

# L'AUTRE DE MOI

L'autre de moi



Biographie réalisée dans le cadre des ateliers « Ecriture »  
au sein de l'ASBL Phénix 2013-2014



1967

Déjà à ma naissance, on m'a enlevé mon enfance.  
Mon entrée à l'internat et déjà pris dans des bras que  
je ne connais pas.  
Si seulement j'avais pu, jamais je ne me serais  
retrouvé nu face à un inconnu.

Je découvrais une merveille, c'était ma famille  
d'accueil; mais sans tarder tout cela a recommencé,  
avec son fils aîné qui m'a pris dans ses draps et m'a  
enlacé; ce cauchemar ne faisait que commencer.



J'ai eu quelques joies pour effacer tout ce que me  
faisaient subir ces persécuteurs qui me voyaient  
comme une proie.

J'ai appris à escalader, à jouer du piano où j'ai enfin pu  
m'évader dans un monde plus joyeux et moins  
paranoïaque, j'ai aussi fait de la spéléologie ce qui m'a  
permis de voir la vie avec plus de magie; j'ai pu oublier  
tous mes soucis, et encore ce n'était pas fini.



## En 1985

J'ai pu enfin me libérer de ce corps qui ne m'était pas destiné; je suis passée de l'autre côté, pour enfin m'appeler Lindsey et oui c'est moi toujours là, prête à aborder toutes les difficultés que j'ai eues dans ma vie passée.



## 1986

C'est l'année où j'ai cru rencontrer l'amour de ma vie qui allait devenir mon cauchemar. J'ai d'abord cru en lui et puis j'y ai vu une personne qui n'était pas fiable, mais pourtant j'ai sombré dans ce merdier.

Il a osé lever la main sur moi et cela se répéta à chaque fois; plus une fois je n'avais de la joie. Il m'a

éloignée de tout le monde; seule, je me suis retrouvée dans son monde.

Un monde cruel où rien n'était réel, mais tout superficiel, je me suis retournée, mais loin était ma réalité. Alors de peur, j'ai suivi l'auteur de cet acte maléfique avec lequel plus rien n'était magique.

J'ai vu ce que jamais je n'aurais dû voir,  
J'ai su ce que jamais je n'aurais dû savoir,  
J'ai cru ce que jamais je n'aurais dû croire;

L'envie d'une frite et tout se passa si vite, un homme à terre qui ne bougeait plus guère, une détonation qui fut sa motivation.

Une vie en moins et déjà j'étais loin dans un avion, j'ai cru fuir cette rébellion, mais il n'en était rien, ce n'était alors que le commencement d'un autre chapitre de ma vie.



Sous ses coups, je tenais le coup, mais la fatigue se faisait ressentir, les menaces se faisaient de plus en plus fortes, et je perdais de plus en plus mes forces. Loin du chemin je m'enfonçais de plus en plus loin.

J'ai pris la première fois cette héroïne qui vite est devenue ma copine, du coup je ne ressentais plus ses coups, je fuyais avec ma copine.

Je commençais à m'y adapter comme si je ne pouvais plus y échapper. Mais quel était donc ce produit qui effaçait tous mes ennuis ? J'y pris goût au contraire du dégoût, je me retrouvais au final dans une spirale où chaque jour je me battais pour la retrouver encore.

Je me disais, mais qu'ai-je fait au Seigneur pour me retrouver avec toute cette lourdeur ? Je ne voulais pourtant enterrer que mes douleurs, mais trop tard, les barreaux se refermaient déjà sur moi avec ces taulards. Moi prise à part, je ne parlais pas encore l'anglais et je fus bien à part.



(Dhinit)

J'ai appris la vie en prison où 500 jeunes femmes se retrouvaient tous les jours face à leur séjour. J'ai dû y faire ma place, oh, ce n'était pas un palace, juste une petite place, mais rien ne s'efface et tout est de glace, mais j'ai été assez forte pour affronter toutes ces escortes de gardiens.



(Dhinit)

Un an plus tard, je sortis de ce paradis qui n'en était pas un, on me lâcha enfin de cet enfer malsain. J'ai cru enfin que c'était la fin et que tout était loin. Mais au contraire, toute ma déchéance commença, les boites, les extas et tout le reste suivit. J'étais dans un monde loin de mes malheurs, mais dans un monde qui n'était qu'un leurre.

Mais que pouvais-je faire dans ce monde où tous s'amusent ? Je ne voulais pas faire la moue, je me suis prise au jeu, mais je n'en étais que malheureuse.

De par moi-même, j'y ai mis un stop, mais je n'étais pas assez forte. Il me manquait quelque chose, cette chose qui allait me faire réaliser que je n'étais pas dans le bon. Mais que voulait dire « ne pas être dans le bon » pour moi ? Etait-ce être dans « le mauvais », ce mot qui était si rebelle, non il me fallait du concret et j'ai erré pendant des mois sans savoir où j'allais.



## 2009

Un grand moment pour moi.

Après tout ce temps écoulé, j'ai enfin reçu mon identité pour me remettre dans la légalité et enfin vivre une réalité que je pensais trop éloignée. Mon prénom sur ce papier que je n'étais plus obligée de cacher, j'étais fière de le montrer.



## 2010

J'ai déménagé pour m'installer chez mes parents. M'occuper de Maman et de celui qui voulait que je l'appelle « Papa » était devenu ma priorité.

Maman avait 83 ans et souffrait d'un cancer. Lui, était en chaise roulante et attendait une greffe du poumon. Je devais m'en occuper jour et nuit, veiller à ce qu'ils ne manquent de rien.



« Papa » profitait de moi tous les deux jours à la salle de bain pour prendre ma main et la poser sur son sexe, j'étais paralysée de savoir qu'il m'attendait derrière cette porte; mais comme à chaque fois, il me tendait la main.



Pendant huit mois, cela se répéta, et un jour « Papa » s'en alla entre mes mains; Il n'y avait plus rien, sans vie je l'envie, et pourtant; me battant jusqu'au bout, je fuyais dans la consommation de drogue dure, pour oublier ce qui s'était passé.

A chaque relevé, je me faisais rabaïsser, que faire sans repères ?

Vite je me suis redressée, pour prendre conscience de mes réalités et c'est à cette époque que, pour me sortir de ce merdier dans lequel j'étais tombée, j'ai eu la chance de découvrir le Service Accueil de PHENIX. J'ai poussé cette porte où j'ai rencontré un homme qui se disait psychologue; je lui ai fait confiance et mon travail sur moi-même a pu commencer.



Ce fut des moments de douleur qui m'arrachaient le cœur, et pourtant, à chaque rendez-vous, j'y retrouvais du bonheur. Alors, je continuais à expliquer du début à la fin mon vécu, cela me faisait du bien, et j'ai pu me lâcher et laisser mes larmes couler.

Il m'a alors dirigée vers le Centre de jour de Phénix pour y entamer un programme thérapeutique. Dans ce Centre, je n'ai pas compris le sens, j'ai pris la porte et



me suis retrouvée face à moi-même avec toutes mes idées malsaines.



## 2011

Maman était toujours malade et bientôt la fin était proche.

Après son décès, j'ai à nouveau sombré, mais je me suis relevée tout de suite en repoussant la porte du Service Accueil de Phénix. J'y ai revu le psy qui m'a apporté du soutien, j'ai pu me libérer de mes démons et pendant 6 mois j'ai parlé de moi.



J'ai ouvert des portes où je ne me sentais pas forte, mais j'ai persisté sans qu'on doive insister et tout s'est bien passé. La peur ne faisait plus partie de mes douleurs.

Après six mois, j'ai retenté pour la deuxième fois le programme thérapeutique proposé au Centre de Jour de Phénix. J'y ai enfin trouvé la signification du mot « Phénix » : **renaître de ses cendres.**



Cela voulait tout dire pour moi, repartir de zéro et voilà donc que tout recommence, mais cette fois, dans le bon sens.

Me voilà dans ce Centre où tout a du sens, prête à recommencer un travail sur moi-même. Je me fonds dans la masse et je prends sur moi. Le début ne fut pas facile, mais pour moi c'était pertinent de parler de moi



et de mes sentiments, ce n'était pas évident, mais j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai serré les dents. J'ai su ce que c'était d'être abstinente. On me dit alors « un jour à la fois » et moi je ne comprenais pas, je ne voyais pas où tout cela allait me mener.

J'étais dans le programme thérapeutique où tout fut pratique : j'avais tous les outils à portée de main, je n'avais plus qu'à me servir.

Peu à peu, j'ai vu défiler les saisons et le temps me donnait raison : j'avais bien fait d'y croire.

J'y ai rencontré un garçon qui me donna toute son attention et l'on commença une relation.

Cependant, j'ai décidé de passer au-delà et de penser à moi, ce qui fut pour moi un autre pas : j'ai remis de l'ordre dans tout ce désordre et je n'ai plus pris la porte.

Je commençais un programme qui pour moi n'était pas un drame, j'ai remis de l'ordre dans mes idées et j'ai commencé le travail sur mes comportements qui m'avaient menée jusqu'ici à me droguer.

Cette deuxième tentative au Centre de Jour à Phénix m'a permis d'évoluer dans mon programme pour enfin retrouver confiance en moi.

Ça n'a pas été facile de travailler sur moi, mais j'y suis arrivée. Bien que j'avais encore une montagne à gravir, j'étais encore un peu troublée, tout ça prenait une telle proportion. Mais je ne voyais pas d'autre option

que de pousser le portillon pour me protéger de tous les dangers.

Vers la fin de mon programme à Phénix, j'ai repris une formation dans laquelle j'ai trouvé une opportunité de m'en sortir.

Par le biais de mon ami, j'ai rencontré un gars en qui j'ai eu confiance. Me mettant sur un piédestal, il m'offrait un contrat de travail que beaucoup auraient jalosé.

J'ai quitté Phénix sans méfiance malgré les mises en garde. Je me suis retrouvée dans un cercle vicieux où je n'ai rien acquis. Cet ami a mal agi, j'ai cru à tout ce qu'il m'avait promis, mais il m'a bien trahie.

Jamais 2 sans 3, et me revoilà devant la porte de Phénix pour la troisième fois. J'ai recommencé mon programme, tout était à refaire, mais je ne me suis pas découragée, j'ai pris mon courage à deux mains et je m'y suis remise.

Je me suis également initiée au bouddhisme et j'y ai enfin trouvé la paix avec moi-même. J'ai enfin pu me pardonner et surtout pardonner aux autres. J'ai pu m'épanouir dans une zen attitude ; j'ai pu pardonner les attouchements de mon beau-père et vivre en paix avec moi-même, vivre avec mes démons. La plénitude dans ce temple m'a rendu ma confiance, je suis sortie





de là avec fierté et dignité. Quel bonheur de vivre enfin avec son cœur !



J'ai tant appris sur mon passé qu'à présent je suis prête à recommencer une nouvelle vie. J'ai enfin repris ma thérapie, me voici déjà en phase 3, je sais à présent prendre mes responsabilités. J'ai pu enfin me réhabiliter, me retrouver dans la société, et enfin voir la réalité qui pour moi est enchantée.

Je sais que j'ai encore du chemin à faire et c'est avec joie que je vais le suivre.

À ce jour, j'ai une abstinence heureuse, et je me sens plus forte pour affronter la vraie vie.

### Mon message

Si je dois sensibiliser les jeunes, je leur dirais que ce n'est pas seul que l'on se reconstruit, mais avec autrui. On a tous besoin de quelqu'un sur qui on peut compter, je pourrais vous dire que rien n'est acquis, tout est à apprendre, dans la vie il faut porter ses propres valeurs haut et fort, et y croire. C'est un sujet délicat que je vous ai partagé, il faut en tenir compte, car nous ne sommes jamais à l'abri de quoi que ce soit. Il faut toujours se protéger un maximum, ne rien laisser au hasard; il faut tenir compte de tout, ne vous laissez pas abattre, il faut vous battre, car la vie est un don précieux auquel on fait très attention et pour lequel on se bat les poings levés.





« Cet ouvrage est le fruit d'un partenariat  
entre les ASBL Phénix et Lire et Ecrire  
Namur grâce au soutien de la cellule de  
lutte contre l'illettrisme en Province de  
Namur »

Avec la participation et le soutien de



ASBL PHENIX

165 Avenue Bourgmestre Jean Materne, 5100 Jambes

Tél : 081/22.56.91 - Fax : 081/22.47.68

E-mail: [info@asblphenix.be](mailto:info@asblphenix.be) - Site Web : [www.asblphenix.be](http://www.asblphenix.be)

Numéro Inami: 7.73.033.57 - Numéro entreprise : 0454-810-927

Editeur responsable : Leonardo DI BARI Directeur

