

Tout oublier

Ouanessa Younsi

Ce qu'on oublie a-t-il existé? La vie m'échappe, souvenirs que je retrouve au compte-goutte, grâce à un album photo sans lequel je n'aurais pas d'enfance. Les journées passent, gisent sur le plancher, mon lit, mon bureau, j'essaie de les écrire, de les conserver.

La clinique est déserte. Je regarde mon écran, j'ai mal aux yeux. Mon œil gauche, qui louche lorsque je suis fatiguée, glisse vers la vitre. Je crains qu'il ne me quitte, saute par la fenêtre.

J'ai contacté quinze patients aujourd'hui, par téléphone ou par un logiciel de téléconsultation. Je deviens un centre d'appel. Suis-je encore psychiatre sans patient en chair et en os ?

Je me rends à la toilette, lave mes mains pour la vingt-troisième fois. Elles saignent. Pas de crème hydratante. Les contenants de lingettes sont presque vides. On a reçu un courriel nous demandant de les récupérer. Y a-t-il pénurie de contenants de lingettes ? Je désinfecte la poignée de la porte. En retournant à mon bureau, je croise un infirmier. On se salue de très loin, comme sur des bateaux en mer. Je pense à ma patiente qui souffre d'un trouble obsessionnel-compulsif avec obsession de contamination et compulsion de lavage. Ne pas oublier de lui dire qu'elle avait raison.

Je retourne à mon écran. Un cinquantième message dans ma boîte courriels. Ma secrétaire. On ne se parle plus en personne, trop risqué.

La pharmacienne voudrait que vous la rappeliez concernant Monsieur R. Il a pris toutes ses pilules en une seule dose.

Depuis la pandémie, j'ai l'impression que les événements, les émotions, ont changé de taille, gagné en profondeur ou à l'inverse rapetissé. Ce qui était persiste, avec une teinte ou une dimension nouvelles tels ces jeux d'ombre de mon enfance, qui transformaient quelques doigts en un dragon à la lumière d'une lampe de poche. Monsieur R. était déprimé avant la pandémie. Il l'est davantage. Nous étions sur des écrans avant la pandémie. Nous le sommes encore plus. Les riches deviendront moins riches, ou plus riches. Les pauvres seront plus pauvres.

La nuit, alors que mon conjoint et mon fils dorment, je descends à la cuisine et ouvre discrètement le réfrigérateur. Je prends les contenants un à un, les débouche comme des bouteilles de parfum, et hume tour à tour l'eau de rose, l'eau de fleur d'oranger, le ketchup, la sauce soya, le vinaigre de cidre de pomme. Je me délecte non pas de l'odeur de chaque condiment, mais de la joie d'éprouver mon odorat, comme un aveugle qui, recouvrant par miracle la vue, est ému non pas de ce qu'il voit, mais de la capacité de voir.

Rassasiée de mon odorat je remonte à ma chambre, m'endormant avec l'assurance que je reste épargnée par la maladie. Et j'emporte dans mes rêves ce rituel précaire, alors que je retrouve, au cœur de mon repos, l'odeur de l'eau de rose.

Ma vie a peu changé depuis le confinement. Je reste privilégiée, alternant mes jours entre la psychiatrie et la maternité. Je ne me rendais quasi jamais aux restaurants, ni au théâtre, ni au magasin. Je voyageais désormais rarement à l'extérieur du pays. Je voyais peu mes amies, ma famille. Je connais beaucoup de personnes, je n'en connais aucune, et mon existence, qui paraît riche et entière, se déroule dans un isolement social que je m'explique mal, qui me semble fortuit alors que je ne me mobilise pas pour en sortir, me repliant, par confort et aussi par amour, sur mon travail, sur mon noyau familial. J'ai le sentiment d'avoir accompli ce que je peux, et ce qui m'importe surtout est mon fils. Vivre certes me tient à cœur, car je juge que mon fils a encore besoin de moi. Concernant le reste, je sens que j'ai fait le tour du jardin. Je sais que cela changera : lorsqu'il vieillira et aura moins besoin de mes bras, je me tournerai vers d'autres missions, en gardant la joie qu'il m'aura léguée, en la semant en tout comme une nouvelle nature, un vêtement qui devient un corps. Je ne suis pas malheureuse, je suis même heureuse, entourée d'une pandémie qui me dépasse, de situations dramatiques, de pertes d'emploi, de dépressions, d'alcool. Or je sais que je retourne le soir dans ma maison, que je ne suis pas mes patientes, que j'ai un être à aimer, que je chéris mon existence, malgré mon isolement social. Je souhaiterais davantage de contacts humains, or je me contente de ce que je glane au temps : quelques échanges courriels, une brève rencontre par-ci, par-là. Je me satisfais de ce que je reçois, comme le plant de basilic de mon jardin boit l'eau que je lui offre.

Une chose pourtant a changé : le possible. Alors que je n'ai jamais repensé avec nostalgie à tel ou tel voyage ou aventure, voilà que j'y replonge avec ferveur, tel en ces rêves vivides que causent parfois certains médicaments. Je me revois attablée dans un restaurant à Paris, seule avec un livre, dégustant des tagliatelles aux champignons dans une sauce blanche, observant les autres clients, et je me repasse la scène, re-goûtant chaque champignon – bolet, pleurote, chanterelle – l'onctuosité de la crème, le sourire poli du serveur. Et que la pandémie puisse ainsi, d'un coup, me retirer la possibilité de vivre une telle expérience – ou ce voyage de cyclotourisme à l'Île-du-Prince-Édouard, cet arrêt au camping à Summerside, l'échange de mots au lavoir avec une dame retraitée qui venait de Saskatchewan, parlait avec un accent incompréhensible, parcourait tout le Canada pour sa retraite à bord de son Winnebago, conversation en elle-même banale, mais qui me paraît cruciale depuis la pandémie, car il s'agit d'un moment d'une vie, comme tous assez ordinaires, mais sans lesquels il n'y a pas de vie. Je m'accroche jusqu'aux souvenirs avortés, comme cette pâtisserie franco-japonaise à Berlin où j'avais tant espéré manger un dessert au thé matcha, et qui se révélait immanquablement fermée dès que je m'y rendais. Je n'ai jamais savouré ce fondant au matcha, mais il me reste en bouche, rêve somme toute futile – ne le sont-ils pas tous, hormis quelques-uns, naître, mourir ? – que la pandémie rend d'un coup irréalisable. Le virus me tend ma mémoire, je la contemple avec nostalgie. Réaliser que je ne pourrai plus à l'avenir tricoter d'aussi vifs souvenirs, d'aussi uniques, m'amène à m'agripper à mon passé, pour ne pas être emportée par le vent ou par un virus.

Tout oublier
Ouanessa Younsi

Centième courriel de ma secrétaire. Objet : Décès d'un patient sur la liste d'attente.

Je pense : ah non, un suicide.

Bonjour

Je voulais vous informer que Mme X., que vous deviez voir et qui vivait en CHSLD, est décédée.

Je suis de garde ce soir à l'hôpital. Il y a un cas confirmé de COVID-19 à l'unité d'observation brève. J'ai oublié ma carte de médecin mais l'agent de sécurité me laisse rentrer.

La salle d'attente est vide. Il n'y a presque plus de patients à l'urgence psychiatrique. Je retire mon habit de vélo, revêt ma tenue de psychiatre. J'ai oublié mes souliers à la clinique. Je garde mes souliers de vélo. L'assistante infirmière m'apporte un masque, une visière. Je ne ressemble pas à une psychiatre avec mon habit mi-cycliste, mi-matériel de protection.

Je m'ennuie sans patient. J'essaie de parler à quelqu'un, jase un peu avec l'infirmier au triage qui regarde des vidéos sur Youtube. Une jeune femme masquée s'avance vers moi. J'ai un mouvement de recul, comme si je rencontrais un fantôme ou ma mère.

- Bonjour, je suis votre résidente, j'ai vu une patiente, je peux vous en parler.

Patiente bien connue de nous (c'est la formule qu'on utilise, comme si on parlait d'une vieille amie), amenée par les policiers via ordonnance d'évaluation psychiatrique. Elle vit en ressource intermédiaire et ne suit pas les consignes, part et revient quand elle veut, couche à l'extérieur pour consommer de la drogue. Ma résidente ne voit pas de signe de psychose, plutôt des enjeux de comportement. On tente de rejoindre le responsable de la ressource, sans succès. À la lecture du dossier, je comprends que la ressource ne peut pas la reprendre dans ces conditions.

Je retrouve un formulaire lié à la santé publique parmi mes courriels. J'écris en lettres majuscules, encre noire, avec le sentiment d'être plus policière que psychiatre. Impression que j'ai déjà connue, lorsque je me présentais à la cour pour demander une autorisation de traitement contre le gré. Procédures avec lesquelles, malgré les années qui passent, je ne suis pas en paix.

Je faxe le formulaire, en pensant pour me dédouaner aux morts que j'aurai peut-être évités. Je m'enferme dans mon bureau, désinfecte mes mains, retire mon masque, puis mange une pomme avec des gants, et le sentiment de ma petitesse.

- Bonjour Mme V., j'appelle pour notre rendez-vous téléphonique tel que convenu. Comment allez-vous avec toute cette histoire de pandémie ?
- Oh vous savez, pour moi rien n'a changé, j'étais déjà confinée. Je suis même contente, je me sens moins seule.
- Ah... super.

Mon fils et moi lancions des licornes dans le bain après avoir dégonflé des roches quand le premier ministre a demandé aux médecins spécialistes d'aider aux soins de base en centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD). Éberluée, j'ai réécouté la conférence de presse.

Comment aider alors que, contrairement à d'autres spécialistes, je n'ai pas été « délestée », travaillant même davantage, et m'occupant de mon enfant le reste du temps ?

Le gouvernement vise 2000 médecins spécialistes en vingt-quatre heures. J'hésite à donner mon nom, je l'écris, je l'efface, valse où la culpabilité cède à la raison, culpabilité qui précède la pandémie, mais que le récent appel du premier ministre ravive, comme ces terres inondables submergées par une mince ondée.

Je me couche en pensant que la nuit porte conseil, retrouve le visage de ma grand-mère décédée en CHSLD, ma main dans la sienne au seuil du trépas, son dernier souffle, plus doux et léger que ce que j'avais imaginé, son corps passant de la chaleur au froid en quelques minutes, comme si Dieu lui avait versé un sceau d'eau glacée sur la poitrine, et je sens la culpabilité m'envahir, verser un sceau d'eau glacée sur ma poitrine.

- Bonjour Mr Z., j'appelle pour notre rendez-vous téléphonique tel que convenu. Comment allez-vous ?
- Hey Docteur, vous n'êtes pas en CHSLD ?
- Euh, non.
- Je blague, c'était vraiment une mauvaise idée de demander aux médecins spécialistes d'aller là.
- Vous croyez ?

Depuis que je suis mère, j'ai perdu le goût du malheur. Je découvre la joie, sentiment que j'ai connu par le passé, mais jamais dans la durée. J'ai enfin changé d'yeux.

Quel contraste entre les points de presse du premier ministre sur la pandémie, que je suis religieusement, et mon émotion. Alors que des gens perdent leur emploi, leur famille, leur santé, ma joie me semble coupable, tel ce bonbon obtenu gratuitement enfant, alors que le caissier du dépanneur chez Georges m'avait facturé cinq jujubes plutôt que six. Ce sixième jujube à la pêche artificielle était plus sucré, plus délectable, encore plus moelleux que dans mon espérance, saveur décuplée par le plaisir d'avoir épargné un sou noir, qui tintait dans la poche de ma robe, me rappelant ma joie, puis ma culpabilité, alors que je raconterai l'anecdote à la maison, et que l'on me demandera en me sermonnant de rendre cette monnaie qui comptait tant pour moi.

Le souvenir s'évapore. Je replonge dans la vie vraie, mon fils et moi reprenons nos jeux : attraper nos ombres, mettre du miel sur la terre, chercher longtemps la lettre U.

J'aime une femme, elle se nomme C., elle fut ma mentore en psychiatrie, m'enseignant ce métier qu'elle m'apprendra à chérir. Si je suis psychiatre, c'est grâce à elle, à son engagement, à sa manière iconoclaste d'exercer le métier, à sa capacité à adorer et à détester, à son apparent cynisme qui protège une passion. Elle reste la seule personne que je connaisse qui ne craint pas la mort, l'entrevoit comme une fin inéluctable, presque joyeuse. Elle ne rencontre aucun médecin, ne fait aucun test de dépistage, aucune mammographie : elle est prête. Ses maximes peuplent mon esprit, bouddhas de mots vers lesquels je me tourne lorsque j'en ai besoin : « Il n'y a pas d'urgence » (variante sur le même thème : « Il y a urgence d'attendre »), phrase que je me répète chaque jour en exerçant mon métier, précisément pour pouvoir le pratiquer. « Il faut trouver quelque chose à aimer chez le patient pour pouvoir l'aider ». « Une injection de temps ». En cette période de crise, je m'administre ces prescriptions chaque jour.

Elle disait aussi – ou l'ai-je imaginé ? – que le déni s'avère un puissant mécanisme de défense. Nous poursuivons ce filet d'habitudes que l'on nomme vivre sans penser à chaque instant au fait que nous allons périr, que des étoiles nous survivront, que des femmes que nous avons aimées gisent sous terre, rongées par des vermisseaux, et que nous les avons un peu oubliées, même si le souvenir surgit lorsque nous écrivons, lorsque nous regardons des photographies ou le ciel, nous continuons notre existence sans y penser à chaque instant. La pandémie lève partiellement ce déni : la mort se rappelle à nous. Le déni a des conséquences néfastes en certains domaines, sous certains aspects, mais il permet, paradoxalement, de vivre.

Cela me rassure et cela m'angoisse : un jour, j'aurai tout oublié.