

Toute ressemblance avec des personnes existantes ou ayant existé n'est en aucune façon le fruit du hasard, mais bien celui de ma mémoire.

Seuls certains noms ont été changés pour préserver leur anonymat... et éviter les ennuis.

J'ai envie de vomir.

J'ai toujours été en galère dans les moyens de transport, quels qu'ils soient. J'ai mal au cœur en bateau, bien sûr, mais aussi en avion, en voiture... Alors là, allongé sur le dos à contre-sens de la marche, c'est un vrai calvaire.

Nous sommes le 11 août et il doit bien faire 35 degrés dans l'ambulance. Je suis en sueur, mais pas autant que l'ambulancier qui s'affaire au-dessus de moi ; je le vois manipuler des tuyaux, des petites poches et plein d'autres trucs bizarres.

Je sors tout juste de l'hôpital où j'étais en réanimation ces dernières semaines. On me conduit aujourd'hui dans un grand centre de rééducation qui regroupe toute la crème du handicap bien lourd : paraplégiques, tétraplégiques, traumatisés crâniens, amputés, grands brûlés... Bref, je sens qu'on va bien s'amuser.

Le moteur s'éteint enfin. La porte arrière s'ouvre, les gestes s'enchaînent dans une certaine urgence, et je sens

que le brancard sur lequel je suis allongé glisse hors de l'ambulance. Je me prends le soleil en pleine gueule, impossible de garder les yeux ouverts.

Ça fait un mois qu'on ne s'est pas rencontrés comme ça, le soleil et moi, et les retrouvailles sont un peu violentes.

D'un pas décidé, l'ambulancier pousse le brancard, on passe une porte. On finit tout de même par arriver dans ce qui devrait être ma chambre pour les prochains mois. Deux aides-soignants arrivent en renfort pour me transférer sur mon lit. Pour ça, ils glissent leurs bras sous mon corps et comptent bien fort : « Un, deux... Trois ! » Sur le trois, ils me soulèvent d'un coup pour me déposer sur le lit. J'avais déjà vu faire ça dans *Urgences*. Cette fois, c'est moi qui suis dans la série... Ça fait un mois que je suis dans l'urgence.

Je savoure la fraîcheur de mes nouveaux draps et découvre mon nouveau plafond. Il faut savoir que, quand tu es allongé sur le dos dans l'incapacité totale de bouger, ton

champ de vision doit se satisfaire du plafond de la pièce où on t'a installé, et du visage des personnes qui ont l'amabilité de se pencher sur toi pour te parler.

Dans ces circonstances, malgré ce qu'on peut croire, on ne pense pas beaucoup à l'avenir, même très proche. Depuis un mois, je suis trop occupé par la recherche, souvent vaine, du bien-être physique immédiat, trop dérangé par les aléas du présent pour m'occuper du futur. Le manque de mobilité crée un inconfort quasi permanent. Comment fait-on pour se gratter le sourcil quand on ne peut pas bouger les bras ?

Ma journée a été difficile, j'ai eu envie de vomir pendant deux heures, un gros ambulancier m'a sué dessus pendant tout le voyage...

Alors là, j'ai envie qu'on me laisse tranquille, ça fait beaucoup d'informations et de nouveautés en trop peu de temps.

Déjà que j'ai un nouveau plafond...

Le premier jour, à l'aube, je fais la connaissance de l'aide-soignant qui s'occupera de moi tous les matins.

Ernest est antillais et on me le présente tout de suite comme le meilleur aide-soignant de l'étage. On me dit qu'il est « très doux »...

Très doux ? ! Je ne comprends pas trop pourquoi on me dit ça. Je m'en fous qu'il soit doux, on n'est pas là pour se frotter l'un à l'autre !

Eh bien, en ce premier matin, au centre de rééducation, tandis que le soleil prend tranquillement confiance de l'autre côté de la fenêtre, je découvre vite que *oui* : on va partager tant de choses que ça. Et on ne va pas être très loin de se frotter l'un à l'autre.

C'est Ernest qui va gérer ma vie quotidienne du matin et, en quelques jours, notre degré d'intimité va dépasser tout ce que j'imaginais.

Dès lors, ce n'est quand même pas plus mal qu'il soit doux.

Un apprivoisement réciproque est nécessaire entre un aide-soignant et son tétra. Ernest incline la tête du lit très légèrement (je commence à avoir le droit de me redresser), s'assoit au bord du lit et me fait manger. Ah oui, pour tous les ringards d'entre vous qui n'ont jamais été tétraplégiques, sachez que manger seul pour un tétra est aussi facile que de voler pour un homme valide.

Il faut trouver le bon rythme entre chaque bouchée, la bonne inclinaison du verre pour chaque gorgée. Chaque geste prend deux à trois fois plus de temps que si tu le faisais tout seul. Au début, je ne suis pas très à l'aise et je remercie Ernest presque à chaque fois qu'il me tend quelque chose à la bouche, mais je comprends vite que cet excès de gratitude rallonge encore le temps du petit déj et qu'Ernest se fout complètement d'être remercié.

Après le petit déj, c'est l'heure merveilleuse d'aller à la selle. Enfin le mot « aller » est un peu fort, puisque tout se passe sur ton propre lit (évidemment, les draps sont

protégés par une espèce d'alèze jetable). On te positionne en chien de fusil, sur le flanc, les jambes repliées (sensation d'ailleurs extrêmement agréable quand tu es sur le dos depuis un mois). Et comme l'étendue de tes possibilités musculaires ne permet pas l'action de « pousser », on t'introduit un petit lavement, sorte de suppositoire, et, vingt minutes plus tard, l'aide-soignant ou l'infirmière, dûment muni de gants jetables, vient t'aider à évacuer tout ce qu'il y a à évacuer. (Moment de l'histoire à lire en dehors des heures de repas.)

Passé ce grand moment de la journée, c'est l'heure de la douche. Mais la douche dans ce centre de rééducation est bien différente de celle que j'ai connue jusqu'alors. Ernest me déshabille et, aidé d'un autre aide-soignant, il me transfère sur un brancard : « Un, deux, trois ! » Ernest bloque le brancard au centre de la pièce, enlève le drap qui était sur moi, attrape la pomme de douche, un

gant, un morceau de savon, et c'est parti. Quand je vous disais qu'on allait être intime avec mon petit Ernesto. Ernest me sèche et me ramène dans ma chambre. Avant de me remettre au lit, c'est l'heure de m'habiller. Le simple fait de m'enfiler des vêtements est une vraie galère pour nous deux car je ne peux faire aucun mouvement qui puisse l'aider. C'est comme s'il devait habiller une poupée mais, là, la poupée mesure un mètre quatre-vingt-quatorze. Une bonne demi-heure pour le petit déj, autant de temps pour aller à la selle et sûrement même un peu plus pour la douche et l'habillage, j'ai l'impression d'avoir couru un marathon. Je suis épuisé et il est seulement 9 h 30. D'un autre côté, ici il se passe des choses. Qu'est-ce que j'ai pu m'ennuyer en réanimation !

Ce qui rend la situation à peu près acceptable, c'est le caractère professionnel des gestes d'Ernest. Je sens qu'il exécute chaque mouvement de façon automatique, qu'il n'y a aucun affect dans son attitude. Il accomplit ces mêmes

gestes depuis tellement de temps, tant de corps sont passés avant le mien sous ses mains expertes, que l'aspect gênant disparaît assez vite.

Ma chambre est située au premier étage d'une des ailes du centre de rééducation. Ce large et long couloir regroupe dans un alignement de chambrées tous les patients hommes, accidentés depuis quelques semaines ou quelques mois et devenus paraplégiques (paralysés du bas du corps) ou tétraplégiques (paralysés des quatre membres ou, plus précisément, paralysés de tous les muscles du corps situés en dessous du cou).

La plupart des gars qui dorment dans ce couloir ne récupèrent aucune mobilité. Ils ne se remettront jamais debout et, dans ces cas-là, la rééducation consiste à exploiter au maximum le peu de mobilité qu'il leur reste pour retrouver un tout petit brin d'autonomie dans les gestes du quotidien : se déplacer en fauteuil, passer du

fauteuil au lit ou du lit au fauteuil, manger ou boire avec des couverts adaptés...

Pour ma part, je suis devenu « tétraplégique incomplet » suite à un plongeon trop à pic dans une piscine pas assez remplie. Ma tête a frappé le fond de la piscine et, au-delà de m'avoir légèrement ouvert le crâne, le choc a provoqué la fracture d'une vertèbre cervicale qui est allée se loger dans la moelle épinière. Je pensais être un des seuls sur terre à avoir eu un accident aussi con, mais j'ai vite compris que c'était extrêmement courant. Il paraît même que les accidents de plongeon (en piscine, en rivière ou en mer) sont la deuxième cause de tétraplégie après les accidents de la route. Plus tard, pendant mon année de rééducation, je croiserai trois mecs qui ont subi ce même type de mauvais plongeon.

« Tétraplégique incomplet », ça veut dire que je suis un tétraplégique qui commence à pouvoir bouger à nouveau quelques parties de son corps, en l'occurrence certains

muscles de la main, de la jambe et du pied gauches. Une tétraplégie incomplète sous-entend que les progrès peuvent très bien s'arrêter là ou se poursuivre jusqu'à retrouver la quasi-totalité de sa mobilité. Aucun pronostic définitif n'est possible.

La première fois que j'ai re-bougé quelque chose, j'étais en réanimation depuis deux semaines. Un matin, je me suis aperçu que j'arrivais à remuer le gros pouce du pied gauche. Comme je ne pouvais évidemment pas vérifier de mes yeux cette grande nouvelle, j'ai dû demander à une infirmière de me le confirmer.

Toutes les cinq minutes, je remuais mon pouce pour m'assurer que j'étais capable de ce petit mouvement-là. Peu de gens sur terre ont bougé le bout du pied avec autant de plaisir. Les médecins ont alors dit à mes parents qu'à partir de là on ne pouvait rien pronostiquer de sûr, mais qu'on ne pouvait plus affirmer qu'il n'y avait pas d'espoir... De fait, jusqu'à ce matin-là, le moins que l'on puisse dire, c'est que

les médecins s'étaient montrés très pessimistes : mes parents ne m'en avaient pas parlé mais on leur avait annoncé que je ne remarcherais pas.

Deux semaines après cet épisode, les progrès ne sont pas flagrants mais l'espoir persiste. Je vois bien que personne n'ose se prononcer sur mon avenir, mais moi, je suis plutôt confiant. J'évite de penser au pire et je prends les progrès comme ils viennent.

Comme je suis souvent allongé au lit et que les séances de rééducation sont encore très courtes, mes premiers contacts avec les autres patients du centre se font dans ma chambre.

Quelques curieux viennent rencontrer le nouveau.

Le premier, c'est Nicolas. Avant de le voir entrer dans la chambre, j'entends que quelqu'un se cogne pendant trente bonnes secondes contre la porte et les murs. Je me demande bien ce que c'est que ce bordel et comment on peut avoir autant de mal à passer une porte. Me traverse

même l'idée que celui qui tente de me rendre visite est aveugle en plus d'être paralysé... Mais non, Nicolas n'est pas aveugle, il galère, et pour cause : il tente de manier seul son propre brancard, allongé sur le ventre.

« Salut ! il me lance.

– Salut.

– Ça va ?

– Ouais...

– Tu t'appelles comment ?

– Fabien.

– Moi, c'est Nicolas. Ben... Bienvenue chez toi. »

Il est fou celui-là, pourquoi il dit ça ?! C'est pas chez moi, ici. Je ne fais que passer. Et si tout va bien, dans quelques semaines, je me barre. Je suis pas handicapé, moi, c'est provisoire tout ça, juste un mauvais moment à passer...

« Ben merci... Ça fait longtemps que t'es là, toi ?

– Non, je suis là depuis deux semaines, et pas pour très longtemps.

- Qu'est-ce que t'as ? Pourquoi t'es sur le ventre ?
- J'ai une eschare au cul, d'ailleurs faut que j'aille aux soins. Je repasserai te voir. Ciao. »

Et voilà Nicolas qui tente une marche arrière à l'aveugle sur son brancard. Il défonce la porte une bonne dizaine de fois et finit par disparaître. S'il revient me voir plusieurs fois, il faudra refaire l'enduis et la peinture de l'entrée de ma chambre.

Je n'ai pas bien compris le sens de sa visite. Ça se voulait sûrement de la courtoisie, mais il avait un air tellement blasé, presque cynique, qu'il ne m'a pas semblé très accueillant.

Au-delà du fait qu'elle m'a apporté un peu d'animation, cette visite m'a fait du bien finalement. Je prends conscience qu'il y a des gens comme moi de l'autre côté du mur de ma chambre, des gens plus ou moins en galère que moi, mais des gens avec qui je vais pouvoir discuter, des gens à qui je vais pouvoir poser des questions. En dehors de

mes proches et des blouses blanches, ça fait longtemps que je n'ai rencontré personne, et ça me manque. Quand je vais pouvoir retrouver ce type de lien, j'aurai déjà l'impression d'avoir une vie un peu plus normale.

Les deux premières semaines, toute sortie de ma chambre était forcément accompagnée. Que ce soit pour les soins ou la rééducation, on me poussait en brancard ou en fauteuil. Et comme, en plus, tous les repas se faisaient dans ma chambre avec un aide-soignant, je n'avais jamais de moment à moi en dehors des heures au lit.

Mais le moment est enfin venu pour moi de retrouver un peu d'autonomie. On vient de m'attribuer un bon gros fauteuil roulant électrique. La première fois qu'on m'installe dedans, je suis à la fois impressionné et excité, comme un môme à qui on amène un cheval à dompter avant de le monter. Car si ce fauteuil est un symbole fort de mon immobilité, il va aussi me permettre de me remettre en mouvement. Je viens de passer près de deux mois au lit,

alors si ce fauteuil prend soudain beaucoup de place dans la chambre, il va aussi en prendre beaucoup dans mon esprit. Ça y est... J'ai mon fauteuil. Après deux petites séances avec l'ergothérapeute pour apprendre à le maîtriser et à le conduire, j'ai désormais le droit de me balader seul dans les couloirs.

Un kif ! Je roule donc à fond, cheveux au vent (j'en rajoute à peine) avec, dans les oreilles, les bruits inoubliables du moteur électrique et du frottement des pneus sur le lino des couloirs.

Un mois et demi que je n'avais pas eu le loisir de choisir mes destinations. Après les séances de kiné, je décide donc d'arpenter les méandres du centre de rééducation pour découvrir dans les moindres détails mon nouvel environnement.

Au rez-de-chaussée, il y a l'aile des TC – les traumatisés crâniens. Autant dire que ce n'est pas le couloir le plus glamour du bâtiment.

Chez les traumatisés crâniens, il existe autant de cas différents qu'il y a d'individus. Ce sont des accidentés touchés au cerveau, et le cerveau est tellement complexe qu'aucun patient ne présente la même pathologie qu'un autre.

On trouve donc de tout chez les TC : des gens qui peuvent marcher mais qui ne peuvent pas parler distinctement, des gens qui ne peuvent pas du tout communiquer, des gens qui ont de gros problèmes de mémoire, des gens qui ne maîtrisent pas du tout leurs mouvements et dont les mains sont souvent toutes tordues et recroquevillées sur elles-mêmes, des gens comme des légumes, langue pendante, qui scotchent les yeux dans le vide.

J'ai fini par sympathiser avec un autre traumatisé crânien, Kévin. On discute de temps en temps. Il a encore une élocation compliquée, mais il progresse vite. Physiquement aussi, d'ailleurs, il parvient même à se relever de son fauteuil et à faire quelques pas.

Souvent les TC, d'un point de vue moteur, ont des progrès beaucoup plus rapides que les tétras ou les paras, mais les séquelles au niveau du langage, de la mémoire ou de la concentration sont beaucoup plus tenaces.

Kévin, lui, a de gros problèmes de mémoire. Il se rappelle bien du passé à long terme (il est capable de te raconter son enfance) mais il a de grosses difficultés pour te dire ce qu'il a fait la veille ou il y a à peine une heure. Il a mis plusieurs semaines à se souvenir de mon prénom. Tout y est passé : Stéphane, Fabrice, Benjamin... À chaque fois, je lui répétais sur le même ton, pour que ça rentre : « Fabien, Kévin... je m'appelle Fabien. »

Un jour, en sortant de la salle de kiné, je le croise dans les couloirs. Je m'arrête (j'entends encore le petit « clic » du moteur électrique quand le fauteuil s'immobilise) et on parle de Bob Marley. Kévin est connu dans tout le centre pour être le plus grand fan au monde de Bob Marley. Il me raconte que c'est les « grands » de son quartier qui le lui

ont fait découvrir quand il avait une douzaine d'années et que, depuis, il n'a jamais cessé de l'écouter.

Puis, il me demande : « Et toi, tu connais ? T'aimes bien Bob Marley ? » Je lui réponds que oui, j'aime beaucoup, que, moi aussi, j'ai dans mes disques une ou deux bonnes compils des incontournables de Bob.

La discussion se termine, Kévin s'éloigne. Moi, je reste un peu là, je regarde par la fenêtre. À la sortie de la salle de kiné, les couloirs sont vitrés et, comme il y a encore du soleil, je profite cinq minutes du plaisir d'avoir un peu de lumière naturelle dans les yeux.

Pour retourner dans ma chambre, je décide de traverser le couloir des TC. Je passe devant la chambre de Kévin, la porte est entrouverte et j'entends Bob Marley chanter qu'il shoote le shérif. Alors, pour faire un petit clin d'œil à mon nouveau pote, j'entre et je lui dis :

« Ah ben voilà, encore et toujours Bob Marley... »

Là, Kévin se tourne vers moi d'un air neutre et me lâche : « Oui, j'adore, je l'écoute tout le temps. Et toi, tu connais ? T'aimes bien Bob Marley ? »

Je ne sais même plus si je lui ai répondu.

J'ai fait la découverte d'un métier très intéressant dans ce centre, celui d'ergothérapeute. Mon ergo s'appelle Chantal. Elle n'a qu'une trentaine d'années (malgré son prénom), c'est une grande brune d'un mètre quatre-vingt, très souriante, très gentille, avec un fond de timidité permanent. L'ergo, c'est la personne qui assure la rééducation des membres supérieurs. C'est donc avec Chantal que je réapprends à écrire, que je fais plein de jeux manuels, que j'enfile des perles, que je plante des clous...

Dès le deuxième jour de mon arrivée dans le centre, Chantal m'a aussi fabriqué une sorte de manche collé au combiné du téléphone de ma chambre, qui me permet de décrocher tout seul en enfilant ma main à l'intérieur – mes doigts n'étant

pas assez forts pour agripper et tenir le combiné normalement. Ça faisait longtemps que je n'avais pas téléphoné sans que quelqu'un me tienne l'appareil et question intimité, c'est un progrès non négligeable.

Quand tes doigts ne te permettent plus de tenir tes couverts, c'est l'ergo qui te fabrique une fourchette ou une cuillère avec une petite lanière en cuir qu'on enfile autour de tes phalanges (comme un poing américain) pour tenter de manger tout seul. Sur le même principe, au bout de la lanière, à la place de la fourchette, on peut accrocher un petit bâton en fer qui te permet d'appuyer sur les touches de la télécommande.

Et ça, ça change la vie ! Car, quand tu n'es pas capable de contrôler la télécommande et que l'aide-soignant te met une chaîne avant de se barrer pendant une heure ou deux, t'as intérêt à avoir de la chance pour la suite des programmes.

À tout moment de la journée, on est très dépendant du planning des aides-soignants. Ils ont chacun plusieurs chambres à gérer, plusieurs douches à donner... Si bien que tu ne peux pas les déranger pour un oui ou pour un non. D'ailleurs, tu peux toujours essayer, ils ne sont pas au garde-à-vous et, quand tu les appelles, tu peux parfois attendre un bon moment. Quand tu es dépendant des autres pour le moindre geste, il faut être pote avec la grande aiguille de l'horloge. La patience est un art qui s'apprend patiemment.

Moi, le matin, j'aime bien regarder les clips sur M6. Mais quand tu ne peux pas changer de chaîne, tu es obligé ensuite de te taper « M6 Boutique » en intégralité ! Qu'est-ce que je peux galérer en voyant Pierre et Valérie vanter les mérites de la ceinture qui fait les abdos ou du service de couteaux japonais qui coupent même des pneus... Je suis à deux doigts de renoncer définitivement à regarder les clips de peur de retomber sur Pierre et Valérie.

Pouvoir zapper, c'est un grand pas vers l'autonomie !

Au bout de quelques semaines, je déménage de l'autre côté du couloir. Je quitte le confort des chambres individuelles, je quitte Ernest le meilleur aide-soignant de l'étage, mais je gagne en sociabilité.

Mon coloc s'appelle Éric. Toussaint, un autre patient de l'étage, répète souvent : « Éric : vingt ans et déjà beauf ! »

Eh bien, c'est vrai, c'est un peu ça, Éric. Il n'est pas méchant mais pas spécialement gentil, pas désagréable mais pas très agréable non plus. On n'a pas vraiment les mêmes centres d'intérêt. Lui, il aime la vitesse, les gros moteurs. D'ailleurs, c'est un accident de moto qui l'a conduit tout droit ici. Du coup, on se côtoie sans véritablement faire attention l'un à l'autre. On s'entend bien sans avoir de réelles discussions.

Éric est paraplégique, avec en plus quelques problèmes dans une main à cause d'un nerf arraché. Il est donc beaucoup

plus mobile que moi. Il se déplace sur un fauteuil manuel car ses deux bras fonctionnent bien. Il commence même à pouvoir assurer ses « transferts » tout seul, c'est-à-dire passer du lit au fauteuil sans l'aide de personne.

En revanche, contrairement à moi qui sens très bien mes jambes, lui n'a aucune sensibilité en dessous du bassin.

Un jour, alors qu'il essaye de se redresser dans son lit en tirant sur le petit trapèze suspendu au-dessus de chaque lit d'hôpital, il rate son coup et retombe violemment à plat dos sur son matelas. Et là, il me demande : « Fabien ! Elles sont où mes jambes là ? »

Ça, c'est une phrase qu'on n'entend pas souvent dans la vraie vie, une de ces questions qu'on ne peut te poser qu'ici : « Elles sont où mes jambes ? » Je sais bien qu'il ne les sent pas, mais là, sur le coup, je me demande s'il ne se fout pas un peu de ma gueule. Eh bien non, il est sérieux, voire même un peu inquiet. Dans sa chute, il ne parvient pas à se redresser et ne voit pas où sont passées ses jambes.

Retenant mes esprits, je lui réponds : « Ben, y en a une sur le lit et une autre qui pend sur le côté ; fais gaffe de pas glisser. Bouge pas, j'appelle un aide-soignant. » Elle est marrante aussi, cette phrase réflexe : « Ne bouge pas. » Dans notre situation, elle est complètement inappropriée, mais on se la sort quand même à tout bout de champ. C'est comme quand tu dis à un aveugle : « On se voit demain. »

Mon processus de socialisation atteint son sommet quand j'ai le droit d'aller manger à la cantine, plutôt que de rester dans ma chambre. Je me fatigue moins vite et, ma main gauche ayant bien progressé, je peux désormais tenir une fourchette et manger tout seul.

On mange à de grandes tables de six ou huit. À première vue, ça ressemble à une cantine classique de collège ou de lycée, mais en y regardant de plus près, c'est un peu plus compliqué. Déjà, un fauteuil électrique prend beaucoup plus de place qu'un fauteuil manuel ou qu'une chaise, il ne faut

donc pas qu'ils soient tous du même côté. Ensuite, on doit laisser de la place pour deux ou trois aides-soignants qui viennent couper notre viande, ouvrir nos yaourts, dépiauter nos médicaments et faire manger ceux qui se fatiguent le plus vite. Pour ne vexer personne, mieux vaut éviter de se tromper sur un « passe-moi le sel ou sers-moi de l'eau », car tous ne sont pas capables de le faire. Mais une fois ces codes de conduite acquis, et malgré l'effort que représentent tous ces gestes qui paraissent si simples, la cantine est quand même un moment agréable. Comme dans n'importe quelle cantine au monde, on discute, on se raconte des anecdotes, on se chambrent.

Un jour, j'ai loupé la cantine à cause d'un léger problème technique.

Après la séance de rééducation et juste avant le repas du midi, tout le monde repasse dans sa chambre pour récupérer les médicaments que les infirmières ont préparés sur nos tables de nuit.

Ce jour-là, je suis sûrement le dernier du couloir à repasser par la chambre. J'entre, je roule jusqu'à la table de nuit, récupère les trois ou quatre petites pilules, fais demi-tour, reprends la direction de la sortie et là, au milieu de la chambre, mon fauteuil s'immobilise et s'éteint. Il faut savoir que les fauteuils électriques ont une batterie dont l'autonomie est assez limitée. Il faut donc les mettre en charge toutes les nuits.

Là, visiblement, l'aide-soignant du soir a oublié de le faire et me voilà bloqué au milieu de la pièce, exactement à égale distance des deux lits. Impossible d'accéder aux sonnettes reliées au bureau des aides-soignants et des infirmières, impossible d'atteindre la mienne à proximité de mon lit, ni celle d'Éric. Je tente de donner de la voix mais, avec mon manque d'abdominaux, mes cris souffrent d'un ridicule manque de puissance. Personne ne répond. De ce côté-là du couloir, tous les patients déjeunent à la cantine et tous les aides-soignants sont déjà sur place. Quant aux chambres

individuelles, elles sont trop éloignées de moi pour que les aides-soignants qui font manger les patients dans leur chambre puissent m'entendre. Je tente de crier à nouveau de toutes mes maigres forces, mais ça ne sert à rien.

Au début, la situation m'a paru cocasse mais, rapidement, ça ne m'a plus amusé du tout. Putain, c'est pas possible, je vais pas rester planter là comme un con pendant tout le repas ! J'ai super-faim... À la cantine, il y a quelques habitudes mais les places aux tables ne sont pas vraiment fixes. Il se peut très bien que personne ne remarque mon absence avant trois bons quarts d'heure. J'attends... Au moins, si j'étais tombé en panne devant la fenêtre, je pourrais regarder dehors, ce serait moins chiant. Mais non, je suis assis au milieu de ma chambre et j'attends en faisant... ben rien.

J'ai l'impression d'être Michel Blanc dans *Les bronzés font du ski* quand il est bloqué sur le téléski alors que la nuit tombe. La situation est à peu près aussi ridicule. Jamais

cette chambre ne m'a semblé si grande. Je ne suis pas attaché à mon fauteuil, la porte est grande ouverte et pourtant je suis prisonnier, enfermé dans mon immobilité. Une fois de plus j'attends.

Le sentiment que je ressens à ce moment-là est difficile à décrire. Ça ressemble à un mélange d'impuissance et de frustration.

Eric revient assez tôt de la bouffe ce jour-là. J'ai rarement été aussi content de le voir. Il va tout de suite chercher un aide-soignant, qui me pousse jusqu'à la cantine et, seul patient dans cette immense salle, pendant que le personnel débarrasse et lave les tables, je mange un bout de pain, du fromage et un dessert.

Ça fait plusieurs semaines maintenant que je suis dans le centre. J'y ai désormais mes petites habitudes et je connais tout le monde.

Il y a Jean-Marie, l'aide-soignant du matin, environ trente-cinq ans, très gentil mais très relou. Il parle tout le temps

en remontant ses grosses lunettes qui lui glissent sur le nez, il est toujours à fond et commente tous ses gestes : « Bon, je vais ouvrir les volets... Voilà... Je vais approcher ta table de petit déj... Voilà qui est fait... » Quand tu viens juste de te réveiller, c'est assez chiant. Et puis, il sue beaucoup et ses bras sont couverts d'eczéma. Cerise sur le ghetto, il fait partie de cette catégorie très spéciale de gens qui disent « il » au lieu de dire « tu » : « Alors, il va bien ? Il a bien dormi ? Qu'est-ce qu'il raconte de beau ? » Jean-Marie n'est donc clairement pas notre préféré pour les soins du matin, mais il est relativement efficace.

Moi, j'aime bien Christian, soixante ans, à quelques mois de la retraite. Tu sens que le mec est un peu en bout de course. Il est tout le temps essoufflé, mais il fait son taf et on s'entend plutôt bien, même s'il persiste à m'appeler Sébastien. Et, comme je suis devenu plus mobile, c'est de moins en moins dur pour lui de m'habiller. Christian me fait toujours des compliments : « C'est bien, Sébastien... C'est

impeccable, Sébastien ». Christian, tu l'entends arriver de loin dans le couloir, parce qu'il est toujours en train de chanter la chanson « Au tord-boyaux, le patron s'appelle Bruno... ». Je pense qu'il ne connaît pas la suite des paroles, alors il chante juste cette phrase-là, tout le temps, tous les jours.

La terreur du matin, c'est Christiane, connue aussi sous le nom de « sanglier des Ardennes », un peu moins de quarante balais, petite, rondouillarde, le teint rougeaud sous des cheveux blond filasse. Elle est gentille mais très maladroite, avec des gestes super-rustres. Quand elle t'habille, elle est toujours à deux doigts de te luxer l'épaule ou de te faire tomber du brancard. Tous les patients l'insultent gentiment en permanence. Moi, après l'avoir engueulée comme tout le monde pendant un moment, j'ai essayé de changer de tactique : je la mets en confiance : « Allez, ma Christiane, on va se prendre une petite douche, ça va bien se passer, voilà... Super, Christiane,

doucement, c'est bien... » Ça marche à moitié. Quoi qu'il en soit, après deux bonnes coupures sur le visage, j'ai décidé de refuser définitivement que ce soit elle qui me rase.

Dans la journée, il y a notre maman à tous, Charlotte, une Antillaise qui doit peser pas loin de quatre-vingt-dix kilos, avec une poitrine monumentale. Ce n'est pas la plus speed mais elle est très agréable, et très drôle. On entend son rire jusqu'à l'étage des TC.

Et puis, il y a Fabrice, antillais lui aussi, plutôt sympa, mais ce n'est pas à lui qu'il faut demander quelque chose si tu veux l'avoir rapidement. Ce n'est pas qu'il est lent, mais il trouve toujours trois trucs à faire avant de te rendre service. Ça me rend complètement dingue. Fabrice est un défi permanent à ta patience.

Et puis, il y a les infirmières. Elles ont un rôle plus médical que les aides-soignants. Pour résumer, si l'aide-soignant apporte le petit déjeuner, l'infirmière, elle, fait les prises

de sang. Moi, je n'aime pas beaucoup la grosse Michèle, l'infirmière de nuit, cinquante piges, l'air super-sévère. Elle n'est pas du tout là pour plaisanter. Et, du coup, personne ne plaisante avec elle.

Dans un centre de rééducation comme celui-ci, le rapport avec les infirmières devient vite intime. Et pour cause...

Quand on pense aux paraplégiques et aux tétraplégiques, on pense surtout à l'absence de mouvement des bras et des jambes, rarement au fait qu'il faut aussi des muscles pour uriner ou déféquer. Je suis désolé de revenir une nouvelle fois sur ce sujet, mais c'est une triste réalité. Chez les personnes qui vivent avec ce handicap, ce sujet tient une place considérable autant dans le planning que dans leur esprit.

Six fois par jour, on se retrouve donc en tête à tête avec une infirmière qui, à l'aide de compresses et de gants stériles, enfonce dans notre pénis une sonde de trente centimètres. La sonde, dans son voyage intérieur, atteint la

vessie, et l'urine est aussitôt vidée dans une poche plastique.

Tous les jours et ce, pendant plusieurs mois, on vit avec le personnel soignant. Un rapport particulier s'installe entre nous. Ce ne sont pas nos conjoints, ce n'est pas notre famille, ce ne sont pas nos amis, on ne les a pas choisis mais ils nous sont indispensables. Ce sont des rapports d'être humain à être humain, alors il se crée forcément des affinités, des tensions, des engueulades. Ils ont un énorme pouvoir sur nous.

On dépend d'eux pour le moindre geste, c'est pour ça qu'il est important de bien apprendre à connaître chacun pour obtenir à peu près ce dont tu as besoin. Il faut composer avec leur état de fatigue, leur humeur, leur susceptibilité. Et, comme le quota de personnel soignant par rapport aux nombres de patients est loin d'être à l'équilibre, on passe beaucoup de temps à les attendre, c'est inévitable.

Pour avoir nos soins, déjeuner, changer de chaîne, se lever, se laver, s'habiller, se coucher, couper la viande, se servir de l'eau, attraper un truc dans le placard, fumer, on doit attendre notre tour.

Quand tu n'es pas autonome, tu passes plus de temps à attendre qu'à faire les choses. Un bon patient sait patienter.

Je suis surpris par le nombre de gars qui ont le même âge que moi. Rien qu'à notre étage, on est sept ou huit à avoir une vingtaine d'années. C'est notre génération qui est la plus représentée dans notre service, et de loin.

Je ne sais pas si ça veut dire quelque chose. Est-ce que vingt ans est réellement le temps de l'insouciance, où les garçons n'évaluent pas les risques, où ils se croient invincibles et s'exposent trop facilement à des situations donnant lieu à des accidents dramatiques ?

D'un côté, c'est encore plus triste de voir, dans un centre comme celui-là, tant de gens si jeunes et déjà tellement en

galère. À vingt ans, on n'a rien à faire à l'hosto. Vingt ans, c'est l'âge des soirées, des voyages, des nuits blanches et de la séduction permanente. Vingt ans, c'est le règne des envies d'enfants dans un corps d'adulte. Vingt ans, c'est l'âge où tu rêves le plus et où tu te sens le plus apte à atteindre ces rêves. Non, à vingt ans, on n'a rien à faire à l'hosto.

Quoi qu'il en soit, ici, je me suis fait deux vrais potes et je suis ravi qu'ils soient là. Le premier s'appelle Toussaint. Il a une histoire de ouf, Toussaint.

C'est un Africain qui ne connaît pas ses parents. Personne ne sait qui ils sont, d'ailleurs. Il a été placé très tôt dans un foyer, et le seul truc que savaient les services sociaux, c'est qu'il était né le jour de la Toussaint.

La première fois que je l'ai vu, il était avec un autre patient de notre âge, Steeve. Ils discutaient dans le couloir, assis dans leur fauteuil à l'entrée de la salle fumeurs. Ils m'ont appelé du regard, je me suis arrêté à leur hauteur, et on a

échangé deux ou trois banalités pour se présenter. Ils sont tous les deux tétraplégiques. Steeve a eu un accident de scooter et Toussaint, lui, s'est endormi au volant de sa voiture.

Steeve a une vraie tête de casse-cou, voire de casse-couilles. C'est pratiquement écrit sur sa gueule qu'il en a fait voir de toutes les couleurs à ses parents, et à ses profs. Toussaint a un regard beaucoup plus posé, un regard noir sous son crâne rasé qui te perce quand il te fixe. Il a une voix grave mais parle souvent très bas.

Il ne parle pas souvent de lui, Toussaint, mais j'ai fini par être assez proche et le connaître un peu. Si le destin avait pu prendre la parole à la naissance de Toussaint, il lui aurait dit : « Eh ben, toi, mon petit pote, dans la vie, tu vas en chier... » Orphelin, placé en foyer dans un quartier difficile de Corbeil, dans la banlieue sud de Paris, il a eu une enfance mouvementée et une adolescence où la petite délinquance grandit et frôle parfois les ennuis sérieux. Il a

du caractère, Toussaint, et d'après ce qu'il m'a raconté, on ne l'a pas souvent aidé. Mais il s'en est bien sorti, tout seul. Il a eu du mal, mais il a monté sa petite société à l'âge de vingt et un ans, il a ouvert sa propre salle de fitness-musculation dans sa ville, tout seul.

Et puis, il y a eu l'accident, il a perdu l'usage de ses jambes, quasiment celui de ses bras, et, aujourd'hui, il repart de zéro, tout seul. Comme il s'est toujours démerdé sans l'aide de personne, c'est vraiment cette dépendance totale qui lui pèse le plus. Ne pas pouvoir marcher, c'est une chose, mais ne pas pouvoir se laver, s'habiller ni aller aux toilettes sans être assisté, il ne l'accepte pas. J'ai du mal à l'imaginer avant son accident. Il paraît que c'était une véritable masse, limite bodybuilding. C'est dur à croire quand tu le vois sur son fauteuil, la peau sur les os, sans le moindre muscle, comme nous tous ici.

C'est étonnant d'ailleurs de constater à quel point ce handicap nous rend si ressemblants les uns aux autres. Tous

les paras et les tétras ont les mêmes jambes et le même petit bide dû à l'absence d'abdominaux. Tous les tétras ont les mêmes bras, les mêmes mains et les mêmes positions sur leur fauteuil. À partir du moment où un muscle ne fonctionne plus, c'est impressionnant de voir la vitesse à laquelle il fond. On a presque tous le même corps décharné, squelettique.

Souvent, quand il fait beau, on va prendre l'air, après le repas du midi, devant la cantine. On rejoint les quelques fumeurs qui ont réussi à négocier avec quelqu'un pour leur tenir leur cigarette. C'est ici qu'un jour, tous les deux, on a eu cette discussion sur le concept de « gâcher » un moment de sa vie. Je ne sais plus comment c'est venu, mais on a imaginé un mec qui, en allant à une soirée, tombe en panne d'essence et, au lieu de passer le bon moment qu'il a prévu, attend qu'on le dépanne pendant plusieurs heures. Le mec se dit alors : « Putain, j'ai vraiment gâché ma soirée... »

Après, on a parlé du mec qui, la veille de sa semaine au ski, se casse la cheville en jouant au foot avec ses potes. Il peut alors légitimement se dire : « Putain, j'ai vraiment gâché mes vacances... »

Ou encore le sportif qui se déchire les ligaments du genou à l'aube de sa saison et qui se plaint : « Putain, j'ai vraiment gâché mon année... »

Ben nous, avec Toussaint, on a pris un peu de recul sur notre situation, et en se marrant, mais avec un grand silence derrière, on s'est dit : « Putain, on a vraiment gâché notre vie... »

Farid, c'est mon autre grand pote ici. Ah ! Farid, heureusement qu'il est là, celui-là. Il est arrivé au centre quelques semaines avant moi et on a fait connaissance petit à petit, en se croisant dans les couloirs.

Farid est paraplégique mais, contrairement à tous les autres patients, ce n'est pas nouveau pour lui. Il a eu son accident à l'âge de quatre ans. Il a grandi en fauteuil dans une

grosse cité d'Aubervilliers, en Seine-Saint-Denis. Il est de retour dans un centre de rééducation à cause d'un problème à la hanche. Il s'est fait opérer pour ça ; il va devoir être suivi par un kiné et rester alité une bonne partie de ses journées pendant plusieurs jours, voire plusieurs semaines. On voit tout de suite que Farid n'est pas un débutant dans le handicap à la façon dont il conduit son fauteuil. C'est un virtuose, il va beaucoup plus vite que tout le monde, tourne sur lui-même et peut rouler un bon moment uniquement sur les roues arrière... C'est qu'il a plus de seize ans de pratique, Farid.

L'autre différence entre Farid et nous, c'est que lui sait parfaitement ce qu'il fait ici et pourquoi il est là, tandis que nous autres, qui avons eu notre accident il y a moins de trois mois, essayons encore de comprendre ce qui nous arrive et nous demandons encore beaucoup ce qui nous attend.

Farid n'est plus dans ce genre de questionnement, il a accepté depuis longtemps son état (s'il est possible de l'accepter un jour). Et c'est peut-être aussi ça qui fait que Farid rayonne différemment des autres patients. Il dégage une belle énergie, il a une aura super-positive.

Pourtant, comme on peut l'imaginer, il n'a pas franchement eu la vie que l'on peut souhaiter à un gamin. Il a connu les centres pour enfants handicapés, les tentatives difficiles d'intégration dans un système scolaire classique. Si tu ajoutes à ça une famille dans une situation sociale et financière très compliquée, tu obtiens la réalité de mon pote Farid.

Il m'apprend beaucoup de choses sur le handicap : la vie d'un enfant handicapé, les difficultés des personnes handicapées en société, la façon dont elles sont perçues. Il n'y a que lui qui peut me raconter tout ça car, mis à part Nicolas que j'ai très peu vu, Farid est le seul handicapé du centre à avoir vécu son handicap en dehors du milieu

hospitalier. C'est le seul qui sait comment se passe la *vraie* vie en fauteuil roulant.

Et ben, ça n'a pas l'air d'être terrible...

Un jour, il m'a dit : « Tu vas voir, le regard des gens sur un mec handicapé se fait en plusieurs temps. Quand les gens te rencontrent la première fois, tu n'es rien d'autre qu'un handicapé. Tu n'as pas d'histoire, pas de particularités, ton handicap est ta seule identité. Ensuite, s'ils prennent un peu le temps, ils vont découvrir une facette de ton caractère. Ils verront alors si tu as de l'humour, si tu es dépressif... Enfin, ils verront presque avec surprise que tu peux avoir une vraie personnalité qui s'ajoute à ton statut d'handicapé : un handicapé caillera, un handicapé beauf, un handicapé bourgeois... »

J'ai trouvé ça intéressant et très utile pour la suite. Pour ceux qui n'ont pas l'habitude de le côtoyer, le statut d'handicapé (surtout en fauteuil roulant) est tellement marquant (effrayant, dérangeant) qu'il masque

complètement l'être humain qui existe derrière. On peut pourtant croiser chez les personnes handicapées le même genre de personnalités qu'ailleurs : un timide, une grande gueule, un mec sympa ou un gros con.

J'ai d'ailleurs rencontré dans mon centre de rééducation un bel échantillon représentatif de cette diversité...

Avec Farid, ce qu'on aime bien faire aussi, c'est se promener dans les couloirs, le soir, quand tout le monde est couché et que les lumières des espaces communs sont éteintes. On a l'impression de faire des trucs un tout petit peu interdits, comme en colo, quand tu t'échappais de ta chambre ou de ta tente et que les monos te cherchaient partout. Tu savais que tu n'avais pas le droit de faire ça, mais tu savais aussi que ce n'était pas bien grave et que tu n'allais pas te faire virer pour autant. Farid, lui, il s'en fout, il est capable de se déshabiller et de se coucher tout seul discrètement mais, moi, j'ai besoin de l'aide-soignant

de nuit, alors je sais pertinemment qu'en rentrant à mon étage je vais me faire engueuler. Tant pis, la petite cavale vaut bien un petit sermon. Et puis, je n'ai jamais eu très peur des engueulades...

Avec Farid, c'est lors d'une de nos expéditions nocturnes qu'on a fait la connaissance de Fred.

Ce soir-là, on va à l'autre extrémité du centre, après le couloir des amputés, jusqu'à l'aile des grands brûlés. Fred est un patient de cette aile, il est en train de discuter avec un mec en fauteuil dont la jambe est amputée au-dessus du genou. Ils se demandent bien ce qu'on fout chez eux, à cette heure tardive. On discute et sympathise rapidement avec Fred. Je l'ai déjà croisé deux ou trois fois les semaines précédentes. C'est un grand Noir d'à peu près notre âge. Si je l'ai déjà vu, c'est parce qu'il a le droit de sortir de son service et, s'il a ce droit, c'est qu'il compte parmi les moins brûlés des grands brûlés. La plupart des

gens hospitalisés dans ce service, on ne les voit jamais, ni à la cantine ni dans les espaces communs.

Les grands brûlés sont presque toujours en soin et, de toute façon, vu leur état esthétique, ils n'ont certainement pas envie de se balader dans les couloirs.

Déjà, Fred est assez impressionnant à regarder. La première fois que je l'ai croisé dans la grande cafétéria commune à tous les services et aux visiteurs, je ne peux pas mentir, j'ai eu froid dans le dos. Je n'avais jamais vu de grands brûlés auparavant. Il avait des bandages aux doigts et, visiblement, il en avait perdu un ou deux. On ne voyait que la peau de son visage, qui était très amocharée. Une peau noire brûlée au troisième degré, c'est difficile à décrire. Certaines parcelles sont décolorées, presque blanches, d'autres sont rouge foncé et toutes boursouflées. Souvent, Fred porte un masque en plastique transparent qu'il doit garder collé à son visage pour maintenir et raffermir la peau.

Il est marrant, Fred, un mec sûr de lui qui n'a en apparence aucun complexe par rapport à son visage, ce qui le rend presque normal à regarder.

Avant d'atterrir ici, Fred avait déclenché un incendie dans un petit garage en essayant de réparer une mobylette. Le feu l'avait encerclé, et il s'était brûlé tout le corps en essayant de se sauver. Il a subi plusieurs greffes de peau.

En dehors des heures de rééducation, on ne reste pas uniquement à la cafétéria. On va dehors si le temps le permet, on traîne dans la salle fumeurs ou on squatte tout simplement dans un coin de couloir.

L'avantage, c'est qu'on ne recherche pas forcément un lieu avec des bancs ou des chaises. Nous, quel que soit le lieu où l'on va, on est déjà assis.

Il y a une bonne ambiance entre tous les jeunes de l'étage. Ça chambre, ça rigole, on se raconte nos anecdotes du jour ou celles de notre passé. C'est comme une ambiance de

colonie de vacances, sauf que les activités proposées dans cette colo sont un peu particulières...

Contrairement aux autres, je regagne de plus en plus de mobilité (essentiellement du côté gauche). Je le vois lors des séances de rééducation, lors de mes combats avec les autres tétras, mais aussi à chaque moment de la journée. Un autre lieu sympa pour niquer une heure à plusieurs, c'est la salle fumeurs de notre étage. Ni Toussaint, ni Farid, ni moi ne fumons mais on accompagne Steeve. Et puis, dans la salle fumeurs, il y a un vieux poste où on peut écouter de la musique.

Dans cette salle, il y a toujours le gros Max, un patient tétraplégique un peu plus âgé que nous. Il fume tout le temps, tout ce qu'on veut bien lui donner : des cigarettes, du tabac à rouler, du shit, de l'herbe. Les aides-soignants savent très bien tout ce qu'il fume, mais ils ne disent rien. Simplement, quand il fume autre chose qu'une simple clope, Max ne demande pas à un aide-soignant de lui tenir le

joint. Dans ce cas-là, il demande plutôt à Richard, le patient paraplégique qui partage sa chambre.

Richard est un Antillais d'une quarantaine d'années mais il en paraît au moins dix de plus. Ses cheveux sont tout blancs. Il nous a dit que, juste avant son accident, il était brun et que ses cheveux ont blanchi en quelques jours. Je ne sais pas si c'est possible.

Son accident, c'est en fait une balle qu'il s'est prise alors qu'il tentait de s'interposer entre une jeune fille et son agresseur, tard le soir, à la sortie du métro. Richard est le seul patient réellement dépressif de l'étage. Je ne l'ai pas vu sourire une seule fois. Chaque jour, il a un peu plus de rides et baisse un peu plus la tête quand il traîne son fauteuil dans les couloirs. En plus, il souffre de ce qu'on appelle des « douleurs neurologiques » apparemment insupportables. Je n'ai jamais bien compris d'où viennent ces douleurs et pourquoi lui, en plus d'être paralysé, se

tape ces crises terribles, comme des coups d'électricité qui parcourrent tout son corps.

Comme la plupart des gens ici, il sait qu'il ne remarchera pas et, visiblement, il n'est pas en passe de l'accepter.

Un soir où je n'avais pas de visites, j'ai longuement parlé avec lui à la cafétéria. Lui, des visites, il n'en a jamais. Il n'a pas de femme, pas d'enfant, et le reste de sa famille habite aux Antilles ou en province. J'ai réussi à le faire parler de son passé, lui qui n'est habituellement pas très loquace, et, comme ce soir-là les douleurs ont eu l'air de le laisser tranquille, j'ai l'impression qu'il a passé un bon moment. Je n'irai pas jusqu'à dire qu'il a souri mais il a un peu défroncé les sourcils. Pendant quelques minutes, je crois qu'il a pensé à autre chose qu'à son handicap, et je l'ai senti presque détendu.

Mon kiné s'appelle François. Il doit avoir à peine trente ans mais il a déjà le crâne bien dégarni. Il a une bonne gueule et, dès le premier jour, j'ai compris que j'avais de la chance d'être tombé sur lui. Il a une énergie débordante et contagieuse. Il a une connaissance de son métier impressionnante et il t'en fait généreusement profiter, car en face de lui il n'a pas seulement un patient mais bien un être humain – ce qui, il faut l'avouer, n'est pas toujours le cas dans le corps médical.

Je garde d'ailleurs un souvenir sympathique de cette absence totale de considération de la part d'un certain médecin. C'était lors de mon transfert d'hôpital (après cinq jours d'hospitalisation en province, j'ai changé de réanimation pour me rapprocher de Paris et de la famille). J'étais allongé sur un brancard, dans un couloir. On m'avait certainement stationné là en attendant de finir de préparer la chambre où j'allais être installé. Un médecin était passé, s'était penché au-dessus de moi et m'avait regardé. Je le

regardais dans les yeux, il voyait bien que j'étais tout à fait conscient, mais que je ne pouvais pas lui parler à cause des tuyaux dans la bouche. Il m'avait dévisagé, mais n'avait aucunement éprouvé le besoin de me dire bonjour. Au lieu de ça, il avait ouvert mon dossier médical posé sur le brancard et s'était mis à crier juste au-dessus de moi : « Il est à qui, ce tétra, là ? »

Je me souviens que je ne savais pas encore ce que ça voulait dire « tétra » mais j'avais bien compris que ce cher docteur, au tact inégalable, parlait de moi. Mon kiné, c'est l'opposé de ça. Il te dit ce qu'il te fait et il explique pourquoi. C'est super-agréable de se sentir autre chose qu'un cas médical face à une blouse blanche. Et puis, c'est très pédagogique.

Avec François, j'ai révisé mon anatomie et j'ai beaucoup appris en neurologie.

En plus, il ne parle pas que de rééducation. Tout l'intéresse, il est très bavard. C'est un passionné de

musique et de sport, mais aussi de théâtre et d'écriture.

Chaque séance de kiné avec lui est un moment agréable, épanouissant même. Pourtant, il me fait bosser, François, j'en bave avec lui et ce, depuis le début.

Il n'y a pas beaucoup de filles de notre âge dans le centre.

En tout cas, du côté neurologie, je n'en connais que deux, qui doivent d'ailleurs être un peu plus âgées.

Mais un jour, en entrant dans la salle de kiné, j'en découvre une nouvelle. Elle doit être en fin de séance puisqu'elle est attachée sur un plan incliné presqu'à la verticale. Elle ne fait donc rien, elle regarde autour d'elle, l'air serein. Nos regards se croisent et on s'échange un petit bonjour de la tête.

Elle est magnifique : une Rebeu d'une vingtaine d'années, les yeux intensément noirs, les traits délicats presque fragiles et les cheveux bruns ondulés très épais de chaque côté de ses joues qui rendent son visage encore plus fin.

Son silence et son air confiant, sa façon de poser les yeux sur le tumulte environnant lui donnent une belle prestance, un doux charisme.

Jusqu'à ce qu'elle quitte la salle de kiné ce jour-là, j'avoue que je n'arrête pas de la regarder du coin de l'œil, dès que ma séance de kiné me le permet.

Le soir, je demande à Farid et à Toussaint s'ils la connaissent, mais ils ne voient pas de qui je parle.

Les deux semaines suivantes, on se croise tous les jours dans cette même salle mais, à part un salut poli, on ne s'adresse pas la parole.

C'est à la cafétéria que j'ai enfin l'occasion de discuter avec elle. Je ne l'ai jamais vue ici auparavant. Elle est en train de parler avec Steeve (il est fort, ce Steeve...).

Comme il n'y a personne d'autre que je connais autour d'eux, je n'ai aucun scrupule à m'incruster dans leur discussion. J'ai d'ailleurs l'impression que ça fait plaisir à notre belle nouvelle, qui m'accueille avec un grand sourire.

Elle s'appelle Samia, elle habite Paris. Elle nous dit avoir eu un accident de voiture qui l'a laissée paraplégique incomplète, c'est-à-dire qu'elle a quelques éléments de récupération mais elle semble loin de remarcher.

Elle est douce mais vive, elle est drôle aussi. On s'est tout de suite bien entendu. L'air de rien, ça fait du bien de parler à une meuf dans cet univers de caserne de pompiers.

Et elle aussi paraît contente de se faire des connaissances de son âge. Depuis, on se retrouve régulièrement en fin d'après-midi à la cafétéria avec Toussaint, Steeve et Farid.

On a désormais une fille dans la bande, mais seulement à ce moment de la journée. Elle est notre petit bonus, notre sourire de dix-huit heures. Steeve a un petit faible pour elle, mais Toussaint et Farid me disent qu'elle s'intéresse plutôt à moi. Et, petit à petit, j'ai bien l'impression qu'ils ont raison. Moi, je l'aime bien, peut-être même qu'elle ne me laisse pas complètement indifférent, mais de là à imaginer quoi que ce soit avec elle, il y a un fossé (que je

suis d'ailleurs bien incapable d'enjamber). Finalement, il n'y a pas d'ambiguïté. Elle sait que j'ai une copine qui m'est indispensable. Elle l'a déjà croisée d'ailleurs, car ma copine vient très souvent au centre lors des visites du soir. Samia n'attend rien de moi. Et quand bien même nous en aurions envie, notre situation physique nous interdit d'imaginer quoi que ce soit, sans aucune frustration. C'est juste naturel qu'on en reste là. Et, au fond, quoi qu'en disent mes potes, je ne suis pas si certain de ce qu'elle peut ressentir.

Farid me chambre souvent sur Samia : « Allez, elle te kiffe... Sois sympa, embrasse-la au moins ! » C'est quand il m'a dit ça pour la première fois que je me suis rendu compte que s'embrasser pour deux personnes en fauteuil doit être une sacrée épreuve physique. Et, jusqu'à preuve du contraire, si quelqu'un peut aider une personne handicapée à manger ou à fumer, personne n'a trouvé de solution pour t'aider à échanger un baiser.

Je connais Samia depuis environ un mois quand j'apprends qu'en réalité elle n'a jamais eu d'accident de voiture. Elle s'est en fait jetée par la fenêtre de son appartement. Ce n'est pas elle qui me l'a dit, elle ne m'en a même jamais parlé. Et, quand on me dit qu'il s'agit a priori d'une tentative de suicide liée à un chagrin d'amour, je suis très content qu'elle n'ait pas abordé le sujet avec moi.

J'ignore si c'est lié à cette nouvelle donnée mais, par la suite, nous sommes devenus moins proches avec Samia. Son possible attachement à moi pourrait être la source d'autres désillusions et renforcer une période d'extrême fragilité. Je n'ai aucunement l'intention d'être au milieu de tout ça. J'ai déjà assez de problèmes pour risquer d'en causer à mon tour.

Ce n'est sûrement pas l'unique raison de notre léger éloignement. Je pense que, de toute façon, elle a moins le moral qu'au début de son séjour, et on la voit moins souvent dans les parties communes du centre.

Samia n'est pas la seule pensionnaire qui a atterri là après une tentative de suicide.

En plus d'être une porte d'entrée dans notre centre, le suicide peut également être une porte de sortie.

Durant ces mois de rééducation, j'ai dû croiser au moins trois personnes qui m'ont dit clairement qu'elles attendaient quelques mois pour voir l'étendue de leur récupération physique et qui, sans perspective d'amélioration, comptaient mettre fin à leurs jours.

À ma connaissance, heureusement, elles n'ont pas mis leur projet à exécution. Ce qu'il y a de bien dans le fait d'attendre quelques mois avant de prendre une telle décision, c'est que, même s'il n'y a aucun progrès physique, mine de rien, ces quelques mois permettent d'accepter progressivement son nouvel état, de faire le deuil de la vie d'avant. Ces quelques mois d'incertitude sauvent des vies.

On est dehors, à regarder la nuit depuis une dizaine de minutes, quand Steeve a une de ses bonnes idées :

« Venez, on va se balader dans la forêt là-bas ! »

(Il y a des petits sous-bois à l'extrémité du parc entourant le centre de rééducation.)

Farid : « Il est marrant, lui, il fait noir, c'est tout mou là-bas, on va s'embourber... »

Steeve : « Justement, c'est ça qu'est marrant ! »

Toussaint : « Il a raison, c'est ça qu'est marrant ! »

Et d'un seul coup, Toussaint, à notre grande surprise, démarre son fauteuil pour enclencher notre expédition, ne nous laissant d'autre choix que celui de le suivre. Il est étonnant, Toussaint... Il a un côté très calme, très posé. Il a dans le regard quelque chose qui vous dit : « Moi, j'ai tout vécu et plus rien ne va m'exciter », et, de temps en temps, au moment où on s'y attend le moins, il se transforme en grand adolescent capable des pires gamineries.

On s'enfonce tant bien que mal dans cette petite forêt.

Sous les arbres, on ne voit presque plus rien.

On se suit sans parler, attirés par les endroits où il est le plus dur de rouler. En pleine journée, pour des personnes qui marchent, cette aventure pourrait être risible, mais en pleine nuit, dans nos fauteuils absolument pas conçus pour ce type de terrain, une petite adrénaline est bien palpable... mélange d'excitation et d'apprehension.

Tout est possible : un enlisement de fauteuil, une chute, une panne de batterie (car on est en fin de journée) et seul Farid pourrait être d'une petite aide si une de ces mésaventures arrivait.

On s'arrête quand on ne voit plus les lumières du centre.

On éteint nos fauteuils et on se met à discuter : d'abord de l'engueulade qu'on va se prendre en rentrant à l'étage, puis de la journée du lendemain... puis de la semaine d'après...

Et, pour la première fois, on parle d'avenir. Mais cette fois, on ne parle pas d'avenir pour se vanner, ou pour se prouver

avec cynisme qu'un tel est dans la merde, que l'autre est foutu. Non, on parle d'avenir avec sincérité, en se livrant, comme si l'atmosphère de notre sous-bois et le fait de ne pouvoir se regarder dans les yeux permettaient une franchise et une impudeur jamais révélées jusque-là.

Toussaint nous dit qu'il n'espère plus remarcher, que son seul souhait désormais est de retrouver de l'autonomie pour tout ce qui concerne le fait d'aller aux toilettes. Il se demande bien où il va vivre, comment, avec qui... Il n'a pas la moindre idée d'où il sera dans un an. Il nous dit qu'il a déjà abandonné l'idée d'avoir un jour un enfant, qu'il ne supporterait pas de ne pouvoir lui donner son biberon, de ne pouvoir l'habiller et l'accompagner à l'école, de ne pouvoir jouer au foot avec lui. Il ne peut accepter l'idée qu'à l'âge de deux ou trois ans son enfant soit capable de faire beaucoup plus de choses que lui, et que ce ne soit déjà plus à lui de s'occuper de son enfant, mais à son enfant de s'occuper de lui.

Il parle de sa voix grave, mais son ton est presque neutre, sans trace d'émotion, comme si tout ça était accepté, assumé et réfléchi depuis longtemps.

Steeve aussi a compris qu'il ne se remettrait pas debout, en tout cas pas tout seul. Mais il est persuadé que les progrès de la science dans les années à venir permettront aux cas comme le sien de retrouver de la mobilité. Je ne sais pas s'il le pense vraiment ou si c'est une manière de ne pas tirer un trait définitif sur ses espoirs.

En revanche, Steeve veut des enfants, lui. Il répond à Toussaint qu'il est fou de ne pas en vouloir, que c'est la seule belle chose qu'il nous reste. Alors, il ne sait pas avec qui, il ne sait pas comment il y arrivera, avec son système de procréation bien déglingué, mais avec les progrès de la science (heureusement qu'elle est là, celle-là), il y arrivera.

Pour Farid, c'est différent. Sur son fauteuil depuis plus de quinze ans, il sait à peu près ce qui l'attend quand il sortira

du centre. Il est sur un plan pour habiter son propre appartement, il a aussi décidé de passer prochainement son permis. Et puis, Farid veut des enfants, et il en aura, c'est certain.

Au cours de cette soirée, je suis sûrement celui qui parle le moins. Bien entendu, mon avenir à moi aussi est un point d'interrogation géant, mais je suis en pleine récupération. Je bouge bien mes bras, ma main et ma jambe gauches et, même si je commence à accepter l'idée de ne plus faire de sport de haut niveau, je compte me remettre debout, marcher, conduire, retrouver une indépendance totale, avoir des enfants... Alors, je suis presque gêné d'avoir le droit d'espérer tout ça. Je ne sais pas si j'ai le droit d'exprimer pleinement ma peine de ne plus pouvoir jouer au basket, je ne sais pas si je peux me permettre d'exprimer mes craintes et mes incertitudes quant aux années à venir.

On commence à avoir froid dans l'humidité de nos sous-bois. On décide de rentrer. Le chemin du retour se déroule

sans encombre, sans un mot et sans aucune peur de se faire engueuler.

C'est la panique à l'étage, tout le monde nous cherche. L'aide-soignant de la nuit nous insulte copieusement en nous voyant arriver sur nos gros fauteuils tout boueux, il nous crie que ça ne va pas en rester là, qu'il va demander des sanctions, mais ses hurlements glissent sur nous sans nous atteindre. On a certainement encore la tête dans notre forêt, l'esprit dans nos confidences et l'humeur dans la gravité du moment qu'on vient de partager.

Depuis quelques semaines, on croise une nouvelle tête à l'étage, un grand métis à peine plus âgé que nous. Jusque-là, il était du côté des chambres individuelles, mais, comme mon coloc Éric quitte le centre (on s'est d'ailleurs dit adieu sans grande émotion), c'est moi qui récupère le nouveau.

Il s'appelle Eddy, il vient de Deuil-la-Barre, dans le 95, à quelques kilomètres de chez moi. À l'occasion de son changement de chambre, je vois arriver sur sa table de nuit

une bonne pile de CD de rap français : NTM, IAM, Ärsenic, Ministère A.M.E.R... En discutant avec lui, dès le premier jour, je constate vite qu'Eddy est ce qu'on pourrait appeler dans notre joli jargon « une bonne grosse caillera ». La panoplie est complète : embrouilles de cité, trafics en tout genre, potes en prison... D'ailleurs, si Eddy s'est retrouvé tétraplégique incomplet, c'est à la suite d'un règlement de compte. En sortant d'une soirée, un mec l'a menacé avec un gun. Comme la vue d'une arme à feu ne l'a pas ému outre mesure, il a continué à faire le chaud et à monter en pression avec son agresseur. Celui-ci a fini par tirer et Eddy a pris la balle dans le cou. Pendant sa période en réanimation, il a retrouvé rapidement pas mal de force dans sa main droite, mais le reste ne bouge pas d'un centimètre. Eddy, malgré son jeune âge, a un enfant d'environ quatre ans qui vient régulièrement avec sa mère mettre une pagaille bien sympathique dans notre chambre. Ça fait du bien de voir autant de vie et d'innocence franchir le seuil

de notre chambre. Le petit est super-beau gosse, il nous met bien en galère en nous posant des questions très spontanées et bien dérangeantes sur notre handicap : « Eh mais, papa, c'est quand qu'il va se remettre debout ? – Euh... Je sais pas trop... Bientôt, j'espère... » Parfois, pour laisser Eddy un peu seul avec sa meuf, j'emmène leur fils sur mes genoux pour rouler le plus vite possible dans les couloirs et essayer de faire des dérapages. Le petit a un caractère bien affirmé. Quand il s'embrouille avec sa mère, je ne vois pas tout le temps qui est l'adulte et qui est l'enfant. Elle a l'air souvent dépassée et je ne peux pas m'empêcher de penser que, quand il aura quinze ans, ça risque d'être très compliqué pour elle.

On s'entend bien avec mon nouveau coloc, il a un sens de l'humour bien plus affûté que mon ancien voisin mais son moral n'est pas souvent à la fête. Eddy est très lunatique. Il y a des jours où il est bavard, il sort plein de vannes, et

des matins où il ne parle presque pas, ne touche pas à son petit déjeuner, ne jette même pas un œil à la télé branchée sur les clips de M6. Apparemment, en kiné, il ne montre pas beaucoup de motivation. Il y a des jours où il n'y va même pas.

Dans ces moments-là, j'essaie de le bousculer un peu. Je lui rappelle que, dans notre cas, c'est surtout au cours de la première année qu'on peut espérer récupérer et que, passé deux ans, on n'a plus aucune chance de retrouver de la mobilité. J'essaie de le convaincre que s'il ne se bat pas maintenant, il est mort, qu'il aura tout le reste de sa vie pour déprimer mais que, la première année, c'est celle du combat. Tous les médecins, tous les kinés nous mettent en garde : c'est une course contre la montre, « les prochains mois décideront du reste de votre vie ».

Il me dit que j'ai raison, mais je vois bien que ça ne va pas changer grand-chose.

Une fois par mois, chaque patient de notre étage a rendez-vous dans le bureau de la patronne, la grande médecin en chef du service neurologie, Mme Challes. Le but de cette rencontre est de faire le point sur notre état physique et mental, notre rééducation, nos progrès... Tout le monde a peur de Mme Challes, aussi bien les patients que le personnel soignant. Elle est très froide, très stricte. Elle n'a pas besoin d'élever la voix pour mettre des coups de pression quand elle nous rend visite dans les étages. Elle engueule les patients qui se laissent aller, qui vont en kiné sans motivation, elle recadre les infirmières et les aides-soignants quand elle estime que quelque chose bat de l'aile dans le service. Du coup, les trop rares fois où elle dit un mot sympathique et où elle lâche un sourire, ça nous fait un bien fou et on la trouve géniale. Car, malgré cette sévérité affichée, la plupart des patients l'aiment bien, Mme Challes. C'est un excellent médecin, charismatique, et que tout le monde respecte. Mais, quand même, la visite mensuelle

dans son bureau fait peur à tout le monde... Car, au-delà de cette rigidité, Mme Challes a un franc-parler sur l'état et l'avenir des patients qui peut parfois être dur à digérer.

Moi, alors que mes progrès en rééducation me permettent encore de rêver un peu à un avenir sportif, c'est après une de ces visites que je comprends qu'il est temps de voir la vérité en face. Mme Challes a les mots justes pour te remettre les pieds sur terre. Non, je ne recourrai pas. Non, je ne remarcherai jamais normalement. Mais oui, si j'aime le sport, il y aura encore des possibilités. Elle a déjà vu des patients comme moi refaire du vélo par exemple...

Voilà à peu près ce qui ressort de ma dernière visite dans son bureau. Autant dire que le reste de la journée est très sombre et qu'à mon tour je ne suis pas très bavard les heures qui suivent. J'en veux à tout le monde et particulièrement à Mme Challes. Je retourne dans ma chambre, je ne veux voir personne. Je pense à tous ces efforts fournis depuis des mois pour, en fin de compte,

aboutir à cette conclusion-là. Je ne comprends pas comment Mme Challes a pu m'annoncer cette nouvelle de cette façon. Je n'arrive pas à la croire et, pourtant, je sais que, si elle me l'a dit si clairement, c'est que c'est la vérité et qu'il n'y a plus de doute, plus d'espoir. C'est tout un monde qui bascule... C'est tout mon monde qui s'effondre. Mme Challes vient d'étrangler en moi les dernières traces de l'innocence. J'ai vingt ans et, à partir d'aujourd'hui, la vie ne sera plus jamais la même.

Si, en rééducation, on progresse par étapes, je pense que d'un point de vue psychologique il faut aussi savoir passer des paliers. Mme Challes a décidé qu'il est temps pour moi de passer au palier de la réalité.

Au fil des mois, avec mes progrès physiques, la procédure quotidienne des gestes du matin a bien évolué. Le petit déjeuner m'est toujours servi au lit mais, grâce à mon bras

et à ma main gauche plus performants, ce moment est devenu presque agréable.

Mais la plus grosse évolution réside dans le fait, non négligeable, que je ne reste plus au lit pour « aller à la selle » ! Je bénéficie maintenant du même traitement de faveur que les patients paraplégiques : on me transfère sur un nouveau type de fauteuil, il s'agit d'un fauteuil manuel, tout en plastique vert avec un trou au milieu de l'assise. On m'emmène aux toilettes « à la turque », un drap sur les genoux au moment de traverser le couloir pour garder une once de décence, on positionne le fauteuil au-dessus du trou et on laisse le lavement agir. Un aide-soignant ou une infirmière, avec ses gants, vient toujours néanmoins finir le travail...

Après ce doux moment presque naturel, on m'emmène à la salle de douche, sur mon nouveau fauteuil en plastique. Fini le grand brancard en plastique imperméable bleu, désormais on me douche assis ! Bon, j'ai toujours autant de mal avec

le processus de verticalisation, je prends toujours des gouttes pour la tension un quart d'heure avant de passer au fauteuil, mais cette « nouvelle matinée » me motive. J'ai l'impression d'avancer.

Pour aller sur le fauteuil, je n'ai plus besoin d'être porté par deux aides-soignants. Comme j'ai de meilleurs abdominaux et que, surtout, je peux légèrement prendre appui sur ma jambe gauche, un seul aide-soignant suffit. Il m'aide à m'asseoir au bord du lit, les pieds par terre, positionne le fauteuil juste à côté de moi et me transfère dessus en passant ses bras sous les miens pour me soulever. Un matin, c'est la charmante Christiane, son teint rougeaud et ses deux mains gauches, qui s'occupent de notre chambre. Malgré son physique de lutteuse gréco-romaine, elle n'est pas très forte et je lui demande si elle est certaine de pouvoir me transférer sur le fauteuil de douche et si elle ne préfère pas appeler un homme. Elle me répond que ça va aller, je fais confiance.

Ben, parfois, faut pas faire confiance...

Elle m'aide à me redresser et à descendre mes jambes du lit, approche le fauteuil, se baisse pour m'enlacer en passant sous mes bras, j'appuie sur ma jambe gauche au moment où elle me soulève, je la sens vaciller, perdre l'équilibre... Et, évidemment, notre petite valse finit par terre. Elle se relève, paniquée, me demande si je vais bien, crie qu'elle est désolée et sort de la chambre en trombe pour aller chercher quelqu'un qui puisse me relever.

Dans sa précipitation, elle n'a pas pensé à me couvrir d'un drap ou d'une couverture ; je me retrouve à poil, à même le sol, incapable de faire quoi que ce soit. J'attends.

« Eh Eddy ! Tu peux pas me jeter ta couverture ? Il caille, par terre... »

Eddy, avec son seul bras valide, tente de me jeter sa couverture, mais elle n'arrive pas jusqu'à moi. Alors je reste nu comme un ver sur le lino glacé de la chambre. En

plus d'avoir froid, je me dis que, si ça se trouve, je me suis fait mal.

Il faut savoir qu'au niveau des jambes je n'ai pas une sensibilité parfaite. Je sens « où sont mes jambes », je sens quand on les touche, mais je ne sens ni le chaud, ni le froid, ni la douleur. N'ayant pas assez de force dans les bras pour amortir le choc, la moindre chute peut être assez violente et je peux très bien m'être cassé quelque chose sans m'en apercevoir.

Après cinq bonnes minutes à grelotter sur le sol, j'aperçois la belle Christiane, de sa démarche délicate de bûcheron suédois, revenir dans la chambre. Elle est avec Fabrice pour me remettre sur le fauteuil. La petite vérification semble positive, je ne me suis fait aucun mal.

Christiane, encore plus rouge que d'habitude, n'arrête pas de s'excuser et n'ose même plus me regarder en face. Moi, je suis soulagé de ne m'être rien cassé et ne lui en veux

même pas. C'est le monde à l'envers : c'est moi qui ai presque pitié d'elle tellement elle s'en veut.

« C'est rien, Christiane, allez viens, on va se laver ! Et puis, prends mon rasoir s'te plaît, aujourd'hui, on fait le grand chelem, tu vas me trancher la jugulaire. »

Aujourd'hui, quand Jean-Marie a ouvert les volets après avoir dit « je vais ouvrir les volets », j'ai vu que le parc était tout blanc.

Les saisons, ça aide à prendre conscience du temps qui passe. Quand je suis arrivé au centre, c'était la canicule. Je me souviens de l'infirmier qui dégoulinait dans l'ambulance. Je me rappelle François, mon kiné, qui enlevait sa blouse parce qu'il avait trop chaud lors de ses premières apparitions dans ma chambre. Je revois le soleil qui inondait le parc lors de mes premières sorties en fauteuil et je me souviens de ma famille et de mes potes qui venaient me rendre visite en short et en débardeur...

Comme ça paraît loin, tout ça. Il s'est passé tant de choses depuis.

Aujourd'hui, la neige a tout recouvert, et il n'est pas question pour nous d'aller faire un tour dehors. J'ai des frissons à la seule vue du paysage de l'autre côté de la fenêtre et à l'idée que je dois être à la piscine dans une heure et demie. J'ai une énorme flemme...

Pour la plupart des gens, la journée commence véritablement quand ils ont pris leur petit déjeuner, qu'ils sont lavés et habillés. Pour nous, quand on a fait tout ça, on a déjà fourni tellement d'efforts qu'on a envie d'aller se recoucher.

Pourtant, il faut y aller, je lance le processus. Jean-Marie approche ma table de petit déj, et me demande s'« il a bien dormi ». J'aurais bien envie de lui répondre : « Il a bien dormi, mais il en a marre que tu lui dises "il", ça lui casse vraiment les couilles au bout d'un moment. » Comme j'ai trop peu d'énergie pour commencer la journée par une

embrouille et que je n'ai qu'une envie, c'est que Jean-Marie me laisse prendre mon petit déj sans parler, je lui réponds seulement : « Oui, oui, Jean-Marie, il a bien dormi, merci. »

J'entends Eddy qui émerge avec son bâillement caractéristique, celui qui réveille tout l'étage. Je n'en peux plus de ce bâillement...

Une bonne heure plus tard, quand j'arrive dans le vestiaire de la piscine, Toussaint est déjà sous le souffle chaud du sèche-cheveux mural. Ce jour-là, malgré les efforts de tous pour le convaincre de venir faire sa séance, il ne quittera pas sa position préférée.

En sortant de la piscine, je tombe sur une patiente paraplégique d'une bonne quarantaine d'années, une blonde menue au visage assez doux. J'avais déjà discuté avec elle, un jour, dans la salle de kiné. Elle m'avait dit qu'elle avait eu un accident, que sa voiture avait dérapé sur une plaque de verglas.

Moi : « Bonjour, vous allez bien ? »

Elle : « Bof, on s'accroche. Et vous, ça va ?... De toute façon, vous, ça ne peut qu'aller, j'ai vu en kiné que vous bougiez bien vos jambes. Vous ne pouvez pas vous plaindre ! »

Moi : « Euh... oui, sûrement... »

Je reprends le chemin de ma chambre en pensant à cette phrase : « Vous ne pouvez pas vous plaindre... »

Elle n'a pas voulu être méchante, alors je n'ai rien dit, mais elle m'a un peu saoulé, sa remarque.

J'aurais pu lui répondre que, déjà, je n'avais pas l'habitude de me plaindre mais que, si je le souhaitais, je pourrais me sentir très légitime dans mes plaintes. J'ai eu un accident quinze jours avant mes vingt ans, qui va m'empêcher de faire du sport le reste de ma vie, alors que c'est précisément ce que j'avais décidé de faire. Dans le meilleur des cas, je vais passer les soixante prochaines années avec des béquilles.

J'aurais pu aussi lui dire que c'était quand même mieux d'avoir ce genre d'accident à quarante ans plutôt qu'à vingt, mais bon, si on n'a plus le droit de se plaindre... « Le droit de se plaindre »...

À la sortie de la cantine, je retrouve Farid à la cafétéria. Il me dit qu'il sort du bureau de Mme Challes et qu'il a la confirmation qu'il quitte le centre à la fin de la semaine. Je suis content pour lui, il va enfin pouvoir se pencher sur son histoire d'appartement et sur son permis. Ce sont de bons projets qui le motivent pour sortir.

Mais je suis dégoûté pour moi. Je vais perdre un élément indispensable à la bonne ambiance de l'étage, je vais perdre mon associé des virées du soir, je vais perdre mon pote. Sans Farid, tous ces mois de rééducation n'auraient pas du tout été les mêmes. Il ne peut imaginer combien il est précieux pour moi. Bien sûr, je pourrais sûrement lui dire tout ça, mais, avec la pudeur affective liée à notre mentalité de chambreurs banlieusards de vingt ans, je lui

lâche juste un timide « putain, t'es relou, je vais me faire chier »...

Chez nous, il y a des choses qu'on ne dit pas.

Farid sourit et me répond : « Bah, t'inquiète, tu viendras me voir dans mon appart quand tu seras autorisé à sortir de ce trou. »

C'est marrant, je me suis aperçu qu'il parlait du centre comme on parle d'une prison. Par la suite, pour avoir côtoyé des gars qui avaient fait quelques allers-retours en milieu carcéral, je me suis rendu compte qu'il existait un parallèle entre la prison et un milieu hospitalier où tu n'as pas d'autres choix que de rester enfermé pendant plusieurs mois. Même s'il ne s'agit pas tout à fait de la même notion de liberté, il y a bel et bien dans les deux cas cette même sensation de manque de liberté. En prison comme à l'hosto, on attend et on s'emmerde énormément. Et puis, surtout, on parle de l'avenir en utilisant les mots « sortir » et «

dehors ». Quand on sera « dehors », la vraie vie pourra reprendre...

Soudain Samia entre dans la cafétéria. On s'arrête d'un seul coup. Samia est debout. Elle avance appuyée contre son fauteuil dont elle se sert comme d'un déambulateur. Elle avance très lentement, sa démarche est saccadée mais elle est debout, elle avance, elle marche. Je savais que Samia récupérait bien mais, comme nous n'avions plus les mêmes horaires en salle de kiné, et que Samia ne traînait plus trop avec nous lors des moments calmes, j'étais loin de m'imaginer qu'elle avait tant progressé. Elle est accompagnée d'une petite dame en blouse blanche, sûrement une aide-soignante de son service. Elle avance en souriant légèrement. On lit sur son visage un mélange d'effort, d'application mais aussi de satisfaction et de fierté. Nous ne sommes pas très nombreux dans la cafétéria et je pense que tout le monde la regarde. Il y a un grand silence. Elle est entrée dans cette salle comme une apparition. Je ne

sais plus si j'ai jeté un coup d'œil aux trois compères qui m'accompagnent ou si je les ai imaginés, mais il me semble que Farid sourit sincèrement, que Toussaint fixe Samia d'un air impassible, vierge de toute émotion apparente, et que Steeve a un air grave. Je sens chez lui de l'étonnement, mais aussi certainement un brin d'envie, peut-être même un peu de jalousie.

Quant à moi, je n'éprouve que du bonheur pour elle. Je ne peux pas ressentir la même chose que les autres. Je ne peux pas être envieux, à la limite juste impatient. Elle ne peut m'inspirer que de l'espoir car, moi aussi, un jour prochain, je me déplacerai debout comme elle.

Sa démarche n'est pas belle, elle n'est pas fluide, pas régulière... Elle est penchée en avant pour se tenir au fauteuil et, pourtant, Samia semble flotter, quelques centimètres au-dessus du sol. C'est la première fois que je vois un patient du centre se remettre à marcher.

Comme si Samia avait donné de l'élan à mon destin, c'est cet après-midi-là, pour la première fois, que mon kiné François propose de me mettre entre les barres parallèles pour refaire mes premiers pas. Je suis étonné de cette proposition, je ne sais pas du tout si je suis prêt pour ça. Pour cet exercice, je suis équipé d'une orthèse à la jambe droite qu'on a moulée sur mesure sur ma jambe. Il s'agit d'un appareillage en plastique qui entoure et maintient toute ma jambe, du dessous du talon jusqu'en haut de la cuisse. L'orthèse est entièrement fixe, il y a juste une articulation au niveau du genou. À l'avenir, plusieurs mois durant, voire plusieurs années, à chaque fois que je serai amené à être debout, il faudra qu'on m'aide à enfiler cette orthèse. François, qui est aussi un bon psychologue, m'a bien « vendu » cette orthèse. Au lieu de la voir comme un truc chiant que je vais devoir me coltiner chaque fois que je veux me lever, il me l'a décrite comme une alliée, la

partenaire indispensable de mes premiers pas vers l'autonomie.

Ce jour-là, je ne fais que deux mètres aller, deux mètres retour entre les barres. C'est épuisant physiquement, mentalement et émotionnellement, mais c'est une belle victoire partagée avec François, celui qui me fait transpirer depuis des mois. J'ai l'impression qu'il est aussi content que moi.

Le truc marrant, c'est que, pour la première fois, je suis plus grand que François. Ça fait tellement longtemps que je regarde les gens valides d'en bas. Je ne me rappelais plus être si grand. Une fois debout, le sol me paraît soudainement très loin...

Le lendemain, je ne fais guère mieux mais, au bout de quelques jours, je peux aller au bout des barres et revenir, même plusieurs fois. Ça y est, je suis en train de marcher. J'ai enfin atteint un palier de rééducation gratifiant. Jusque-là, tout ce que j'ai fait était très utile et

correspondait sûrement à de vrais progrès, mais c'était un travail fastidieux, laborieux, qui avançait extrêmement lentement.

L'étape d'après, ce sont les béquilles. On m'en donne deux réglées à ma taille. Elles sont gris anthracite, je les trouve très classes.

Ces objets représentent l'ultime symbole de récupération et d'espoir. Dans le centre, il y a ceux qui ont des béquilles et ceux qui n'en ont pas.

Au-delà du symbole, il faut apprendre à s'en servir. On ne peut évidemment pas s'appuyer autant sur des béquilles que sur des barres fixes. Au début, ces béquilles me semblent être en laine, et l'exercice paraît impossible. Mais, quelque temps et quelques progrès plus tard, je commence à les apprivoiser et je passe de quelques mètres à quelques dizaines de mètres.

Un après-midi, le petit parcours de marche concocté par François m'amène dans les couloirs jusqu'à l'entrée de la

salle d'ergothérapie, où Chantal m'attend avec un grand sourire... et un grand verre d'eau.

Bien sûr, les béquilles ne constituent qu'un exercice de rééducation. Il est indispensable qu'une personne solide soit là, prête à me rattraper en cas de perte d'équilibre. Et puis, je suis encore loin de pouvoir me lever tout seul à partir d'une position assise. En dehors des séances de kiné, le fauteuil électrique est encore pour de nombreux mois mon unique moyen de locomotion.

Lors de certaines séances qui me conduisent à déambuler dans les couloirs, il m'arrive de croiser des patients qui, à leur tour, n'en reviennent pas de me voir debout, eux qui ne m'ont vu qu'en fauteuil depuis des mois. J'ai, moi aussi, senti les regards silencieux pleins d'espoir ou pleins de frustration.

Je suis dans un très bon cycle, motivant, avec des progrès visibles. Ce qui n'est pas du tout le cas d'Eddy. Ça rend la

cohabitation difficile, je me sens presque coupable d'avoir la chance d'être debout.

Comme nous n'avons pas les mêmes horaires de rééducation, on ne se croise jamais en salle de kiné et il ne sait pas que je commence à marcher. Je n'ose pas le lui dire et ne remonte jamais les béquilles dans la chambre. Il a fini par l'apprendre un jour en captant une conversation entre Farid et moi. Sa seule question a été : « On t'a donné des béquilles ? »

Je lui ai répondu que oui et plus jamais on n'a abordé le sujet.

Comment partager ça avec lui ? Eddy traverse une période abominable. En plus de ne bénéficier d'aucune amélioration physique, il a chopé une escharre aux fesses. Il est donc alité en permanence sur le ventre ou, au mieux, sur le côté. C'est « la totale », la galerie complète des galères d'une personne paralysée. Moralement, Eddy est au bout du

rouleau, il a même demandé à sa copine de ne plus amener leur enfant.

Lors de ma nouvelle visite dans son bureau, Mme Challes décide que je dois changer de centre. J'ai vingt ans et il est temps pour moi de reprendre une activité intellectuelle. Elle me propose donc d'intégrer un centre de rééducation qui dispense également des cours. Il ne s'agit pas, bien entendu, de reprendre encore des études, la rééducation pendant encore plusieurs mois restant la priorité absolue, mais de suivre des cours d'anglais, d'informatique, d'histoire ou de sciences.

Quelques jours plus tard, un matin à l'aube, une espèce de camionnette adaptée pour accueillir de gros fauteuils roulants électriques vient me chercher pour aller visiter mon futur centre. Il fait très froid.

Christian, qui au bout de six mois commence tout juste à m'appeler Fabien et non plus Sébastien, m'aide à enfiler un

jean, un gros pull, une doudoune et un bonnet. Me voici donc sur mon fauteuil, scellé au sol à l'arrière d'un camion, avec un inconnu au volant pour aller rencontrer des inconnus dans un établissement inconnu. Tout ce mystère est un peu à l'image de mon avenir proche. Je me demande bien ce qui m'attend dans un autre centre que le mien. Tout ce que j'ai connu depuis mon accident, c'est mon centre. Je l'ai apprivoisé, je connais chacun de ses couloirs, chacun de ses codes, chacun de ses membres. J'ai du mal à imaginer que je vais devoir partager tous les gestes et les soins intimes du matin avec toute une nouvelle batterie de personnels soignants que je ne connais pas. En pensant à ce déménagement, je me sens comme une personne très âgée complètement déboussolée à l'idée qu'on va bouleverser ses petites habitudes.

Finalement, il avait raison, Nicolas, le premier patient qui est venu me parler dans ma chambre, quand il m'a dit : « Bienvenue chez toi. »

Je suis sur le point de quitter mon « chez-moi » et ça fait un peu flipper.

Le nouveau centre ne m'a pas emballé. Il est beaucoup plus petit, j'ai l'impression que c'est une copie du mien en moins bien. Il y a pourtant les mêmes tables et les mêmes appareils dans la salle de kiné, il y a les mêmes brancards en plastique bleu et les mêmes fauteuils de douche verts à l'entrée des salles de bain, à peu près les mêmes odeurs à l'étage des chambres, mélange de purée de pommes de terre et de compresses stériles... Mais ce n'est pas mon centre. J'ai quand même accepté ce déménagement. J'ai envie de reprendre des cours, et puis c'est peut-être le bon moment pour tourner une page, j'ai atteint un palier important de ma rééducation, je suis le seul de mon étage à me remettre debout. Et puis, Farid est parti.

Les dernières semaines dans mon centre se déroulent sans émotion particulière, sans anticipation de nostalgie. On continue à s'enfoncer dans l'hiver et je continue à travailler

dur en rééducation, à progresser à pas de fourmi dans l'exercice de la marche. Le dernier jour, je dis au revoir à tous ceux que j'ai l'occasion de croiser : l'équipe des ergothérapeutes, celle des kinés, les aides-soignants et les infirmières de mon étage ; en revenant de la cantine, je croise même la psychologue que je salue d'un petit sourire gêné, comme pour m'excuser de notre première rencontre. Un peu plus tôt dans la semaine, j'avais discuté avec Fred et Samia et leur avais dit que j'allais partir, mais je ne les ai pas vus ce dernier jour.

Je dis au revoir à tous les mecs de mon étage sans leur mentir sur le fait de prendre de leurs nouvelles plus tard. Le seul que je promets de rappeler, c'est Toussaint. On se croise une dernière fois devant la salle fumeurs. On se souhaite mutuellement bon courage et bonne chance. Il me dit que, depuis la première fois où il m'a vu, il a toujours su que je m'en tirerais bien. Comme je ne sais pas trop quoi lui répondre, je lui dis de bien se couvrir... On sourit puis

on s'écarte l'un de l'autre dans le bruit de nos fauteuils roulants, chacun dans une direction, sans accolade ou poignée de main.

Je me surprends à n'avoir aucun pincement au cœur en quittant cet univers dans lequel j'ai vécu tant de choses, dans lequel je me suis reconstruit.

Je crois que j'ai conscience que le combat est loin d'être gagné, que la reconstruction ne fait que commencer. Je n'ai toujours aucune certitude sur mon avenir proche ou lointain.

Mes parents et ma copine sont là, ils font ma valise. Je salue Eddy en lui souhaitant bon courage, même si je sais qu'il n'en a plus beaucoup. Puis je traverse une dernière fois mon étage en direction de l'ascenseur. Je suis content de partir, d'autant qu'avant de m'installer dans mon nouveau centre je vais passer quelques jours chez moi, mon *vrai* chez-moi, en famille, comme un soldat en permission avant de reprendre la guerre.

Moi qui ai eu la chance, malgré quelques grosses séquelles, de me relever et de retrouver une autonomie totale, je pense souvent à cette incroyable période de ma vie et surtout à tous mes compagnons d'infortune. À part Samia, peut-être, je sais pertinemment que les autres sont toujours dans leur fauteuil, qu'ils sont contraints à une assistance permanente, qu'ils ont toujours droit aux sondages urinaires, aux transferts, aux fauteuils-douches, aux séances de verticalisation... Ils sont pour toujours confrontés à ces mots qui ont été mon quotidien, cette année-là.

J'ai fait trois autres centres de rééducation par la suite, mais jamais je n'ai autant ressenti la violence de cette immersion dans le monde du handicap que lors de ces quelques mois. Jamais je n'ai retrouvé autant de malheur et autant d'envie de vivre réunis en un même lieu, jamais je n'ai croisé autant de souffrance et d'énergie, autant d'horreur et d'humour. Et jamais plus je n'ai ressenti autant

d'intensité dans le rapport des êtres humains à l'incertitude de leur avenir.

Je ne connaissais rien de ce monde-là avant mon accident.

Je me demande même si j'y avais déjà vraiment pensé. Bien sûr, cette expérience aussi difficile pour moi que pour mon entourage proche m'a beaucoup appris sur moi-même, sur la fragilité de l'existence (et celle des vertèbres cervicales).

Personne d'autre ne sait mieux que moi aujourd'hui qu'une catastrophe n'arrive pas qu'aux autres, que la vie distribue ses drames sans regarder qui les mérite le plus.

Mais, au-delà de ces lourds enseignements et de ces grandes considérations, ce qui me reste surtout de cette période, ce sont les visages et les regards que j'ai croisés dans ce centre. Ce sont les souvenirs de ces êtres qui, à l'heure où j'écris ces lignes, continuent chaque jour de mener un combat qu'ils n'ont jamais l'impression de gagner. Si cette épreuve m'a fait grandir et progresser, c'est surtout grâce aux rencontres qu'elle m'aura offertes.

Un an et demi après avoir quitté le centre, je n'étais plus en fauteuil et m'étais même débarrassé d'une de mes deux béquilles. Je venais de repasser mon permis et on a décidé, avec Farid, d'aller voir Toussaint qui avait été transféré dans un centre dans les Alpes. On a réservé une chambre d'hôte adaptée pour les fauteuils roulants, juste à côté du centre, et on est partis en mission dans ma voiture rendre une visite surprise à Toussaint.

Au moment où on a franchi le seuil de la porte, il nous a regardés fixement pendant au moins dix secondes avant de comprendre que c'était bien nous. Il n'en revenait pas de nous voir. Aucune de ses connaissances de la région parisienne n'avait fait le déplacement jusqu'à maintenant. Je voyais qu'il était touché de notre visite. Il nous a répété plusieurs fois qu'on était des oufs d'avoir fait tout ce chemin pour lui.

Ça m'a fait drôle de le retrouver dans ce nouveau décor. Pour moi, l'image de Toussaint était forcément associée à

notre centre et non à celui que je découvrais ici. C'était comme si on avait « copié-collé » Toussaint dans un nouvel univers, car lui n'avait pas changé : même regard percutant et même sérénité dans l'attitude. Il avait d'ailleurs visiblement déjà « des fans » à son étage, et j'ai senti pas mal d'admiration pour lui chez plusieurs patients du centre. Quoi qu'il en soit, on a passé deux bonnes journées à rigoler en se remémorant les mois passés ensemble. On s'est raconté un peu nos vies, on a refait le monde (sans grand succès...), Farid a même gagné le concours de bras de fer organisé par Toussaint avec les gros bras de son étage. L'heure de se séparer est arrivée très vite. Farid et moi avions pas mal de route à faire pour revenir dans notre banlieue nord de Paris. Toussaint a bravé le froid pour nous accompagner sur le parking. On s'est dit au revoir en se promettant de rester régulièrement en contact et j'ai vu sa silhouette en fauteuil rétrécir dans mon rétroviseur, seule au milieu du parking.

C'est la dernière fois que je l'ai vu. Toussaint est mort quelques mois plus tard d'une crise cardiaque. Le destin a décidé que la vie de Toussaint serait un drame jusqu'au bout. On a eu du mal à y croire, avec Farid. Il y avait chez nous autant de tristesse que d'incompréhension. Je n'ai jamais pu m'empêcher de penser que cette crise cardiaque était étrange et qu'on ne nous avait peut-être pas dit toute la vérité. Je n'ai aucune preuve, aucun indice, je n'ai sûrement aucune raison de penser ça, mais je me dis souvent que Toussaint avait peut-être décidé de s'arrêter là.

À part Toussaint et Farid, j'ai revu peu de gens de cette époque de rééducation, mais, moi qui ne suis pourtant pas physionomiste, j'ai gardé des souvenirs très nets de leurs visages et de leurs voix.

Je suis toujours en contact avec François, le mec qui restera comme celui qui m'a remis debout. J'ai revu Mme Challes, lors de visites de contrôle, qui s'est avérée plus

souriante dès lors que je ne faisais plus partie de ses patients.

Je n'ai jamais revu Samia. Je ne sais pas non plus ce qu'est devenu Fred et à quoi ressemble la peau de son visage aujourd'hui.

Je n'ai pas revu non plus Steeve, Eddy, M. Amlaoui, José, Alain, Dallou, Richard, le gros Max, Éric et les autres. Ils restent pourtant tous dans ma mémoire des sujets très précis, les symboles de cette époque que j'ai traversée. Ils sont les parfaits témoins des coups de crasse et des injustices de l'existence. Je les verrai toujours comme des icônes de courage, mais pas un courage de héros, non, un courage subi, forcé, imposé par l'envie de vivre.

... À Noël et Farid