
ÊTRE DIFFÉRENT

John C. Harrison

Traduit par Richard Parent

Au début des années 1970, mon épouse et moi avons passés deux semaines aventureuses au Maroc. Le troisième jour, nous nous sommes retrouvés dans la petite ville montagnaise de Chechaouene. Après le déjeuner, on se prépara à visiter la *médina*, ou le quartier Arabe, accompagné d'un jeune garçon de 12 ans qui nous avait adoptés et qui s'était mis en tête d'être notre guide « officiel ». Alors que nous avançons dans les rues immaculées et étroites, on croisa un groupe de jeunes filles en route vers l'école. Pendant quelques minutes, nous marchions tous ensemble, ce qui me donna une merveilleuse opportunité de pratiquer mon français. Comme d'habitude, je prenais plaisir à communiquer avec des gens d'une autre culture et, aussi, dans leur propre langue.

Les jeunes filles et moi ayant facilement établi le contact, j'ai pensé m'amuser avec ce groupe en jouant avec elles un jeu qu'un vieil ami de la famille m'avait appris.

« J'ai une souris dans la poche », leur ai-je dit, tout en mettant ma main dans ma poche et en la retirant, légèrement refermée comme si elle renfermait une souris.

« Écoute, elle va parler. » À ce moment-là, tout comme l'avait fait ce vieil ami de la famille des années auparavant, je frottai mes mains ensemble à plusieurs reprises pour finalement les éloigner l'une de l'autre, chaque fois accompagné d'un son occasionné par la suction.

Puis je cachai mes deux poings. « Dans quelle main est la souris ? Demandais-je à une des jeunes filles. Elle pointa un de mes poings fermés.

« Ah non », dis-je, « Ce n'est pas là ». J'ouvris ma main pour montrer qu'elle était vide. Puis je refermai les deux poings une fois de plus.

« Où est la souris maintenant ? »

La petite fille pointa l'autre main.

Après avoir prétendu transférer la souris dans l'autre main, j'ouvris la main qui « contenait » la souris pour montrer qu'elle était vide.

« Non, ce n'est pas là. »

Puis la petite fille dit : « C'est l'autre main. Ouvre l'autre main. »

Encore une fois, je mimai le transfert de la souris et j'ouvris la main de laquelle le transfert avait été effectué. « Non, ce n'est pas là, » dis-je, leur montrant ma main vide.

Elles croyaient m'avoir démasqué. « Elle est dans l'autre main » dirent-elles avec excitation. J'ouvris alors les deux mains pour montrer qu'elles étaient vides.

2 Être différent

« Elle a disparue. »

Cela les figea. Pas de souris.

Puis vint le moment crucial de la ruse. Lorsque j'étais enfant, l'ami de la famille dirigea sa main derrière mon oreille en disant « Elle est là. Elle était dans ton oreille. » Et il fit le mouvement de se diriger vers mon oreille, d'en extirper quelque chose pour le mettre dans sa main. Puis il joignît ses mains ensemble afin de montrer que, de nouveau, la souris se trouvait en sécurité dans ses mains.

« Ah, la voilà ! » dis-je tout en dirigeant ma main vers l'oreille de la petite fille la plus près. Lorsque ma main approcha son oreille, elle eut un mouvement de recul, surprise. Puis toutes les filles s'écartèrent de moi en même temps. Puis je me retrouvai tout fin seul.

Ébranlé par cette réaction, mon cœur se mit à battre la chamade. Des personnes avec qui je venais d'établir un contact étroit eurent un mouvement de recul inattendu. Je me suis senti comme un lépreux.

M'efforçant de ne pas paraître ébranlé, je continuai la routine (en refermant mes mains) pour montrer qu'une fois de plus la souris se trouvait en sécurité dans mes mains.

Les jeunes filles continuèrent à communiquer avec moi, mais à une certaine distance. Éventuellement, elles se dirigèrent vers leur école et Doris, moi et notre jeune guide avons poursuivi notre visite de la médina.

Cet événement m'avait bouleversé, état qui devait se prolonger sur plus de deux jours. Cela ne faisait pas de sens. Je ne comprenais pas pourquoi cet incident avait un tel impact sur moi ; pourtant, j'étais profondément ébranlé et je ne pouvais me ressaisir. Pourquoi ma réaction dura-t-elle si longtemps ? Que s'était-il donc produit ?

Cela m'intrigua. Cette sensation m'était familière. Je l'avais déjà ressentie auparavant. Mais où ?

Ah, oui ! Je m'en souviens. Je l'avais ressentie chaque fois que je me retrouvais immobilisé dans un long blocage d'élocution et qu'on me regardait étrangement. Cela s'était produit à l'école ou dans une autre situation sociale. Je bloquais sans pouvoir parler, ce qui allait m'ébranler pendant plusieurs jours, croyant avoir paru bizarre. Les sensations étaient identiques. Mais l'incident à Chechaouene n'avait rien à voir avec le bégaiement. Mais si ce n'était pas le bégaiement qui m'avait mis dans un tel état, alors de quoi s'agissait-il ? C'était vraiment très intrigant.

Je compris alors que nous magasinions dans une petite boutique de bibelots.

Je craignais d'être différent. Être différent signifiait pour moi que les gens s'éloignaient de moi et que je pouvais perdre le contact avec eux.

Cette crainte d'être différent constituait une des inquiétudes majeures dans ma vie. Circulant dans le paysage désertique marocain en direction des immenses marchés de Fez, je commençai à jongler avec ce concept. Je me suis demandé : « Supposons que les quatre milliards d'humains sur Terre bégaiant. Supposons que le bégaiement est la norme. Mes blocages d'élocution seraient-ils alors un problème ? »

Bien sûr que non.

3 Être différent

Alors que nous traversions la campagne désertique, je réalisai que les sentiments négatifs que j'avais parce que je bégayais n'avaient jamais été, au niveau le plus profond, pour le bégaiement comme tel. Je craignais plutôt d'être différent, de paraître étrange. Je voulais être comme tout le monde. Je voulais que les autres soient confortables en ma présence. Je désirais m'intégrer, faire partie de la masse. Par conséquent, pour éviter de déplaire aux autres, je m'ajustais constamment afin de présenter une image qui leur plairait car je croyais fermement devoir à tout prix plaire à tout le monde. Hélas, à force de m'oublier pour plaire aux autres, je finis par en payer le prix : je perdis contact avec mon moi réel.

Cette vérité difficile à avaler était pourtant bien réelle. Depuis des années, j'avais abandonné mon pouvoir aux mains des autres, en fait à tout le monde qui, je le croyais, finiraient par m'accepter. Croyant avoir besoin d'eux, j'ai permis aux autres de définir ma vie. Je faisais n'importe quoi pour ne pas paraître différent. Je faisais rapidement échec à ma spontanéité lorsque je craignais qu'elle soit jugée négativement. Pendant des années, je me suis retenu de parler, accumulant ainsi une énergie qui contribua à mes blocages d'élocution. Maintenant, je réalisais clairement que l'auto-jugement et ma réaction de retenue étaient toujours présents dans ma vie. Oh, bien sûr, je n'ai pas permis à la réaction des jeunes étudiantes de m'empêcher de communiquer avec elles. Ce qui était bien. Mais dans mon fort intérieur, j'ai eu un sentiment désagréable parce qu'elles avaient eu un mouvement de recul envers moi.

Et je "l'avais pris personnel."¹

Vingt-six ans se sont écoulés depuis notre voyage au Maroc, mais la réalité de cette rencontre matinale de Chechaouene est toujours avec moi, bien vivante. Je réalise que je ne dois jamais oublier cette hypersensibilité que j'ai vis-à-vis les réactions des autres envers moi. Si je me retiens, ou que je m'excuse d'être ce que je suis, ou que je ne laisse paraître qu'une version épurée de moi-même, je cesse de me sentir bien. Si je fais cela trop souvent, je risque d'enclencher une spirale descendante. Et si je permets à cela de se prolonger trop longtemps, et bien, qui sait ? Possible que cela déclenche le retour de l'état d'esprit, des émotions et des croyances qui avaient créé le système du bégaiement. Mes blocages de bégaiement reviendraient-ils ? En théorie, je crois qu'ils le pourraient. Mais pour que cela puisse se produire, il faudrait que j'oublie tout ce que j'ai appris et vécu.

Ma rencontre marocaine fut salutaire pour m'avoir fait prendre conscience que je continuais à donner aux autres un pouvoir de validation. Qu'en est-il de vous ? Pouvez-vous accepter les réactions d'autrui, même si ces réactions ne sont pas comme vous les espérez ? Prenez-vous tout personnellement ?

Vous empêchez-vous seulement de parler ou si vous vous retenez dans d'autres sphères de votre vie ? Quelle part de votre identité, de votre personne, êtes-vous disposé à abandonner pour vous faire accepter de quelqu'un ?

À quel degré blâmez-vous votre bégaiement pour votre « incapacité » à faire ce que vous voulez faire alors qu'en réalité votre problème réside dans l'abandon volontaire de votre pouvoir.

¹ Expression que je crois d'origine québécoise.

4 Être différent

Lorsqu'il vous arrive de bloquer ou de lutter en parlant, êtes-vous disposé à ne pas cacher ces actions visibles ? Ou si vous vous obligez à cacher cette réalité, suffisamment pour que vous ne vous sentiez pas différent des autres ?

Si vous craignez d'être différent, comment pouvez-vous alors dire et faire ces choses qui sont importantes dans votre vie ? Et si vous camouflez toujours ce que vous êtes vraiment (votre moi réel), comment voulez-vous vous débarrasser de ce comportement protecteur quoi sous-tend le blocage de la parole ?

Pour moi, la victoire sur le bégaiement commença lorsque je fus disposé à m'en tenir à ce que je pensais et ressentais et à le montrer au grand jour. Je devais m'affirmer dans des situations risquées, accroître ma zone de confort et, toujours, divulguer qui j'étais et ce que je ressentais. Je devais commencer par accepter qu'il était correct d'être moi-même.

L'abandon de comportements protecteurs commence par reconnaître qu'en vérité, nous sommes tous différents. Et que cette différence n'est ni bonne *ni* mauvaise. C'est simplement ce que nous sommes, malgré ce que peut bien en penser quelqu'un d'autre. Accepter l'intégralité de ce que nous sommes et reconnaître notre propre unicité est ce qui nous met en contact avec notre pouvoir et cela, en retour, ouvre la voie à une élocution plus facile et plus expressive. Lorsque nous laissons libre cours à ce pouvoir – comme le découvrit si bien Russ Hicks, membre de la NSA², lorsqu'il remporta le concours de discours humoristiques de la Région III en compétition avec plus de 30,000 Toastmasters – les autres réagirent à nous positivement, bégaiement et tout.

Pour les écolières marocaines, maintenant plus âgées, cet américain avec la-souris-dans-ses-mains s'est probablement transformé en un souvenir plaisant et amusant. Mais pour moi, c'était plutôt un rappel que, bien que le bégaiement soit disparu, l'état d'esprit, lui, était toujours là, signifiant ainsi que j'avais encore du boulot à abattre.

Traduction de *On Being Different*, du livre de John C. Harrison, *Redefining Stuttering, What the struggle to speak is really all about*; douzième édition (2008) ; pages 160 à 163 ; traduit par Richard Parent, avril 2009.

Pour télécharger la version originale complète du livre de John, en voici l'adresse :

www.mnsu.edu/comdis/kuster/Infostuttering/Harrison/redefining.html

Les versions françaises des textes de John traduits jusqu'à présent sont disponibles sur le site suivant (côtoyant les versions originales) :

<http://www.mnsu.edu/comdis/kuster/Infostuttering/Harrison/essays.html>

Pour communiquer avec John ou Richard :

John : johnnyh567@aol.com

Richard : richardparent@videotron.ca

² National Stuttering Association, groupe d'entraide américain.

5 *Être différent*

Nous vous encourageons à publiciser largement ces versions françaises des textes de John Harrison à tous ceux qui sont susceptibles d'être intéressés, de près ou de loin, par le bégaiement. L'utilisation de liens hypertextes dans vos sites Internet en est un excellent moyen.

Lorsqu'il y en a, les définitions (notes en bas de page) sont tirées de Wikipedia.
