. Se retrouver parmi la vulgaire pagaille, après avoir tellement travaillé pour mériter d'être là ? Idiot ! Ce serait prendre l'immense risque de devenir « commun », devenir « comme les autres », peut-être rencontrer des difficultés pour trouver un emploi ? Trouver une porte fermée, un refus. Être au chômage ? Ne pas être accueillie à bras ouverts alors qu'on me faisait sans cesse miroiter que je serai ardemment désirée, accueillie partout grâce au tapis rouge de l'excellence académique ?

Non, non. Il fallait être raisonnable et prudent – rester dans une filière d'excellence. Je passe donc en filière littéraire au lycée Henri IV et sans idée claire de ce que je "veux faire" autre que l'éthologie, je vise le parcours généraliste de Sciences Po pour garder un maximum de portes ouvertes.

### **Poulain prometteur, perroquet avide**

Il faut dire que c'est une joie, de faire ce pour quoi on a des facilités. Et les

enseignants sont remarquables. Une année de littérature et d'histoire avec MM. Richebourg et Munier, c'est un dépassement de soi constant, un défi joyeux, des heures de cours passées en un claquement de doigts, on est transporté, jamais on ne s'ennuie.

Aussi et surtout, j'ai l'impression que mon horizon s'élargit sans cesse.

En découvrant différents penseurs et concepts, en apprenant à croiser les écoles et les cadres de pensée, j'ai l'impression de me doter d'outils d'attaque et de compréhension du monde toujours plus fins. Quelle joie que de découvrir, en suivant les développements de M. Munier, une toute nouvelle et fraîche perspective sur des faits connus, ou de voir la cravate de M. Richebourg voler au rythme de son enthousiasme gesticulé et de sa plongée folle dans le monde de Gargantua ou de l'amour vrai de St Preux pour sa Julie !

L'exercice « noble » par excellence, dans ma filière, est la dissertation. Elle est une œuvre à part entière. Elle doit intégrer les connaissances de base requises, des citations exactes, et des lectures complémentaires. Aussi et surtout, elle doit avoir une colonne vertébrale solide, répondre à une structuration claire, et rythmée d'articulations logiques fluides prenant le lecteur par la main. Une dissertation sur table, c'est deux heures devant soi pour lutter à mains nues avec une question courte, souvent énigmatique, toujours quelques mètres au-delà de ma zone de confort. J'en ressors pantelante, avec une forme d'euphorie nourrie d'adrénaline, et l'impression, pour quelques heures, d'avoir le droit de me reposer.

Une forme de satisfaction aussi de voir que l'effort fourni paie : progressivement, je m'approprie la méthode, jusqu'à ce qu'en terminale, je n'ai plus

réellement peur d'aucun sujet de dissertation de philosophie. Je suis musclée, entraînée et armée jusqu'aux dents, je sais attaquer n'importe quel sujet – il faut simplement s'assurer du bagage de références et de citations nécessaires pour faire grimper les points.

C'est une progression presque grisante : le champ de ce qu'il reste à savoir, à comprendre, et à lire est immense, mais j'ai pleine confiance dans le fait que mes enseignants savent où il nous mènent. Nous sommes entre de bonnes main : des indications de lecture, des dissertations régulières, un programme préétabli par les professeurs qui intègrent et jouent avec le programme officiel. Je crois que cet horizon est atteignable : un jour, je serai « assez ». Un jour, je n'aurai plus besoin de bégayer et de me sentir petite et ignorante, face à tout ce qu'il y a à savoir. Un jour, je serai devenue une personne « cultivée », n'ignorant rien des références historiques, littéraires et philosophiques nécessaires pour être un adulte conscient dans ce monde.

Je baigne dans un idéal humaniste que je comprends de la manière suivante ; les connaissances toujours plus étendues associées à un entraînement à une réflexion claire, rationnelle, et étayée, sont les uniques clés nécessaires pour une vie « noble et juste », s'approchant d'une forme de « vérité ».

Aujourd'hui, je m'étonne de ce que j'ai pu avoir une vision aussi bornée et restreinte de la vie tout en ayant l'impression d'avoir tout compris.

### **Le moteur: bac, concours...**

Je ne me fais pas tout à fait confiance.

Je me méfie un peu de moi-même. Car je remarque que malgré mon enthousiasme et mes grands projets de lecture et d'approfondissement pour « quand j'aurai le temps », quand j'ai le temps, les choses ralentissent considérablement. « Nora, c'est pas possible ! Tu avais quand même largement le temps de lire ces deux livres d'approfondissement pendant les vacances, et tu n'en as même pas fini un seul ! ».

Heureusement, c'est que je n'ai jamais trop « le temps », donc je continue de « progresser ». Au lycée, il y a toujours plus, plus qu'assez à faire. Je ne fais pas partie de ces oiseaux chanceux qui réussissent tout comme par mégarde, qui ne mouillent jamais la chemise. Passée en filière littéraire, si j'ai des bonnes notes, c'est que je travaille dur, dès que je peux. J'observe, incrédule et envieuse, ses amis qui semblent avoir du temps libre. Pour moi, « voir des amis », c'est pour « quand j'aurai le temps ». C'est-à-dire jamais, ou presque.

La course s'accélère encore en terminale, l'objectif est d'obtenir la mention très bien, car c'est une des seules voies possibles pour être admise sur dossier à Sciences Po et éviter le concours d'entrée. Celui-ci ayant lieu fin août, devoir le passer voudrait dire travailler tout l'été. Or les vacances d'été, c'est vital. Le seul moment de liberté totale de l'année. Je ferais tout pour. Ce que j'espère être le sprint final ne le sera pas: merde alors ! J'obtiens la mention très bien au bac, mais suis invitée à passer le concours d'entrée à Sciences Po malgré tout. Pas de chance. Après deux semaines de vacances, j'enchaîne donc avec une « prépa d'été » au lycée Lakanal. C'est aussi stressant que délicieux : nous bénéficions d'une crème de jeunes professeurs de philosophie passionnés et pleins d'humour. Le temps file, les « concours blancs » s'enchaînent, la routine de l'année de terminale continue :

podcasts en marchant, fiches de lecture ou listes de dates à mémoriser dans le RER. Jamais une minute à perdre.

Puis, le concours. Maison des examens, station de RER Laplace. C'est comme si tout se jouait, ce jour-là. Pour moi qui "ne sait pas quoi faire" plus tard, ou qui n'en a qu'une très vague idée, Sciences Po, et en particulier son campus franco-allemand nancéen, me permet de ne pas choisir, tout en restant dans un cocon d'"excellence".

Le concours passé, quelle qu'en soit l'issue, soulagement temporaire. Plaisir simple: trois jours au lit à lire enfin le septième tome d'Harry Potter, pourtant paru depuis des mois.

En fait, à ce stade, j'ai déjà tellement donné, que j'en ai marre. En attendant les résultats de Sciences Po, j'intègre la classe préparatoire d'Henri IV, mais sans conviction ni entrain: je n'aurai plus la force de préparer un autre concours. Je laisse les profs parler. Ils sont sûrement très compétents et ont l'air fort instruits, mais ils me barbent.

Erreur de stratégie ? Griller ses cartouches trop vite ? On ne m'a jamais appris l'équilibre.

Heureusement pour moi, à la mi-septembre, les résultats de Sciences Po arrivent et je suis retenue. Comme espéré, j'ai une place au campus nancéen franco-allemand.

## **II. Passage à Sciences Po**

### **S'armer pour réussir**

J'arrive à Sciences Po. Le rythme semble d'abord moins dense qu'au lycée. Je profite des premières semaines pour trouver un chouette groupe d'amis et déguste la spontanéité et simplicité des retrouvailles dans cette petite ville toute en vélos. Ballades près du canal, repas partagés...

Mais bientôt, je trouve la maquette pédagogique bien généraliste. A la maison, j'ai souvent entendu « il faut un outil technique, un vrai savoir-faire pour changer les choses. Savoir analyser et manier les grands concepts ne suffit pas ». « Outil », « savoir-faire », c'est d'une « arme » qu'on parle, en réalité, car dans un monde où tout est rapport de pouvoir, il faut des outils de pouvoir, ne pas se laisser marcher sur les pieds. On a une vision un peu martiale du monde, à la maison, et on trouve que le droit, c'est un bon outil. Depuis que j'ai transformé mon rêve de l'observation animale en responsabilité de lutte pour la protection de « la nature », j'ai donc décidé de faire, à terme, du droit de l'environnement.

J'apprends que, même si aucun étudiant n'a encore mené ce double parcours à bout, il est envisageable de poursuivre, en parallèle du bachelor de Sciences Po, une licence à la faculté de droit avec quelques équivalences. Seule mauvaise nouvelle : pas un cours de droit de l'environnement à l'horizon pour la licence – il faudra attendre le niveau master.

Suivre un double-diplôme me convient bien : je sors d'un « excellent lycée » : il faut donc que je trouve un moyen de me démarquer de mes nouveaux camarades, de rester en tête de peloton. J'ai besoin de continuer à me démarquer.

N'oublions pas : les études, tout comme la vie, c'est un champ de bataille. On a beau être une jeune femme gentille et souriante, il faut se battre et avoir de bons résultats pour être légitime, reconnu, et en sécurité.

Régulièrement, sans relâche : « alors, qu'est-ce que tu veux faire plus tard ? ».

Qu'est-ce que « je veux » ? En réalité, je n'en sais rien. Mais je crois savoir ce que je « dois » faire, et ce qui est sensé pour atteindre mon objectif de protection de l'environnement. Ma réponse n'est donc pas de l'ordre de l'envie et du désir. C'est une succession de déductions logiques avec pour point de départ une tristesse et indignation, le tout associé à une savante stratégie pour rester excellente et donc désirable.

Cette pensée du "devoir" me vient « de la maison ». Ça n'a jamais été dit, ça n'a jamais été exprimé, mais je grandis convaincue que ce qui a de la valeur, c'est de se dédier pleinement, corps et âme à une cause. C'est ce que j'entends dans les histoires qui me sont racontées. Enfant, je suis profondément révoltée par l'injustice. J'ai envie de pleurer quand j'entends qu'il y en a qui meurent de faim. Que faire ? Toute petite, la pensée me traverse l'esprit : si ça pouvait faire que toute cette souffrance s'arrête, que tout le monde puisse être bien, alors je veux bien mourir là tout de suite.

Malheureusement, c'est pas si simple. Je grandis et le système paraît fichtrement complexe. Heureusement, il y a des coupables. D'anciens Etats colonisateurs, des grandes entreprises multinationales... c'est soulageant, ça donne



un point d'attaque. Il faut donc s'armer pour se battre. D'ailleurs, ce n'est pas pour rien que j'ai été appelée Nora. Je porte le nom d'une « guerillera » nicaraguayenne, devenue plus tard ambassadrice pour les droits de l'enfant à l'UNESCO à l'époque des sandinistes. Tout en haut de mon Panthéon des figures inspirantes trônent clairement Robin des Bois, qui a la classe monumentale avec le tir à l'arc, et Zorro, qui emporte tout de par sa complicité renversante avec son magnifique cheval noir.

Moi, c'est un peu moins glamour, mais il faut être efficace, donc mon arme sera le droit. C'est aussi simple que ça.

## **Marre du droit**

Je remarque bien vite que les cours de droits ne sont pas ma passion. J'essaie d'être patiente, "ce sera différent, en master, quand tu auras des cours de droit de l'environnement".

Cours magistral. Amphithéâtre immense. Loin, devant, la petite figure de l'enseignant perché sur l'estrade. Une petite voix rythmée et régulière, égrenant les parties, sous-parties, et sous-sous parties parfaitement structurées, dictant des articles de code secs et techniques, aseptisant tout cas vivant. Le principal défi: écrire suffisamment vite. Puis: apprendre par coeur. Je m'offusque de ce gavage dénué de mise en perspective. Des articles de code et des arrêts – c'est à tomber raide mort. " J'en ai marre ! Je n'aime pas le droit ! ". La voix en moi devient de plus en plus forte. J'ai beau avoir du dédain pour tout ça, je n'y excelle pas, non plus. J'ai des mauvaises notes en travaux dirigés. Malgré certaines équivalences, en deuxième année, les cours s'accumulent et deviennent difficiles à gérer. Je zigzague à vélo entre les campus de sciences po et la faculté de droit. Je pense à Hermione

et sa montre à remonter le temps. J'en aurais bien besoin. J'ai tout juste la moyenne, la réussite des examens n'est pas garantie. Je me lève tôt, je sais que j'ai besoin de sommeil, je quitte les soirées entre amis à 22 heures, montre en main. Je cours, je cours, je jongle. Vient s'ajouter la préparation de la 3ème année à l'étranger – je me sens impuissante, je me sens à bout de nerfs - je suis prête à arrêter. Et si j'arrêtais ? Mais on me dit " tu as déjà fait tout ça ! Ce serait dommage d'arrêter maintenant !". La possibilité miroitait de valider la 3e année de droit par équivalence... il n'y aurait donc que cette année à finir.... "Tu auras une licence de droit ! Une vraie formation juridique, ce sera un outil vraiment utile pour ce que tu veux faire et atteindre ". C'est vrai que depuis que je ne vais plus observer les lions dans la savane, le projet est de sauver la planète avec le droit... Et puis deux diplômes, ça me garantira d'être meilleure et plus reconnue que les autres. Donc je continue. Je crois qu'en faisant, à court terme, quelque chose qui m'ennuie profondément, ça m'emmènera à quelque chose de vraiment bien au long-terme...

A la fin de la deuxième année de Sciences Po, le constat est clair : je déteste le droit.

J'avais dit adieu aux mathématiques, et voilà le droit. Je déteste parce que j'essaie très fort et je n'y arrive pas. Je me sens impuissante et c'est pas tolérable.

### **Le "Blues du conscrit" <sup>1</sup>**

Pour ce qui est des cours à Sciences Po, je n'y trouve pas vraiment

---

1. Un ami à l'ENS utilisa ce terme pour décrire le phénomène rencontrés chez certains étudiants de classe préparatoires, qui une fois le concours d'entrée à l'ENS obtenu, se retrouvaient comme déprimés, en manque de structure et de direction.

chaussure à mon pied non plus.

En quittant la classe préparatoire littéraire pour Sciences Po, on m'avait dit : « Attention ! C'est dire au revoir à la vraie pensée, à l'approfondissement, à la noblesse d'une vraie culture ! ». Je me dis que ce n'est pas grave, ma liste de lecture rêvée est bien assez longue, que j'ai bien compris ce qu'est une véritable culture, et que je m'en occuperai de manière autonome.

Sauf que je me rends vite compte que c'est faux. En l'absence de l'encadrement resserré et des devoirs sur table réguliers du lycée, je ne trouve ou ne prends pas le temps pour lire toutes ces références fondamentales. J'observe avec effroi que mon bagage de connaissances, ma culture amassée pour le baccalauréat et le concours, connaissances qui faisaient toute ma « valeur », commencent à fondre, et avec elles, une forme de fierté personnelle. Car les examens semestriels à Sciences Po ne me conduisent pas à une mémorisation de long-terme.

Après deux années de lycée d'intense plongée dans le monde des concepts et des idées, de perfectionnement du raisonnement en trois temps, je suis empreinte d'un snobisme hautain. Les dissertations en deux parties et deux sous-parties m'insupportent : elles ne peuvent conduire à un véritable approfondissement. C'est aussi plus facile d'accepter de ne pas être « la meilleure » pour un exercice que je ne respecte pas.

Comment peut-on à la fois aimer et détester autant un système et une école ? Si par moments, et tant que j'avais de bonnes notes, le jeu des devoirs

scolaires a pu me plaire, mon moteur de « bonne élève » a surtout été la recherche de paix et de liberté, « qu'on me laisse tranquille ». Si j'ai vécu des moments de grande passion sur les bancs du lycée, il y a aussi eu, plus récemment, des moments de hargne profonde. Une hargne et une rancœur contre un système que j'accuse d'avoir toléré qu'une jeune personne entre ses 12 et 20 ans passe son temps assise à apprendre, lire, s'entraîner dans une course au « toujours plus, toujours mieux ». J'accuse le système d'avoir permis que ma créativité s'éteigne, que je ne développe pas d'autonomie, que j'oublie mon corps, si bien que je me retrouve, à 20 ans, perroquet savant, chimpanzé de cirque maître de la dissertation, ballotée par des peurs de l' « échec » constantes, respiration bloquée, pensant toujours au prochain défi à relever... à être incapable de faire des choix qui me correspondent. Incapable de progresser sans "main de maître".

A tort ou à raison, j'accuse un système dont je suis le pur produit.

### **III. Joie et questionnement**

#### **3ème année: saisir l'opportunité**

Mon rejet croissant de ma situation me fait prendre au sérieux une perche qui m'est tendue. A l'époque, la 3ème année à l'étranger est pensée par le directeur de Sciences Po, Richard Descoings, pour être une année de découverte, d'expansion, et d'exploration. Elsa Grimberg, notre responsable pédagogique sur le campus de Nancy, nous le dit très clairement: « Profitez de votre 3ème année à l'étranger pour plonger dans les choses qui vous tiennent le plus à cœur. Et n'ayez

pas peur : il s'agit simplement de valider l'année, les notes, elles, ne compteront pas pour votre bachelor de Sciences Po ». On m'offre toute une année de carte blanche. De carte blanche en terrain protégé, puisqu'une place en master dans une « institution reconnue » m'attend. Cela semble être une garantie suffisante pour que l'angoissée que je suis s'autorise l'expérimentation et la question de « qu'est-ce que je veux vraiment ? ».

C'est assez grisant. Si tout était possible, qu'est-ce que j'aimerais faire ? Pour moi, ce n'est pas la destination qui est déterminante. Je sais simplement que je veux étudier en anglais, pour le transformer en véritable langue de travail. Quant au contenu, la réponse est vite là: je cherche des possibilités d'étudier les comportements animaux. Cela semble pointu et difficilement trouvable, donc au moins les sciences de l'environnement. Car après avoir ingéré inquiétudes, colère et indignation sur l'état de la planète avec le lait maternel, je veux enfin comprendre. "La nature" c'est beau, c'est important, mais comment ça fonctionne ? Ma filière littéraire a été bien silencieuse sur le sujet.

Snob que je suis, je ne veux pas aller aux Etats-Unis, ces vulgaires impérialistes. De plus, c'est loin, et je m'étais dit que je limiterai l'avion au maximum, au vu de son bilan carbone... Mais il se trouve que les universités américaines sont les seules universités anglophones suffisamment flexibles pour permettre à une étudiante en sciences humaines de plonger dans les sciences de la nature. J'hésite... c'est cher, aussi... Elsa me met un coup de pied là où il faut: " Nora, à t'entendre parler, on dirait bien que c'est ton rêve, alors fais-le ! C'est une grande opportunité ! ". Eh bien, dit comme ça, et dit par Elsa... Elsa qui me trouve même une bourse, mes dernières réticences tombent. A ma propre surprise, je me retrouve embarquée pour les Etats-Unis, plus précisément le campus de Santa

Barbara de l'Université de Californie.

### **La 3ème année: une bulle de bonheur**

Je pose mes valises dans une cour intérieure en pleine nuit, suis accueillie dans un appartement modérément propre par mes trois futures colocataires américaines, déroule mon tapis de sol dans ma moitié de chambre encore vide de meubles...

Et je me réveille dans un bout de paradis. Un campus sur une presque-île de l'océan pacifique, entouré d'espaces naturels protégés. Et ce n'est pas une blague: il fait presque toujours doux et beau dans ce pays.

La vie d'abondance y est un mirage – cette région fonce dans le mur en surexploitant ses ressources en eau et ses terres agricoles, exsangues. Mais ça ne m'empêche pas d'y vivre une année transformatrice.

Les mémoires à envoyer en France pour valider ma licence de droit ne sont pas encore définis, mes notes ici ne compteront pas pour Sciences Po et c'est très bien comme ça. Je suis là, et c'est tout, et, pour la première fois depuis le collège, j'ai l'impression d'avoir du temps.

Le moins de cours possibles (3 sont obligatoires) – et c'est la vraie vie qui commence. Tous les matins, je cours vers l'océan, puis sur terrain ferme entre le sable mou et les vagues qui viennent lécher la côte. Je longe les dunes et les falaises sableuses, je grimpe sur les rochers de la pointe de la presque-île et j'écoute le vent, les pélicans, je sens la mer et ses algues longues et gluantes, déposées sur la plage. Les lapins s'engouffrent dans les bosquets à mon passage,

tandis que doucement, le soleil se lève, m'éblouissant à l'aller, jetant une longue ombre courante devant moi au retour. Les couleurs changent, dansent sur fond du fracas rythmé des vagues.

La vraie vie commence – je m'engage dans plusieurs associations, trouve un stage au centre local pour la biodiversité et la restauration des écosystèmes, et devient coordinatrice d'un projet de recherche étudiant sur le système alimentaire local. Le tout par envie et joie. Je me fais vite des amis et les choisis bien : un groupe de jeunes créatifs, intelligents, drôles et généreux. Loin de la rage destructrice des fêtes "classiques" pour ce campus, leurs fêtes sont faites de plats faits maison apportés par tous, de musique live, et de danse. Parfois un plongeon nocturne dans l'océan, le sable scintille.

Pour la première fois, les garçons m'intéressent. Ici, ils ne se prennent pas au sérieux. Ils ont surtout en tête de jouer : surf et escalade, musique, cuisine, - voilà leurs occupations favorites. Sans être ignorants, ils n'ont pas les neurones bouchés par l'intellectualisme cynique et la compétition latente de nombre de mes camarades français.

Mais surtout, la grande première, c'est que les études sont devenues secondaires. Secondaires tout en étant un délice.

« C'est donc ça, étudier par intérêt et non par peur ! ». Je n'ai pas les prérequis scientifiques officiels, mais je vais voir les professeurs en personne, et tout fonctionne : j'arrive à intégrer et faire valider des cours d'écologie sur les processus éco-systémiques, de conservation de la biodiversité, de restauration d'écosystèmes. Cerise sur le gâteau : d'excellents cours d'arabe, et un cours d'agriculture de petite

échelle, impliquant trois heures de travaux pratiques hebdomadaires dans les jardins de l'université, repas local préparé et commenté par un sous-groupe d'étudiants compris !

Dans cette bulle d'espace-temps où les notes ne comptent pas, je découvre la richesse de la vie au sens de l'expérience, du vécu. Pour la première fois, le plus important n'est plus le prochain examen ou devoir à rendre.

Je m'autorise à goûter et à être, tout simplement. J'adore les tourbillons des soirées salsa au centre communautaire juif, les expéditions nocturnes à la plage. Mes aventures préférées : grimper sur tout arbre possible du campus - il y en a beaucoup, vieux, tortueux, à branches basses - et s'introduire - illégalement - dans le clocher du campus et grimper jusqu'en haut, avec en bas l'immense masse sombre de l'océan, les bâtiments du campus, et un peu plus loin, le scintillement du village étudiant.

C'est déroutant : ici, les gens se fichent pas mal de ce que j'étudie et de quelles notes j'ai. Mon interlocuteur vient généralement d'un champ thématique tout à fait différent, mais surtout, ça ne semble même pas être un sujet.

Je suis confuse, je ne comprends pas pourquoi l'autre s'intéresse à moi, puisque je n'ai pas eu l'occasion de lui prouver ma valeur, la brillance de mes études, mon potentiel et mes ambitions pour le futur. Comment la personne en face de moi sait-elle qu'elle n'est pas en train de perdre son temps avec quelqu'un d'inintéressant si elle ne m'a même pas demandé ce que je fais dans la vie<sup>2</sup> ?

---

2. Bizarre, mais agréable. Je n'en ai pas encore vraiment conscience à ce moment-là, mais c'est peut-être que j'existe en tant que personne, indépendamment de mes études et de mes performances...peut-être aussi que l'intelligence, la



## Retour de la question

En Californie, c'est comme si je découvrais la vie. Je suis joyeuse et heureuse. Je me dis: « Ca y est, j'ai vécu. La vie ça ne peut pas devenir beaucoup mieux que ça. Au moins, je pourrai mourir tranquille ».

Mais cette année approche de sa fin... Et les "il faut" reprennent. Dans l'ordre des choses, "il faut" revenir en France. "Il faut" choisir un master, "il faut" aller de l'avant, revenir dans les rails.

Mais comment faire, maintenant que j'ai goûté à tout ça ? Je sais que je suis bien, très bien, ici. Que j'ai des amis très chers. Que je suis heureuse de pouvoir circuler à vélo, étudier avec passion, rire avec les autres, heureuse d'être avec des personnes curieuses et engagées, sans jamais se prendre trop au sérieux. Heureuse de l'ambiance ouverte, dynamique, et accueillante. Heureuse aussi d'être aussi proche d'une nature océanique sauvage.

A l'idée de rentrer en France, d'étudier à Paris, le cœur me tombe dans les chaussettes. Un rejet presque physique. A tort ou à raison, j'imagine et je crains une culture où l'intelligence se prouve par la critique et la destruction, un cynisme ambiant.... Et puis, rentrer pour quoi faire ? Etudier quoi ?

Et voilà ! Retour de boomerang, la voilà de nouveau, la question. Celle que j'avais réussi à repousser élégamment de trois années en intégrant Sciences

---

vivacité d'esprit et la culture, d'esprit n'est pas la seule qualité importante au monde, mais ça, à l'époque, c'est encore bien loin pour moi...

Po, et qui gracieusement, s'était effacée le temps de mon année californienne.

"Qu'est-ce que tu veux faire plus tard ? "

## **Mon premier mort**

Entre temps, ce printemps-là, il y a mon premier mort.

Un message vocal, tôt, un matin. C'est ma tante. "Rappelle-moi rapidement". Ma tante a des messages brefs et impératifs pour habitude, mais là, c'est étrange. Un peu inquiète, je la rappelle. " Opa est mort cette nuit. Arrêt cardiaque". Quelques mots de plus, et elle me laisse avec ça.

Opa et Oma, mes grands-parents allemands, ont toujours été proches. Appui souvent refusé, mais néanmoins solide, pour ma mère célibataire. Chez-eux, c'était mon deuxième chez-moi. C'était le chez-moi qui ne bougeait pas, fiable et constant au fil de nos déménagements. J'étais leur premier petit-enfant. Ils étaient encore jeunes et fringants. Quand ma mère partait en mission, parfois pour plusieurs semaines, ils venaient habiter chez nous, ensemble, ou séparément, à Berlin, puis à Prague, puis à Paris. Alors que mes nuits chez des camarades de classe ou en voyage scolaire étaient faites d'angoisse et de peurs, chez eux et avec eux, j'étais toujours bien. Confort, douceur, et amour. A son retour, ma mère retrouvait sa fille pourrie-gâtée. Alors que mon grand-père avait eu peu de temps et de patience pour ses propres enfants, à partir de mes 6 ans, nous nous sommes progressivement et mutuellement apprivoisés. Il m'invitait à venir me promener avec lui et bien que je préférais regarder des films et manger des bonbons avec ma mamie, je l'accompagnais volontiers, dégustant les tartines préparées par Oma, m'entraînant à faire la roue dans l'herbe, et échangeant quelques mots avec lui.

En grandissant, j'étais presque touchée de sentir à quel point mes visites étaient importantes pour mon papi. Ma grand-mère me le disait: quand tu es là, il est beaucoup plus léger et joyeux. Et effectivement, nous rigolions beaucoup, et, curieuse, j'aimais entendre ses histoires d'"avant". Nous étions un binôme parfait; il adorait raconter, régulièrement les mêmes histoires, et j'adorais écouter, et ne remarquais pas les redites.

Aussi, il s'intéressait grandement à mes résultats et réussites scolaires. Peut-être espérait-il enfin voir émerger l'avocate ou la diplomate parmi sa descendance, faite d'une aînée rebelle et gauchiste ayant mis son excellence académique au service de l'anthropologie sociale, d'un fils plongé dans les milieux alternatifs et le yoga, et d'une cadette ayant choisi une formation de menuiserie. Moi, je lui racontais les bulletins, les "félicitations", le concours, le droit, la participation à une compétition internationale d'écoles de commerce, et tout cela lui semblait cohérent, prometteur. Il était content, donc j'étais contente.

J'ai compris qu'avec toute cette attention, il se voyait un peu comme un Papa pour moi. Il m'avait même mis des sous de côté "pour mes études", ce qui m'embarrassait beaucoup, moi qui voulais "toujours être comme les autres et tout mériter par mon travail". Ces sous, je les mets donc sous cloche de verre, et en fais abstraction.

Je l'ai vu à Noël, encore. Un peu amoindri, certes. Il marche très doucement car il perd son souffle, mais ça me va, on avance très tranquillement, bras dessus-bras dessous - y'a pas le feu. Il oublie certaines choses, n'a plus trop d'orientation, mais il est encore tout à fait là, et on est bien, tous ensemble.

Ce matin de février, j'ai passé le week-end sur mon mémoire en droit

international sur le sommet-climat de Copenhague, à envoyer très prochainement à la faculté de droit de Nancy pour valider ma licence. Maintenant, j'ai les cours de la semaine à préparer pour l'Université de Californie. Je veux aller courir avant de me lancer dans ma liste de choses à faire pour "avoir été efficace". Et puis plouf: "Opa est mort". C'est tout.

Euh... d'accord... bon... et puis après ? Qu'est-ce que je suis sensée faire de cette information? Je suis très loin, ma famille n'est pas très croyante. Il ne va pas y avoir d'enterrement, juste une incinération et puis Oma fera ce qu'elle veut des cendres. Qu'est-ce que je fais ? Revenir en Europe serait très cher, et les autres me disent que c'est inutile. Lui, il est mort. Oma, elle, est entourée de ses enfants.

Et moi? J'ai appris à gérer des projets, rédiger une dissertation, faire des recherches, faire des candidatures, être efficace... mais là ? Ok, mon grand-père est mort. Et après ? Qu'est-ce que ça veut dire ? Concrètement, il ne respire plus et son coeur ne bat plus. C'est un fait, une information. C'est dans l'ordre des choses avec les personnes âgées. Il n'y a plus rien à y faire. Et donc ? Je continue la liste de to-dos ?

Ca sonne creux. Toutes ces choses si importantes. Si déterminantes. Les projets, les échéances, la performance. Elles vacillent. Démunie, j'ai une vague pensée pour des traditions religieuses qui elles, au moins, ont des "recettes", des "rites" clairs pour ce genre d'occasion. Moi je n'ai rien. Donc j'écris. J'écris tous les moments passés. Tout ce qui me manque déjà. L'odeur de Opa fraîchement rasé. Les petits sauts de ses épaules quand il rit doucement à une de ses propres plaisanteries. Son pas calme à travers le jardin, contemplant fleurs et arbustes. Les phrases à double signification et le coup d'oeil vif, malin, et complice à travers la

table. L'embrassade un peu malhabile et rigide, mais sincère.

C'est peut-être là que je me dis pour la première fois: " peut-être que ce ne sont pas les grands projets qui font la vie". Ce n'est pas encore clairement formulé, mais pour la première fois, je me dis que je ne veux plus autoriser de grands projets à m'extraire des instants.

Alors je mets au placard ma liste, je sèche quelques cours, et je vais me promener. Je vais voir l'océan, je prends des photos, je sais qu'il l'a beaucoup aimé. Et faute de rite, ou de mots, moi qui ai abandonné la littérature depuis le bac, je me tourne vers la poésie.

Je trouve un poème-compagnon redoutablement vrai, qui dit tout. " L'expérience de la mort ", de Rainer Maria Rilke.

### Todes-Erfahrung

Wir wissen nichts von diesem Hingehn, das  
nicht mit uns teilt. Wir haben keinen Grund,  
Bewunderung und Liebe oder Haß  
dem Tod zu zeigen, den ein Maskenmund

tragischer Klage wunderbar entstellt.

Noch ist die Welt voll Rollen, die wir spielen.

Solang wir sorgen, ob wir auch gefielen,  
spielt auch der Tod, obwohl er nicht gefällt.

Doch als du gingst, da brach in diese Bühne  
ein Streifen Wirklichkeit durch jenen Spalt  
durch den du hingingst: Grün wirklicher Grüne,  
wirklicher Sonnenschein, wirklicher Wald.

Wir spielen weiter. Bang und schwer Erlerntes  
hersagend und Gebärden dann und wann  
aufhebend; aber dein von uns entferntes,  
aus unserm Stück entrücktes Dasein kann

uns manchmal überkommen, wie ein Wissen  
von jener Wirklichkeit sich niedersenkend,  
so daß wir eine Weile hingerissen  
das Leben spielen, nicht an Beifall denkend.

### Neue Gedichte (1907)<sup>3</sup>

---

3. Traduction française ajustée à partir de Nouveaux poèmes, Œuvres II, Poésie (Editions du Seuil, 1972)

Nous ne savons rien de ce départ qui ne partage rien  
Avec nous. Nous ne devons ni haine,  
Ni admiration, ni amour à cette mort, rien  
Qu'une grimace de masque tragique

Etrangement déformé.  
Le monde est rempli encore  
De rôles que nous jouons.  
Tant qu'il nous importe de plaire, la mort  
Jouera aussi son jeu, même si elle ne ne plaît point.

Pourtant comme tu marchais, un rayon de réalité  
Pénétra sur la scène, à travers cette faille  
Par où tu t'en allais : vert d'un vert vrai,

Au fond, ce que je veux, c'est jouer la vie, sans penser aux applaudissements.

## **Et après ? Skype**

Le printemps avance. Parfois, des séances Skype avec l'Europe, on se donne des nouvelles.

« Je vais devoir choisir mon master... »

« Oui, eh bien, alors ? Qu'est-ce qui t'intéresserait ? »

Je cherche. Il serait "naturel" de continuer à Sciences Po. Je regarde les Masters, je n'y trouve pas vraiment chaussure à mon pied. A mes yeux, aucun des masters ici n'est à la hauteur des enjeux écologiques. Seule l'école des affaires internationales propose une thématique environnementale. « Pff – les affaires internationales ? Autant lire le journal". Dédain. Ce n'est pas un "outil", ça, les "affaires internationales".

---

Du vrai soleil, une vraie forêt.

Nous continuons de jouer. Récitant, inquiets,  
Des choses apprises avec peine,  
Empruntant des gestes, ici, et là ; mais ta présence  
Si lointaine, arrachée à notre pièce,

Peut nous surprendre parfois, comme une connaissance  
Qui sombre vers nous de cette réalité,  
Au point qu'un instant, emportés par l'élan,  
Nous jouons la vie, sans penser aux applaudissements.

extrait du blog "Beauty will save the world", 25 avril 2012.

<https://schabrieres.wordpress.com/2012/04/25/rainer-maria-rilke-lexperience-de-la-mort-todeserfahrung-1907/>, visité le 14 mars 2018

Qu'est-ce que j'aimerais vraiment faire après cette année ? Probablement quelque chose de concret, acquérir une compétence technique en agriculture dite "durable", par exemple. Mais, ne connaissant pas le milieu, une reconversion en "agro-écologie" semble difficile - je ne fais que tomber sur des masters généralistes alors que je veux de la compétence technique, et je n'arrive pas à savoir quel serait "le meilleur", et ça c'est important. Ne parvenant pas à y voir clair dans la nébuleuse de sites web universitaires, et le temps passant à grand pas, je finis pas abandonner cette piste.

Je suis assise dans mon lit superposé en haut, près du plafond, dans la petite chambre partagée qui sent un peu le moisi. L'ordinateur sur les genoux. Skype avec l'Europe.

« Alors, après ? »

« Euh, ben... »

Je ne sais pas, moi. Je sais juste que je suis bien ici. Les larmes me montent aux yeux. Et je sais très clairement que je n'ai pas envie de revenir tout de suite.

Au travers de l'étroite fenêtre en hauteur, je vois et j'entends les feuilles épaisses de l'arbre s'agiter dans le vent, refléter le soleil. Il porte des petits fruits jaunes, sucrés et fruités, appréciés tant par les humains que par nos visiteurs fréquents, les ratons-laveurs.

Pour la première fois, je sais ce que je veux, j'ai un ressenti fort : je veux rester ici encore un peu, baigner dans cette légèreté d'être, tout simplement.

Rien en France, en Europe ne m'attire vraiment. Il y aurait peut-être des



moyens de rester encore un peu en Californie ? Prolonger le travail de recherche sur les systèmes alimentaires locaux, ma prof de restauration des écosystèmes me propose à demi-mot une reconversion et un poste d'assistant... Mais rien de ce que j'identifie ou mets en avant pour rester ne ressemble à un plan de carrière de long-terme.

« Ca déboucherait sur quoi ? »

Incompréhension de l'autre côté du fil, inquiétude, même.

Je parle, je m'emmêle les pinceaux, je bégaye. En réalité, je n'ai pas de réponse, pas de stratégie, pas de garanties, pas de plan construit au-delà de la prochaine année. Je suis comme acculée, dos au mur, bloquée. Confuse, j'en viens moi-même à la conclusion: ces idées tiennent pas debout, c'est de la douce rêverie irresponsable, il faut les balayer.

Quitte à devoir renoncer à l'observation des animaux et à l'agro-écologie, il s'agit au moins de s'équiper d'outils efficaces pour réclamer une meilleure protection de l'environnement. J'en reviens donc au droit, toujours mis en avant dans ma famille. C'est comme si par défaut, quand je baisse les bras, on en revient toujours à ça: "il serait logique de faire du droit", "c'est un bon outil, une véritable arme pour défendre efficacement ce qui te tient à coeur". A l'époque, cela me semble être une déduction sans faille et sans issue. Je me retrouve comme devant un plat fadasse, qui s'impose par déduction. L'imaginaire du l'héroïne justicière au combat ne parvient pas à le relever, à lui donner un élan épique un peu goûteux. Je ne suis plus trop certaine d'être cette héroïne. Ma hargne ne semble pas bien tenace, pas solide. Je m'en veux, je m'en fais le reproche. Où est ma flamme

d'engagement, mon indignation <sup>4</sup> ?

Après mon expérience de deuxième année de licence, où j'avais frôlé l'extinction des feux et m'étais jurée de ne plus faire deux diplômes en même temps, j'envisage donc de quitter Sciences Po pour un master de droit.

Je demande conseil à quelqu'un qui "a réussi", avocat en droit de l'environnement au cabinet Huglo Lepage, que j'avais accompagné à l'une de ses auditions à l'âge de 16 ans, et qui, malgré son succès et sa charge de travail, répond occasionnellement à mes questions. Sans réponse est sans équivoque " ne quitte pas Sciences Po ! Ça ouvre des portes, donne un tout autre aperçu, j'ai regretté de ne pas l'avoir fait". Argument d'autorité - que sont mes fantaisies à côté de quelqu'un qui, lui, émet un avis avec certitude ?

Effectivement, doubler le master affaires internationales de Sciences Po avec le master droit de l'environnement de Paris I permettrait de garder un maximum de portes ouvertes et me donnerait les armes qu'il faut....

Je vais donc revenir, en France, je suppose.

Mais d'abord, pour rester encore un peu, je dénêche un stage pour l'été, dans la branche juridique du Center for Food Safety à San Francisco, une organisation dont les avocats ont défié Monsanto jusqu'à la cour suprême pour

---

4. Ce n'est que bien plus tard que j'arriverai à le formuler: cette indignation, peut-être que ce n'est pas la mienne, en fait. Elle me ballote comme un pull bien trop grand. Je l'ai empruntée, héritée, comme beaucoup de concepts et de convictions "à la maison" ...

empêcher des autorisations de nouveaux OGM. Je baigne dans un milieu de jeunes juristes et avocats brillants et engagés. Ils apprécient mon travail. Et pourtant... J'observe, je suis inspirée, je respecte... et pourtant. Où est ma flamme militante, à moi ? Elle est bien faible...

J'entends le directeur aussi, George Kimbrell, dire « foncer à travers les études, puis travailler, c'est une foutaise ! Je n'embaucherais pas quelqu'un comme ça. Il faut avoir vécu un peu ! Pour ma part, après la licence, j'ai fait le tour du monde pendant deux ans, en trouvant toutes sortes de petits boulots en route. – Quelle période de vie intense ! J'ai énormément appris pendant ce temps-là, ma personnalité s'est formée, et j'étais très heureux. J'ai bien failli ne pas revenir, aussi. Mais c'est après tout ça que je suis revenu pour devenir avocat, avec une vision large du monde. J'en suis pleinement content ».

Soupir. Oui. Mais non. Ce n'est pas possible « chez moi ». J'entends encore le proviseur du lycée me dire « non, c'est une mauvaise idée de prendre une année de « découverte » après le lycée. Tu risquerais de rater le coche pour réintégrer le système, ne pas pouvoir poursuivre en classe préparatoire... ».

C'est peut-être de ça qu'ils ont peur, « à la maison » : que je devienne tellement heureuse que je ne revienne pas. Que je ne fasse pas carrière.

Par défaut et élimination, me voilà donc inscrite pour le master affaires internationales « politiques de l'environnement », que je double d'un master droit de l'environnement à Paris I, pour plus de « concret ».

Intérieurement, je suis butée, fâchée. Sans en avoir pleinement conscience, j'accuse « à la maison ». Je les rends coupables de ce filet mental solide dans lequel je me démène mais duquel je n'arrive pas à m'extraire.

C'est comme si un lasso m'avait rattrapée et projetée à terre, alors que je commençais à prendre mon envol <sup>5</sup>.

---

5. Et si, au cours de mon enfance, j'avais appris à écouter mon ressenti, mon "cœur" avant tout, faisant confiance dans le fait que cela mènera à quelque chose de bon ? Aurais-je eu plus de force de caractère à ce moment important et décisif ?

**Deuxième partie :**  
**Plongeon et confusion**

**I. Perte de la peur et abeille engluée**

**Retour à Paris**

Le master est à Paris - retour à la maison familiale, donc. Les camarades de classe sont sympathiques, on se croise plus qu'autre chose, dans ces grands bâtiments, et cette grande ville pleine de monde, bientôt grise et sombre, l'hiver approchant.

Depuis que l'idée a émergé pour la première fois au lycée de devenir avocate spécialisée en droit de l'environnement, j'ai enfin l'opportunité de l'étudier, après le long détour aride de la licence de droit généraliste. En théorie, je pourrais m'en réjouir. Je vais naviguer entre le 5ème et le 7ème arrondissement de Paris pour remplir mes obligations de scolarité dans deux institutions distinctes. Cet été-là, ma mère m'a fait un beau cadeau, je n'en croyais pas mes oreilles: son vieux vélo rouge, qu'elle a utilisé et chéri depuis toujours, celui sur lequel j'ai moi-même été assise en chaise bébé, à l'avant, faisant la sieste sur un coussin posé sur le guidon, puis à l'arrière, distribuant des ordres de direction et commentaires sur les vaches

défilant dans les prés. C'est avec lui que je commence mes allers retours entre la "montagne" Sainte-Geneviève, où trône l'université Paris I et les ilots éparpillés de Sciences Po, à Saint-Germain-des-Prés. Je l'aime tellement, ce vélo, avec sa peinture écaillée, ses manettes drôlement moulées, ses vitesses à l'ancienne, que j'en suis presque un peu consolée de ma douloureuse séparation avec les dunes et les pélicans.

Mais la réalité me rattrape.

Je suis assise dans la bibliothèque de Sciences Po où, par chance, j'ai trouvé rapidement une place. Devant moi, mon "TD" de droit à préparer, arrêts à lire, articles à synthétiser, et plan de dissertation à rédiger. Je regarde le texte devant moi. Mes yeux parcourent les mots et les lignes. Autour, des étudiants, la mine sérieuse et concentrée, épluchent les livres, prennent quelques notes, ou tapotent sur leurs claviers. Ils ont l'air de savoir exactement ce qu'ils font. Concentrés, efficaces. Le même page est toujours devant moi, je sens les secondes filer, impitoyables.

...

Le texte est toujours devant moi, est-ce que je l'ai vraiment lu ? De quoi parle-t-il, déjà ? L'heure tourne et voilà 45 minutes de passées... Je regarde rapidement les autres documents – il y beaucoup de pages, beaucoup de mots...

Qu'est-ce qui se passe ? C'est comme si les mots n'avaient pas vraiment de sens pour moi. Mes yeux parcourent les lignes, mais mon esprit peine, ne saisit pas la signification des concepts et l'enchaînement des idées. Mais enfin ? Moi qui était tellement entraînée et à l'aise avec les études de document et la synthèse ?

## **Perte de la peur**

### **Concentration et faim**

Il y a des devoirs à rendre. Mais le temps me file entre les doigts. Je me souviens du temps, au lycée, où je me donnais 4 heures pour rédiger une dissertation un week-end, puis c'était fait. Maintenant, je suis assise devant mon écran, et puis rien. Mon cerveau est englué, pas à la tâche. Et soudain, c'est clair : j'ai faim ! C'est comme s'il me manquait quelque chose, mon corps me dit : peut-être qu'il faut juste que tu manges un bout, et puis ce sera le déclic ! Manges-donc juste un bout, et ce sera bon !

Mais le bout ne suffit pas. Ce n'était pas le remède-miracle.

En réalité, impossible que ce soit un vrai besoin de nourriture. Et pourtant, c'est physique, tout mon corps veut aller à la cuisine et manger. Je ne sens plus vraiment le goût. C'est mastiquer et avaler qui est rassurant. Oui : manger, c'est comme un refuge, un espace-temps dans lequel il ne peut pas y avoir d'attentes. Quand on mange, on mange, c'est tout, on ne rédige pas de dissertation, et on ne sauve pas la planète en même temps. Alors systématiquement, quand je dois commencer une dissertation, l'appel de la nourriture est immense. Je suis furieuse et dégoûtée. Comment peut-on être un tel glouton ?

Je trouve une ruse: je me prépare des bouts de carottes à mastiquer au moment de l'élan affamé.

## **Comment finir une dissertation**

J'ai une conscience lucide et détachée du fait qu'il faut tout de même rendre les dissertations. Armée de mes carottes, j'opte pour la seule méthode qui semble encore fonctionner : avoir un week-end devant moi et rester assise jusqu'à avoir terminé le devoir. Les pensées partent, je reviens, mon corps prétend avoir très faim, je mange un bout de carotte, je pense à demain et aux prochaines vacances, je relis mon dernier bout de phrase pour revenir au sujet. Je n'ai pas d'autre choix : je reviens, je reviens, je reviens. Et en même temps, impatience et colère : c'est LABO-RIEUX, ridicule. Mais ma fureur contre moi-même, mes stratégies pour me botter les fesses n'aident pas.

## **Jusqu'à l'aube**

Petite nature du sommeil, moi qui étais réputée pour disparaître de soirée à 22 heures pour aller me coucher et être en forme le lendemain, je me retrouve à finir ma dissertation à l'aube.

C'est comme si tout vacillait. Les choses n'ont pas de couleur. Je n'ai plus la maîtrise du temps, je regarde mes TD, hébétée, essaie sincèrement de faire entrer articles de code et références dans ma petite cervelle, mais c'est comme si tout cela glissait sur une surface lisse.

Bientôt, j'abandonne le master de droit – les préparations de TD hebdomadaires sont trop longues et fastidieuses, et il n'y a pas d'équivalences possibles avec des cours de Sciences Po. C'est probablement la première fois dans ma vie que j'abandonne une chose pour laquelle j'ai candidaté, ai été retenue, et que



j'ai commencée. Je pensais que cet abandon, aurait le goût amer de l'échec, bien que je le justifie en le qualifiant de "report" et en me disant que je postulerais directement en master 2. Je pensais qu'il y aurait l'humiliation de n'avoir pas été assez forte, de n'être pas allée jusqu'au bout.

A ma propre surprise, cela ne m'affecte pas plus que ça. Je me suis simplement rendue à l'évidence d'une impossibilité. D'une limite. C'est nouveau, ça, cette notion de limite. Je pensais que les limites n'existaient que pour être dépassées, prouvées fausses.

C'est le début de longues années de frustration et de bataille avec mon propre cerveau. Sans autre symptôme clair, et sans préavis, c'est comme si mon cerveau était en grève, refusant de faire les tâches pour lesquelles il a été formé et qui lui sont assignées. Lecture, réflexion, écriture sont comme des terres inconnues et étrangères.

Je ne parviens plus non plus à formuler d'idées quant au futur.

J'observe, je m'insurge, je vocifère, je me désole.

Mais il y a juste un brouillard gris sombre, si épais qu'il happe, affaiblit, et étouffe dans l'oeuf tout élan de pensée ou tentative d'échapper. Il est monotone et puissant, et engouffre tout avec la puissance d'attraction d'un trou noir.

" C'est pas possible de vivre une vie sans idée, sans direction, comme ça !  
C'est nul ! Autant ne pas être là ! "

Alors la question éternelle revient sans relâche :

" Qu'est-ce que tu vas faire dans la vie ? Qu'est-ce que tu veux vraiment ? Quelle est ta mission ? ". Parfois c'est comme si cette question était dans chaque particule suspendue du brouillard.

Qu'est-ce qui me fait tenir ?

Il y a quelques fondamentaux stables, rassurants. Parmi eux, mon vélo rouge.

Et la chance que j'ai d'avoir un corps en bonne santé. Même si tout est devenu un point d'interrogation immense, je sais que je préfère être vivante, et mon corps en est la base. Héritage de mon rendez-vous matinal avec l'océan, je me lève les matins et je vais courir avec le chien. J'essaie d'être patiente avec Abby, la chienne Border Collie de la maison, qui a pris un coup de vieux pendant mes trois années d'absence, et qui ne va plus très vite. Sprint final dans la montée, je suis à bout de souffle. C'est comme s'il n'y avait plus de quoi irriguer le cerveau, tout mon sang et mes ressources sont mobilisées par l'effort physique. Les pensées sont évacuées. Ce sont des instants de soulagement. Je trotte sur place en attendant qu'Abby me rejoigne. Une fois rentrée, tous les matins, alors que je ne trouve pas de temps à mettre dans la préparation de mes cours, je passe 20 minutes à préparer salade de pâte et bouts de carottes pour éviter les inéluctables sandwiches onéreux de Saint-Germain-des-Prés.

Je n'arrive pas à comprendre ce qui se passe. Ce "manque de sérieux" ne me ressemble pas. Rétrospectivement, je cherche des pistes, des bouts d'explication possibles.

C'est vrai que cet automne-là, je tombe un peu amoureuse, sans me l'avouer, et je découvre bien tard que lui a une copine quelque part. Mais ça m'est égal, je l'ignore, car je suis forte et clairement pas du genre à me pendre aux lacets d'un garçon. La vérité est que je le traînerai pendant plus d'un an.

Je me transporte à travers les jours. Je me lève, je cours avec Abby, je me prépare à manger, je prends le vélo, je descends les Buttes-Chaumont, je vais en cours, je m'assieds sur une chaise le regard tourné vers le professeur, puis dans la bibliothèque, les yeux sur le texte ou l'écran. Pause déjeuner, je mange. Le soir, je repars.

Souvent, il fait noir, déjà. Je pédale. Boulevard Saint-Germain, j'essaie de penser clairement, d'avoir une réflexion qui tient la route. Depuis le lycée, je pense qu'il n'y a pas de problème qui ne puisse être résolu par une pensée claire et structurée. Mais impossible. Une sorte de magma, de vide diffus, qui est fait de petits bouts de pensées non identifiées, incontrôlées, et parfaitement inutiles. Je passe la Fontaine Saint-Michel. Nullité sans fond. Impression de guêpe engluée, capable de rien. Tout juste se transporter et de se nourrir. Pédaler. A chaque passage, je regarde la Seine. Elle bouge, vivante, mais c'est la même. Pas de réponse. Tout ce que je vois, tout ce que je ressens, c'est devenu un grand point d'interrogation. Un immense point d'interrogation, pour lequel il n'y a même pas de mots, même pas de question claire. Je suis juste prise, dedans. Parvis de Notre-Dame. Elle est éclairée. Bientôt, la montée des Buttes-Chaumont. Pédaler, respirer, c'est tout. Arrivée à la maison, faire un petit tour avec Abby. Le lendemain, ça recommence.

## Mort d'Abby

Et puis au printemps, il y a le cancer d'Abby. Une chienne qui m'a accompagnée partout entre mes 8 à 18 ans. Elle est exceptionnelle. Elle jouait au foot, mordait la corde à sauter, attendait devant le supermarché, devant le cours de danse, patientait à l'école de musique et se tenait immobile sous mon siège, parfait passager clandestin, quand je voyageais seule en train. Ensemble, nous traversions le XIXe arrondissement à vélo, moi pédalant sur la chaussée, elle, galopant sur le trottoir, s'arrêtant aux intersections, attentive à un signal l'autorisant à passer ou lui indiquant un changement de direction. Vive, intelligente, affectueuse, au caractère affirmé, j'ai beau l'avoir souvent négligée, Abby est une vraie amie, et tout le quartier l'aime. Ce vendredi-là, c'est clair, mon voisin véto est sans équivoque: elle a mal, et elle n'a plus aucune chance. Elle a toujours détesté les cliniques vétérinaires.

Alors je prends une décision d'adulte. Je fais venir un vétérinaire à la maison. Mon amie d'enfance Nathalie et quelques voisins sont là pour lui dire au revoir. Je la tiens dans mes bras, doucement. Une pique, elle dort. Une seconde, elle est partie. C'est tout doux, rien de spectaculaire.

Et pourtant, c'est redoutable. Il n'y a rien de plus vrai. Un corps chaud certes amoindri, mais bien vivant entre mes bras, puis une enveloppe, une coquille, encore chaude et belle, mais vide. Un départ.

La notion de géopolitique au Moyen-Orient, la théorie politique de la nature, la macro-économie, et la maîtrise des méthodes quantitatives, statistiques et Excel à l'appui, tout cela me paraît si vain. Ce sont comme des mots vides, des enveloppes gonflées et creuses, foncièrement éloignées de la vraie vie.

La vraie vie, elle est dans ce jardin ensoleillé et bourdonnant en Picardie, où Nathalie et moi creusons un grand trou pour y déposer notre vieille amie.

Il faut bien finir les études, malgré tout, donc je me replonge dans des livres aux titres forts hautains comme " Moyen-Orient: Société bloquée, Etat sclérosé", écrits par des intellectuels français forts instruits qui semblent savoir comment les choses se passent et comment elles se passeront.<sup>6</sup>

Ils m'ennuient plus qu'autre chose.

J'ai l'impression que ce que je lis n'est pas toute la vérité, c'est bien plus compliqué que ça, mais je n'ai pas l'énergie ni l'entrain d'aller chercher et approfondir.

Surtout, du fond de ce grand fouilli, ce qui est nouveau et troublant, c'est que je n'ai plus peur.

Les examens du premier semestre approchent. Je le sais, mais je ne le sens pas. Je me dis: "Nora, qu'est-ce que tu es en train de faire ?!? Les examens approchent et tu ne fais rien? Ça va pas non?". J'essaie de me faire peur pour me faire réagir, mais ça ne marche pas.

Est-ce que toute la joie de la Californie, le caractère secondaire des études, les indices d'une valeur personnelle indépendante de la performance, ont dissout la peur de l'échec ?

Ce n'est pas pratique. Je me retrouve dans le rôle de ceux qui ne font qu'en dernière minute, ceux que je contemplais jadis avec perplexité...

---

6. Quelques mois après, le printemps arabe crépite un peu partout dans toutes ces "sociétés bloquées".

Toujours un peu plus, les examens du second semestre approchent. Il faudrait relire et mettre au propre les notes de cours magistral et faire des fiches. Il faudrait. Je les imprime. Les regarde. Les mots et les concepts glissent et n'adhèrent pas. C'est comme s'ils ne trouvaient pas la porte d'entrée, ils ne trouvent pas de prise. Il n'y a pas une once d'intérêt pour la matière. Dégoût et épuisement face à l'ampleur de la tâche.

Nous nous sommes données rendez-vous avec mon amie nancéienne Hélène pour réviser ensemble.

Le minimum de connaissances nécessaires pour valider ce second semestre ne percole pas jusque dans mon cerveau. Je sens bien que je suis acculée, dos au mur. Je mets donc mon reste de fierté de côté et accepte l'aide qu'Hélène me propose. Simple, pragmatique, généreuse. Avec son esprit de synthèse redoutable, elle lit et elle fait des fiches, vite, et bien. Puis nous les lisons et elle m'interroge jusqu'à ce que ça tienne. Je me sens comme un oisillon recevant la becquée et ce n'est vraiment que de la part d'Hélène que je peux l'accepter.

## **Besoin d'étiquette et année de stages**

### **Le besoin d'une étiquette médicale**

Au cours de ce second semestre à Sciences Po, moi qui n'ai appris qu'à lire, réfléchir, écrire, et être intelligente et rapide, j'ai l'impression d'avoir tout perdu. Je suis en rage contre moi-même. Quelle soulagement ce serait s'il y avait une cause indépendante de moi, qui ferait que ce n'est pas de ma faute, et que ce n'est pas moi qui suis devenue nulle ! Un papier, une étiquette que je pourrais tendre au gens

pour leur dire, « non, regardez, ce n'est pas moi, Nora qui suis devenue bête ! C'est juste une cause qui s'appelle gravis ragilus ! C'est une maladie grave, mais passagère, ça va être réglé rapidement ! ».

J'en parle à un médecin. Il m'envoie vers une psy. Je suis fâchée. J'ai juste un problème de ralentissement de cerveau et il croit que je suis faible d'esprit et ai besoin d'une thérapie ?

J'y vais à reculons. Dans le bureau sombre, aseptisé, du centre de santé de la MGEN, je lui explique ce que je lui avais déjà envoyé par écrit. Elle me fait signe de continuer. J'essaie de vérifier si elle comprend bien ce que je dis, je n'en suis pas certaine, elle a l'air morte de l'intérieur. Patiemment, je lui explique, qui sait, peut-être qu'elle me donnera la recette pour sortir de là ? Au moins un diagnostic ? Un nom pour ce qui me pèse ? Elle me remercie, me demande de payer, et dit qu'elle est à disposition pour un prochain rendez-vous. J'aurais pu lui claquer la porte au nez. C'est bien ce que je me disais, les psys ne servent à rien... Payer pour parler seule pendant 30 min ?

Moi, ce que je veux, c'est que quelqu'un appuie sur le bouton « redémarrer » de mon cerveau. Car j'ai de grandes choses à accomplir dans la vie et pas de temps à perdre.

Oui, régulièrement me vient l'image de simplement me recroqueviller dans un coin de ma chambre et me faire complètement oublier du monde. Assise derrière mon ordinateur et frustrée après 20 minutes de vide, me viennent des fantaisies de simple hibernation. Me mettre en boule dans un terrier sombre et chaud et avoir la paix, ne fichtrement avoir aucun compte à rendre à personne, ne devoir rien prouver.

C'est un désir profond d'un vrai repos. Poser tous les rôles et les contraintes.

Encouragée à la maison, où on pense que toute chose doit avoir une cause palpable, je renouvelle, pendant presque deux ans, différents efforts pour cerner la cause. C'est peut-être ça qu'on appelle « l'errance thérapeutique ». Une ou deux fois, je crois la tenir.

La gynéco : manque de fer important ? Les cachets de fer pendant 1 an n'y changeront rien.

La neurologue : cas rare de réapparition de troubles suite à un traumatisme crânien datant de mes 17 ans ? Les photos de cerveau disent que tout va bien.

L'endocrinologue : dysfonctionnement de la thyroïde, syndrome d'Hashimoto ? Le syndrome est présent, mais latent, et ne peut donc pas être la cause de mes difficultés.

J'ai envie de crier : mais puisque je vous dis que ça ne va pas ! Trouvez-moi une raison, et donc, une solution !

Je n'en trouve pas.

Je fais peut-être beaucoup de bruit pour rien. C'est « juste dans ma tête ». Tout le monde procrastine et dit qu'il n'est pas concentré, après tout. Arrête de faire des chichis.

Faute de trouver d'étiquette qui me dédouanerait, je suis donc seule avec ma lenteur, et en suis responsable. Il s'agit simplement de la cacher au mieux.



## **Du concret ! Une année de stages**

Je finis par me dire : « peut-être que tu as juste besoin de passer à quelque chose de concret ». Toute ta scolarité, tu t'es bourrée le crâne de connaissances et de théorie. Tu en as probablement marre et plonger dans le monde du travail te permettra de te remettre en route et de tester ce que tu veux vraiment.

J'ai décidé de faire une année de césure entre mes deux années de master. Candidatures, dossiers, puis le projet est ficelé. Pas de temps à perdre, je commencerai dès l'été, et enchaînerai trois stages. Direction des Biens Publics Mondiaux au ministère des affaires étrangères, Cabinet d'avocats en droit franco-allemand, puis départ vers la Jordanie pour perfectionner mon arabe et faire un stage de recherche dans une ONG spécialisée dans le « environmental peace-making ».

C'est une palette assez large, qui devrait me permettre de me faire une opinion. Du cadre institutionnel "de grande échelle", jusqu'à l'ONG de terrain, en passant par la pratique du droit, pour voir enfin, ce que cela représente en termes de quotidien de métier.

Arrivée au ministère. Dans le RER, joie et enthousiasme. Excitation à l'idée de plonger dans le métier, la thématique, et l'échelle dont je rêve. Je me suis toujours dit que pour protéger l'environnement, il fallait être efficace. L'écosystème étant global et les facteurs destructeurs structurels et internationaux, autant agir directement à l'échelle internationale. Quel meilleur endroit qu'un service intitulé "Direction des Biens Publics Mondiaux" ? Quel honneur de pouvoir me mettre au service de cette cause ! Dans ma tenue soignée et repassée, je m'installe au bureau que l'on m'indique, je suis avide d'apprendre et de bien faire. A la cantine, j'ai les

yeux grands ouverts. Je cherche les belles personnes qui sont passionnées par leur sujet et qui veulent faire une différence. Je rencontre beaucoup de personnes très intelligentes. Si je ne pose pas de questions sur des sujets et enjeux de fond, les conversations tournent autour d'acronymes, de personnes, de postes convoités, de ouï-dire... Je me demande s'il y a parfois des espaces d'échange et de discussions de fond. Si tant est que cela soit possible et ait un sens dans une structure aussi pyramidale ?

Après une phase d'enthousiasme et d'élan, l'engluement me rattrape. Je ne comprends pas. Je sais ce que j'ai à faire, ce n'est pas si compliqué, mais je n'arrive pas à avancer. J'essaie de décomposer les étapes, de me chronométrer. Mais une fois le moment de la rédaction venu, la page reste blanche, puis les phrases viennent len-te-ment, comme à reculons. " J'ai très faim, tout de même... " je sais que ce n'est pas possible. Je me dis "tais-toi, reste assise. Mange un bout de carotte s'il le faut, mais continue". 10 minutes passent ... Dans l'espace de travail ouvert, des collègues passent, laissant derrière eux une douce traînée, senteur de café. "Et si je buvais un café ? Peut-être que c'est juste ça dont j'ai besoin, boire un café pour être à nouveau présente à la tâche, efficace et concentrée ? ". Mais ça non plus, ça ne fonctionne pas. J'ai la chance de travailler de manière assez indépendante et seule sur des dossiers. On me donne des responsabilités, les résultats, au final, sont bons. Je ne sais par quel miracle, les heures à pédaler dans le vide derrière mon écran, à noter en désespoir de cause le nombre d'interruptions et de pensées parasites par quart d'heure, tout cela passe inaperçu.

Au cabinet d'avocat, il n'y aura pas de phase enthousiaste. Non seulement je dois lire beaucoup, mais en plus, même avec la meilleure des volontés, je n'y

comprends rien. Les interruptions et digressions redoublent. Je fais partie d'un "pool des stagiaires", disponibles pour effectuer des recherches pointues à la demande des avocats associés. Le téléphone sonne, je suis appelée dans un bureau. On me pose une question pointue et technique, dont je ne connais pas le contexte, ni le pourquoi, ni le comment. Note juridique à fournir pour demain. Me hissant à travers les articles de Code, les arrêts, et les mots obscurs, je fais de mon mieux. Mon mieux n'est pas bon, et on me le fait comprendre. Seule brise de soulagement: je déménage d'un placard à balais solitaire et sombre à la salle de bibliothèque, avec les autres stagiaires. Sourires, solidarité, sympathie. Nous déjeunons ensemble dans la petite cuisine donnant sur la cour intérieure. Rarement, une ou deux avocates juniors nous rejoignent. Dans l'ensemble, je ne perçois qu'étouffement dans cet immeuble. Les deux seules personnes chaleureuses, belles, et heureuses me semblent être l'hôtesse d'accueil, et l'assistante d'un des associés. Elle a des cheveux argentés, une coupe parfaite, une élégance rare, une douceur et force chaleureuses. Je la verrais bien ambassadrice, et me demande comment elle se retrouve dans un cagibi de ce cabinet. Noël approchant, elle fait un gâteau qu'elle partage avec nous à midi. Sa sagesse me fait penser qu'elle a dû vivre des choses difficiles, mais elle a l'air posée, solide, et ouvertes aux belles choses de la vie, en un sens heureuse. J'ai du mal à comprendre. Peut-être que les avocats sont trop efficaces et compétents pour se poser la question de leur bonheur ? De plus en plus, je questionne l'importance du "poste" ou de la "carrière". S'il fallait choisir, plus tard, je préférerais ressembler à l'assistante aux cheveux argentés que d'être une avocate renommée.

## **II. Jordanie: toucher le fond et nouvelle perspective**

### **Jordanie - mon propre piège**

En Jordanie, j'ai du temps. Le bureau ferme à trois heures de l'après-midi, et j'habite juste à côté, chez une famille jordanienne.

Toujours méfiante envers mon manque d'élan et de dynamisme propre, et soucieuse d'optimiser l'effort et le temps, je me fixe des objectifs qui m'obligeront à me dépasser. Avant mon départ, je prépare un projet de recherche sur l'agriculture et l'eau dans la vallée du Jourdain, rencontre la spécialiste française de la question, et le projet est validé et soutenu par ma structure d'accueil, Friends of the Earth Middle East. De fil en aiguille, je propose mon sujet pour une présentation à la World Water Week de Stockholm – il est retenu. Puis je réponds à un appel à contributions de la revue de sciences humaines « Autrepart » et promets un article – ce projet-là aussi est retenu. C'est dans l'ordre logique des choses de faire ça, toujours viser au plus haut, toujours veiller à obtenir le plus haut grade de reconnaissance officielle pour un effort fourni.

Intérieurement, je m'en mords les doigts – pourquoi ai-je fait ça ? Vraiment ? Rédiger un article académique avec toutes les difficultés de lecture et de synthèse que je rencontre ? Les interviews d'agriculteurs et de salariés de ministère me plaisent bien, mais la lecture d'articles et de références devient vite une torture. Je passe deux heures assise devant une même page à lire. Aller à l'exploration de ressources complémentaires, brasser large, chercher des chiffres. Tout cela est laborieux. Laborieux, mais je suis têtue. J'avais pris la décision de le faire, j'avais cet objectif, donc maintenant il faut aller jusqu'au bout. Sinon le travail serait perdu et ce serait du gâchis.

Ce qui était une difficulté devient un calvaire. La curiosité, l'envie de

comprendre, et le plaisir intellectuel ne sont plus que de vagues souvenirs. Intérieurement, je déteste. Tout n'est que lenteur, engluement, confusion, contrainte et obligation.

### **Piste neurologique, faiblesse**

Je me prends à rêver à nouveau à une explication médicale, un truc qui ne va pas. J'ai l'impression d'être devenue une mamie, dans la tête. Je n'ai pas de mémoire, et aucune attention. J'entends une émission de spécialistes de maladies neuro-dégénératives affirmant qu'il est faux de penser que leur explosion est un corollaire inévitable du vieillissement de la population, et que des facteurs environnementaux jouent. C'est ça que j'ai l'impression d'avoir : une maladie qui me fait fondre le cerveau. Concernée ou non, je suis indignée. J'ai une colère sans objet ou cible précise. J'ai l'impression que l'on m'a volé quelque chose. J'ai été rendue impuissante. Le pire, c'est que je ne peux pas vraiment en parler à qui que ce soit, parce que je n'ai pas de diagnostic, pas d'étiquette.

Mais peut-être que tout cela n'est que faiblesse. Alors j'écris dans un carnet :

« Ce que les docteurs disent ne sera JAMAIS une excuse, tu m'entends ? Ne te laisse pas aller. Tout cela ne dépend que de la force de ta volonté. Tous les chercheurs sont parfois distraits. Ceux qui persévèrent réussissent. Tu as déjà mis beaucoup de temps et d'effort dans ce projet d'article, tu le finis maintenant ! ».

Alors j'investis une partie de mon temps libre à l'exploration de moultes outils d'"organisation personnelle": comment gérer son temps, comment rester concentré, ... je me dis que tout cela n'est peut-être que question de méthode. Ces méthodes ont ceci de positif que leurs auteurs m'invitent à partir de la question du "pourquoi",

de la motivation profonde ? C'est une vraie question, ça, le "pourquoi ? ".

### **Impasse et dégoût de la recherche**

Pourquoi est-ce que je fais ce travail de recherche ?

Je recherche... pour trouver !

Ce travail de recherche, je ne le fais pas par amour de la compréhension, du savoir, ou de la recherche en elle-même. Je pense qu'il est nécessaire pour identifier LA voie d'action la plus juste pour résoudre la question d'une agriculture durable et d'une souveraineté alimentaire dans un pays désertique.

J'arrive en Jordanie, et forte de mon travail sur la localisation des systèmes alimentaires en Californie, je suis inquiète pour ce bout de terre aride où 80 pour cent de l'alimentation des 6 millions d'habitants est importée.... La vallée du Jourdain est une mince bande cultivée et irriguée en voie de salinisation et dont la fertilité chute. Le fleuve historique et hautement symbolique du Jourdain est rivière, ruisseau, puis filet d'eau nauséabond et pollué. Certaines années, il n'atteint plus la mer morte. Celle-ci se rétracte de près d'un mètre tous les ans. Il existe encore des bouts d'écosystème riparien fonctionnels aux espèces endémiques menacées. Les plateaux, autrefois terrains de pâturage, sont désertifiés....

Les fatalités n'existent pas pour les esprits rigoureux et courageux. Dans ma vanité inconsciente de pouvoir arriver à une solution, je me mets d'abord à la recherche des raisons : pourquoi est-ce que l'agriculture n'est pas une priorité, un objet d'attention, dans ce pays ? Pourquoi le potentiel de production non irrigué n'est-il pas exploré ? Derrière chaque porte entre-ouverte en apparaissent trois nouvelles. Considérations, pressions et influences économiques, culturelles, politiques, géopolitiques sociales, écologiques tout s'entremêle et se chevauche.

J'en suis épuisée, tout est si complexe ! Au téléphone, patiemment, ma mère m'écoute. Elle m'ouvre les yeux sur le fait que premièrement, je suis en train de chercher une solution et que c'est folie pour un individu seul, et que deuxièmement, la grande contribution d'un chercheur en sciences sociales est d'apporter des éclairages et peut-être de nouvelles perspectives, mais qu'il n'a pas de baguette magique.

Entrecroisant et remontant de cause en cause, j'en viens au constat suivant: si aucun effort n'est fait pour faire revivre une agriculture non-irriguée et que les meilleures terres arables disparaissent sous les pavillons, c'est qu'un paradigme solide de mesure monétaire guide les donateurs influents et les responsables politiques. Pour schématiser, la valeur d'échange, monétaire, règne, met des oeillères, et aucune place n'est accordée à la valeur d'usage, le caractère vital de l'alimentation.

Et me voilà bien avancée. Si la cause profonde de l'absurdité écologique et agricole de ce pays est un paradigme bien ancré dans toutes les têtes, alors je ne vois pas quoi faire. C'est impossible. Je n'y crois pas, à la possibilité d'un changement. Ou bien il sera redoutablement lent, très très lent.

Très lent, tandis que la salinisation des sols, l'urbanisation des meilleures terres arables, la disparition d'espèces endémiques à la légendaire vallée du Jourdain, et la perte de connaissances des nouvelles générations quand à leur écosystème, elles, vont très vite. Je voudrais pouvoir me boucher yeux et oreilles.

## **Bilan stages**

Au cours de ce printemps, je fais le bilan de mes stages. Le ministère, c'était peut-être trop loin du terrain, le cabinet d'avocat c'était une cage à lapins, mais là,

chez Friends of the Earth Middle East ? Le rêve : une structure locale pleine de professionnalisme et de courage, des collègues sympas, des responsabilités pour l'organisation de rencontres transfrontalières, mêlant réserves naturelles, ministres, maires, agriculteurs. Et puis c'est l'aventure politique et humaine. Il y a la visite exclusive du barrage de Karama situé en zone frontalière et donc militaire avec ministres, journalistes, et responsables locaux jordaniens, palestiniens, et israéliens. Après avoir passé plusieurs check-points, soldats armés et barbelés, nous rêvons ensemble à ce que ce « lieu des trois ponts », point historique de passage et de lien entre rive est et ouest du Jourdain devienne une réserve naturelle transfrontalière ouverte aux résidents des trois pays. Il y a la rencontre d'enfants jordaniens, israéliens et palestiniens, qui sur deux jours ont la possibilité de voir et de vivre l'autre en chair et en os, de jouer et d'apprendre ensemble, tout simplement. J'en ressors avec une pointe d'espoir nouveau, l'impression distincte que chaque interaction de ce week-end enrayait une vision simple de l'ennemi, voire apportait une toute petite pierre à un pont.

Ce sont des moments forts, mais la flamme vacille, mon élan d'action propre toussote et ne prend pas. Je ne comprends pas : ça y est, Nora ! Tu travailles pour une organisation et un projet qui pourraient être ceux de tes rêves ! Tu peux gérer ton propre projet, tu pourrais probablement devenir salariée, pourquoi n'es-tu pas pleine d'entrain et d'enthousiasme ? Paresseuse ? Indifférente à l'état du monde ? Je suis dépitée au constat de mon propre manque d'engagement. « Etre engagée » pour une cause, agir au-delà de son intérêt propre, c'est ça, et uniquement ça une vraie vie, une vie noble. Il me paraissait évident que pour pouvoir agir, il fallait d'abord comprendre, d'où le projet de recherche.

Mais toutes ces déductions logiques ne tiennent plus. Progressivement, ma



perspective change. En un sens, je baisse les bras. Je me dis « Soit. Ces stages ne t'auront aidée qu'à poursuivre le processus d'élimination » : en l'état actuel des choses, ni le droit, ni la recherche, ne sont faits pour toi. Je vais finir cet article parce que je l'ai commencé et parce que je veux prouver que je pourrais être chercheuse si je le voulais, puis JAMAIS, jamais je ne me laisserai embarquer dans ce type de projet.

Ce qui change, c'est que faisant le constat que le « concret » des stages n'a pas aidé, je m'autorise à lâcher pour un temps la question de l'orientation et du métier parfait. Profitant du temps libre important par rapport aux études, je me concentre sur le présent et les petites choses.

### **Les petites choses**

Je travaille au bureau et à mon projet de recherche par acquis de conscience. Intérieurement, je suis ailleurs. Je profite du temps libre. Je me lève tôt. Dans cet appartement de la banlieue d'Amman faite de garages et de friches, ancien grenier à blé attendant de nouveaux immeubles, je m'assieds dans la petite véranda du salon et vois le soleil se lever, se glisser entre les grilles, éclairer une petite herbacée qui frissonne dans la brise. C'est probablement par le vent qu'elle est arrivée dans cette jardinière délaissée. Un peu par hasard, j'ai sur mon ordinateur de vieux enregistrements de méditation que quelqu'un m'avait donné un jour, et je prends un temps de méditation tous les matins avant que les autres ne s'activent. Ce sont des moments paisibles, de bonheur.

J'essaie de communiquer avec ma nouvelle amie Warni, salariée de maison indonésienne trop âgée pour oser sortir. Au défi du dialecte jordanien s'ajoute son

accent indonésien marqué, mais nous rigolons bien. En bonne fille d'anthropologue, j'observe avec pragmatisme et ouverture les réalités sociales autour de moi. Par moments, j'en deviens acteur. « Ma fi akl ! ». Quand le frigo commence à se vider dans la maison faute de salaire perçu par Selma, maîtresse de maison et mère divorcée, mon amie Warni n'ose pas aller chercher les nouilles précuites indonésiennes strictement nécessaires à son bien-être. Je le fais volontiers pour elle et m'interroge quant aux pistes pour la sortir de là et lui permettre de rentrer chez elle. « Là-bas », elle aime être dehors, elle a un jardin, beaucoup de légumes, des poules... et sa fille qui vient de se marier. Cela fait des années qu'elle est au Moyen-Orient, et des mois qu'elle n'a pas été payée. Au moins, elle a son passeport. Discrètement, je lui transmets les coordonnées d'une association d'aide aux travailleurs migrants, et de la documentation en langue indonésienne.

Dans un contexte où je ne sais plus quoi saisir, comme par boutade, je mets du soin à l'inutile. Je commence à documenter minutieusement dans un petit carnet tout déplacement en taxi. Il faut dire que les taxis jouent un rôle important dans une ville où les transports en commun sont peu développés, et qu'ils sont des plus divers : du plus cabossé, poussiéreux et enfumé au plus chic et propre, de l'ancien ouvrier de 60 ans au diplômé bac plus 5 ne trouvant pas de débouché, ils ont en commun de rivaliser en termes de petits objets colorés et pendouillants. Je note : véhicule plutôt ancien et toussotant, de marque Toyota, sièges couverts d'une couverture brodée et colorée, petite vignette du roi Abdallah entouré d'or et main de fatma qui pendent du rétroviseur, à la radio, d'abord des récitaions coraniques, puis changement de chaîne pour les informations. Ces trajets sont aussi d'excellentes opportunités de pratiquer mon Arabe, et les chauffeurs discutent volontiers. Avant, le

conducteur avait un magasin, il a une fille et deux garçons, ils travaillent bien à l'école. Il a bon espoir qu'ils partent à l'étranger. Je célèbre l'anecdote. Parfois, la déformation professionnelle me rattrape, et je glisse : « et l'agriculture, en Jordanie, ça se passe comment ? Vous en pensez quoi ? ».

Les gens sont chaleureux, curieux, et généreux avec leur temps. Souvent, une conversation commence lors d'un trajet de bus avec un interlocuteur aussi surpris que ravi de ma maîtrise imparfaite mais fonctionnelle de la langue arabe. Et me voilà embarquée pour un quart d'heure d'immersion intensive, corrections grammaticales à l'appui. Ou me voilà adoptée par une maman jordanienne, qui me dit de passer prendre le thé. Ou invitée dans sa famille par une jeune étudiante qui me fera part de son tiraillement entre liberté et cadre familial dans la coquille confidentielle de sa voiture.

De manière générale, ici, quand je rencontre quelqu'un, on me demande d'où je viens, quel âge j'ai, et si j'ai des frères et soeurs, quel âge ils ont, si je suis mariée. On me pose des questions sur mes parents aussi, leur âge, s'ils ne se sont pas en train de se faire du soucis pour moi...

En France, on me demandait toujours, dans la même respiration: "Comment tu t'appelles ?" et " Qu'est-ce que tu fais dans la vie ? ". Ici, ça semble parfaitement secondaire. J'ai l'impression que les gens s'intéressent d'abord à ma personnalité, puis, à mes liens affectifs, aux humains qui me sont les plus chers. Certains diront: c'est parce qu'ils pensent que pour une femme, la profession n'est pas importante. Non, c'est plutôt qu'ici, l'identité d'une personne n'est pas déterminée d'abord et

avant tout par son "travail". Et c'est un vrai soulagement.

J'ai bien conscience du fait que les jordaniens, eux, sont pris dans d'autres "boîtes" et cases, de par leurs appartenances familiales, et que je bénéficie du joker anonyme de l'étranger occidental. Mais j'en profite avec joie et suis reconnaissante pour le manque d'intérêt de mes interlocuteurs pour ma "profession" et mon "devenir" : les gens apprécient Nora, pour ce qu'elle est, et comment elle est. Qu'elle prépare le concours des affaires étrangères ou non.

### **III. Un vent nouveau**

#### **Anselm et le concret**

Avec mon exploration des "petites choses" qui ne seraient pas liées au travail et à la recherche, je pars à la rencontre d'initiatives locales concrètes.

C'est ainsi que je croise un jeune allemand, en Jordanie depuis 5 ans, qui pétillait de joie de vivre et d'idées d'actions. Il ne s'attarde pas cinq minutes sur des concepts – il s'agit toujours de faire ! Le tout dans une joie du groupe, un élan de l'action, la valorisation des qualités de chacun. L'un de ses projets : « Freedom Gardens », jardin partagé cogéré par les enfants du quartier sur la colline de Jabal-al-Aman. Je laisse facilement de côté mes doutes naissants sur la pérennité et l'impact réel du projet et transporte toutes les semaines avec joie et élan pierres, poussière, et débris sous le soleil écrasant de l'été approchant. Tout le monde s'amuse, les enfants rigolent, les voisins intrigués laissent faire en secouant la tête, incrédules, et le jeune allemand qui se prénomme Anselm, apporte un pique-nique. En un sens, il est tout le contraire de moi : il a une idée qu'il trouve bonne, il fait,

sans s'embarrasser de scénarios possibles, de facteurs limitants, ou de recherches préalables. Les premiers réfugiés syriens arrivant, il lance avec vigueur une campagne de récolte de fonds auprès de son réseau étendu, et ses capacités d'entraînement, de coordination, et d'organisation logistique m'impressionnent. C'est comme un bol d'air frais dans mon monde sclérosé par les concepts et les mots. Là, j'ai l'impression de voir l'impact de mes actions. Je choisis de faire confiance en la direction impulsée. C'est avec soulagement et gratitude que je mets simplement mon temps à disposition de différentes actions suggérées. Et puis soyons francs : j'adore être en sa présence chaleureuse, déterminée et enjouée. Son engagement ne provient pas d'un sentiment de devoir, de honte, il ne prend pas la forme d'un acharnement déterminé, ou d'une auto-exploitation crispée. C'est un élan spontané et naturel. Un modèle nouveau pour moi que j'aime observer. Du fond de mon engluement cérébral et de mon doute de tout et de moi-même, je baigne dans l'intensité avec laquelle il embrasse la vie et chaque moment. Conviction pour la cause, ou espoir inconscient de gagner son estime, je réponds « présente ! » à chaque réunion ou action.

## **Permaculture**

C'est lui qui organise une formation de « permaculture » de deux semaines dans un village Jordanien du nom de Bayouda. Cela n'entre pas dans mes prévisions budgétaires à priori, et puis c'est un peu nébuleux – quelque chose d'écologique mêlant théorie et pratique, et j'ai du travail de recherche à avancer. Mais forte du soutien de mes collègues, je finis par m'inscrire. Et bien m'en a pris !

Progressant dans mon travail de recherche sur l'agriculture et l'eau en

Jordanie, je commence à en voir les éléments de conclusion principaux et ils me dépitent. Les choses semblent si grandes et immenses ! Par quel bout les prendre, je me sens impuissante.

Le stage de permaculture m'ouvre une toute nouvelle perspective : constat lucide sur la situation écologique et humaine planétaire, identification de la nécessité d'action, et méthode et outils pour agir pas à pas, à son échelle et avec ses capacités. Moi qui me sentais tiraillée et ballotée par la multiplicité des perspectives et des facteurs, qui étais prise dans un grand écart entre considérations sociales, économiques, et écologiques, la méthode de conception permaculturelle m'enchant. Ce qui fait sa force, c'est qu'elle s'autorise un socle normatif qui guide chaque pas en aval : soin de l'écosystème, soin de l'humain, et recherche d'un juste d'équilibre. A partir de là, l'intelligence et la recherche sont mis au service de l'action : il s'agit d'observer avec soin, de réfléchir et de s'informer avant d'agir, mais toujours pour agir. C'est là une différence fondamentale avec la recherche telle que je l'ai connue et pratiquée jusque là : je m'attelais à des sujets immenses et structurels, et me sentais toute démunie face à ce qui semblait être un immense bloc de granit, ou plutôt une masse en mouvement constant, sans prise. La méthode permaculturelle m'invite à ne pas me laisser paralyser par l'analyse, à faire à mon échelle.

C'est un cadre, une trame de fond, à laquelle je pourrai revenir, mais pour le moment, je ne veux réfléchir à rien et n'avoir aucune responsabilité. Je veux juste être tranquille. Un escadron sonore en moi me le reproche, trouve ça égoïste et inconscient.

**Quatrième partie :**  
**Ré émerger, se retrouver**

**I. Droit ou perma ?**

**Rencontre d'un vieux sage**

L'été de mon retour de Jordanie et le début de ma dernière année universitaire marquent le début d'un tournant.

Plusieurs choses changent.

La première est que je trouve un premier allié de confiance dans ma quête.

Dans mon éternelle quête de vocation et mes questionnements constants et torturés, j'ai parfois rêvé d'une vieille personne vraiment sage dont les paroles donnent un sens et une idée de direction. Comme dans les histoires et les livres pour enfants. Mais je n'ai jamais croisé de telle personne, et je crois donc savoir que cela n'existe pas. Adulte, j'ai compris que tout est question de faits, de connaissances, de déductions, et de responsabilité personnelle.

A mon retour de Jordanie, et avant la rentrée, notre voisine, amie de ma

mère, qui baigne autant dans la spiritualité que ma mère dans le réalisme athée, m'invite à un séminaire de méditation. C'est là que contre toute attente, la cynique athée que je suis rencontre le vieux sage qu'elle cherchait. Il parle lentement, en peu de mots, des mots très simples. Moi qui suis fière et maîtrisée, qui ai construit moult barrières pour cacher ce que j'ai peur d'être, ses mots me touchent et me troublent. Encouragée par ma voisine, je lui raconte mon désarroi face à mon cerveau fondu, et mon angoisse de la question du "que faire ?".

Il n'a pas LA solution - ç'eu été trop beau et trop simple. Mais c'est comme s'il me voyait avec clarté alors que moi-même je ne sais pas qui je suis, boule de confusion. Il me dit « peut-être que le problème n'est pas que tu n'as pas assez de choses dans la tête, c'est plutôt que tu en as trop. Tu es sensible et tu t'es construit une muraille de protection intellectuelle. Mais cette sensibilité est une vraie force. ». Je ne comprends pas trop ce qu'il me dit, mais j'aime sa manière d'être, sa vision courageusement positive de l'humain et du monde.

Pour la première fois, je m'autorise à faire confiance intuitivement, sans comprendre. Il me propose des exercices de méditation. Je trouve ça un peu ridicule et nombriliste, mais si c'est lui qui le dit, c'est ok. De toutes manières, je n'ai plus rien à perdre. Il me donne des sons à répéter, en disant: "en faisant le son, écoute-le, et détends-toi dans ce son, tout simplement". Ces exercices deviennent un repère, une routine matinale soulageante.

### **Etre honnête sur mon état - refuser le droit ?**

La seconde chose qui change, c'est que je vais consommer la rupture avec le droit.



Car celle-ci n'est toujours pas complète.

Il me reste donc un semestre de printemps à valider à Sciences Po, donc les mois de septembre à décembre à "combler". Pour le semestre d'automne, je me suis inscrite dans un master 2 droit de l'environnement à l'Université Paris I. Oui, encore un projet de double-diplôme !

Car souvenez-vous, en master 1 je m'étais dit " mon abandon n'est que partie remise, donc pas un échec". Et à la maison on me dit : « mène les choses à bout, au moins jusqu'au point où tu pourras être active dans cette profession. S'il te faut un bac+4 pour pouvoir proposer une expertise de juriste, rajoute cette année de master, ça te fera un redoutable élément dans ta boîte à outils, après tu pourras faire ce que tu veux ! ». Donc j'ai bien tout ficelé avant mon départ pour la Jordanie. Je me rassurais en me disant que j'aurais le "luxe" de pouvoir me concentrer pleinement sur le master de droit au premier semestre, et que ce n'est qu'au second qu'il faudra mener les deux formations de front.

Oui. Sauf que :

- je n'ose à peine conduire une voiture tellement mes neurones sont englués, mon fonctionnement est mono-tâche, et mes réactions ralenties - de là à mener deux cursus de front ?
- je suis surprise à quel point j'ai réussi à dissimuler mes difficultés au cours de cette année de stages, j'ai une peur bleue du dernier semestre de sciences po avec son système d'évaluation resserré qui risque de révéler les faiblesses.
- c'est peut-être le moment d'y faire face : je déteste le droit comme j'ai détesté

les maths. J'ai des pulsions de fuite à l'idée de me retrouver dans un poste de juriste – alors pourquoi, au grand pourquoi, rajouter une ligne à mon CV qui pourrait donner à tout employeur la mauvaise idée de me proposer un tel poste ?

- Au fond, j'en ai vraiment marre des « après ». J'ai l'impression de m'être acharnée depuis mes 14 ans: d'abord les mathématiques, puis le droit, puis ce projet de recherche. « C'est bien pour après ». Je commence à questionner le fait que faire maintenant des choses pénibles me mènera à de belles choses, après. En fait, je veux être heureuse maintenant.

Quasiment en panique, je cherche une issue.

### **Désir de concret - prendre les choses en main**

La rentrée de septembre approchant, c'est aussi le moment d'un questionnement général, car malgré mes remises en question de l'année de stage, la trajectoire de mon CV offre des perspectives bien délimitées: droit, recherche, concours de la fonction publique, ou travail en ONG...

"J'en ai marre de l'abstrait ! Je ne vois pas à quoi ça sert, tout ce que je fais. Et puis, vraiment, je ne suis pas douée pour ça, ou je ne le suis plus. C'est triste, mais peut-être qu'il faut que je me rende à l'évidence: en termes d'avantages comparatifs, le travail intellectuel et analytique n'est pas fait pour moi. C'est bien trop laborieux, chronophage, et surtout, vraiment pas drôle. Est-ce que, vraiment je vais continuer là dedans toute ma vie ? ".

J'ai perdu toute estime de moi quant au travail intellectuel. Certes, les résultats in fine, restent bons parce que je suis têtue, mais à quel prix ? " Les autres"

ne voient que le résultat, et me disent "tu vois que tu y arrives très bien ! Tu n'as simplement pas assez confiance en toi !". Mais moi, je le vis de l'intérieur. Et c'est laborieux. Ridiculement chronophage et laborieux. J'ai honte, c'est ridicule, je ne fais que me fâcher contre moi-même. Pendant ces heures passées, entêtée, devant l'écran, j'ai l'impression que des heures, des jours, des mois de vie me glissent entre les doigts. Il y a beaucoup de levers du soleil qui ne sont pas vus, beaucoup trop de beaux arbres à grimper qui ne sont pas explorés et de galipettes dans les champs qui ne sont pas faites.

Et pourtant, je veux être utile. Je veux contribuer. Peut-être qu'il faut que j'aille chercher ma valeur ailleurs ? Je me prends à rêver de choses concrètes. Et me voilà qui commence à pester intérieurement. J'ai l'impression d'être handicapée des mains. Je ne sais rien faire, en fait. Moi qui ai été inspirée par l'approche concrète et pragmatique des projets "permacoles", je ne serais d'aucune utilité dans un tel projet. Je ne saurais pas assembler deux planches pour une boîte à compost ou faire un noeud correct. Ma mère, elle, est débrouillarde en tout, de la réparation de vélos jusqu'à l'installation électrique, mais la transmission ne s'est pas faite. Cherchant un coupable, je me fâche contre l'école. Ce que j'avais cru être un système humaniste complet a produit une sorte de machine difforme: un cerveau surdéveloppé, des mains atrophiées. Décoratives, inutiles. Maintenant que le cerveau flanche, je ne sais plus comment être utile, ou à quoi raccrocher mon estime de moi.

Je me prends à rêver d'une activité, d'un art très concret. De préférence quelque chose qui se fait ou peut se faire en extérieur, et qui est simple, pas trop complexe. Mes rêveries vont du gardiennage de moutons dans les alpages, jusqu'à la taille d'arbres fruitiers, mais bien plus concrètement encore, la vannerie, l'art de

faire des clôtures, la poterie, voire, soyons fous, le tricot, la couture ... ! Je veux très simplement pouvoir voir et saisir le fruit du temps passé. J'ai de plus en plus de mal à saisir l'utilité de la stratégie et de l'abstrait. Je rêve d'une utilité vitale, directe: se nourrir... ?

Cet été-là, pour la première fois, une idée folle émerge : et si, au lieu de faire ce master 2 de droit de l'environnement, je faisais ce dont j'ai le plus envie, ce qui me tient le plus à coeur, jusqu'en janvier, quand il faudra bien finir le diplôme de Sciences Po ?

Il s'agirait, dans l'idéal, de trouver un "lieu permacole" en France, rigoureux et ambitieux, dans lequel je pourrais vivre, observer, apprendre, contribuer.

Et le trou dans le CV ? Justement, c'est l'occasion parfaite pour le "cacher". Glisser ces quelques mois d'escapade entre mon année de césure et mon dernier semestre à valider.

### **Une convention pour la ferme**

Ma seule piste pour chercher: internet. Sur internet les exemples, à l'époque, ne se bousculent pas. C'est le site internet d'une ferme appelée "Ferme du Bec Hellouin" qui ressort. Leur site, leurs explications, leur démarche de s'associer avec un institut de recherche pour tester leur méthode, tout me parle.

A l'époque, déjà, la ferme est un peu connue. Ayant énormément donné, et soucieux de préserver leur vie de famille, les fondateurs, Charles et Perrine, viennent de décider de ne plus héberger de wwoofers sur place. Mais j'ai trouvé LA ferme, et je ne lâche donc pas le morceau si vite. Je négocie, je me présente en

personne, et finis par être acceptée de bon cœur. Quelle joie ! Pour la première fois peut-être, j'ai l'impression de prendre ma vie en main.

Je me rassure en me disant qu'après cette année de stages, je n'aurai pas trop de mal à cacher ces quelques mois que je passerai les mains dans la terre, c'est-à-dire, pour mon CV et ma carrière, à ne « rien » faire.

Il reste cependant à négocier la chose avec Sciences Po. J'ai un peu peur de la réaction de ma responsable pédagogique, Hélène Thiollet. Je l'ai méprisée pour être responsable d'un master "environnement" sans vraiment avoir travaillé sur la question. Mais elle avait toujours été à l'écoute et en soutien, que ce soit pour mon projet de césure, les projets de double-diplôme juridiques, ou pour la transposition de ma recherche jordanienne en un mémoire de master.

Assise dans son bureau, drôlement nerveuse, je me prépare à lui annoncer que je veux abandonner mon plan grandiose de master de droit et aller faire du travail manuel dans une ferme. Je ne la regarde pas droit dans les yeux. Timide, de manière compliquée, j'arrive finalement à le lui exprimer.

Elle reste tout à fait posée, ne semble pas du tout tomber des nues. Elle me dit « une des choses que nous pouvons apprendre de la nature, c'est d'écouter nos propres limites et ne pas en faire trop ».

Soulagement immense.

Intérieurement, je déborde de gratitude. Dans mon estime, Mme Thiollet se retrouve soudainement et durablement propulsée sur un trône. Nous signons une convention de stage entre Sciences Po et la ferme pour que je puisse valider ce semestre. Je me demande si une telle chose est déjà arrivée dans l'histoire de l'institution.

## **Du droit à la perma**

C'est avec une très légère mauvaise conscience - est-ce que j'avais bloqué sa place à un autre potentiel candidat ? - et beaucoup de joie et de soulagement que j'écris ma lettre de démission au master 2 recherche "droit de l'environnement" à Paris I.

S'ouvre devant moi une parenthèse de bonheur. Ce bonheur-là, il est fait de trois ingrédients principaux:

- le travail concret, dehors
- la libération d'être enfin entendue et comprise dans mon engluement cérébral
- et enfin, un humain qui m'inspire et qui m'aime, sans que j'en comprenne trop les raisons.

## **II. Les ingrédients du bonheur**

### **Dehors, dans les sens**

Arrivée au Bec Hellouin, je suis d'abord installée dans une grande pièce qui est l'ancien bureau de Charles. Je me réveille tôt, - soleil du matin au travers de la brume, sur le parquet clair, pièce épurée, où chaque chose a sa place. Quelques objets venus de loin, du temps où il parcourait les océans sur un voilier pédagogique. Je me lève, médite, et retrouve Yohann, le chef de culture, et parfois quelques autres, dans la salle de vente et cuisine commune pour le café.

Yohann me remet une liste de légumes à récolter, quantités et indications de localisation à l'appui.

Jamais mon travail a été une telle fête des sens. Dans la brume encore froide et humide de ce fond de vallée, j'ouvre la maison des poules, je traverse le petit pont surplombant le ruisseau du Bec, et les rayons s'intensifient déjà. Bientôt, tout scintille, myriades de gouttelettes sur des feuilles de choux, pommiers aux reflets dorés. Plus tard dans la saison, les voiles blancs protecteurs sont couverts de paillettes.

Je parcours ma liste: les tomates, d'abord. Ce sont les dernières semaines de la saison, et la fête semble à son apogée. Il y en a des petites, des grandes, à forme ronde, ou crevassées, ovales, ou en forme de poivron. Des petites jaunes, des petites rouges, des petites noires. Des moyennes noire-rouge, des grandes jaunes. A leur pied, des plants de basilique lancent une invitation de salade estivale. Dans cette serre, j'ai l'impression d'avancer comme dans une jungle abondante et odorante.

Je poursuis ma liste, qui m'envoie aux quatre coins de la ferme, sur l'île de l'étang chercher les courgettes, dans les fourrés à la recherche des toutes dernières framboises jaunes...

Spécificité de cette ferme: un projet de recherche scientifique sur les méthodes de culture et leur performance productive et économique est en cours. Il s'agit donc de noter avec précision le temps travaillé sur chaque "planche", et de documenter les quantités récoltées.

Le tout se retrouve ensuite dans de grands paniers. Moi qui n'avais jamais trop compris le charme des natures mortes dans les musées, voilà que j'en vois toute la splendeur, les paniers s'alignant dans la cuisine.

A l'heure du déjeuner, la fête se poursuit. Une de mes plus grandes découvertes: une carotte, violette à l'extérieur, qui une fois coupée, révèle une sorte

de petite explosion, une étoile d'orange sur fond violet. Les tomates, tout juste cueillies, se retrouvent en compagnie de leurs voisins le basilique dans nos assiettes et rivalisent tant en beauté de formes et de couleurs qu'en saveurs affirmées. Parfois, quelques fleurs comestibles viennent agrémenter le tout.

L'après-midi, nous continuons. Récoltes, désherbage, préparation de planches, semis... Accueil de stagiaires, aussi. Personnes curieuses et avides de manières de faire différentes. Je découvre des personnes un peu comme moi, prisonnières d'un quotidien urbain, avec un désir diffus d'autre chose. Même si c'est éphémère, je suis bien soulagée de ne pas être à leur place.

Pour ma part, j'ai l'impression d'être entrée dans une bulle de cohérence. Je me lève, le matin, et tout est beau et paisible, car ici les outils motorisés sont presque inutiles au vu des petites surfaces. Peu d'intrants de synthèse sont utilisés et l'objectif est d'améliorer la santé écologique du lieu : diversité des cultures, des habitats pour une faune "aidante", une fertilité durable des terres. Je ne suis pas experte agronome, mais ça m'inspire et me soulage.

Je participe à la production d'aliments qui vont entrer dans le métabolisme d'autres humains. Très simplement et directement, ils vont permettre la vie. Et ça, ça a de la valeur. C'est quelque chose de vrai, de palpable. Cet automne-là, je formule une opinion assez catégorique : je ne vois pas d'activité plus noble et directement utile que celle de permettre à d'autres de se nourrir. Et dire que dans notre société, le nombre de producteurs est en chute libre. Je préfère ne pas y penser. J'en connais les causes, mais je refuse cette réalité. J'ai de l'impatience agacée pour nous, ces humains de bureau qui pensons, que nous sommes plus importants parce



que nous brassons beaucoup d'idées ou beaucoup d'euros. Nous mangeons, aussi, tous. Et nous faisons partie d'un paysage, d'un écosystème, tous. Ecosystème qui ne se réduit pas à un bucolique décor de vacances.

Mais dans l'ensemble, j'essaie de ne pas trop réfléchir.

Je parcours ma journée, et je sens le poids des paniers, je vois les légumes, je trie des pommes, je pousse des brouettes. J'ai l'impression de respirer, enfin. De plus en plus, je me demande comment j'ai pu passer autant d'heures, de journées, de mois d'affilée assise avec du papier et un écran. Ici, je sens mes jambes, mes bras, j'ai des courbatures, parfois. Ici, ce n'est pas mon cerveau qui travaille, et c'est très bien comme ça.

D'ailleurs, la nourriture est retombée à sa juste place. Ici, je suis tellement occupée à bouger, à faire, à déplacer, que la terrible question de " je veux aller dans la cuisine manger ! Mais est-ce vraiment de la faim ? ", et le dégoût d'avoir encore cédé, tout cela n'a plus de place. A l'heure du repas, je me pose à table avec soulagement, et un appétit simple et joyeux. Tous mes muscles me disent que j'ai bien mérité ce qui m'attends.

## **Gymnastique du cerveau**

Parfois, je passe un temps avec les filles de Charles et Perrine, en maternelle et CE1, à lire, jouer, débattre avec l'aînée de l'intérêt et du caractère amusant des devoirs.

Moi-même, je me donne des devoirs. Car cette escapade est bien belle, mais il faut que je remette mon cerveau sur les rails, pour le dernier semestre de Sciences

Po. En Jordanie, inquiète de mon cerveau fondu, et décidée à prendre les choses en main, j'avais fait des recherches sur "comment mémoriser" et "comment lire plus rapidement". Au Bec Hellouin, je prends donc soin de me réveiller tôt le matin, pour pouvoir m'y exercer. J'ai appris que la puissance de la mémoire est décuplée si elle est associée à des repères spatiaux. Mémoriser un poème devient alors vraiment ludique, il s'agit simplement d'imaginer un parcours dans l'espace d'un lieu connu, et de placer visuellement l'enchaînement des images ou passages du poème dans les pièces parcourues. J'ai appris aussi que notre cerveau est capable de saisir visuellement plusieurs mots, voire plusieurs lignes à la fois, et qu'en s'entraînant, il serait possible de saisir vraiment le contenu de textes en les parcourant rapidement du regard. Ces approches sont nouvelles pour moi, et je n'en crois pas mes oreilles: j'ai passé 16 années sur les bancs de l'école et l'on m'a toujours jeté du contenu à "apprendre", à "mémoriser", à "faire", sans jamais m'apprendre le comment. Les contenus, je les ai oubliés. Le comment, lui, aurait été un cadeau pour la vie.

C'est donc à 23 ans, que je m'y exerce, seule, certainement malhabile, mais patiente. Patiente, car ce qui a changé, c'est que je sais maintenant que mes difficultés sont réelles, elles ne sont pas qu'imaginées. J'en ai eu confirmation extérieure. Et bientôt, je ne serai plus seule.

### **Comprise et accompagnée**

Des experts m'ont fait faire un « bilan neuropsychologique » cet été-là. C'est une série de petits tests qui peuvent paraître anodins, voire enfantins. Mais j'en ressors avec un papier entre les mains, et c'est écrit noir blanc : "des difficultés anormales au vu de l'âge, et du profil social et académique de la patiente", et des mots d'experts qui font peur, aussi, mais qui traduisent bien ce que je ressens: "

ralentissement idéo-moteur important ".

Pour moi, c'est un soulagement. Je ne suis plus seule, prise dans la cage de mon cerveau. Si des professionnels avec un titre confirment ma difficulté, je tiens le bon bout. C'est logique : à partir d'un diagnostic, il doit être possible de remonter à une cause et donc de résoudre le problème.

On m'a prescrit des séances hebdomadaires avec une orthophoniste. L'orthophonie, c'est pas pour les dyslexiques ? Je suis surprise, mais docile.

Jeune, calme, et claire, Camille Blind me fait comprendre que non, elle ne peut pas me garantir d'avoir débloqué mon cerveau d'ici la fin du mois, et qu'il faudra peut-être compter une année pour un bon début. Calcul mental rapide : ça peut aller, juste le temps de la dernière année de master, de remettre la machine en route pour des concours. Camille a une palette d'exercices, de la répétition de mots à une certaine vitesse, de mémorisation, d'organisation d'étapes logistiques... avec lesquels, progressivement, elle dévoile mes failles. Des exercices d'une simplicité enfantine pour lesquels je me mélange les pinceaux ou reste bloquée. Elle met le doigt exactement là où ça fait mal. Je rougis, j'ai honte... Frustrée, presque envie de pleurer. C'est exactement ce que le monde ne doit jamais découvrir. Je serais révélée comme faible.

Camille devient mon rocher et mon phare dans ces eaux tumultueuses. J'ai en elle une confiance et une foi absolue : elle est la seule personne au monde qui voit la réalité de ce qui se passe dans mon cerveau. Tout est dans ces séries d'exercices et les petites notes qu'elle prend au crayon à papier dans son dossier "Nora Müller". C'est donc aussi la seule personne au monde qui peut m'aider. Les lundis matin, avant l'aube, je me réveille à la ferme, enfourche mon vieux vélo rouge, pédale jusqu'au bus, qui nous amène à la gare d'Evreux, mon vélo et moi, puis le

TER jusqu'à la gare Saint-Lazare, où je reprends le vélo pour rejoindre Camille près des Invalides. Je suis de retour dans la vallée du Bec, les mains dans les choux, en milieu d'après-midi.

A chaque séance, Camille me demande comment ça va, et j'ai toujours plein de choses à lui dire. Je lui déballe tout. Voilà quelqu'un qui ne va pas simplement me dire que je manque de confiance en moi et que je ferais bien d'arrêter de chouiner.

Je lui raconte surtout à quel point je suis embêtée de ce que mon cerveau, s'il n'est pas réparé, m'empêchera de réaliser mes grandes aspirations professionnelles.

Nous avons des moments de débat, aussi. Un jour, elle me dit que cela me ferait peut-être du bien d'accepter de décrocher, parfois. D'accepter le "rien".

Ma réponse est catégorique:

- " Non, c'est horrible, je déteste le sentiment de grand vide, de flou profond."
- " Et si vous essayiez la marche ? Au début, les idées continueront de tourner, de circuler, puis, au bout d'un moment, ce ne seront plus que les pas..."
- " Mon problème n'est pas que j'ai trop d'idées et de réflexions, c'est plutôt que j'en ai pas ! Cet état de vide, ce méandre, mon cerveau est tout le temps comme ça en ce moment, et je veux m'extraire de cette soupe, je veux pouvoir réfléchir clairement."
- " Je vous conseille tout de même d'autoriser le vide... peut-être qu'il en émergera quelque chose..."
- " Je n'y crois pas. Car on est toujours influencé par la situation dans laquelle on se trouve. Je pense qu'il n'y a pas de progression sans impulsion de volonté,

sans direction volontaire. Et moi je veux progresser, toujours. Il faut donc que je prenne une décision, fixe un objectif, puis je mets tout en marche dans cette direction."

Peut-être que je l'ai entendue un peu quand même.

D'autant plus qu'une certaine arrivée s'est produite, qui va remettre les choses en perspective... Mais il faut pour cela remonter quelques semaines en arrière.

### **Un nouvel arrivé**

Cet été-là, j'ai confié à ma mère que les relations amoureuses sont vraiment surévaluées.

" Personnellement, je lâche le morceau. Je ne vois pas d'intérêt à aller chercher des relations amoureuses juste pour en avoir. Je vais vivre ma vie, tout simplement. Si je reste célibataire à vie, c'est ok aussi."

Ma mère rit et me taquine au sujet du jeune Allemand. Elle trouve que j'en parle beaucoup, quand il est question de Jordanie.

- « Mais non ! Il n'y a jamais rien eu entre nous et il n' y aura jamais rien, puisque nous ne sommes pas sur le même bout de planète... ». Il n'empêche qu'un dernier SMS jordanien reçu dans le bus vers l'aéroport d'Amman, déclaration de grand respect et d'amitié, m'a fait sourire jusqu'aux oreilles pendant près d'une semaine.

Quelle n'est pas ma surprise quand le jeune Allemand en question me fait savoir qu'il aimerait me voir, en septembre, quand il sera de passage en Europe

pour une visite de famille. Soit. On se donne rendez-vous à mi-chemin, dans le Morvan, où mon oncle a sa pépinière. Non, ce n'est pas par nervosité que je frôle un poteau à la gare du Creusot une fois le jeune homme installé dans la camionnette. Rien à voir. Le week-end passé ensemble est beau, plein de soleil morvandiau, de collines, et de haies. Des défis d'arbres à escalader, et d'étoiles à identifier. En Jordanie, nous étions en réunions ou en action. Pour la première fois, nous nous parlons.

Un gros et vrai câlin en le déposant à la gare à nouveau. Mais voilà, maman, je te l'ai déjà dit : il n'y a jamais rien eu, et c'est une affaire classée. Sans suite.

Sauf que... les autorités jordaniennes n'ont peut-être pas apprécié les multiples initiatives imprévisibles, décentralisées, et donc presque anti-institutionnelles d'Anselm.-

Je suis chez ma mamie, en Allemagne. Assise dans la cuisine, je me triture la cervelle sur mon article. A mes pieds, ravis d'avoir découvert mes lacets, joue un petit chiot noir et blanc qui sera une surprise pour les 10 ans de ma sœur. Je reçois un SMS :

« hé Nora ! c'est Anselm. Les Jordaniens ne veulent pas de moi et veulent me renvoyer en Europe, ... »

Très drôle... Je suis presque fâchée, c'est pas gentil de faire des blagues comme ça. L'affaire est classée, ok ? Je ne réponds pas.

Plus tard, le téléphone sonne.

« Hé Nora, je suis de retour à Munich, ils ne me laissent pas entrer en Jordanie. Mais je ne sais pas trop quoi faire ici en attendant de dépatouiller cette

situation. Est-ce que je peux venir chez toi ? »

« Hein ?!? » Mon cerveau est un diesel. Les surprises, c'est pas son truc. Il pédale dans la choucroute. Mais alors à toute vitesse, c'est un peu vertigineux. « Heu, ben... oui ? ».

Je trouve ma chance un peu suspecte, j'ai appris à faire attention.

Mais Anselm me rejoint au Bec Hellouin. Il construit des toilettes sèches, je désherbe les carottes, et on se retrouve les soirs. On apprend à se connaître, doucement.

Pendant ce temps, aucun effort auprès des autorités jordaniennes n'aboutit. Et puis, Anselm n'est plus si certain de vouloir rentrer en Jordanie. En réalité, il ne l'est plus.

Perfectionnant son français à une vitesse fulgurante, il semble même tout à fait disposé, voire déterminé, à être en France. C'est bizarre. Pourquoi ne pas aller en Allemagne ou en Grande-Bretagne, où tout serait pourtant plus simple pour lui ? Je fais attention. Je ne veux pas me faire mal en m'attachant à un mirage.

Il n'empêche que les levers du soleil semblent encore un peu plus beaux, danser comme des petits fous dans le bureau de Charles est une vraie joie, et qu'Anselm fait drôlement bien la cuisine et m'émerveille avec toutes ses compétences pratiques. Je suis quelqu'un de terre-à-terre et ne suis pas née de la dernière pluie. Et pourtant...

Lors d'une pause de ballade à vélo, on cherche à s'abriter contre une petite pluie. On se pose sous un grand, un très grand et haut chêne seul dans un grand champs labouré où sortent de petites pousses d'hiver. Etrange, des araignées semblent avoir tissé leurs toiles entre chaque sillon. Et soudain, le soleil. Et voilà que

tout scintille. Tout autour de nous, un immense tapis argenté fait de milliers de perles, et derrière, l'arc-en-ciel le plus vif et lumineux. Silence estomaqué.

Peut-être qu'être amoureux, ce n'est pas voir la vie en rose, mais bien plutôt s'autoriser enfin à lâcher les œillères, et la voir dans toute sa splendeur.

Quelques mois les mains dans la terre. Des couleurs, des odeurs, des goûts et un temps doux, sécurisé. Un cocon. Mais la date de reprise pour mon dernier semestre de master approche, et avec elle quelques inquiétudes. Malheureusement, je n'aurai pas trouvé ma voie dans le maraîchage: j'étais ravie d'y aider, mais suis décidément d'un tempérament trop contemplatif pour être cheffe de culture. Dans un métier déjà difficile économiquement, il faut au moins être rapide et savoir coordonner et articuler des tâches pratiques. Or plus d'une fois Yohann a ri de m'avoir envoyée à l'autre bout de la ferme avec quatre tâches simples, et que je revienne, honteuse et bredouille en ayant oublié la moitié...

J'ai de sérieux doutes, après plus d'un an et demi de "césure", et avec un cerveau encore bien en grève, quant à ma capacité à valider un semestre d'études avec ces multiples matières, lectures, devoirs, et examens.

Et en même temps, une petite révolution s'est produite: Anselm me l'a dit noir sur blanc: "ce n'est pas pour ta performance académique ou ta rapidité intellectuelle que je t'aime". J'en suis un peu offensée, car c'était mon critère d'identification, ma fierté principale. Mais c'est aussi une grande libération, un immense soulagement. Cela fait une personne de moins et pas des moindres, à qui je dois prouver ma valeur en "réussissant".

Cet automne-là, si Anselm m'aime, tout va bien. Et si son amour n'est pas lié à mon "excellence" académique, celle-ci peut donc devenir, au moins pour un



temps, secondaire.

### **III. Connais-toi toi-même**

#### **Pas une psy ! Dernier sursaut de résistance**

Début janvier, juste avant le début du dernier semestre, Camille Blind me dit: vas-donc voir ma collègue psychologue, Fanny Lemaire, à l'étage en-dessous. Nous avons fait ce qui est possible avec le travail d'orthophonie, je ne suis pas certaine de comment vous aider davantage. Une thérapie courte pourrait peut-être débloquer quelque chose et vous aider.

Une psy ? Oh non ! Et puis Camille m'abandonnerait ? Ça me fait peur. Le temps à la ferme a été un bol d'air frais, et le soutien d'Anselm relativise l'impératif de "réussite", mais j'ai peur que l'écran ne m'absorbe à nouveau. Peur d'être engluée, et dépassée.

Pourtant, le semestre commence, et à mon agréable surprise, ma nouvelle méthode de lecture diagonale fonctionne à peu près: je ris du fait que je peux être participante active des conférences de méthode en n'ayant effectivement lu qu'un petit quart des mots imprimés. Ma technique d'"organisation personnelle", aussi, porte ses fruits: j'ai appris à prioriser, et un jour par semaine est désormais rigoureusement mis de côté pour du temps personnel, des ballades avec Anselm.

Et puis Camille m'assure que nous pouvons continuer les séances pendant un temps. Mais elle insiste sur l'importance de rencontrer la psychologue.

Si je vais voir une psy, ça voudrait dire que je suis folle ? Qu'après tout, je

m'imaginer toutes ces difficultés ? De toutes manières, je n'ai pas le choix. C'est le seul fil que je tiens. Et puis "thérapie courte" c'est prometteur. Le tout est de remettre mon cerveau sur de bons rails.

Je me rends donc à une première séance avec Fanny Lemaire.

Je lui expose mon problème. Elle m'écoute pas mal. Discrètement, elle me pose quelques questions. Juste avant la fin de séance elle me glisse: "pour la prochaine fois, rédigez-moi un portrait de votre mère".

Et voilà ! Rebelote, je savais bien que les psys sont des casse-pieds et obsédés par la vie privée des gens, à s'imaginer qu'on est tous déterminés par des vécus d'enfance.

M'énerve.

Mais j'exécute. Fatigue étrange et profonde deux jours suivant notre séance.

Je lui fais bien comprendre que je veux du résultat, que ces séances payées de ma poche d'étudiante sont chères et que deux mois me semblent être un horizon satisfaisant pour débloquer ce qui doit l'être. Souriante, elle me dit qu'une telle thérapie dure une ou deux années.

Et vlan.

Je n'aime pas cette nouvelle. Elle m'énerve déjà, cette Fanny.

J'essaie d'éviter ses questions générales, la ramène toujours au concret de ma difficulté. Calme, mais ferme, elle me parle comme à un cheval agité: « Oh là, Nora, pas d'agressivité envers moi, d'accord ? ». Et là encore, je finis pas céder.

## **Apprendre à s'observer**

Je raconte à Fanny : " je veux sauver le monde ! Pour cela je dois bien comprendre, être intelligente et toujours plus instruite ! Mais mon cerveau flanche ! - Ca m'énerve ! Que faire ? "

Elle a un avis clair et elle n'en démordra pas:

« Votre perpétuel besoin, votre volonté d'apprendre, toujours engranger, ce n'est pas possible. Nous ne vous arrêtez jamais. Quand on s'arrête jamais d'engranger, quand on a perdu le contact avec le plaisir, quand on a rien pour contrebalancer, on s'épuise au bout d'un moment. C'est ce qu'on appelle un burn-out. Il s'agit d'apprendre à vous connaître et à chercher un équilibre. »

Et elle m'annonce la recette: apprendre à identifier mes émotions, me relier à mon corps, changer l'image que j'ai de moi-même.

Ça m'ennuie. Quel intérêt ? Je veux qu'on appuie sur le bouton "reset" de mon cerveau, c'est tout ! Une réinitialisation du cerveau, et hop c'est parti pour un concours de la fonction publique !

## **Lâcher la comparaison, identifier le perfectionnisme**

Car je sais clairement ce que je veux pour cette prestation que je paie cher: je veux que mon cerveau redevienne compétitif. Je veux être ce que promet mon CV: intelligente, rapide, et efficace dans ce que j'entreprends.

Au fond, je n'ai cessé de me comparer. Je me compare à ce que j'étais

"avant", je me compare aux meilleurs de mes camarades, et je me compare à ce que je devrais être.

Mais ça, ni Camille, ni Fanny ne veulent l'entendre. Toutes deux, elles me disent:

"Nora, la comparaison n'a pas de sens. Vous vivez votre propre vie, avec votre propre expérience."

Elles me disent aussi:

"Nora, vous ne voyez que ce qui ne va pas, vous vous focalisez sur ce qui pêche. Et vous êtes perfectionniste. Vous vous rendez compte de à quel point vous vous mettez la barre haute ? "

Je me méfie de leurs paroles. Voudraient-elles m'attirer vers une moyenne mollassonne, moi qui ai toujours progressé en me lançant des défis, en visant au plus haut ?

Mais oui, je mets la barre haute ! Quel intérêt, sinon? A quoi sert de faire quelque chose si on ne le fait pas bien, et si on ne vise pas le plus haut impact possible ?

Cette posture m'a fait avoir de bonnes notes, obtenir une mention, réussir un concours, mener deux licences de front, et monter ex-nihilo mon propre projet de recherche et rédiger un article académique.

Mais aujourd'hui, en regardant tout cela, je suis bien obligée de reconnaître que ça n'a pas de goût. Ça a simplement le goût de la fatigue. A l'époque, j'étais toujours dans le "pour après". Aujourd'hui, je me demande un peu "pourquoi ?".

Et le fait est que mon attention, ma capacité de concentration ne suivent plus.

Mon esprit est en grève. J'ai beau m'insurger, rouer de coups de pieds cette mule butée, elle refuse de redevenir cheval de course.

## **Les petits plaisirs**

Petit à petit, Fanny remplace Camille. Toutes les semaines, je fais l'aller-retour entre Boulevard-Saint-Germain et les Invalides sur mon vélo rouge. Je ne sais pas comment, mais elle m'a domptée.

Elle me donne des exercices loufoques: "pour la prochaine fois, note-moi les petits plaisirs du quotidien que tu rencontres". Quelle idée ? A quoi ça sert ? Je suis docile, maintenant, je ne me pose plus trop de questions. De toutes manières, je n'ai pas le choix: Fanny est ma dernière piste. J'espère qu'elle est mon fil d'Ariane, celle qui me sortira de ce dédale.

Je cherche, donc. Petits plaisirs du quotidien. Passer un moment avec Anselm ! "Non ! Ça ne compte pas ! Un petit plaisir seule". Elle est dure avec moi. Je cherche... c'est pas facile. Et elle ne lâche pas le morceau, des semaines durant. A chaque fois que je me sens tout à fait dépassée, comme une souris devant les textes à ingérer et le mémoire à retravailler pour Sciences Po, elle relance la question.

Et au fond, ce n'est pas si désagréable, comme exercice. Il y a beaucoup de choses que j'aime, dans la vie. Mon vélo rouge. Ses poignées bizarrement formées, adaptées à la forme de la main. Descendre les Buttes-Chaumont en roue-libre, sentir le vent. Et puis j'adore aller courir les matins avec le jeune chien de ma petite soeur, qui a maintenant quelques mois. Je lui apprends à rester près de moi, à sauter sur un muret, y rester assis, rapporter un bâton. Je me prends à rêver:

entraîneur de chiens ! Voilà un métier plein de joie.

Il y a aussi des plaisirs qui sont des souvenirs et que je ne retrouve pas: le sens du goût, enfant, certains plats me transportaient. Maintenant, je mange pour me rassasier ou me rassurer. La musique: elle est surtout bruit et distraction. Je cherche avant tout le silence, tout est de trop autour de moi. Être avec plus de deux autres personnes à une table est pénible. Engager une conversation à table quand une autre est déjà en cours me demande un effort de concentration surhumain, quasi impossible. Je reste donc silencieuse, je m'enfonce de quelques millimètres dans ma coquille d'escargot. Ça parle trop vite. Je ne suis pas toujours certaine de comprendre. Moi, quand je m'exprime, c'est différent. Je cherche mes mots, doucement. J'ai très peur de ne pas être comprise, de rencontrer de l'impatience, d'être dévoilée comme "lente". C'est un fait: "je ne suis pas une flèche"., et c'est impossible à assumer. Barricades. Murailles. Maintenir l'apparence, à tout prix. Pourvu qu'elle tienne le temps que Fanny débloque mon cerveau.

### **Revenir aux émotions et au corps**

Mais mes rébellions, mes tentatives de lui faire cracher une recette qui me permettrait de débloquer mon cerveau une fois pour toutes, ne servent à rien.

Car comme moi, Fanny est têtue. Patiente, elle ne perd pas le nord. Régulièrement, les mêmes questions: le corps, les émotions.

- "Alors, qu'est-ce que vous sentez-là?"

Heu, ben, j'en sais rien...

- "Je ne sens pas grand chose, en fait... un peu comme toujours, quoi."

- "Et dans le corps, quel est votre ressenti dans le corps à cet instant présent ?"

Oh là, ça c'est encore plus difficile...

- "ben, je suis assise sur une chaise, quoi...."

Ça m'énerve ! Je n'aime pas ces questions auxquelles je n'ai pas vraiment de réponse. Je veux "avoir bon".

Un jour, Fanny finit par me dire:

- " Ecoutez, Nora. C'est quand même marquant à quel point vous êtes déconnectée de vos émotions et de votre corps."

Et elle revient à la charge:

- "Votre corps, c'est quoi, pour vous, Nora ? "

- " Heu ben, c'est ce qui me permet de me transporter. C'est ce que je nourris pour pouvoir me déplacer. C'est le support de mon cerveau, quoi.

- " Et votre rapport au corps ? "

- " Ben, tant qu'il fonctionne, il n'est pas très important. Il s'agit juste pour lui de porter mon cerveau, ma capacité à réfléchir ..."

Pendant des mois, elle persévère, elle réitère ces questions. Et moi, élève assidue, diligemment, je commence à prendre note des émotions, des sensations, des situations correspondantes, je les note, j'essaie de les décrire. Progressivement, c'est comme un autre champ qui s'ouvre à moi, un nouveau prisme. Je commence à percevoir ces choses, je commence à trouver des mots pour les ressentis, pour les

sensations corporelles. Et alors les choses deviennent plus vivantes. Toutes les situations sont matière fertile à observation et d'apprentissage. Pendant des heures, chaque semaine, j'écris.

Et quelque chose change.

Régulièrement, je sens une fatigue profonde. Et quand j'écoute, je la sens présente, pleine, dans tous les atomes de mon corps. C'est une belle fatigue, saine, qui ne demande qu'à se reposer après beaucoup de travail. Les soirs en rentrant. Les week-ends, parfois. Pour la première fois, je le remarque. Et régulièrement, je l'écoute.

J'ai des "devoirs" d'un autre maintenant. Fanny me dit " au moins une fois par semaine, identifiez un laps de temps pendant lequel vous faites quelque chose qui vous fait plaisir, seule". Alors là, elle me pose une colle. Je cherche, je ne trouve pas facilement. Et puis j'ai au moins une douzaine de raisons pour lesquelles je n'ai vraiment pas le temps et que ce n'est vraiment pas le moment et que ce serait vraiment trop égoïste. Quand je réfléchis à un laps de temps que j'aurais pour moi, c'est d'abord cette fatigue qui m'envahit. Alors je fais une sieste. Car tout à coup, c'est possible ! J'ai autorisation. J'ai même pour devoir principal d'écouter mes besoins.

### **Devenir un individu - être chipie ?**

Le rendez-vous avec Fanny devient un moment-clé de la semaine. Quelque chose se passe. J'en oublie presque que j'attends de cette thérapie qu'elle me débloque le cerveau d'ici le mois de juin. Ce qui se passe, entre autres, c'est



qu'en écoutant vraiment, en écoutant finement, il y a comme une rébellion qui gronde. Quand je lui prête l'oreille, quand j'écoute un peu plus finement, j'entends qu'elle est comme un désir de liberté. Liberté radicale, presque violente. Je commence à identifier ce dont moi j'ai vraiment envie. Je veux faire ce que je veux.

Et c'est comme si la Nora qui était petite souris grise, celle qui s'adaptait sans cesse et avait un besoin presque désespéré de plaire, c'est comme si elle se transformait en lion, ou en tête de mule, au choix.

Bien que j'en ai encore une conscience aigüe, je ne veux plus me laisser influencer, ni me laisser contraindre, par les préférences, réelles ou imaginées, des "autres".

Je ne suis pas très ouverte à leurs problèmes, non plus. Je les perçois, mais ils me font peur. Je me sens vite responsable pour les souffrances qui m'entourent et préfère donc ne pas les voir.

Car moi, ce dont j'ai le plus envie, dans mon temps libre, dès que j'en ai une fenêtre d'opportunité, c'est de simplement être au calme. D'être seule, en silence, d'écrire, de ressentir, de digérer tout ce qui se passe dans la vie, dans ma tête, dans mes émotions.

Alors, j'ai peur de blesser, j'ai peur d'être bizarre, mais j'apprends à dire non. Je dis non quand on me propose d'aller voir un film, d'aller à une conférence, de rencontrer un projet de circuit-court alimentaire, de visiter telle partie de la ville que je ne connais pas encore, car en vérité, je n'ai pas envie. Je me retrouve à dire "non" à répétition. A ma famille, à mon copain, voire à des amis. J'apprends aussi à

dire " je rentre, je vais me coucher", quand vraiment, une soirée ne m'intéresse pas.

Je me surprends à être assez intransigente. Anselm, lui, pourrait bien s'imaginer emménager avec moi. Pour moi, c'est clair: je ne veux pas. Vivre avec quelqu'un, cela voudrait dire devoir s'adapter, faire attention, faire des compromis. Si je travaille à un revenu et mets des sous de côté, c'est pour pouvoir quitter le domicile familial et avoir mon propre espace, où moi seule déciderai.

Quand naît le désir de reprendre le Tai Ji Tsu, art martial que j'avais pratiqué deux à trois fois par semaine quand j'étais en stage au cabinet d'avocat, ce désir est absolu. "Quand est-ce qu'on va pouvoir se voir, avec tout ça ?". " J'en sais rien, mais je vais faire du Tai Ji Tsu, et c'est tout ! ".

Souvent le matin, les week-ends, j'ai la tête qui retentit de bribes de pensées, et la poitrine serrée d'un magma de ressentis diffus, de bouts d'angoisse. Il me faut alors une heure ou deux pour "faire le ménage", et devenir disponible pour la journée. Parfois, alors que nous voulions nous mettre à table ou entamer une conversation, tout est trop brouillon en moi, et je dois prendre dix minutes d'étirements pour débloquer mes tensions et me rappeler qu'il faut respirer. J'ai parfois l'impression de me comporter comme une gamine capricieuse, mais le désir d'avoir de la clarté est maintenant plus grand que la peur d'être bizarre ou l'obligation morale de faire passer les autres avant moi-même. D'ailleurs, bien que j'ai un peu honte de mon comportement, je me sens en sécurité avec Anselm, car il fait preuve d'une compréhension et d'une patience remarquables. Ce sont "les autres", "le reste", "la société" dont j'ai l'impression de devoir me cacher pour ne pas

être criblée de jugements.

Dans l'ensemble, j'ai l'impression de me comporter comme une adolescente en crise.

Heureusement, Fanny est là pour mettre les choses en perspective " c'est un processus d'évolution, de découverte des désirs, des plaisirs propres. Tu es dans une phase défensive, où il est interdit que quelqu'un vienne te les remettre en question. Si tu a déjà conscience de penser ainsi, les choses vont se développer et évoluer. " Alors j'accepte tant bien que mal d'être un peu chipie. J'essaie d'être patiente avec moi-même, et essaie de me rassurer quant au fait que je ne resterai pas égocentrique toute ma vie.

Je crois que Fanny appelle ça un "processus d'individuation". Soit.

## **Désir de rupture**

Grâce à Hélène Thiollet, j'ai réussi à ne prendre qu'un minimum de cours pour ce dernier semestre. J'arrive donc, malgré ma lenteur d'exécution, et à ma propre surprise, à jongler tant bien que mal entre enseignements à Sciences Po, exposés à préparer, et mémoire de master à rédiger.

Mais j'ai bien conscience de mes limites. Je sais que la question n'est plus simplement: qu'est-ce que je veux faire après le diplôme ? Mais aussi désormais: qu'est-ce que je peux faire ?

Mon CV, lui, semble indiquer une direction cohérente, claire. Avocate, affaires étrangères, ou recherche. Lobbying, consultante, peut-être...

- " Qu'est-ce que vous ressentez, quand vous pensez à ces métiers ? "

La poitrine se serre, la respiration se bloque, le ventre se crispe. Je sens

déjà l'effort, la pression, la peur, car au fond, ce sera comme l'école: il faudra être bon, rester bon. Il faudrait lire, analyser, écrire, tout ce qui est devenu difficile pour moi. Il faudra prouver, se dépasser, être la meilleure, pour remplir les attentes, et atteindre les objectifs fixés.

- " Qu'est-ce que vous ressentez ? "

Aversion, lassitude, fatigue.

Le métier de Fanny, ça semble être de poser des questions:

" Alors, qu'est-ce que vous avez envie de faire après ce diplôme ? "

Silence. Je réfléchis, je ne trouve pas de vraie piste, de vraie option.  
Finalement, je souris :

- " La seule chose qui me vient, ce n'est pas un métier, c'est juste de la folie...

- " Mais encore, je vous écoute ?

Je ris de moi-même.

- " Je voudrais simplement partir. Laisser tomber, tout ça. Je voudrais partir radicalement, loin. Être complètement libre. Juste qu'on me lâche les baskets. "

- " Qu'est-ce qui vous empêche d'y réfléchir ? "

- " Mais voyons, c'est évident ! Ce n'est pas un métier, ça. Ça y est, il faut que j'aille de l'avant, maintenant. Il faut commencer un travail, accumuler de l'expérience, et gagner sa vie ! Mais le soucis, c'est que tous ces métiers, ils ne m'attirent pas du tout ! Ce serait comme la torture de la rédaction de mon article de recherche, mais au quotidien, mais à vie ! Ce n'est pas possible..."

Je me sens enfermée. Je me sens enfermée par ce que promet mon CV

et que je ne me sens ni la capacité, ni l'envie de fournir.

- " Pour la prochaine fois, écrivez sur cette envie de liberté, de départ. "

Ah, Fanny. Voilà qui va encore beaucoup m'aider pour répondre à ma question ! Je cherche à savoir quel métier je vais faire après le master et vous m'invitez à réfléchir au contraire.

- " Mais puisque je vous dis que ce n'est pas une option, c'est impossible..."

### **Mots du vieux sage**

Ce printemps-là, je retourne à un séminaire de méditation avec ma voisine et son vieux prof de méditation. Il est toujours d'humeur rigolarde. Je vais le voir et lui expose mon dilemme de vocation, mon manque d'envie pour tout. Quand il répond, c'est avec tellement de clarté et de puissance, que j'arrive à le croire, lui. Il me dit: « Prends du temps ! Laisse-toi du temps pour te reposer, et pour faire ce que tu aimes vraiment. Vas-y ! Repose-toi et fais ce que tu aimes ».

" Fais ce que tu aimes", ça m'angoisse, - qu'est-ce que j'en sais, moi, ce que j'aime ?

En revanche, « repose-toi », ça oui, ça me parle, mais c'est tellement osé ! Complètement tabou.

Comment ? Ne rien faire ? Et puis quoi encore ? Partir pendant des mois ? Mais pour qui elle se prend ?

### **Pas d'"impossibles"**

Je raconte l'épisode à Fanny. Je lui dit aussi que je ne le prends pas trop

au sérieux, car je sais bien que ce n'est pas possible. C'était sans compter avec la ténacité de Fanny.

Car Fanny se contente rarement d'un "c'est pas possible". C'est comme si elle ne comprenait pas trop ce mot. C'est pourtant pas compliqué: "pas possible !". Ça veut dire que ce n'est pas dans le champs des possibles. C'est impossible, ça ne peut pas se faire, quoi.

Par exemple, pour ce qui est de l'idée de "juste partir, laisser tomber", c'est simplement impossible. Ne serait-ce que parce qu'il faut être cohérent, et qu'il n'y aurait rien de plus absurde que de partir dans un trou noir à la sortie d'études qui ouvrent des portes. De lâcher mes contacts. Je risquerais de perdre les chances de portes professionnelles déjà entre-ouvertes. Après toutes ces années de travail, s'exposer au risque du chômage, en créant un "trou", dans mon CV ? Insensé, ridicule.

Mais Fanny a besoin de plus d'explications, encore.

Alors je lui explique. Et, bizarrement, ce faisant, les "impossibles" deviennent moins absolus. Les arguments impératifs et d'autorité perdent un peu en pouvoir, et tout à coup des interstices, des petites failles apparaissent. Et derrière ces failles, des champs de possibles. Même l'argent, argument-matraque parmi tous, celui qui met fin à toute discussion, même l'argent devient malléable. Fanny me force à vérifier, elle me fait faire des budgets. Et là, l'impossibilité, tout à coup se dissout. Car au fond, n'ayant pas de loyer à payer, il serait toujours possible de faire un travail saisonnier, mettre un peu de sous de côté, et vivre largement en camping, ou en volontariat à la ferme, tout en étant logée et nourrie.

Et Fanny me dit: je vois bien que ce que votre vieil ami vous a dit vous parle. Alors pour la prochaine fois, rédigez trois scénarios qui le rendraient possible.

### **Doctorat non merci**

Entre temps, j'ai enfin soumis mon mémoire de master, déduit de mon article de recherche. Il me reste la présentation orale à passer. Je ne peux plus le voir, ce mémoire. D'autant plus que les concepts se faufilent comme des poissons étroits et gluants, insaisissables. J'ai l'impression de ne toujours pas avoir compris mon propre travail. J'étais soulagée de l'avoir déposé sur papier. Le reprendre pour le résumer à l'oral semble relever du défi surhumain. Je suis tentée par la stratégie de "dernière-minute", pour m'éviter trop de préparation pénible. J'ai du mal à prendre tout ça au sérieux, je m'en fous, de cette recherche, je veux juste l'avoir derrière moi ! Mais Fanny me fait comprendre qu'il s'agit de finir correctement cette année, et de ne pas se mettre en échec soi-même. Après, on verra. Bon, d'accord. Je me replonge dans le sujet. J'en perds le sens, souvent, je ne vois pas la logique, ni le flux. Difficile, donc, de parler librement. Je finis par rédiger le texte de ma présentation orale et le fait relire. L'essentiel, c'est que d'autres puissent comprendre, même si moi, ça m'est impossible. Après 16 répétitions, je suis enfin en mesure de parler sans trop hésiter. A ce stade, je n'ai plus besoin de comprendre ce que je dis, je le récite par coeur.

Le jour J arrive. C'est comme un monologue de théâtre. Les mots à dire étant mémorisés, automatisés, je n'ai pas besoin de penser à leur sens, et peux me concentrer sur la qualité d'intonation et de présence. Puis les questions. Elles sont un peu longues, parfois, donc je les reformule pour vérifier de les avoir bien comprises. Cela me permet de vérifier qu'un bout n'a pas échappé à mon cerveau-

passoire, et, surtout, cela me fait gagner du temps pour laisser émerger une réponse.

Le jury ne semble pas s'apercevoir du stratagème et a l'air plutôt satisfait. En fait, il est ravi. Il me donne une très bonne note et me demande si je veux continuer en doctorat. Jamais une décision n'a été aussi claire et joyeuse pour moi. Je leur dit "oh non, merci !" avec clarté, joie, et un grand sourire. Tout sauf ça. Ça y est. C'est fini.

Tout ça juste pour prouver que j'aurais pu, si j'avais voulu, devenir chercheuse ? Quelle bêtise. Quelle immense gouffre de temps et d'énergie. Au moins, on ne m'y reprendra plus. C'est un au revoir clair et net.

Et maintenant, je veux vivre, tout simplement !

Car les efforts cumulés de Fanny et de mon vieil ami ont porté des fruits: même un poste en CDI chez Biocoop, structure inspirante parmi toutes pour moi, ne me retiendra pas. J'ai décidé de partir.

A 23 ans, j'ai un bachelor en sciences politiques, une licence de droit, avec, ironie du sort, une mention très bien pour mes mémoires rédigés à distance en 3eme année, un master recherche, deux articles publiés en co-auteur, un article en mon nom propre à paraître, et l'expérience cumulée de 6 stages dans des structures les plus diverses, du ministère des affaires étrangères jusqu'au revendeur canadien de pièces détachées de moissonneuses-batteuses, en passant par une ONG d'agro-écologie nicaraguayenne. Peut-être que j'ai le droit de souffler pendant un temps, et



on voudra quand même de moi après<sup>7</sup> ?

Et le sort me vient en aide pour calmer mes dernières inquiétudes et me donner les meilleures conditions de départ: un CDD de quatre mois dans une fondation d'entreprise m'offrira un coussin financier.

---

7. C'est comme si j'avais besoin d'avoir toutes ces garanties pour m'autoriser à envisager ce que j'aime vraiment, ou m'autoriser à être vraiment moi-même ? C'était un calcul bien dangereux, je ne le conseille pas. Cette liste qui peut paraître "impressionnante", j'aurais pu la payer cher en restant, cassée, sur le bord de la route. J'ai eu de la chance de pouvoir m'en sortir grâce à un accompagnement professionnel et amical de grande qualité. Ce que j'ai pu découvrir au travers de multiples rencontres au cours de mes mois et années de "recherche" qui ont suivi "la crise", c'est que les personnes qui semblent avoir une vie "pleine" et souvent "heureuse" sont à l'écoute de ce qui profondément et intuitivement a le plus de sens pour elles. Fortes d'une forme de connaissance, et donc de confiance, en soi, elles dévouent leur énergie et leur concentration à ce qu'elles aiment le plus, et non pas à la construction d'une carapace de sécurité blindée "pour après".

## **Cinquième partie :**

### **Lâcher et s'envoler, Bac +5, +5 années pour désapprendre**

#### **I. Lâcher du lest**

##### **Cage de verre et de cellules**

Le coussin financier a un prix: ces quelques mois à la fondation seront hauts en couleurs.

Ce CDD de cadre intérimaire à La Défense est peu brillant - suite à un malentendu d'embauche avec la déléguée générale, je me retrouve à composer un fichier Excel de personnes à inviter à un forum. En d'autres termes - tout ce qui est devenu difficile pour moi: des chiffres, des noms propres, des doublons à éviter, des noms à bien épeler et si possible, à mémoriser. Résultat: fautes d'inattention à la pelle, incapacité de mémoriser le lien entre le nom de M. le Directeur et la structure correspondante, impossible de dire spontanément à ma cheffe si untel ou untelle ont déjà été appelés. Celle-ci est consternée, et me le fait vivement comprendre. J'en suis désolée, mais ne peux rien y changer. Elle persévère à me garder sur la tâche, et enfonce les clous là où ça fait le plus mal " quand je vous parle, j'ai l'impression que vous ne comprenez pas, Nora". Aïe. " J'ai l'impression d'avoir à faire à un enfant

de six ans face à un problème de maths". Aïe, aïe. Tout ce dont j'ai eu peur et que j'ai si bien réussi à cacher pendant presque trois années vole en éclats. Je suis mise à nu - elle voit. Et elle en profite. Elle a besoin de ça, mettre des jeunes collègues en échec. Plus tard, j'apprends que je n'ai pas été la première, ni la dernière. J'ai l'impression d'être nulle, de n'être capable de rien. D'ailleurs, elle ne me confie plus grand chose. "Je ne peux pas vous faire confiance". J'essaie de me concentrer et de simplement faire mon travail, de penser aux porteurs de projet que je veux servir au lieu de trembler à l'idée du prochain passage de ma cheffe. Ma seule fierté: quand je craque, ce n'est jamais devant elle. Néanmoins, on s'approche d'un touché-coulé.

Heureusement, j'ai le meilleur escadron de soutien qui soit. Anselm, qui m'emmène en ballade au bois de Vincennes dans la carriole de son vélo. Fanny, qui met sa casquette de coach et déclare que l'heure est à la riposte ferme : sans nier les faits, il s'agit d'exiger et d'imposer le respect de ma personne. Il y a aussi l'assistante de ladite déléguée générale, adepte de sophrologie qui a pour principe intangible une ballade de 30 minutes pendant la pause du midi, sur l'île du pont de Neuilly. Et enfin deux consultants travaillant avec la Fondation qui m'invitent au café et me révèlent que la fonction d'un manager devrait être d'aller chercher les talents de ses collègues.

Pendant ces mois de "cadre intérimaire", sous l'apparence des habits propres et chics, je serre les dents. Il s'agit de tenir jusqu'au bout, faire de mon mieux, en abandonnant l'espoir de gagner la reconnaissance de mes collègues. C'est difficile pour le chiot avide d'approbation que je suis. Certains me conseillent de me faire mettre en arrêt maladie, ou de démissionner.

Etrangement, ces mois en wagon de métro, en cage d'ascenseur, en bureau de métal et de verre, en cellule de fichier Excel, vont créer un cocon pour ma vadrouille. Plus rien ne m'empêche de partir: ni un poste alléchant à la suite du CDD, ni le manque d'argent.

### **Devant moi : 9 mois de liberté**

Mon contrat finit en décembre.

Mon grand projet de vide absolu et de temps pour moi commence en janvier. Ayant grossièrement esquissé un budget, je me donne neuf mois, jusqu'en septembre.

Que faire pendant ce temps ? J'ai quelques idées, mais le projet est avant tout au vide.

Je reviens toujours aux mots du prof de méditation, un repère. " Repose-toi, et fais ce que tu aimes vraiment". "Ce que tu aimes vraiment", ça reste difficile, mais "se reposer", ça, oui !

J'ai longtemps résisté, mais maintenant, je vais chercher mon terrier. Je veux un terrier chaud, tranquille. Un cocon où le monde m'oubliera et où je vais commencer par dormir et lécher mes plaies sans dépenser trop d'argent. Après, on verra.

### **Etre, se reposer**

La recherche n'est ni longue, ni difficile: ma mamie, qui a plus de 80 ans et habite seule dans une maison avec jardin en Allemagne, est bien heureuse

d'avoir un peu de compagnie. L'explication que je prends un temps de pause lui convient. Je ne sais pas si elle comprend, mais elle ne pose pas de questions, et c'est l'essentiel.

Je pose mes valises chez elle.

Et j'ouvre le chapitre premier de mon projet radical pour mes mois à venir : être, tout simplement. Se reposer.

En sécurité, loin de toute responsabilité, lâcher tous les "je dois, je devrais". Voir ce que ça pourrait bien être, de simplement être présente. Dans le moment. Faire face au vide - qu'est-ce qui reste, si je n'ai pas de projet ?

Dans cette grande maison vide, à l'étage, je suis seule. Au Nord, le début de ville. Au Sud, quelques centaines de mètres plus loin, atténuée par un grand mur, et cachée par la beauté du jardin et des grands arbres, une autoroute qui rugit. Défilement sonore de la vitesse et moi, assise devant la grande fenêtre de verdure, je ralentis, je suis posée et j'écoute le silence. Je suis là, simplement. Assise. J'écoute, je respire, j'écris. J'écris tout ce qui est présent et vrai. Je lâche et j'abandonne le temps.

Le matin, je fais des exercices de méditation, puis j'écris ce qui me passe par la tête. Je lis un peu, quand l'envie ou la curiosité m'en prennent. C'est rare. Les informations, les événements du monde, je les laisse couler. Sans moi. Plus d'obligation d'être "informée", "au courant". "Mauvaise citoyenne" ? "Ignorante,

inconsciente" ? J'ose.

L'après-midi, on fait un tour à vélo. Pour des emplettes pratiques, j'accompagne ma mamie, qui déteste "aller en ville". Nous n'avons pas de voiture, alors nous attendons le bus. Il y a une forme de douceur à aller très doucement, ma mamie à mon bras. On trouve une nouvelle selle de vélo, plus moelleuse, la sienne lui faisait mal aux fesses. Un clip permettant de suspendre et bloquer la canne, aussi, outil essentiel à ses allers-retours entre cuisine et salle à manger.

Pour la première fois, je n'ai plus d'excuse: je peux juste me reposer, et aucune "responsabilité" ne m'en empêche. C'est pas facile. Au début, mes pensées galopent, je rumine mon expérience de le Défense, des émotions diverses se bousculent, élans d'angoisse, ou de "je devrais!". Il y a comme un voile entre moi et la réalité qui m'entoure, y compris ma grand-mère. Mais progressivement, les choses changent. Au bout d'une dizaine de jours, j'arrive à bien m'endormir, et à me réveiller reposée. Je perçois mieux ma mamie, aussi, je suis en mesure d'être là avec elle, sans qu'un disque mental à moitié conscient ne tourne à toute vitesse.

On s'entend trop bien, toutes les deux. Elle mange toujours la même chose, des choses simples, et ça me va. Quand j'innove, elle est curieuse de ce que je mets dans mon assiette, mais s'aventure rarement à goûter.

Chez elle, je suis dans un autre espace-temps. Tout est simple, ouvert, ralenti. Nous sommes comme hors du temps, parce qu'il se répète. Le déjeuner, la ballade à vélo, lecture de romans et sieste pour ma mamie, le dîner, et la soirée

passée ensemble à discuter, chanter une chanson, jouer à Rummy Cup ou faire un album photo. Je ne lui raconte pas grand-chose, mais je lui pose des questions, elle me raconte ses romans, ou des histoires d'"avant". Certains de ses romans portent sur la seconde guerre mondiale et ça lui rappelle sa jeunesse, et elle me raconte comment elle chantait des heures durant dans une cave sous les bombardements, les voisins applaudissants. " Ca mettait un peu d'ambiance".<sup>8</sup>

## **Doutes et peurs**

Il n'en reste pas moins que j'ai huit mois devant moi, et que je n'ai pas l'intention de rester tout ce temps chez ma grand-mère. Qu'est-ce que je vais faire, alors, pendant ce temps de pause ?

Ma décision a été prise, mais elle n'efface pas les doutes et les peurs. Parfois, c'est comme s'ils se groupaient devant la porte, s'agitant, avides de mon attention pour pouvoir ajouter leur grain de sel dans une cacophonie sonore. Mais j'ai appris à m'en occuper: quand un argument émerge, et que j'identifie que sa racine est la peur, je me souviens du passage de The Book of Qualities, de Ruth Gendler.

" Fear almost convinced me that he was a puppet-maker and I was a

---

8. Elle a toujours chanté. Même dans la cave, sous les bombes. Les longues séquences de chants dans la cave, avec les voisins en soutien, elle les raconte comme des bons moments passés. Je prends conscience du fait que mon existence d'aujourd'hui, n'était pas donné, c'était quitte ou double: je me suis faufilée entre les mailles de la guerre. Mon grand-oncle et ma grande-tante sont morts dans la rue en fuyant leur cave, un immeuble s'est écrasé dans la rue. De la classe de 27 élèves de mon grand-père, seuls 16 ont survécu. Un coup de chance que mon grand-père ai été fait prisonnier de guerre tôt en angleterre, et qu'il ne soit pas mort en sauvant le piano de l'appartement en flammes de ses parents, ou de sa tuberculose sévère d'après-guerre. Les cours d'histoire semblaient si abstraits. En écoutant ma mamie, je réalise que la guerre n'est pas si loin, et qu'elle n'est pas réservée "aux autres" et aux écrans de télévision...

marionnette. Speak out boldly, look him in the eye; startle him. Don't give up."<sup>9</sup>

Alors je lui dis "merci pour ces informations, mais je vais prendre ce temps de vide malgré tout".

Et ça fonctionne à peu près.

### **Que faire pendant neuf mois ?**

Quand d'autres me posent la question, je leur parle de "vadrouille" ça permet d'éviter la question du "où" et du "quoi". Par définition, en vadrouille, on ne sait pas trop où on va, ni ce qu'on va faire. Ce sont les choses qui viennent vers nous. J'ai une bonne tente très légère, un sac de couchage, un tapis de sol. J'ai un vélo aussi. Dès que la saison le permettra, je pourrais partir et vadrouiller, de lieu en lieu. Les gens pensent que je vais prendre un temps de voyage, d'exploration aventureuse.

Je pourrais, oui.

Mais en réalité, ce n'est pas du tout l'aventure, le mouvement, et la découverte qui me tentent. Je cherche juste un espace-temps de vide, et l'absence d'obligations et de projets. Je veux de la simplicité, de la clarté, du silence, et une aide avec ma question toujours aussi présente et incontournable " qu'est-ce que je devrais faire dans la vie ?".

Je n'ai toujours pas de réponse, mais ma méthode de recherche s'est

---

9. Gendler, Janet Ruth. The Book of Qualities. 2nd éd. Toronto: Harper Perennial, 1988, p.4. en Français: "la peur avait presque réussi à me persuader du fait qu'elle était le marionnettiste, et moi la marionnette. Parle fermement, regarde-la droit dans les yeux, secoue-la. N'abandonne pas." (traduction personnelle)



améliorée. J'ai appris à demander conseil, non pas à des personnes "d'autorité" de par leur statut et leur parcours, mais à des personnes qui m'inspirent de par leur personne et toute leur manière d'être. J'ai aussi appris à ne plus demander "comment arriver à un poste comme le vôtre ?", mais plutôt "quel conseil auriez-vous pour trouver ma propre voie ?".

J'ai en tête Harriet Friedman, une petite dame aussi joyeuse que généreuse, professeur émérite à l'Université de Toronto sur les questions de systèmes alimentaires locaux. Collègue et amie de ma mère, elle est une des rares personnes à incarner quatre facteurs dont la combinaison m'inspire et m'impressionne: intelligence, action de terrain, humour, et légèreté enjouée.

Au détour d'une phrase, ma mère évoque le fait que Harriet serait bouddhiste. Ah ? Moi qui pensais que tout intellectuel doué qui se respecte méprise ce qui est "spirituel, ésotérique, religieux"... J'écris donc à Harriet en lui décrivant mon projet de "pause". Et lui demande conseil quant à un lieu ou une approche qui pourrait me donner des repères et une structure. Car si par miracle je fais confiance au vieil prof de ma voisine, je garde une méfiance bien ancrée pour tout ce qui est "spirituel", que je soupçonne, au mieux, d'être faiblesse d'esprit, au pire, tendance sectaire, et surtout, qu'on ne me parle pas d' "énergies" ou de "Divin" ! Ce serait la garantie pour que la conversation tombe à l'eau, et que les portes soient fermées. Pour faire le pas et demander de l'aide, je dois donc passer par une personne de confiance, dont je sais qu'elle n'a pas abandonné sa souveraineté intellectuelle au profit de principes fumeux. Le prof de méditation de ma voisine est tout sauf facilement joignable ou volubile, Harriet est donc un interlocuteur parfait.

Elle me dit avoir été très inspirée par un certain moine bouddhiste vietnamien, de tradition zen, qui a établi un centre spirituel dans le sud-ouest de la France, le village des Pruniers. C'est la réponse que je cherchais. Je vais sur leur site, trouve une retraite de trois semaines prévue en mai, et je m'inscris.

Pour le reste de l'été, je trouve un projet de bénévoles dans les Alpes, qui construisent, soutiennent, puis démontent chaque année un village de tentes éphémère sur un flan d'alpage. Le tout nourri et logé. C'est parfait. Etre à l'extérieur surtout, faire quelque chose de simple et de physique, avec d'autres jeunes, ne pas dépenser trop de sous, le tout dans le plus beau des cadres naturels, c'est ce qu'il me faut.

Mais avant tout cela, que faire de la période février-mai ?

## **II. Vivre la liberté**

### **Décision Californie**

Et là, le désir radical revient. Je veux être loin, loin de tout. Et libre, libre de tout. Libre d'attentes liées à mon futur, libre d'une carrière qu'il faudrait emprunter. Libre de devoirs familiaux qu'il faudrait remplir, libre de tout regard extérieur. Je veux être loin pour être libre.

Ce n'est pas un désir de nouveaux horizons, de grands voyages. Juste être libre et tranquille, c'est tout. Et voilà qu'émerge très distinctement le désir de retourner là-bas, en Californie. Comme si c'était là-bas qu'elle vivait, la liberté. Mêlée au vent sur les dunes, au rythme des vagues, et aux cris des mouettes.

En prenant la décision de ne plus devoir changer le monde pendant quelques temps, je m'étais dit que j'allais au moins minimiser mon empreinte et mon impact à titre individuel. J'ai une conscience aigüe de la quantité de CO2 émise par un aller-retour à l'autre bout de la planète. Je sais que l'impact est sans commune mesure avec les petits éco-gestes quotidiens, et qu'en termes de justice climatique, j'épuise en un aller-retour, mon "droit à polluer annuel" si celui-ci était réparti de manière égale entre les habitants de cette planète.

Je le sais.

Oui.

Oui... oui mais....

La vie, l'étincelle dans tout ça? Fanny m'a appris à ne pas écouter que mes pensées logiques. Elle m'a montré que pour sortir de l'indifférence et devenir vraiment moi-même, il faut que j'écoute ce que je sens. Que j'apprenne à identifier mon désir.

J'ai beau retourner la situation sous toutes les coutures, aucun scénario ne m'attire autant que de m'envoler à l'autre bout de la planète, sentir la brise et les vagues, et laisser tout loin, loin derrière moi. Lâcher tous les costumes, tous les masques, tous les rôles... Couper les ponts...

- " Couper les ponts ?

Vraiment ?

Et ta relation amoureuse dans tout ça ? Tu ne veux pas être avec Anselm ?"

- " Mais si ! Bien sûr que si, c'est une évidence que je veux être avec lui au long-terme."

- " Tu veux être avec lui, mais là tu veux partir et tout plaquer pendant trois mois, sans avoir à donner de nouvelles ? Tu penses vraiment que cette relation pourra survivre, alors que ça fait tout juste un an et demi que vous êtes ensemble ? "

"Tu ne serais pas en train de jouer avec le feu?"

C'est ce que je me dis, et ce que disent certains autour de moi.

D'autant plus qu'Anselm est dans une situation professionnelle dense et difficile avec son association. Théoriquement, moi, j'ai du temps. Ce serait la moindre des choses... Si Anselm est important pour moi, il faudrait que je sois là, en soutien. C'est un devoir de solidarité !

Oui. Mais...

Quand j'en parle avec Anselm, il me dit et me répète: "c'est ton désir, ton besoin profond, vas-y !". Il se fâche, presque. Il ne veut rien entendre de ce devoir de solidarité. Il dit que mon développement est dans notre intérêt commun et qu'il n'a donc aucune envie que je reste.

J'ai du mal à l'entendre et à la croire, j'ai terriblement mauvaise conscience.

Lu comme ça "ton développement est dans notre intérêt commun", c'est de la belle théorie, c'est du vent. Mais il le répète. Il a cette manière puissante et claire parfois, il regarde droit dans les yeux. Sa conviction dégage une forme d'autorité: pas de tergiversations.

Je finis donc par me demander à quoi servirait cette solidarité, si son seul bénéficiaire n'en veut pas... Ce serait une coquille vide, performance accomplie pour un dossier d'excellence morale détachée d'objet ? Pour une convention, une règle de "il faut" qui plane, au final une peur du jugement et du regard des autres ?

Ça aussi, je l'ai appris avec Fanny: de manière générale, quand une action ou

une décision est motivée par la "peur du regard des autres" - vigilance ! Ce n'est pas une bonne piste.

Après une dizaine de jours de coup de main à Anselm, la décision finit par être prise: je pars !

Je pars 10 semaines en Californie, en ayant prévenu mes proches que je leur enverrai peut-être une carte mais que je ne serai pas joignable et ne m'engage pas à donner de nouvelles.

Je me pose dans l'avion et je sais que je laisse tout derrière moi. Tout est organisé: famille et amis sont au courant, un au revoir courageux à mon copain.

C'est grisant.

Je crois que cette étape, ces neufs mois sont la chose la plus courageuse que j'ai jamais faite. Pour la toute première fois dans ma vie, je n'ai pas de projet "pour après". Je ne sais pas non plus "comment ce temps de pause va servir". J'ai simplement le vague espoir qu'après des années d'études et de stages, autoriser le "rien" va m'aider à trouver une réponse plus personnelle et vraie à la question "qu'est-ce que je vais faire dans la vie?".

Il n'y a pas de projet pour mon séjour là-bas, pas de contours. En Californie, j'ai quelques amis, des points de chute, et puis l'indépendance de ma coquille

d'escargot.

Car grâce à ma mère, je suis équipée. Au cours des dernières années, et dans la lignée des expéditions de camping sauvage de mon enfance, elle m'a progressivement offert sac de couchage, chaussures de randonnée, et une tente très légère. J'en avais pas une grande utilité jusque là, en étais presque un peu désemparée. Je ne savais pas, et peut-être le savait-elle pas non plus, qu'elle préparait mon envol.

Parmi toutes nos difficultés de communication des dernières années, ma mère a le don du bon geste au bon moment: pour Noël de cette année, elle m'offre un bon d'achat pour un véritable sac de randonnée. Après des heures de réflexions et de soutien d'un vendeur remarquablement patient, le choix est fait d'un sac rouge-bordeau solide, plein de poches intérieures et extérieures et de lanières pour transporter habits, tente, sac de couchage, tapis de sol, carnets, cadeaux, bouteille d'eau, nourriture. Le grand absent: l'ordinateur. Il n'est pas convié à ce voyage. Un téléphone portable "à l'ancienne" est le seul outil électronique que j'embarque.

Assise dans le fauteuil de mon avion, me voilà donc parfaitement équipée. Ma maison est dans la soute. Doucement, l'avion se positionne sur la piste d'envol, le moteur vrombit, de plus en plus fort, nous décollons. Combustion grandiose, feu de joie intense, du soleil stocké depuis des millénaires sous terre relâche toute son énergie. On nous dit que dans l'intérêt du climat, il faudrait s'arrêter de le brûler bien avant de l'avoir épuisé, ce stock.

Ce voyage est donc un sacré investissement. Raison de plus pour le prendre au sérieux. Assise dans ce fauteuil, je repasse en revue mes intentions pour ce voyage.

Là-bas, je vais juste voir ce qui reste quand je lâche tout. Je n'aurai ni maison, ni mamie comme point de repère.

Je vais voir ce qui se passe quand je n'ai pas fait de plan, quand je n'ai pas de projet pour la journée. Quand je n'ai rien à accomplir, rien à produire. Pas de connaissances ou de compétences à acquérir ou à maintenir. Pas de temps à optimiser. Est-ce que le monde va s'arrêter ? Est-ce qu'un élan, un désir propre va émerger ?

Je vais juste être et observer.

Je vais observer aussi ce qui se passe quand j'arrête d'essayer de paraître. Quand je suis juste avec moi-même, même en présence d'autres.

J'arrive à Los Angeles un jour avant le mariage de mon ancienne colocataire. Je suis logée chez les amis de son futur époux: sportifs, célibataires, et amateurs de chanvre. Groupes de personnes parlant vite, faisant des blagues. Habituellement, je me sens décalée. Je me dis "il faudrait que tu aies aussi de l'esprit, comme ça, de la répartie, de la légèreté", "tu devrais participer", " si tu ne dis rien, tu n'existe pas", "ils vont te prendre pour une bête". Là, je m'en fous.

Je suis assise au restaurant avec eux, ils jacassent. Parfois, je suis, souvent je ne comprends pas. Et c'est pas grave. Je suis surtout silencieuse, mais détendue, là. Je regarde les choses en grand, je reviens à ma respiration, à ma simple présence, j'observe les humains qui m'entourent, les trouve intéressants et amusants. Beaux aussi, pour certains. Quand l'occasion se présente, ou quand on m'adresse directement la parole, j'ai un échange individuel, et c'est sympa.

Et puis il y a des coups d'oeil amusants de l'ancien cowboy-dealer à la

cicatrice d'escalade dans le rétroviseur. Le salon étant occupé par des fêtards tardifs, je fais du camping dans sa chambre, près du chien. Coups et clins d'oeils curieux et amusés de ses copains le lendemain. Je m'en fous.

Le mariage passé, je m'ennuie un peu lors de la soirée où tourne la plante fort appréciée. Elle ne me dérange pas: je n'y ai jamais touché, je n'en vois pas l'intérêt. Je la fais passer, tout simplement, quand elle me parvient.

Les groupes, ça m'embrouille un peu la cervelle, et puis la côte m'appelle: je veux retourner dans les dunes du village étudiant d'Isla Vista, près de Santa Barbara.

Ma meilleure amie habite à Santa Barbara-même. J'aime la voir, je dors à la belle étoile dans le beau jardin de sa colocation qui à l'intérieur, est sale et bordélique. C'est sympa, mais il y a trop de routes. Je finis par être logée dans une colocation de quatre doctorants en sciences, à Isla Vista, près des dunes. Ils n'ont rien contre la petite plante verte, mais ils ne la consomment qu'occasionnellement, en regardant et en discutant de la série documentaire "Cosmos" de Carl Sagans, plongeant dans le fonctionnement de l'univers et des planètes. Mêlant chimie, physique, et biologie, leurs discussions tournent généralement autour de "pourquoi c'est comme ça?", et des graphiques et formules apparaissent sur le tableau blanc de la cuisine. C'est drôle.

Je participe au courses, leur fait à manger de temps en temps, ça leur va. Rigolos, engagés, studieux et occupés, ils habitent surtout à 4 minutes de l'océan et de la réserve naturelle. C'est parfait.

Ils me mettent à disposition un vieux vélo repeint en bleu et rose, équipé d'un panier et me voilà parée. Tous les matins, je pédale loin dans la réserve par une



petite route et des sentiers. Souvent, le soleil se lève, et les lapins dédalent. Je rejoins la côte, et quelques mètres au-dessus du niveau de la mer, il y a comme une petite plate-forme entre plage et dunes. Sur cette plate-forme, il y a deux petits arbres. Presque personne n'y passe. On voit la mer tout en étant caché.

## **Liberté**

Ça y est, je suis arrivée. C'est mon endroit. C'est ça, la liberté. Il ne me faut rien de plus. J'y passe les heures du matin. Je regarde l'océan, j'écoute les vagues, je sens le vent, quelques oiseaux. Et puis j'écris.

L'angoisse est là, parfois, le vertige, la peur du vide, le sentiment de devoir "faire". J'essaie d'être patiente avec elle. Je l'observe, et je l'écris, je la décris. Je reviens à la question: qu'est-ce qui est réellement important pour moi ?

L'après-midi, je vais parfois à la bibliothèque universitaire, qui est une grande tour. Tout en haut, on surplombe la presque-île. Je parcours les rayons avec une curiosité ouverte. De cette immense richesse, qu'est-ce qui m'attire vraiment ?

Je marche au travers des grandes et hautes rangées de livres. Là, un livre sur la France au XIXe siècle, ici, Spinoza ... assauts d'angoisse - je connaissais tout ça ! J'ai oublié... est-ce que je suis donc "moins bien" ? Je devrais le réapprendre? Et puis là, "manuel d'Arabe moderne, aussi...". Ma poitrine se serre, "il faut, je devrais, je suis en train de perdre "...

Et je me ressaisis : " la vie, ce n'est pas un grand concours. Ne te laisse pas écraser par l'immensité de tes lacunes à combler, par tout ce qu'il te reste à lire, à comprendre, à connaître". Un rejet protecteur me vient en aide: " Je m'en fous ! J'ai le droit d'être ignorante ! ".

J'en reviens donc à la question: de quoi j'ai vraiment envie ? Ici et maintenant,

qu'est-ce que j'ai envie de savoir, de creuser, dans quel domaine ai-je besoin et envie d'élargir mon horizon?

Et je sors des livres des rayons, je cherche une table au calme et avec vue. Ma petite pile thématique à côté de moi, je feuillette. Je lis uniquement ce qui m'intéresse. Je prends quelques notes.

Mais dans cette tour, on ne peut pas ouvrir les fenêtres. Je ne sens pas le vent, je n'entends pas les vagues, et je n'entends pas les craquements de branches et cris d'oiseaux. Je ne m'y attarde pas.

### **S'asseoir avec un feu**

Je commence à trouver des instants de paix avec le vide. Je me délecte de temps radicalement libre que je peux consacrer à contempler et à digérer la vie, à mon rythme. Mais je sais que pour vraiment avancer, il me faudra aussi une aide extérieure. Quelqu'un d'un peu plus avancé, qui y voit déjà plus clair, dans la vie.

Depuis mon entraînement musclé avec Fanny à l'identification des ressentis, j'ai aussi appris à identifier et à écouter quelque chose de l'ordre de l'intuition. Je m'autorise de plus en plus à aller vers ceux qui m'inspirent vraiment et à leur poser mes questions. En Californie, ce sera Warren Brush, un enseignant en permaculture. Anselm me l'avait présenté à la sortie d'une conférence à Paris.

Il a tout pour m'impressionner: une connaissance fine de la nature, quelques décennies d'expérience pratique incontestable aux Etats-Unis, en Afrique, et en Europe, avec des projets pérennes et dynamiques. Enfin et surtout, il a malgré son vécu et son expertise, un caractère enjoué et une curiosité ouverte et sans jugement

pour tout interlocuteur. Suite à notre rencontre lors de la conférence, je lui ai écrit un e-mail avec mon éternelle question: " qu'est-ce que je peux faire pour trouver ma voie ? Que faire pour trouver mon propre centre brûlant ?". Qui ne tente rien, n'a rien.

A ma grande surprise, je reçois de la part de cet homme fort occupé, naviguant entre avocats californiens, orphelinats botswanais et agences de développement américaines et allemandes, une réponse de deux pages.

Dans son mail, Warren ne répond pas à ma question "comment trouver ma voie ? ". Il m'invite à un "fire sit" de 24 heures. En français: " être assis près du feu". C'est tout, au fond. Il m'invite à faire un feu, veiller près de lui, et au cours de ces 24 heures, d'énumérer des choses pour lesquelles j'ai de la gratitude, toutes les choses qui me viennent à l'esprit. Sans interruption.

Il me dit que je peux aussi faire des offrandes à l'"esprit du feu".... Et voilà ! Encore un truc loufoque. Après la méditation, je me retrouve chez les indiens d'Amérique et leurs esprits. Quel rapport avec ma question ? Moi qui ai un problème, celui de mon orientation et de ma mission de vie, on me dit de dire beaucoup merci ? Quel est le rapport ? Et pour rappel, j'ai un problème, donc je n'ai pas très envie de dire beaucoup merci.

Soupir. Bon, mais c'est Warren qui le dit. Et je fais confiance à Warren. Et puis, je n'ai plus rien à perdre.

Warren a cofondé dans les montagnes arides au-dessus de Santa Barbara un éco-village du nom de "Quail Springs" fondé sur l'expérimentation et l'enseignement de cette fameuse méthode de conception holistique "permaculture". Après trois

kilomètres de piste sableuse, on débouche sur une petite collection de maisons en terre. Les habitants y sont à la fois posés, enjoués, rigoureux et dynamiques.

A Quail Springs, Janet, une des fondatrices du projet, la cinquantaine, une belle femme élancée, aux boucles vives et à la voix posée, me prend de suite sous son aile. Après avoir vérifié avec les autres habitants, elle se dit prête à accueillir mon projet de "fire sit" dans ce vaste bout de vallée sec. Elle va même bien au-delà : me voilà tout à coup encadrée et accompagnée par une vraie maman-chamane. La veille de mon départ, elle me donne des oeufs à aller porter à la source de la rivière pour lui demander si ma quête est la bienvenue ici. Mince alors. J'ai envie de dire "foutaises", mais je suis aussi fille d'anthropologue, donc je respecte, et je m'exécute. Je suis un peu intimidée - je n'ai encore jamais parlé à une source, moi. J'ai peur qu'il ne se passe rien. Peu importe, la randonnée est belle - à force de buissons piquants, je finis par marcher dans l'eau du ruisseau. Je m'assieds là où l'eau s'arrête. J'essaie de ne pas trop réfléchir. Je pose les oeufs, je pose ma question, j'explique un peu le pourquoi du comment. Et je prends un temps pour simplement contempler le sol sableux, la végétation bien verte près du ruisseau, d'écouter les oiseaux, et l'eau qui ruisselle. C'est un endroit bien paisible. Au bout d'un moment, je me dis que la source n'a pas franchement formulé d'objection, et qu'on a passé un bon moment ensemble, je vais prendre ça pour un oui.

Janet m'accompagne pour trouver un endroit pour faire mon feu, dans un des canyons aux alentours. Mon feu ne doit pas être trop proche des arbres, pour ne pas abîmer leurs racines. Elle trace un cercle de 2 m de diamètre environ, dont il s'agira de ne pas sortir. Elle me montre comment me repérer pour retrouver le village, puis elle me laisse préparer mon tas de bois. Je prépare une crevasse entourée de pierres, aussi, car cette vallée aride est une poudrière. Ne pas jouer avec le feu.

Le lendemain, avant le lever du soleil, nous partons toutes les deux, elle m'accompagne jusqu'à mon cercle, allume le feu avec moi, brûle de la sauge, dit quelque chose dans les quatre directions cardinales, me laisse de quoi grignoter, et repart. Au village, elle tiendra un feu pour moi, en parallèle.

Je me trouve comme propulsée dans une tradition d'amérindiens dont je n'aurais pas imaginé qu'elle était encore pratiquée, et encore moins par des "blancs", aussi liés soient-ils "à la terre" et aux amérindiens locaux. Je suis confuse et touchée à la fois d'être si généreusement acceptée et soutenue.

Je suis donc là, avec mon feu. Il y a un peu la question "à quoi ça sert ? " et "qu'est-ce que tu es en train de faire ? ". Mais il y a aussi une ivresse aventurière seule, dans cette vallée, le prochain humain à des kilomètres, dans un pays de scorpions et de serpents vénéneux, à faire une chose à laquelle je ne comprends rien. Je suis radicalement seule et je suis contente.

Et puis, je ne suis pas si seule, au final. Au début, j'ai peur que le feu s'éteigne, mais bien vite, j'apprends à le connaître. On trouve une manière d'être ensemble. Je ne crois pas trop à l'"esprit du feu" dont parle Warren, mais j'essaie de ne pas lui fermer la porte. Quoi qu'il en soit, je le trouve sympa, ce feu, les 24 heures devant moi me paraissent moins longues tout à coup. J'ai comme un ami avec moi, quelqu'un dont il s'agit de prendre soin.

Et puis je cherche où, comment, commencer mes "mercis". Il faut que ce soit vrai, sinon c'est horrible. Pour quoi est-ce que j'ai vraiment envie de dire merci ? Je laisse planer cette question. Ça ne vient pas tout de suite. Je me la pose de manière répétée. Je suis un peu inquiète - encore 23 heures ? Mais progressivement, ce qui émerge, c'est que au fond, je suis très heureuse d'être en vie. D'être en vie, et d'en

avoir conscience. Je passe donc en revue les ingrédients qui me permettent d'être en vie, des lois physiques et biologiques les plus fondamentales, jusqu'à, progressivement, mes parents... et voilà que la machine est en marche, et que je me rends compte à quel point je suis heureuse que des choses comme l'amitié, la tendresse, la confiance, existent, et tous les ingrédients qui le permettent. J'en viens à parcourir tous les beaux moments de ma vie, et voilà que le flux est en marche, les choses viennent toutes seules.

Le soleil se lève, tourne, tape, et se baisse, disparaît derrière le flanc de colline. Puis émerge la lune, presque pleine, derrière la falaise opposée. Je nourris le feu, et lui raconte mes histoires, ma liste à la Prévert. Il est complice, et il écoute bien, je lui partage un bout d'abricot sec et d'oeuf dur. Entre-temps, la lune entreprend le même voyage que le soleil, elle éclaire mon fond de vallée, se déplace imperceptiblement, avant de disparaître à son tour derrière la colline.

Et voilà que doucement, les choses s'éclairent à nouveau, le soleil se lève. Je remercie une dernière fois le feu, le laisse s'éteindre, verse l'eau prévue à cet effet, et me mets en route vers le village, presque un peu à contre-cœur.

Je n'aurai pas eu de réponse à ma question "qu'est-ce que je devrais faire dans la vie ?", mais ce drôle de petit épisode me donne une toute nouvelle perspective. En marchant entre les buissons épineux, les rochers, et le bois mort, serpentant pour rejoindre le village, j'ai conscience, à chaque pas, de mon incroyable richesse. Cette nuit-là, j'ai compris la signification de ce que dit Warren "It's not that happy people are grateful, but rather, grateful people are happy" ("ce n'est pas que les personnes heureuses sont reconnaissantes, mais que les personnes pleines de gratitude sont heureuses").

Le plus grand miracle de ces 24 heures est que j'en ressors plein d'un élan d'amour pour ma mère, alors que les choses étaient faites d'incompréhensions, de peur et de distance protectrice depuis quelques années. J'ai juste envie de lui écrire une lettre et de lui dire à quel point je l'aime, qu'elle est importante pour moi, et lui dire merci pour tout ce qu'elle a construit pour que je grandisse. Les larmes m'en viennent aux yeux.

A mon retour, ma maman chamane, avec ses boucles grises et sa belle voix, me serre dans les bras. Elle est forte et belle. Décidément, je m'ouvre de plus en plus facilement à des personnes auxquelles intuitivement, je fais confiance.

Je rentre à Isla Vista. J'écris des lettres vers l'Europe, de temps en temps. Sans attendre de retour.

Tous les matins, je fais un point avec moi-même. Je renouvelle fermement mon intention de simplement être, d'observer, de goûter pleinement cette liberté absolue dont le désir a lentement grandi en moi et que je m'offre enfin. L'"après" ne compte pas, mes "rôles empruntés" ne comptent pas, les "tu dois" ne comptent pas. Je ne dois rien du tout.

Les mots de Fanny me paraissent bien abstraits, quand elle dit " peut-être que pour trouver ta voie, tu as d'abord besoin de te trouver toi-même, d'aller à la rencontre de toi-même. C'est de l'individuation". Soit. Mais elle dit aussi "Il faut que tu t'autorises à identifier tes propres élans et désirs au lieu de toujours agir par rapport au regard des autres". Ça, je le comprends. Depuis les mois que je travaille avec elle, j'ai appris à faire la différence entre une action venant d'un élan propre et une action motivée par la peur. Tous les matins, en Californie, je me promets donc

d'être à l'écoute, à l'affut, qu'est-ce qui se passe en moi, et qui suis-je ?

## **Village des pruniers**

Cet entraînement à l'observation va prendre encore une tout autre dimension avec mon retour en Europe et mon séjour au village des Pruniers.

Après de brèves retrouvailles avec Anselm et ma famille, je pars donc vers le Sud-Ouest de la France. Il y a trois "hameaux", groupes de soeurs ou de moines qui logent et accueillent les visiteurs.

Dans mon élan de confiance pour Harriet, je me suis inscrite bien naïvement à ces trois semaines d'immersion. Loin de moi le fait de savoir que jusqu'à cette année, cette retraite annuelle était réservée aux plus anciens élèves du moine fondateur Thich Nhat Hanh. Pour l'occasion, ceux-ci affluent en nombre de la planète entière.

Ça fourmille, donc. Pour quelqu'un qui a pris goût au calme et à la paix de la solitude, ça grouille... On prend un bus pour se rendre tous les matins à un enseignement de Thich Nhat Hanh, 800 personnes dans un grand hall, ou répartis en extérieur, écouteurs de traduction simultanée à l'appui.

Et puis l'enseignement est dur. C'est un véritable choc. Il tient en quatre mots :

"Être ici et maintenant"

Ça n'a l'air de rien, dit comme ça, et je pensais l'avoir déjà fait, mais c'est terrible.

C'est terrible, parce que je ne sais pas faire. J'en suis à des kilomètres. Juste être là ? Je le suis un instant, puis autre chose se passe. Je m'en veux. Je veux "bien faire" ! Je veux être bonne élève ! J'essaie, j'essaie, et puis je n'y arrive pas.



Quand Thich Nhat Hanh ("Thich" pour les intimes) le décrit, "être simplement présent à beauté de ce qui est déjà là" semble si simple. Mais je fais surtout face à un magma de ressentis inconfortables. J'ai l'impression de ne pas comprendre l'exercice, en tous cas, de ne pas produire le résultat escompté. Ça m'énerve.

Et dire que je suis partie pour trois semaines ! Ça paraît long, très long, tout à coup. Mais je ne suis pas du genre à lâcher le morceau une fois que je commence quelque chose.

Thich Nhat Hanh dit aussi "arrêtez-vous pour regarder le détail des choses, d'une fleur par exemple". Ça, ça me parle, je peux faire un pont avec quelque chose de déjà un peu connu.

Grâce à Warren, j'ai découvert une formation d'observation de la nature appelée "Kamana". Après tant d'années passées à parler de "nature" et de ses enjeux, le plus souvent derrière un écran, je ne tolère plus mon ignorance du monde naturel. Dans ce qui m'a été vendu comme de la "culture générale" à laquelle j'ai cru si fort, et dans laquelle j'ai mis tellement d'énergie "pour être quelqu'un", il y avait cette immense zone d'ombre: aucune connaissance de base, aucun repère sur les espèces qui m'entourent et qui forment mon écosystème, j'arrive avec peine à identifier et à nommer quatre essences d'arbres. En colère de cette lacune, de ce gouffre béant, je décide de me mettre à la tâche avec Kamana. C'est une formation en quatre niveaux, basée moins sur des connaissances théoriques que sur des exercices d'observation sensoriels. J'ai pris le livret "Kamana 1" avec moi au village des Pruniers.

Alors lors d'une ballade dans le beau parc du monastère, régulièrement, je m'arrête, je m'accroupis. Je regarde une plante, je prends mon temps. Je ferme les yeux, en essayant d'en garder l'image - de quels détails est-ce que je me souviens ?

J'ouvre les yeux, à nouveau, et je regarde, j'assemble ce qui me manquait. Je les referme et essaie de la voir encore. Les matins, je fais ma première méditation près d'un étang de nénuphars. Là, j'écoute les grenouilles. Au-delà de l'identification de ce son, "croissement de grenouilles", comment est-il, précisément ? Quelle en est la texture, quelles en sont les variations ?

Alors, parfois, l'espace d'un instant, je suis juste avec l'image, la forme, la couleur, ou le son. C'est un chouette moment. Le reste devient secondaire, le moment est vrai.

De retour dans la salle collective, j'entends "porter l'attention à la respiration, y revenir aussi souvent que possible". Thich Nhat Hanh, petite figure perchée sur son coussin de méditation, toujours l'oeil vif et enjoué, nous dit "enjoy a couple of deep breaths", "dégustez quelques respirations profondes". Ça aussi, ça m'énerve. Je ne vois pas en quoi une respiration a quelque chose de délicieux. Moi qui pensais avoir déjà fait de la méditation en répétant des sons et en essayant de laisser glisser les pensées, je me trouve nulle à cette histoire de respiration. Je n'arrive pas à en enchaîner deux "en conscience". Ah oui, parce qu'ici, le but du jeu, c'est que tout soit "en conscience". Il y a aussi une petite cloche qui sonne, aléatoirement, au cours de la journée, invitant à faire une pause, de revenir "à la conscience". Mais comment on fait, quand on ne sait même pas ce que c'est pour commencer ? J'essaie, mais à chaque fois, je me retrouve face à un potage trouble, où tourbillonnent des fragments de pensées "il faudra que je...", "qu'est-ce qu'elle a bien pu penser quand...", "est-ce que au fond, je suis d'accord ?", "qu'est-ce que ça veut dire ?", "est-ce que c'est généralisable ?", "qu'en penserait untel ?". Parfois, une impression d'enlissement, tout n'est que grand point d'interrogation, comme quand

j'allais mal. Sauf que maintenant, tout passe au microscope - pas d'échappatoire possible. "En conscience", donc il s'agit de faire face, même aux ressentis inconfortables, pas de stratégie d'évitement. Se plonger dans la nourriture pour étouffer l'angoisse n'est pas une option: dans notre petit sous-groupe, les dix premières minutes de repas, nous les prenons en silence, avec invitation à prendre notre temps pour mastiquer, vraiment profiter de chaque bouchée, à déguster. Je suis face à mon assiette. Intellectuellement, je sais que j'ai de la chance, j'ai vraiment le souhait aussi, d'en voir la beauté, de respecter le travail des producteurs, des cuisiniers, ... Mais concrètement, face à cette assiette, je bloque. Cercle infernal: je n'arrive pas à ressentir cette gratitude, je m'en veux de ne pas la ressentir, et je rejette le tout. Le repas est avant tout tension pour moi.

Il y a un tel décalage entre mon ressenti, d'une part, et le lieu et ses intentions de sérénité et de beauté, d'autre part ! Je me demande si je suis un peu folle, vraiment trop différente des autres.

Trois semaines, c'est long. Une fois la timidité des premiers jours passée, l'habitude prise de rester avec moi-même au maximum, même dans la foule, je fais le point. Ça ne peut pas continuer comme ça. Quelles sont mes ressources pour trouver des solutions ? Je lève les yeux, je regarde autour de moi, et commence à prendre conscience de tous ces participants aux robes marron. Ce sont les élèves de Thich "les plus avancés". Je trouve ça bien pratique qu'ils soient si faciles à reconnaître. Je note mes questions et difficultés les plus brûlantes. Puis je les observe un bon coup. Je prends mon courage à deux mains, et me dirige vers ceux qui me plaisent le plus.

" Bonjour, je me demandais si je pouvais vous poser une question ? ". Visage ouvert, sourire, " Mais oui ! Est-ce que tu veux qu'on aille s'asseoir ensemble un peu

plus loin ? ". Je marche quelque pas avec la robe marron et nous nous asseyons sous un mûrier. Je raconte, et là, écoute, écoute, véritable écoute. Quelques questions, quelques pistes de réflexion peut-être, mais cette écoute, à elle-seule, est un baume. Là où tout était froid et dur, fait de coins tranchants auxquels je me cognais, il y a un peu de chaleur maintenant. Comme si la gentillesse et l'amitié avec laquelle on m'avait écoutée avaient percolé, me permettant de m'en donner un peu à moi-même.

Régulièrement, je vais leur poser des questions. Dans les temps d'enseignement, j'entends beaucoup parler d'"ego". Ça a l'air plus subtil que l'usage qui en est fait dans le langage courant. Je ne comprends pas trop ce que c'est.

Avant que ne commencent les enseignements du matin, Thich Nhat Hanh répète toujours les mêmes phrases. Il demande à ce que l'on soit libérés du complexe d'infériorité, et du complexe de supériorité. Je trouve ça bizarre. Le complexe d'infériorité, je connais, je trouve toujours ça dommage quand de belles personnes au fort potentiel ont une image limitante d'elles-mêmes. Mais " le complexe de supériorité " ? Jamais entendu parler. Pour moi, ceux qui se sentent supérieurs et ne pensent qu'à leur avancement, ce sont surtout d'insupportables arrogants. "Des cons", tout simplement. Le complexe d'infériorité est une souffrance, et mérite compassion, mais l'arrogance, elle, ne mérite que dédain ! Mais voilà que Thich Nhat Hanh en parle comme des équivalents, ... c'est troublant. Mais je crois commencer à comprendre: l'ego c'est peut-être surtout des images préfabriquées, des rôles qui nous enferment. Qui nous empêchent de vivre pleinement et librement. Et peut-être qu'en fait, je n'en suis pas si loin. Toutes ces années où inconsciemment, sans me vanter et sous le couvert d'une grande modestie et discrétion, j'ai bataillé pour rester "la meilleure". J'avais besoin de savoir que

quelque part, j'étais "meilleure" que les autres, qu'un titre, une mention, une collection de diplômes me le garantissaient. Besoin d'être et de rester "exceptionnelle". Comme si sinon, je ne serais plus personne, j'allais disparaître. Ça ressemble fortement à un "complexe de supériorité"... Un complexe, car c'est une construction mentale. Une construction mentale qui m'a empêchée d'être libre, empêchée de vivre l'instant, empêchée de faire mes propres choix, toujours prisonnière de la comparaison, et donc des autres...

Thich Nhat Hanh nous invite à observer, à identifier, simplement. Cette dépendance viscérale à la supériorité est une peur-panique, une souffrance, aussi. L'observer donc avec ce qu'il appelle "la compassion". Ce serait le premier pas pour secouer, voire débarrasser de la bête... ?

Les jours et les semaines passent, donc, et finalement, ce n'est pas si pire. Thich Nhat Hanh me fait rire, souvent, quand il parle en termes compréhensibles pour moi. Je commence doucement à arriver. Le parc du monastère est magnifique. Les mûriers nous gâtent. J'arrive un peu à rigoler avec les autres jeunes, en faisant la vaisselle, même si je me sens à l'écart.

Je découvre la méditation marchée. Je la pratique surtout en montant une colline. Je sens tout le poids sur mes pieds, le poids dans mes jambes, je marche, en rythme, je respire, et doucement, je commence à tolérer les mots de Thich Nhat Hanh que je trouvais très kitsch. " En inspirant, je me sens portée et aimée par l'immensité de la terre, en expirant, je lui rends cet amour, avec gratitude pour la vie". Rythme de la marche calé sur le rythme de la respiration, rythme des mots, répéter, répéter, laisser couler les pensées, répéter... et puis doucement, les mots prennent chair. Une réalité tangible se glisse sous eux. Ils veulent vraiment dire

quelque chose.

Une voix en moi dit:

"C'est le propre du "brainwashing", non ? Voire des sectes ? Créer une réalité en se la répétant, en ne s'autorisant pas la mise en perspective et la prise de recul critique ?"

Cette voix-là, je la connais. Je ne sais pas trop quoi répondre, elle est trop intelligente. Je sais juste qu'elle me fatigue. Elle me propulse dans un torrent de réflexions ne débouchant sur rien. A l'inverse, après une méditation marchée, je suis bien dans mon assiette. J'ai l'impression que les choses reviennent à leur juste place.

Au cours de ces semaines au village des Pruniers, rythmées de chansons enfantines célébrant la vie, que je ne peux m'empêcher de trouver naïves, je me pose souvent la question: "peut-être faut-il donc vraiment être bête pour être heureux ?". Ça me chagrine un peu. Je tenais l'intelligence très haut dans mon estime. J'ai beaucoup misé sur elle. Mais en fait, je veux surtout être heureuse.

Heureuse et vraie.

Et s'il y a bien une chose que j'ai apprise et vraiment comprise au village des Pruniers, et ce n'est pas faute d'avoir résisté, c'est qu'il n'y a qu'une chose de vraiment vraie: le moment présent.

Plus concrètement, j'ai compris aussi que je ne sais pas respirer. Plus je suis prise dans mes bribes de pensées, moins je respire. Et surtout, je constate que dès j'ai quelque chose à faire, je ne respire plus. Dès que je lis, ou suis assise devant un

ordinateur, tout se contracte. Je suis presque en apnée, la respiration est si fine et superficielle, que les poumons ne se remplissent pas. Je tombe un peu des nues de remarquer cela. Pas étonnant que mon corps soit devenu résistant au travail intellectuel si je le privais systématiquement d'oxygène pour ce type de tâches !

Avant de partir, je me souviens tout de même de mon éternelle question, ma question de départ: "comment trouver ce que je devrais faire dans la vie ? ". Je vais voir la soeur à la tête de mon hameau, dame un peu âgée, vieille amie et compagnon de lutte de Thich Nhat Hanh pour les "Boat People" du Vietnam. Elle me regarde, impassible, insondable, et me dit " Respire et observe. Fais quelque chose de simple et de concret, du jardinage, par exemple. Regarde vraiment les choses en détail, le verre de la vaisselle, l'eau qui ruisselle, la texture du cuir de ta chaussure. Retourne à la respiration, observe, et les choses viendront."

Me voilà bien avancée, une fois de plus.

La fin de mon temps de vadrouille approche, et pour le moment, je n'ai pas eu la révélation de ma voie. Soit.

## **Bilan de vadrouille**

Alors quel bilan de ces mois de "liberté" ?

Après avoir été si déroutée et frustrée par mon manque d'élan et de direction propre, je me suis donnée ce temps sans projets pour observer ce qui se passerait si j'étais en "roue libre". Suis-je vraiment cette loque amorphe et paresseuse que j'ai peur d'être sans coup de pied aux fesses ? Est-ce que je ne m'intéresse à rien ? Est-

ce que sans impulsion volontaire je tomberais dans un état d'immobilité, sans intérêt propre aucun ?

Libre de contraintes extérieures, je me suis surtout entraînée à l'observation. Grâce à Fanny, en observant le corps et les émotions, j'ai appris à pister. J'ai appris à déceler les indices d'un élan personnel profond et réel et à le défendre tant bien que mal contre mes propres déductions logiques et réactions sécuritaires.

Et au cours de ces mois, quelque chose a changé. J'étais partie avec l'espoir implicite qu'en faisant "place au vide", comme certains me l'avaient conseillé, la réponse à mon éternelle question de "quelle est ma voie" me tomberait dessus. Ça ne s'est pas fait.

Au travers de ce voyage, c'est surtout la place de cette question qui a changé. Je suis un peu fâchée de ne pas ressortir avec une réponse claire, mais en réalité, c'est la question qui est devenue toute petite.

Je reviens du voyage et peut-être que j'ai trouvé quelque chose de plus précieux encore que la réponse: je ressors de ces quelques mois avec une conscience et un ressenti profonds de ce qui m'est réellement important dans la vie.

Tout à coup, ce qui est important pour moi, ce sont les moments chaleureux avec d'autres humains. Je veux voir ma famille. Voir ma soeur, de 13 ans ma cadette, grandir, écouter ma mère. Rire dans le quotidien des petites choses.

Je reviens de voyage, et ce que j'aime, c'est d'être dehors. Je veux courir sur un sentier, sauter dans un champ. Je veux voir le nuage sombre de pluie arriver, sentir le vent qui l'annonce, je veux renifler l'odeur du printemps mouillé, et je veux pouvoir voir le fruit de mon action, le tenir entre mes mains.



Je reviens de voyage, et j'ai besoin de beauté.

Je reviens de voyage et je pense avoir trouvé ma nourriture de vie: je veux être présente à la beauté des instants.

Ce n'était pas prévu comme ça. En un sens, ça ne m'arrange pas - toujours pas de réponse à LA question. Je ne sais pas où postuler. Mais la question n'est plus aussi puissante, inévitable et implacable. Elle est devenue secondaire, parce que je sais maintenant que ce qui compte, ce n'est pas une étiquette sociétale, un mot que je pourrai brandir, une case douillette à laquelle je pourrai m'identifier et qui suscitera des "aha" impressionnés et approbateurs. Ce qui compte, c'est ma capacité à être présente aux moments de vie qui passent. Le chiot qui joue, la boulangère qui sourit... Vouloir "sauver le monde" ou "avoir un impact" n'a aucun intérêt si j'en perds ces choses de vue.

Progressivement, je comprends que cette présence au moment signifie deux choses pour moi : percevoir réellement mon environnement naturel, d'une part, et pouvoir être pleinement présente et à l'écoute avec l'humain qui me fait face, d'autre part. C'est là que je me sens vraiment en vie. Ce sont comme deux premiers points d'accroche, qui pour moi ont un vrai sens.

#### **IV. Retour - de nouvelles racines**

Il n'en reste pas moins que septembre approche, et je vais devoir gagner de l'argent. J'avais espéré qu'en septembre j'aurai trouvé ma flamme, ou du moins assez de clarté pour pouvoir me caler dans un "vrai travail", stable et rémunérateur, qui me corresponde.

Qu'est-ce que je vais faire ? Ça y est, j'ai vraiment l'impression d'avoir cherché dans toutes les directions: j'ai fais du travail intellectuel, de la recherche, j'ai vu un peu la gestion de projets... j'ai essayé le travail manuel, les mains dans la terre... et décidément, je ne me trouve pas très douée dans tout ça. De manière générale, trop distraite et lente. Rien ne vient avec naturel et aisance. Je rêve toujours de trouver quelque chose qui serait de l'ordre de l'élan et du talent naturel, au lieu de toujours devoir me cravacher pour maintenir le rythme et produire un résultat.

Cela va faire deux années que je suis accompagnée, par Camille l'orthophoniste, puis Fanny la psychologue, dans mes questionnements. Et progressivement, j'ai accepté de changer ce sur quoi je porte mon attention. Elles ont été claires et fermes : "au lieu de t'acharner toujours sur tes manquements et tes faiblesses, porte ton attention sur ce qui te motive vraiment !".

" Qu'est-ce qui me motive spontanément ? "

Je reviens aux deux petites graines découvertes pendant ma vadrouille.

D'abord, un besoin profond d'arriver vraiment sur cette planète, de m'ancrer et m'ouvrir un peu, au lieu d'être toujours perchée dans mes pensées. Pour moi, ça veut dire apprendre à voir, percevoir mon environnement naturel.

Et secondement, un vif intérêt pour l'échange personnel et profond avec mon vis-à-vis. J'ai pu identifier que les moments où je suis pleinement présente, intéressée, alerte, et en activité, sont ceux où je suis face à un autre individu, dans l'échange.

Malheureusement, mes deux petites graines ne semblent n'avoir rien à voir ni

avec un "vrai métier", ni avec une belle action impressionnante. Mais je dois me rendre à l'évidence, même si elle me déplaît: les projets ambitieux, les grands concepts et stratégies pour sauver la planète et améliorer le sort de l'humanité..., la simple pensée m'épuise. Et mes difficultés ne se sont pas évaporées. Il me faut donc quelque chose avec le moins de lecture et d'analyse possible. J'ai compris que si ce n'est pas le champ thématique qui est moteur pour moi, il me faut une équipe qui m'anime et me motive. Un travail pour lequel la relation humaine, la communication est au centre. Quelque chose de l'ordre de la coordination, de la gestion de projet dans une association, peut-être ?

Est-ce que j'en ai vraiment envie ? Non.

Cette recherche, la perspective de me retrouver dans un poste de bureau à responsabilité me fait peur. J'ai peur de me laisser visser à l'écran, d'être toujours dans l'"après", de perdre mon début de lien au vivant. Mais j'ai un nouveau fil d'Ariane.

Mes deux petites graines ont beau ne pas être un "métier", j'ai compris qu'il est important, peut-être vital, de leur donner de l'attention et du temps. Je leur accorde donc une place. Chacune à sa manière, je vais les arroser. Face à la recherche d'emploi qui me fait peur, elles sont comme deux petites lucioles. Et pour être certaine de ne pas les perdre de vue, je peux faire appel à mon caractère scolaire et borné: si je commence une formation, je vais la prendre au sérieux. A chaque luciole sa formation, donc. Le niveau 2 de la formation à distance "Kamana", de naturaliste indépendant, d'une part. Un diplôme universitaire de médiateur, réparti en modules sur une année, d'autre part. Avec ces deux ceintures de sécurité, je me sens un peu plus rassurée. J'espère j'éviter d'être engloutie par mon prochain poste

salarié.

## **En route pour le Morvan**

Je vais donc commencer des candidatures et attendre des réponses, mais n'ayant ni revenu ni allocations, en attendant, il serait bon que je gagne rapidement un peu d'argent. Le tout en étant à l'extérieur, si possible. En automne, cela ne semble pas trop compliqué: il y a un besoin de main d'oeuvre pour les vendanges et d'autres récoltes.

Mais je pense aussi à demander à mon oncle pépiniériste dans le Morvan. Et il se trouve qu'il a justement besoin d'aide pour l'automne.

Munie de mon sac à dos rouge, de mon livret "Kamana 2", et de mon bulletin d'inscription à l'Institut de Formation à la Médiation et à la Négociation, je me mets donc en route pour le Morvan. La pépinière "Le Jardin du Morvan" est perchée sur la crête d'une colline, au-dessus du pittoresque village de Larochemillay. Je m'y installe sous les combles d'un petit bâtiment, ancien four à pain. J'ai une pièce à moi ! C'est nouveau, après ces mois de "vadrouille" et c'est agréable.

Je passe la porte, et autour de moi, symphonie de formes et de couleurs: en septembre, les floraisons sont à leur apogée dans la pépinière. D'un côté, vue sur la vallée en pâturages, où, tout en bas, serpente et scintille La Roche. De l'autre, un étang tapis au creux d'une cuvette, des haies parsemées de vieux châtaigniers. Partout, de petits points blancs sur fond vert, vaches charolaises en train de paître. Et au-dessus, les sommets des collines couverts de bois.

## Jardin du Morvan - travail simple et bonheur

C'est simple, le travail à la pépinière. Dans mon éternel besoin de repos et mon désir de ne pas avoir à réfléchir, je me rends compte que j'adore les hiérarchies traditionnelles. Moi je m'en fiche de tout comprendre, de contribuer, d'optimiser des processus. On me dit de porter des caisses de plantes ? Je porte des caisses de plantes. Les 25 caisses de Rudbeckia doivent aller sur le parking pour partir en exposition ? Très bien, je les porte sur le parking. Ah non, ces "salopes d'abeilles" (en vérité, on adore la nature, mais on n'est pas toujours poli, à la pépinière) les ont butinées, elles sont donc toutes fanées ? Il faut remettre les 25 caisses de Rudbeckia dans le tunnel numéro 4 ? Très bien, je porte les caisses pour les remettre dans le tunnel numéro 4. Ca exaspère certains collègues – « ca n'a pas de sens !! » Moi, je m'en fou. On fait la chaîne. Je vois la collègue qui me la tend, je réceptionne la caisse, j'essaie de simplement sentir son poids, de regarder la particularité de cette plante-là, la forme des feuilles, et voilà le prochain collègue auquel je transmets le précieux paquet. Je touche à des formes, des plantes, qui vont être vendues à des clients dont je vois le visage et dont le revenu va nourrir toutes les personnes qui m'entourent. C'est assez simple. C'est du concret.

Et puis les collègues sont sympas, pas prise de tête. Il y a Gaëlle, aujourd'hui la quarantaine, à la pépinière depuis ses 17 ans, toujours les longs cheveux blonds lisses au vent, et toujours le sourire. Ses bouquets, petits, fins, élégants faits de fleurs qui auraient été jetées, sont d'une élégance rare. Vous passez dans l'atelier en poussière et en bazar et voilà que le bouquet du jour vous saute à l'œil, plein de grâce et d'élégance, faisant pâlir mille mots raffinés et savants. Il y a Aline, d'une intelligence et d'une curiosité remarquable, experte en basse-cour d'après les dires de ma tante, et il y a Odile, toute fine, pas grande, avec des

cheveux noirs, courts, une force de la nature. Elle charge à elle seule les camions, agençant les centaines de caisses qu'on lui tend, et puis elle gère « les gars », c'est-à-dire Sylvain, à la teigne de mouton et au doux regard rêveur, et les saisonniers quand il y en a.

Mon contrat court jusque fin octobre. J'ai donc quelques semaines devant moi. Une certaine routine se met en place: travail pratique à la pépinière le jour, puis exercices d'observation "Kamana" en fin d'après-midi et le soir, et enfin, un week-end sur deux, déplacement vers Paris pour ma formation de médiateur. Je suis heureuse et bien occupée, et regrette un peu de ne pas pouvoir lire et approfondir les supports de ma formation à l'Ifome... de là à commencer sérieusement ma recherche d'emploi...

### **Et si j'y restais ?**

Travailler au Jardin du Morvan avait d'abord été une « excuse », une manière de « refaire un peu d'argent tout en cherchant un emploi ». Mais en vérité, j'y suis tellement bien ! C'est exactement à ça que j'aspire : le calme, la nature, des tâches simples, sans responsabilité. On me montre, j'exécute, je bouge, on me fiche la paix – le bonheur. A l'arrière de ma tête, la conscience que je devrais être en train de faire des candidatures...

Mon ancien prof en entrepreneuriat social m'a laissé un message vocal me faire part d'un projet sur lequel je pourrais travailler. Il semble plein d'entrain à cette idée. Ce jour-là, j'aide à la vente pour une exposition de plantes, au Sud de Paris. J'ai un rendez-vous téléphonique prévu avec lui pour en parler à 15 heures, mes collègues de la pépinière sont d'accord.

Je n'en ai pas vraiment conscience, mais qu'est-ce que j'en ai peur, de cet appel ! Tellement peur de devoir dire oui, car dire non est impossible. Ce serait complètement, injustifiable, irresponsable, débutante professionnelle que je suis. Je continue à servir les clients. D'habitude, j'aime ça, je suis souriante et enjouée. Aujourd'hui, j'ai le ventre serré. Fanny est d'accord pour me parler au téléphone avant mon rendez-vous, et je m'éclipse donc pour lui parler. Je lui décris mon désespoir : je tiens le bonheur là, et puis il faudrait aller s'enfermer dans des bureaux pour des projets à responsabilité, à nouveau ? Tout en moi le rejette. Je suis à l'abris, cachée par des buissons, accroupie près d'une haie, adossée à une vieille muraille. Au fil de notre échange, progressivement, des choses se dégagent et se débloquent, se clarifient – grâce à Fanny, je prends la décision de me donner plus de temps encore. Au fond, rien ne m'empêche de demander à la pépinière si je peux rester encore quelques temps, me consacrer à mes deux formations, et d'abandonner l'obligation de chercher un autre emploi maintenant. C'est comme si mes épaules étaient déchargées d'un sac plein de pierres - quel soulagement ! Et là, devant mes pieds, le sol bouge un peu, la terre se soulève. Deux petites mains et un nez sortent. – C'est la première fois que je vois une taupe vivante, sortir son bout du nez !

Le téléphone sonne. C'est mon prof. Au final, rien de concret, mais cette grande frayeur m'aura permise de prendre une vraie décision.

En hiver la pépinière ne pourra pas me garder en tant que salariée, mais j'ai de la chance, car mes "patrons" et maîtres naturalistes me disent que je suis la bienvenue pour y rester en échange de soins à leurs chevaux.

J'ai l'impression d'être au sommet de ma carrière. J'apprends à vivre en

dépensant peu, parfois 400 euros par mois déplacements vers Paris compris, et me sens comme la plus riche des personnes. Aucun salaire de cadre parisien ne pourrait remplacer la beauté et la qualité du silence de ce lieu.

Après mon bac + 5, j'ai l'impression de commencer mes études, les vraies. J'apprends des choses que je trouve vitales.

## **Observation de la nature**

Pourquoi une formation de naturaliste ?

Cette envie est née à la fois d'une déduction rationnelle, et d'un besoin plus profond.

Tout d'abord, je dois me rendre à l'évidence que je ne peux pas être à la fois convaincue et passionnée par l'approche permaculturelle, et ignorer l'observation de la nature. J'adore le principe du "design", de la "conception", penser en termes d'éléments, de fonctions, de cycles clos d'énergie et de nutriments, pour agencer un site, un projet, une région, de manière cohérente écologiquement... au cours de ma formation, je me projetais déjà dans le rôle de "concepteur", réfléchissant de manière holistique et stratégique, faisant des dessins et des tableaux d'analyse... Puis j'expliquais l'approche et ses fondements à coeur joie à toute personne prêtant l'oreille. Mais quelque chose cloche. La permaculture repose sur trois principes éthiques du soin de l'humain, soin de la terre, et du partage équitable, et une série de principes de conception. Or le premier de ces principes est... l'observation. C'est le principe le plus important, celui qui fait la force et la spécificité de l'approche permaculturelle: il n'y a pas de règle absolue, "tout dépend" des spécificités du



contexte et de l'écosystème local.

L'observation du site, des flux naturels la traversant, des espèces présentes... Inspirée surtout par la stratégie, la gestion de projet, et les résultats de performance écologique tangibles, j'espérais pouvoir contourner ou minimiser cette étape, m'en débarrasser rapidement. Mais je dois bien me rendre à l'évidence: faire de la "permaculture" sans observation, prolongée, alerte, et patiente, ce serait la vider de sa substance.

Ca ne m'arrange pas. Car pour moi qui suis surtout dans mes pensées et projets, "observer", et surtout, dans un premier temps "observer sans analyser", c'est difficile. Mon professeur de permaculture l'a pourtant bien expliqué: nous percevons au travers de filtres, différents pour chacun et il s'agit de les ouvrir et de les aiguïser pour capter les informations importantes relatives à notre site. Or force est de constater que mes filtres de perception sont bouchés pour ce qui est des choses de la nature. Je ne perçois et comprends que les mots, les concepts, et les lignes droites, alors que s'il s'agit de "travailler avec la nature" comme le professe l'approche permaculturelle, la moindre variation de température, la moindre odeur nouvelle sont des indices précieux.

Même si de par mon élan enthousiaste et volubile on m'en colle parfois l'étiquette, je renonce donc à me déclarer "permacultrice" avant d'avoir appris l'observation, d'une part, et avoir un site de démonstration, d'autre part.

Et au final, c'est une libération.

Car si un sentiment de culpabilité diffus face à l'urgence écologique me dit qu'il faut "agir", "faire un projet", j'ai vraiment besoin d' "arriver" un peu plus dans cette vie et sur cette terre, pour savoir "comment". Jusqu'ici, mes déductions

logiques de "comment sauver la planète", n'ont jamais pleinement sonné "vrai".

Mon esprit a créé un concept de "nature" à protéger. Je sais, que physiquement, je fais partie de cet environnement naturel, que j'en dépends. Mais jusqu'ici, je l'ai très peu perçu. J'aime la randonnée, certes, mais c'est comme une expédition du dimanche dans un paysage bucolique, un fond de verdure, ... En réalité, il s'agit d'un mur de verdure. Insondable, auquel je ne comprends rien. Je sais, tout au plus, identifier l'érable et le marronnier, les fleurs des champs sont jolies, j'en connais le pavot, les buissons ne me disent rien, je repère le cri des corneilles et le roucoulement des pigeons, je connais le moustique, la coccinelle, et la guêpe, et mes connaissances naturalistes s'arrêtent là. C'est bien maigre.

C'est en partant de ce constat que j'avais commencé l'introduction à la formation Kamana (Kamana 1) lors de mon voyage en Californie. Cette mise en bouche m'a ouvert grand les yeux sur l'ampleur de mon ignorance. Mais elle m'a aussi fait comprendre qu'il ne s'agit pas simplement d'apprendre à identifier plus d'espèces - les livres sont là pour ça -, mais bien plutôt d'ouvrir et d'entraîner les sens.

Dans l'approche pédagogique de Kamana, pour intégrer expérience et connaissance, et pour aiguiser et nourrir la curiosité, rien de tel qu'un poste d'observation régulier. Celui-ci est un prérequis pour pouvoir continuer en Kamana 2, formation à distance qui s'étend sur un minimum de quatre mois.

Le feu vert pour pouvoir rester à la pépinière me permet donc de plonger pleinement dans cette approche.

La formation est fondée sur deux livrets et la correspondance avec un "mentor" référent auquel il s'agit d'envoyer régulièrement fiches d'espèces, extraits du journal d'observation, et retours d'expérience d'exercices sensoriels.

Les livrets demandent d'abord un temps d'acculturation. Le style en est indéniablement "américain". Le phrasé très oral et les dessins enfantins me donnent d'abord une impression de "manque de sérieux". Où est le contenu ? Où sont les faits ? Quelle est la légitimité des auteurs, quelle preuve de "compétence" me fournissent-ils ? Et j'entends déjà les questions autour de moi: "tu fais une formation de ... quoi ?", "ah, c'est comme une licence de biologie, tu veux te reconverter ? Mais comment peux-tu avoir des équivalences avec la fac s'il n'y a pas de contrôle de connaissances... ? ", "Mais, donc... ça va te servir à quoi ? ". Anticipant l'incompréhension, je prends le parti de communiquer aussi peu que possible sur cette démarche.

Après un premier temps de repérage, je comprends que j'ai trouvé exactement ce que je désirais: je voulais apprendre à connaître la nature, mais me sentais impuissante face à cette complexité grouillante. La formation Kamana, conçue par des personnes cumulant formation de naturaliste et héritage amérindien, me prend par la main. Pas à pas, touche par touche.

Certes, il y a l'acquisition de connaissances sur l'écosystème local et ses espèces, mais rien n'est prémâché. Il s'agit d'acquérir une petite bibliothèque naturaliste, mais jamais d'apprendre des listes. Au contraire, l'invitation est à l'exploration et à l'intégration sensorielle. Faire une fiche sur la pie grèche ? Regarder l'image du livre, fermer les yeux. Se la représenter, en 3 D, quelle taille ? Quels motifs de couleur ? Quel mouvement ? Quel comportement ? Quel chant, quel cri ? Combien pèserait-elle si on la tenait dans les mains ? Lire les informations

attenantes, se les représenter. Puis fermer le livre et faire sa fiche. Peut importe l'exactitude de l'information et l'imperfection du croquis. Pour moi, la place des livres change. Au lieu d'être des manuels intimidants, ils deviennent comme des vieux sages à consulter à souhait. Leur vocabulaire précis, leur art de la description affine et affûte le regard. Ce qui semblait être "un végétal" a en réalité mille variations: quelle taille ? Quelle couleur ? Mais surtout: feuilles opposées, ou alternes ? Tige poilue, lisse, ronde, ou crénelée ? Les feuilles ont-elles des bords arrondis ou dentelés ? Au bout de la cinquième fiche "végétaux" déjà, satisfaction: le pré du versant ouest, en-dessous de mon four à pain, prend du relief: ce n'est pas juste "de l'herbe" ! En plus du pissenlit, et du trèfle, que je connaissais déjà, il s'y trouve de la vesse, de la berce, un peu de stellaire, et bien d'autres plantes dont je ne connais pas le nom, mais qui soudain sont apparues, se détachent de la masse de "verdure". C'est comme si j'avais changé de lunettes.

J'ai la grande chance de côtoyer au quotidien deux naturalistes chevronnés: les pépiniéristes. A répétition, je suis étonnée et impressionnée par tout ce qu'ils voient et aperçoivent, et qui, moi, m'échappe. Tel matin, un chevreuil près du châtaignier, à l'est. Telle nuit, des salamandres jaunes et noires sur le gravier vers la cuisine. Un couple, a priori. Elles habitent dans les pierres du vieux muret. Et l'autre soir, une ombre sur la route: c'est certainement "la martre", qui passe. Ebahie, je ne peux que prêter l'oreille, et c'est une joie, les soirs, de pouvoir à mon tour partager ce que j'ai vu ou perçu à un auditoire réceptif et curieux.

Et je comprends que ce sont les exercices de la partie "expérientielle" de la formation Kamana qui vont me permettre, petit à petit, de percevoir à mon tour. Car pour apprendre à connaître son environnement naturel, et surtout s'y relier, il est

insuffisant de s'enfermer avec des manuels naturalistes et des cartes géologiques et topographiques régionales. Pour s'ancrer, il faut savoir sentir son corps, renifler l'air, ouvrir les oreilles, et abandonner la vision-tunnel de l'écran ou du pare-brise pour explorer sa vision périphérique. C'est alors que l'on peut apercevoir la buse qui plonge, ou apercevoir une nouvelle formation nuageuse....

La partie "pratique" de la formation Kamana m'amène donc à me rendre à mon poste d'observation, quotidiennement, et d'abord et avant tout, y exercer mes sens. Au même endroit, tous les jours, par tous les temps. Et c'est ainsi, que doucement, le petit paysage prend de la profondeur. Cachée près d'un fourré de bambous surplombant la vallée, je m'accroupis et commence par fermer les yeux. Sinon tout est trop grand, trop impressionnant et complexe. Les températures rafraichissent. Le sol devient plus humide. Parfois, il pleut. Je renifle. Fin d'automne, feuilles mortes, lichen de forêt, surtout. Je ramasse un bout de terre, essaie d'en percevoir les nuances, les couches d'odeurs. La brise se lève, je la sens à peine, car je suis à l'abri du vent, mais je l'entends. Elle joue sur plusieurs cordes. Sifflement dans les sapins, là-bas à gauche, doux froufrou dans les bambous autour de moi, bruissement sec dans les feuilles de chêne sèches encore suspendues à l'arbre, devant. J'entends les oiseaux. Le soir, le merle, derrière moi, à gauche. Ça doit être encore le même, perché sur son poteau électrique. Et doucement, j'ouvre les yeux. Le livret Kamana parle des "yeux de la chouette". Yeux immobiles, regard grand et large, détendu, un peu flou. Essayer d'apercevoir au même moment le point le plus à droite, et celui le plus à gauche de mon champ de vision, le bout de terre à mes pieds, et le sommet des arbres au-dessus de moi.

Et voilà que très rarement, mais parfois, je suis simplement là. Parfois, les frustrations de "ne pas progresser", "ne pas comprendre", les autocritiques " je suis

trop dans les pensées", " je ne remarque rien", ou l'ennui et le rejet "toujours la même chose", laissent place à une simple présence. Des moments, où blottie près de mon fourré, je sens le poids de mon corps, l'odeur de la brise fraîche, j'entends le premier cri du coucou, je vois l'herbe qui tremble, les collines devant moi, le soleil tout juste caché par un front nuageux, et je ressens une joie simple.

Comme si cet ensemble avait le droit d'exister indépendamment de moi, sans que j'aie autre chose à faire que d'en être le témoin attentif et émerveillé.

Une joie d'être là, et de faire partie. Et même s'ils sont très rares, ces moments valent toutes les frustrations.

Je continue mes allers-retours entre le Morvan et Paris, et progressivement, je me rends compte que je me suis engagée dans une voie à sens unique... Par inadvertance, je suis tombée amoureuse. Quand j'essaie de passer une semaine à Paris, les arbres me manquent. Je suis deux semaines en déplacement, et c'est comme si mon bout de vallée me tirait par la manche.... Je célèbre les rares mois sans déplacements, sans modules de formation ni train à prendre, quand, comble de bonheur, c'est mon amoureux qui vient à moi au lieu que ce soit moi qui le rejoigne à Paris. En hiver, je me mords les doigts d'avoir raté les quelques jours de neige, qui auraient révélé tant de secrets à la débutante en pistage que je suis...

Le matin, ouvrir grand la fenêtre pour percevoir le "dehors" est devenu mon premier geste spontané. Et toute ballade est devenue différente, plus vivante. Sans comprendre ou savoir, j'ai les sens en éveil, et j'observe. Alors qu'avant, une promenade en nature était un cadre détendu pour discuter avec famille ou amis, les ballades solitaires prennent maintenant tout leur sens. L'environnement naturel n'est

plus un décor sympathique, mais un univers vivant et grouillant, une invitation à explorer.

## **La médiation**

Comment en suis-je arrivée à la médiation ?

La formation Kamana est comme un cours de rattrapage pour moi. C'est comme si j'avais manqué un bloc fondamental à l'école primaire. Je ne veux pas "aller de l'avant" avant de l'avoir "rattrapé". Connaître au moins une poignée de plantes, d'arbres, d'animaux, d'insectes, et comprendre les fondamentaux écologiques de mon environnement quotidien.

Si le lien surprenant qui me lie à la vallée de La Roche se rebelle parfois à l'idée de passer encore quatre heures en transports bruyants puis quelques jours en ville, la formation à la médiation n'en reste pas moins un pilier plein de sens.

Mon inscription à la formation de Médiateur est le résultat d'un cheminement dans la durée. Il faut donc faire quelques pas en arrière pour bien comprendre.

Une première étincelle aura été la découverte de l'"intelligence émotionnelle" sous la forme d'un livre de Marshal Rosenberg, à la sortie de mon master...

De passage chez une amie, je le salue et le feuillette. J'en reste interloquée. Cela semble si clair, si évident. Les bras m'en tombent. Pourquoi ne m'a-t-on pas appris ça avant ? Prendre la responsabilité de ses sentiments, de ses besoins, parler en son "je", communiquer clairement pour éviter l'escalade, cela semble si évident, si prometteur d'apaisement ou du moins de clarté ...

Mais peut-être est-ce de la théorie de bisounours ? Un rêve ? "La communication non-violente"... ça me revient maintenant. Un ami libanais rencontré en Jordanie m'en a parlé. Son témoignage m'avait frappée.

Il se rappelle enfant, s'être caché avec sa mère sous la table de la cuisine tandis qu'une bombe israélienne fracassait la maison des voisins. D'un naturel doux et pacifique, il n'en grandit donc pas moins avec une image claire de l'"ennemi". Image qu'il a le courage, une fois adulte, de secouer au travers d'un atelier de communication non violente réunissant libanais, colons israéliens, et réfugiés palestiniens. A l'époque, je n'en crois pas mes oreilles, je lui demande de répéter, " Ils se sont rencontrés ? Volontairement ? Dans un même lieu ? Pour partager leurs ressentis ? ". Il me dit que oui, et que cette expérience a été pour lui dense, rude, et transformatrice: il n'a pas pu rester dans ses idées figées et préconçues. Tout était plus complexe, plus mouvant, plus vivant. Alors je me dis que si cette approche non-violente a pu prendre, ne serait-ce qu'une radicelle dans un tel contexte de violence historique et quotidienne, alors elle a du mordant. Elle est à prendre au sérieux, porteuse d'une réelle promesse.

Et de là à la médiation ?

Un jour, en Californie, je me promène avec une amie, ancienne colocataire. Nous marchons, et elle me raconte ce qui l'affecte, une dispute avec des amis. Et là, je suis pleinement présente, curieuse, à l'écoute. Nous marchons, je lui pose des questions, elle parle... A la fin de notre promenade, elle rayonne, et d'un air soulagé me dit "Nora, c'était super ! Grand merci pour ton aide, j'y vois beaucoup plus clair maintenant ! Tu sais, tu devrais faire de la résolution de conflit ! ". Je suis flattée. J'ai l'impression que c'est la première fois qu'on me fait un compliment pour quelque



chose que j'ai fait non seulement avec naturel et facilité, mais aussi et surtout, avec grand plaisir !

Serait-ce possible que quelque chose qui fait plaisir, et qui est naturel et facile soit ... un "travail" ?

Alors, tout doucement, pour la première fois, je me demande si ça, écouter, accueillir, comprendre, un individu face à moi, ça ne pourrait pas être un métier, aussi.

C'est un peu interdit.

"C'est ridicule. Moi qui voulais changer des structures, avoir un impact à large échelle, je me réduirais à la petitesse et à l'anecdotique, au fait divers des individus ? "

Stop ! Je rappelle ma machine mentale à l'ordre et reviens à mon exercice de pistage. Le ressenti est clair: c'est quand je suis face à un individu que j'ai l'impression d'être dans le vrai, face à quelque chose de réel, que je suis vraiment là. Il faut que je m'autorise de creuser cette piste.

Alors je m'assieds devant mon ordinateur, je cherche à quel "métier", quelle "étiquette" ce sur quoi Jessica a mis le doigt peut bien correspondre... et voilà que je trouve "la médiation", et il y a des formations pour ça. Je suis lucide: ce n'est pas prometteur en termes de "débouchés". Mais j'ai abandonné les jeux stratégiques. Ils ne m'ont menée qu'au pied du mur jusqu'ici. Mon fil d'Ariane, maintenant, c'est ce qui m'émeut, ce qui m'inspire. Je m'autorise donc de l'envisager.

Une formation à l'institut de Formation à la Médiation et à la Négociation

(Ifomene) à Paris, un diplôme universitaire en modules, les week-ends, sur une année. Je me dis : " Cela me donne un point de repère, une structure pour la rentrée, et la reprise. Et ce sera conciliable avec l'emploi à temps plein que je ne manquerai pas de trouver d'ici novembre." " Il s'agira de serrer les dents financièrement, mais je n'ai pas épuisé mon budget de vadrouille, et il est possible de postuler pour une bourse." C'est ainsi que je postule et m'inscris.

Et voilà les modules qui commencent. Je suis un peu ébahie de voir toutes ces personnes aux allures "sérieuses", dans un cadre "sérieux" du 7<sup>e</sup> arrondissement, inscrites à une formation où, au fond, on nous parle de choses... "du coeur". Et pourtant... au moins 60% de mes camarades de classe sont avocats. Certains se forment par "effet de mode", sont à la recherche d'une technique et d'une ligne à ajouter à leur liste de prestations. Ces personnes-là tombent un peu des nues, mais l'ambiance est vite amicale et conviviale.

Tous, nous sommes amenés à secouer nos motivations et représentations.

Pour ma part, je dois faire le deuil de mon ambition de "réparatrice" et de "créatrice de paix": en tant que médiatrice, je ne serai pas là pour "sauver la situation", mais pour tenir un cadre dans lequel les médiés doivent chercher leur propre solution.

Au fil des mois de formation, je découvre un vrai métier, technique et précis. Mais si le cadre juridique, les étapes de la médiation, les techniques de reformulation sont importantes, ce sont avant tout la qualité de l'écoute et de la présence du médiateur qui sont considérés comme centraux.

C'est fascinant. Ce ne sont pas des connaissances, pas une capacité d'analyse, pas un rendu écrit brillant qui sont réellement déterminants pour ce métier. Pour la première fois, c'est la qualité de ma personne toute entière qui entre en jeu. Dans les termes d'un doyen de la médiation " c'est l'espace de paix que vous portez en vous qui permettra aux médiés de cheminer vers la leur".

Et ça, c'est magique.

Entre le travail occasionnel à la pépinière, la formation Kamana, les modules de médiation, et le mémoire de fin de diplôme universitaire à rédiger, je suis bien occupée.

### **Jugement, comparaison et argent**

Il ne s'agit pas ici de tout peindre en rose. Je suis bien occupée, mais je trouve tout de même parfois le temps de me poser des questions inconfortables.

" Est-ce que je fais de l'évitement ? Est-ce que j'évite les défis ? A raison, pour me reconstruire ? Ou à tort, par couardise ? "

En tous cas, j'évite les conversations sur des projets professionnels et mes sources de revenu avec mes proches... J'entends " on s'est donnés tellement de mal pour ton orientation, toujours être en soutien à la réflexion sur les prochains pas, identifier la meilleure formation, ... Au vu de ce que tu fais aujourd'hui, c'était bien la peine...".

Mes amis les plus proches mis à part, j'évite aussi le contact de mes anciens camarades de classe. J'ai peur de la question " qu'est-ce que tu fais dans la vie ? ". Je n'aurais pas de réponse scintillante à fournir. " J'observe les oiseaux, j'essaie de

ne réfléchir à rien, et je fais une formation sans débouchés les week-ends ". Je crains aussi de ne plus être suffisamment "intello", pas assez informée, rapide et cultivée pour "avoir le niveau" dans les conversations. Il y a des voix qui disent: "tu n'a plus les moyens d'être dans leur course, en ce sens, ils sont "meilleurs" que toi... tu as quitté un train en marche".

Mais depuis ma vallée morvandelle, j'ai une distance saine et une vision large des choses. Je suis en mesure de balayer ces idées comme creuses et sans valeur. Dans mon quotidien, ce "ralentissement idéo-moteur surprenant au vu du profil académique de la patiente" est parfaitement indifférent. Et puis grâce aux conseils de Fanny, je me concentre sur ce qui va bien, je nourris mes nouvelles racines, et me découvre des qualités et des forces inutiles à la bête de concours et essentielles au médiateur: écouter, ressentir, clarifier. Doucement, une nouvelle confiance en moi prend pied.

Et l'argent ?

Pour le moment, mon mode de vie simple est une joie. Mais parfois, je pense au futur. L'indépendance financière à laquelle je tiens grandement sera difficile à maintenir à moyen-terme. Je repousse le moment de me racheter de bonnes chaussures de marche. Cela va faire plus d'un an que j'ai très peu utilisé mon ordinateur. Quand il finit par mourir après sept années de loyaux services, je repousse encore pendant un temps la décision, et finis tant bien que mal par investir. Je sens qu'au long-terme, je voudrais pouvoir, à l'occasion, me déplacer en train sans trop d'états d'âmes pour rendre visite à de la famille ou des amis éparpillés. J'ai rencontré, au cours des deux dernières années, de nombreuses personnes ayant

fait leur choix de liberté et vivant avec très peu, débrouillardes, bricoleuses, flexibles, et heureuses. Moi, j'aurai besoin et envie de stabilité, de cadre, un droit de rester, pas de comptes à rendre...

Malgré des moments d'inquiétude, cette question-là, aussi, je suis en mesure de la repousser. Je me débrouille avec des économies du travail saisonnier à la pépinière. Car je sais que maintenant, c'est de temps, et non pas d'argent dont j'ai besoin. Je pourrai toujours aviser après.

En tout et pour tout, ces questions n'ont pas beaucoup de prise. Car après neuf mois de vadrouille et neuf mois de travail en extérieur et d'études "de mon coeur", je commence à goûter à une forme de paix et de clarté.

## Paix

J'ai trouvé des racines, elles ont commencé à bien prendre.

Il y a des journées parfaites.

Je me réveille, j'ouvre la fenêtre, l'odeur un peu âcre des feuilles en décomposition, encore humides de la pluie de la nuit, monte depuis le bois de hêtres, à gauche, les bambous bruissent très légèrement, je ne vois pas beaucoup plus loin, avec la brume, mais celle-ci devient plus lumineuse à vue d'oeil, laisse deviner une journée ensoleillée. Devant moi, sur la poutre de la grange, deux mésanges se pourchassent.

Je m'assieds dans ma petite chambre calme, et après la méditation et quelques étirements, je vais récupérer la jeune jument noire quelque peu

impertinente et dominante de la pépinière et lui fait faire quelques exercices. Puis je m'assieds à la grande table de la salle de travail dans laquelle pénètre progressivement le soleil, revois les textes de mon module de médiation, et réfléchis à mon mémoire de fin de diplôme. L'après-midi, je travaille à mes fiches de "Kamana", et passe quelques appels. Je passe par mon poste d'observation, vois le soleil descendre vers le Mont Toulour et entends les merles entonner de plus belle. La journée se termine avec un dîner animé avec les pépiniéristes. Et voilà une journée parfaite qui touche à sa fin.

Je suis enfin arrivée. Mon esprit s'est apaisé, je sais ce que j'aime, et j'ai trouvé une certaine force à suivre avec entêtement ce qui me tient à coeur, sans me laisser bloquer par la question du débouché, gardant le regard des autres à distance.

Je ne me souviens pas avoir déjà été aussi en paix, et en cohérence avec ce que je fais. Au cours de ces longs mois à la pépinière, je me suis sentie libre. Pas de devoirs autres que de porter des caisses, et désherber des fleurs. Pas de preuves à faire ou d'objectifs à atteindre autre que d'être aimable avec les clients et rendre correctement la monnaie. Quel soulagement !

A part ça, du temps pour renifler la forêt, observer un insecte, mémoriser la forme d'une feuille, parcourir des textes de médiation, être avec mon copain. Célébrer la vie, la beauté, être heureux, quoi.

### **Cinquième partie :**

#### **Faire face aux faits - du moment présent au retour au monde**

Et voilà que doucement, le moment présent ne suffit plus. Voilà que doucement, j'ai besoin de regarder vers le futur. Quelles seront les prochaines étapes ? A quoi ressemblera ma vie ? J'ai un amoureux qui depuis toujours voudrait avoir des enfants. Moi, depuis toujours, je dis que ce n'est pas à l'ordre du jour.

C'est vrai que maintenant que je vais mieux, que je me suis autorisée à être, que j'ai fait le plein de calme, de sérénité, et de nature, c'est comme si quelque chose clochait. Spontanément, je voudrais penser aux prochaines étapes de ma vie. Au sens que je voudrais lui donner, et au cadre dans lequel j'aimerais la vivre. Mais je n'y arrive pas. Car regarder vers l'avant, ça voudrait dire accepter la réalité actuelle. Ça voudrait dire faire face aux défis sociétaux et écologiques. Mais quand j'entre-ouvre cette porte, c'est comme si le torrent de la réalité du monde s'y engouffrait... J'en ai une peur bleue, j'ai l'impression de ne pas avoir les épaules assez solides.

Je me suis longtemps fait le reproche que les faits du monde ne

déclenchaient pas chez moi une flamme d'indignation et d'activisme. Je me faisais le reproche de l'indifférence. Ce que je découvre, c'est que tous ces sujets sur lesquels je travaillais, en réalité, m'affectaient vraiment. Simplement, je n'avais aucun outil pour identifier et naviguer les émotions. Alors je les repoussais.

Quelles étaient ces choses ?

Il y avait les journaux, et les informations, bien sûr. Mais aussi des expériences personnelles sur des questions liées au climat, à l'eau, et à l'agriculture...

### **Le réchauffement climatique**

En Californie, je m'engage auprès du "Environmental Affairs Board", et prépare avec lui le départ d'une délégation d'étudiants au sommet de Copenhague de 2009. Nous avons tous conscience d'être à un moment-charnière. Le travail préparatoire de la société civile est immense, il y a de bonnes pistes pour réduire largement les émissions de gaz à effet de serre et donc éviter les pires scénarios climatiques. Un réel revirement semble encore possible, si seulement la communauté internationale saisit cette opportunité. Nos espoirs sont grands, tous retiennent leur souffle. L'opportunité n'est pas saisie... Plus tard, en première année de master, les experts du GIEC Hervé le Treut, Jean Jouzel et Stéphane Hallegatte nous expliquent avec pédagogie et patience les subtilités des causes et des conséquences du réchauffement climatique. Subtilité qui ne laisse pas de doute quant à la nécessité de l'action. Déjà, je les écoute avec une certaine distance, un peu hébétée. C'est comme si un voile s'était glissé entre la réalité qu'ils décrivent et



mon monde intérieur. Plus tard, j'entends que l'accord de Paris a été un succès diplomatique et un grain de sable météorologique. D'après les "experts", en étant adroits et coopératifs, nous pourrions nous adapter à une augmentation de 2-3 °C en tant que civilisation humaine. Or notre trajectoire actuelle est de + 5 ° C. C'est une toute autre paire de manches. Blasée, je ne fais que hocher les épaules. J'ai lâché le morceau. J'essaie de ne pas réfléchir à ce que tout cela peut vouloir dire.

## **L'eau**

Premier été de mon année de césure et de stages. Je suis assise dans les bâtiments lumineux et joliment rénovés d'une ancienne imprimerie, aujourd'hui rattachée au ministère des affaires étrangères. Mon maître de stage, qui est aussi à la tête de la Direction des Biens Publics Mondiaux, m'a confié la tâche de rédiger une note d'opinion pour le positionnement de la France quant à une législation internationale sur les aquifères transfrontaliers, c'est-à-dire des nappes d'eaux souterraines à cheval sur plusieurs pays.

Je n'avais encore jamais entendu parler de cette question. D'ailleurs, les enjeux directs pour la France sont minimes. Je me dis que ce doit être un sujet d'une importance bien secondaire pour qu'on le confie à une stagiaire. Mais je suis curieuse et heureuse de l'opportunité d'apprentissage.

J'en apprend plus sur les différents types d'aquifères. Certains sont fossiles. C'est-à-dire que l'eau qu'ils contiennent date de centaines de milliers d'année et n'est pas alimentée par l'infiltration de l'eau de surface. Cela signifie aussi que toute eau prélevée dans ces aquifères ne sera pas remplacée, et fait simplement baisser le niveau de l'eau qu'ils contiennent. Naïvement, je continue mes lectures. J'apprends que l'un de ces aquifères fossiles se situe en Afrique subsaharienne, à

cheval sur une petite dizaine de pays. Ça me met un peu la puce à l'oreille. En lisant davantage, j'apprends que, effectivement, la population grandissante de cette région d'Afrique a construit son modèle agricole sur l'extraction de cette eau par des puits cofinancés par Etats et agences de développement... Aujourd'hui, le niveau d'eau baisse. Dans certaines régions, l'eau devient déjà un peu salée... Dans le bureau confortable et lumineux du ministère, ça me laisse un peu troublée... L'eau, c'est la vie. Des millions d'habitants, des projets pour construire des puits encore plus profonds... Dans mes recherches, je trouve quelques articles qui, en termes neutres, exposent la situation. C'est tout. Moi, ça me donne un peu le vertige. J'ai l'impression de voir le niveau d'eau baisser un peu chaque minute, de voir les productions agricoles, l'eau potable, les millions de vie qui en dépendent. Dépendance directe, physiologique. Et j'ai l'impression de voir cette trajectoire maintenue et accélérée dans un silence général, l'impression d'apercevoir un mur fracassant.

Mais je ne veux pas regarder. Je rédige ma note, la remets à mon maître de stage, et ferme doucement ce dossier, sans trop de bruit.

### **La Jordanie**

Quelques mois plus tard, la Jordanie.

Une vallée historique, objet des plus anciens récits louant sa beauté, son abondance, lieu de baptêmes à portée mondiale, couloir de passage déterminant pour oiseaux migrants, espèces de poissons, papillons existant nulle part ailleurs. Une agriculture irriguée grâce à cette eau, et une demande d'eau croissante des villes. Et aujourd'hui, l'été, un filet d'eau pollué qui rejoint encore la mer morte. Et les

solutions mises en avant: une agriculture plus économe en eau et plus rentable: des fraises en serres de haute technologie destinées à l'export, un conduit d'eau devant approvisionner les villes à partir de l'aquifère fossile (donc non-renouvelable) de Disi. Et le long-terme ? Et pour éviter que le niveau de la mer morte ne chute trop, un canal reliant mer morte et mer rouge. Et les causes des problèmes ?

Des pansements et beaucoup de fonds de teint...

Là aussi, je suis mal à l'aise, je me sens démunie.

Je soulève ces questions dans mon article, puis je ne veux plus entendre parler de tout ça. Fermer cette boîte, de manière hermétique, de préférence.

Ceux qui ressentent de la colère et de l'indignation tiennent peut-être un meilleur moteur d'action. Chez moi, ces faits ne déclenchaient que malaise diffus, résultante d'un mélange de sentiment de responsabilité face à cette situation, et un sentiment d'impuissance quant aux moyens d'action. Pour me protéger, je les ai fourrés dans un débarras et ai tourné la clé à double tour. Pendant près de deux années, je me suis permise de laisser de côté "les infos".

La porte a bien tenu pendant quelques années, mais maintenant que je commence à regarder de l'avant, les faits frappent à la porte de ma conscience, voire se glissent en-dessous de la porte, et par la serrure...

### **Doucement, les faits reviennent.**

Je ne sais pas trop quoi en faire. Au court terme, sachant surtout qu'il me faut trouver une source de revenus et que je ne veux pas quitter la vallée de La Roche, je finis mon mémoire de diplôme universitaire, puis trouve un emploi à Château-Chinon, dans la mise en relation de producteurs de Bourgogne et de la restauration

collective...

Anselm et moi trouvons où loger dans une ferme équestre dans la vallée de la Roche. J'ai 45 min de route tous les matins. Dans la voiture, j'écoute les infos. La route ondule, il n'y a rien de plus beau: une fois la Roche traversée, je serpente en m'élevant vers le Puits et le Haut de l'Arche. Doucement, je vois la large vallée en-dessous de moi, je vois le village de Larochemillay perché sur son rocher. Le soleil est tout juste en train de se lever, les nuages changent de couleur. Je m'élève encore et les charolaises ne sont plus que de tout petits points. Et j'ai maintenant une pleine vue sur la généreuse rondeur du Mont Beuvray, large et imposant. Les derniers bouts de brumes dans la vallée se dissipent, et les rayons de soleil percolent à travers le feuillage. Là, trois sauts gracieux, un chevreuil traverse la route. Tout ça est d'une beauté majestueuse. Et j'écoute les infos. Et puis un jour, il n'y a plus que les attentats, à la radio. Assise dans ma voiture, attentive aux virages, je trouve que tout va très vite, et je ne comprends pas. On déclare l'état d'urgence. On déclare la guerre à une nébuleuse violente. J'ai peur d'un gouffre de peur sans discernement. Solitude, impuissance...

Tirillée entre devoir d'être informée et impression de subir une avalanche de paroles rapides, je finis par couper la radio.

Mon CDD touche à sa fin. Là encore, incompréhension de mon employeur quant à mes inventaires de produits et de prix truffés d'erreurs... En tous cas, j'ai réussi à mettre suffisamment de côté avec un SMIC associatif pour partir en voyage avec Anselm.

Je n'arrive plus à laisser les faits et mes connaissances de côté. Mais j'ai peur de faire face car c'est trop grand.

Je me rends compte de manière diffuse que je vais peut-être devoir faire des deuils, c'est-à-dire regarder et accepter. Faire le deuil d'un monde où la bataille du changement climatique semblait encore pouvoir être "gagnée", et un "retour à la normale" espéré. Faire le deuil de la possibilité d'éviter la disparition massive d'espèces. Peut-être que je vais même devoir faire le deuil de la continuité d'une civilisation humaine telle que je la connais.

Mais je n'ai pas la force d'accepter ne serait-ce que la possibilité de tels scénarios, pourtant bien ancrés dans la palette des possibles.

Mais la question revient: et si un jour j'avais un enfant ? La perspective me terrifie. Si je veux avoir un enfant, il faut que je me pose la question de ce que je peux faire aujourd'hui, car cet enfant, un jour, il va me regarder et me poser des questions. Il faut que je puisse le regarder droit dans les yeux et lui dire que je sais et lui montrer que j'ai fait mon possible.

Pendant notre voyage, à la sortie d'une conférence sur l'économie de demain, je trouve un petit fascicule sur une table de divers prospectus et dépliants. Le titre m'interpelle " What sustains us ? What stops us ? Thoughts on activism and mental health", l'un des sous-titre "Where Despair and Hope meet"<sup>10</sup> encore plus... Je n'ai encore jamais vu ces termes juxtaposés. Serait-ce possible, et même autorisé de

---

10. "Qu'est-ce qui nous soutient ? Qu'est-ce qui nous arrête ? Réflexions sur le militantisme et la santé mentale" et le sous-titre " Où désespoir et espoir se rencontrent..."

ressentir du désespoir, et ce désespoir ne serait-il donc pas incompatible avec l'espérance, et donc l'action ?

Sous la forme de cette petite liasse de papiers imprimés et agrafés "maison", j'ai l'impression de tenir, peut-être, une clé, ou peut-être même LA clé entre mes mains. J'ouvre le fascicule, le feuillet, et l'évidence s'installe : il faut que j'en apprenne plus sur une certaine Joanna Macy. Une brève recherche me fait découvrir son livre "Active Hope". Le sous-titre " How to Face the Mess we're in without going crazy<sup>11</sup>" va droit au but: c'est exactement ce qu'il me faut.

---

11. Le livre, co-écrit par Joanna Macy et Chris Johnstone est paru en Français sous le titre de " L'espérance en mouvement - Comment faire face au triste état de notre monde sans devenir fous", aux éditions Labor et Fides, en 2018.

## **Conclusion**

Grâce à Joanna Macy, et aux ateliers de "Travail qui Relie" (aussi appelés éco psychologie pratique en France), je commence donc à faire face.

Je fais face aux faits, et dans le cocon des ateliers du "Travail qui Relie", la tristesse, la colère, l'incompréhension, le désespoir même, qui y sont liés ne sont plus tabou. J'ai le droit de vivre ces émotions et même de les exprimer, sans craindre de "plomber l'ambiance " ou de "démotiver". Elles sont non seulement autorisées, mais même estimées et respectées, comme réactions et indicateurs naturels à l'état de notre planète.

Tout est là: le refus, le déni, la colère, la tristesse, le désespoir. Et c'est là que le désespoir et l'espoir se rencontrent. Car tandis que j'avais peur de tomber dans un gouffre sans fond, c'est en réalité au fond du désespoir que je trouve un terrain ferme. Un terrain ferme qui est mon amour clair et passionné pour les moments de vie, pour mes proches, pour les humains, pour les animaux non-humains, pour mon environnement naturel, pour l'univers, et pour la chance que j'ai de pouvoir le percevoir en conscience.

Alors je regarde en avant, et les choses sont claires. En partant de mes forces naturelles, dans le respect de mon propre équilibre, je vais faire ma part, de manière courageuse et lucide, pour un "demain" souhaitable. Je ne sais pas si nous allons nous en sortir et je ne sais pas comment nous allons nous en sortir, mais je vais agir avec joie et célébrer beaucoup.

Je pourrai regarder mon enfant dans les yeux.

## **Postface : et aujourd'hui ?**

"Et ... tu fais quoi, dans la vie, au final ? "

Enfant des grandes villes, j'ai d'abord choisi de prendre racine à la campagne. De retour de notre voyage, Anselm et moi avons posé nos valises près d'Arnay-le-Duc, en Bourgogne, déclarant être dans le pays d'Arnay pour le long-terme. Quel luxe que de pouvoir passer des appels professionnels tout en me promenant dans les champs ! Et quelle joie simple de tisser des liens avec les voisins, l'épicerie, le café, les producteurs du petit marché voisin...

En termes professionnels, mon désir de liberté a pris le dessus sur mon besoin de sécurité, et j'ai commencé une activité en indépendant. Mon envie de pouvoir travailler à mon rythme, avec patience pour les séquelles persistantes de mon "burn-out", et mon immense besoin de sens ont pris le dessus.

Cela m'a confrontée à un pas immense, longtemps une impossibilité : accepter, au moins pendant un temps, un soutien financier de la part de mon compagnon.

Aujourd'hui, après cette longue phase d'introspection individuelle, je découvre la joie du "faire ensemble" et suis remarquablement bien entourée. J'ai l'immense chance de pouvoir travailler (souvent) à mon rythme, à des choses qui font pleinement sens pour moi.

Je propose des accompagnements individuels pour des personnes en risque de burn-out, ou simplement désireuses d'une transition professionnelle.



Nous organisons des ateliers de "Travail qui Relie" avec Claire Carré, amie et collègue de Joanna Macy, qui porte cette approche en France.

Notre ancrage local a fait que des projets "qui ont du sens" émergent tout naturellement, les besoins sont immédiats, réels. Fini l'abstraction de la grande ville dans laquelle tout semblait possible et restait théorique. Notre aide à la facilitation de réunions des acteurs locaux s'interrogeant sur une "redynamisation" est la bienvenue, un projet collectif pourrait voir le jour sur notre lieu d'habitation, et un "Plan Alimentaire Territorial" est en réflexion.

Au-delà du local, avec le "projet Oasis" du mouvement des Colibris, nous allons à la rencontre de projets de lieux de vie ou de lieux ressource écologiques et solidaires avec mes collègues du réseau des "compagnons Oasis". Selon les besoins des porteurs de projet, je les accompagne dans le déblayage du démarrage de projet, dans les aspects relationnels, ou la structuration de leur gouvernance.

Enfin, je me suis associée à deux femmes remarquables pour proposer, au travers de la structure de conseil AGAPAE, des interventions au sein d'entreprises et d'organisations. Notre Leitmotiv, le titre de ce témoignage : " De l'excellence à la quête de sens".

Pour le moment, tout cela est encore précaire au niveau financier. Régulièrement, des "tu devrais" ou d'autres réflexions tortueuses et compliquées me saisissent. Et j'ai la nostalgie, parfois, d'un poste salarié d'une institution reconnue qui susciterait des "ah" approuvateurs et impressionnés. Mais à chaque fois que l'angoisse me saisit et que je fais le bilan, l'évidence s'installe: je ne changerais rien.

Je veille à garder mon équilibre. Je suis résolue à ne pas me laisser

embarquer dans des spirales de perfectionnisme et de performance, à revenir au moment présent et à mon corps dès que faire se peut.

Et dans ce cadre de vie et de travail de beauté et de calme, j'y arrive tant bien que mal. Régulièrement, je prends une journée pour être, tout simplement. Contempler, observer, célébrer. Pour ouvrir mes oreilles aux oiseaux, mes narines à la brise, et mes yeux aux nuages changeants.

Après plus de 10 années de questionnements "qu'est-ce que je vais faire plus tard ? ". Je ne cherche plus LA réponse. J'essaie juste de ressentir et d'ajuster.

Souvent, je me sens simplement heureuse, en bonne compagnie, et en bonne voie.

## Table des matières

(Titre provisoire)

### **De l'excellence à la quête de sens Témoignage de désapprentissage d'une "bonne élève"**

#### **Introduction 2**

Alors tu voudrais faire quoi plus tard ? \_2  
Une question d'éducation ? \_3  
L'intention \_4

#### **Première partie: Mirage de l'excellence 5**

##### **I. Un parcours de bonne élève \_5**

Qu'est-ce qui m'a prise de vouloir être "bonne élève" \_5  
Rêve d'éthologue \_8  
Poulain prometteur, perroquet avide \_9  
Le moteur: bac, concours... \_11

##### **II. Passage à Sciences Po \_14**

S'armer pour réussir \_14  
Marre du droit \_16  
Le "Blues du conscrit" \_17

##### **III. Joie et questionnement \_19**

3ème année: saisir l'opportunité \_19  
La 3ème année: une bulle de bonheur \_21  
Retour de la question \_24  
Mon premier mort \_25  
Et après ? Skype \_30

#### **Deuxième partie: Plongeon et confusion 36**

##### **I. Perte de la peur et abeille engluée \_36**

Retour à Paris \_36  
Perte de la peur \_38  
Concentration et faim \_38  
Comment finir une dissertation \_39  
Jusqu'à l'aube \_39  
Mort d'Abby \_43  
Besoin d'étiquette et année de stages \_45

##### **II. Jordanie: toucher le fond et nouvelle perspective \_51**

Jordanie - mon propre piège...51

|   |    |
|---|----|
| Piste neurologique, faiblesse .....     | 52 |
| Impasse et dégoût de la recherche ..... | 53 |
| Bilan stages .....                      | 54 |
| Les petites choses .....                | 56 |

### **III. Un vent nouveau ..... 59**

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Anselm et le concret ..... | 59 |
| Permaculture .....         | 60 |

## **Troisième partie : Ré émerger se retrouver .....62**

### **I. Droit ou perma ? ..... 62**

|  |    |
|--|----|
| Rencontre d'un vieux sage .....                      | 62 |
| Etre honnête sur mon état - refuser le droit ? ..... | 63 |
| Désir de concret - prendre les choses en main .....  | 65 |
| Une convention pour la ferme .....                   | 67 |
| Du droit à la perma .....                            | 69 |

### **II. Les ingrédients du bonheur ..... 69**

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Dehors, dans les sens ....    | 69 |
| Gymnastique du cerveau .....  | 72 |
| Comprise et accompagnée ..... | 73 |
| Un nouvel arrivé .....        | 76 |

### **III. Connais-toi toi-même ..... 80**

|  |    |
|--|----|
| Pas une psy ! Dernier sursaut de résistance .....          | 80 |
| Apprendre à s'observer .....                               | 82 |
| Lâcher la comparaison, identifier le perfectionnisme ..... | 82 |
| Les petits plaisirs .....                                  | 84 |
| Revenir aux émotions et au corps .....                     | 85 |
| Devenir un individu - être chipie ? .....                  | 87 |
| Désir de rupture .....                                     | 90 |
| Mots du vieux sage .....                                   | 92 |
| Pas d'"impossibles" .....                                  | 92 |
| Doctorat non merci .....                                   | 94 |

## **Quatrième partie : Lâcher et s'envoler, Bac +5 +5 années pour désapprendre 97**

### **I. Lâcher du lest 97**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Cage de verre et de cellules .....   | 97  |
| Devant moi : 9 mois de liberté ..... | 99  |
| Etre, se reposer .....               | 99  |
| Doutes et peurs .....                | 102 |
| Que faire pendant neuf mois ? .....  | 103 |

## **II. Vivre la liberté \_105**

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| Décision Californie.....   | 105 |
| Liberté.....               | 112 |
| S'asseoir avec un feu..... | 113 |
| Village des pruniers.....  | 119 |
| Bilan de vadrouille.....   | 126 |

## **III. Retour - de nouvelles racines \_128**

|   |     |
|---|-----|
| En route pour le Morvan.....                      | 131 |
| Jardin du Morvan - travail simple et bonheur..... | 132 |
| Et si j'y restais ?.....                          | 133 |
| Observation de la nature.....                     | 135 |
| Et au final, c'est une libération.....            | 136 |
| La médiation.....                                 | 142 |
| Jugement, comparaison et argent.....              | 146 |
| Paix.....   | 148 |

## **Cinquième partie: Faire face aux faits: du moment présent au retour au monde \_150**

### **Conclusion \_158**

### **Postface : et aujourd'hui ? \_159**