

Des mots qui tuent, des mots qui libèrent

Comment poser des mots sur des maux ? Gifles, hématomes, os brisés, strangulations... C'est terrible, brutal, mais simple aussi. On parle de violences physiques et de violences conjugales. Car ce n'est pas un étranger qui distribue les coups mais bien un petit copain, un compagnon, un mari. Et contrairement à ce que l'on pourrait croire, il n'est pas forcément sans emploi, toxico, mais aussi avocat, flic, médecin, banquier... Par contre pour nommer les violences plus sournoises, plus méconnues, celles qui tuent à coups de mots, c'est compliqué. On parle de violences psychologiques mais ce sont des violences sans coups de poing, sans marques visibles : des violences qui ne se voient pas et la victime comme elle ne saigne pas on ne la croit pas et elle n'en parle pas. Mais pourtant cette violence feutrée, tue à coups de mots. Le champ lexical des insultes est riche et varié : " saloperie, connasse, bonne à rien, traînée..." Ces mots sont comme des gifles, des coups au psychisme. Aux premiers mots on ne comprend pas, on perd l'équilibre. On le déteste, on pleure beaucoup. On parle peu. Puis ne pas mettre les mots sur ce qui se passe, cela évite de réagir car c'est tellement dur ! Et la peur est si présente. Puis les mots ont bien fait leur boulot, le lavage de cerveau opère et entraînent d'autres mots : honte, culpabilité, peur, déni de soi, détresse, envies suicidaires. On ne parle plus de soi, car l'estime de soi n'existe plus. On s'enferme dans le silence, dans la détresse, et les mots tournent dans la tête, fracassent le cerveau, accompagnent nuits et jours, jours et nuits. " Comment partir avec les enfants, aller où ? Il me l'a dit si je pars, il me retrouve. Je n'en peux plus. Ce midi, il a beaucoup crié les enfants ont eu peur. Je revois la scène : « C'est dégueulasse ton repas », les assiettes qui volent en éclats, les enfants qui se bouchent les oreilles. « Tu n'as pas répondu au téléphone, tu étais où salope... ma chemise n'est pas repassée, feignasse ! » Et les mots tournent, tournent, tournent. Je deviens folle. Stop, stop, stop. Oui c'est de ma faute. Je suis une mauvaise mère une mauvaise femme, une grosse conne. Je ne le mérite pas. " Et on passe à une autre étape : on devient sublime dans l'art de la dissimulation, perfectionniste, afin que tout soit parfait, et qu'il redevienne gentil. Car de temps en temps il est gentil. Il dit même qu'il m'aime. Et pendant ce temps de pause, on culpabilise encore davantage. Il est gentil. C'est moi qui fais mal les choses et le met en colère. Puis le film reprend en accéléré comme s'il fallait rattraper le temps, le temps où il ne s'est rien passé, où tout était normal. Les mots redoublent de violences, l'envie de vivre n'est plus, c'est une petite mort dans une extrême souffrance. Certaines tentent de fuir mais les mots les rattrapent : " Tu es l'amour de ma vie, reviens tu me manques..." Souvent elles reviennent ; d'autres s'éteignent jusqu'à n'être plus qu'une ombre ; quelques-unes se suppriment pour faire taire l'enfer des mots et dans le déni total on dira à voix basse : « elle était dépressive ».

Pourtant si les mots tuent ils peuvent également sauver : « Tu es une victime, nous allons t'aider ». " Victime " : tiens un nouveau mot ! C'est moi la victime ?

Régie Moulins sud- Atelier de mobilisation personnelle