



Dystopia

Workshop

L'Année suspendue
Mélanie Fazi

Correction : Pascale Doré
Maquette : Laure Afchain
Couverture : Stéphane Perger,
d'après des photos de Vinciane Lebrun
et un tatouage de Lanj

© Dystopia Workshop 2021
11, square Lamartine 91000 Évry
www.dystopia.fr

Imprimé par F. Paillart à Abbeville (France)
Dépôt légal : avril 2021
ISBN 979-10-91146-43-2 EAN 9791091146432

L'Année suspendue

Mélanie Fazi

**NON-
FICTION**

sommaire

7

avant-propos

9

I. l'autre spectre

19

II. la question

147

III. le chemin

241

IV. après la quête

261

addendum : vous vivez ma vie

277

remerciements

281

annexes

283

le vertige du répliquant

289

sur le spectre

295

bibliographie

avant-propos

Bien qu'ayant la conviction qu'un texte devrait se suffire à lui-même, il m'est apparu nécessaire, suite aux échanges avec les premiers lecteurs du manuscrit, de replacer ce livre dans son contexte temporel. J'ai entrepris sa rédaction fin août 2019, alors que j'effectuais les démarches nécessaires pour passer les tests visant à déterminer si je me trouvais ou non sur le spectre de l'autisme ; je l'ai finalisé en mars 2020, alors que je connaissais la réponse. Il a, pour ainsi dire, été commencé et terminé par deux personnes différentes. Toute l'étrangeté de ce projet tenait pour moi à ce que je n'étais pas sûre de le mener à terme, tant sa pertinence me paraissait liée à ce que serait l'issue du diagnostic.

En résulte, à certains endroits, un aspect flottant qui reflète assez bien le trouble qui était le mien tout au long de cette expérience, et que j'ai souhaité conserver en l'état. À l'inverse de mon précédent témoignage, *Nous qui n'existons pas*, rédigé avec davantage de recul sur son sujet, *L'Année suspendue* trouve à mes yeux son identité dans le fait d'écrire sur une traversée alors même que je suis en train de la vivre et en ignore encore l'issue, qui en est pourtant le sujet.

Bien sûr, je ne savais pas davantage en commençant ce livre qu'il paraîtrait dans un monde transformé par la survenue d'une pandémie, mais ceci, comme on dit, est une autre histoire.

Paris, le 26/10/2020





PREMIÈRE PARTIE

l'autre spectre

Ça ne va jamais s'arrêter. Ce fut, je crois, ma première pensée quand les mots furent prononcés.

C'était au festival des Utopiales de Nantes, rendez-vous annuel de la littérature de genre que je fréquente depuis bientôt vingt ans. J'étais venue y présenter *Nous qui n'existons pas*, mon premier livre de non-fiction, sorti le mois précédent – non sans goûter l'ironie d'être invitée là-bas pour la première fois depuis plus de dix ans avec un livre qui s'éloignait non seulement du fantastique, mais de la fiction tout court. Un livre nourri de mon expérience personnelle, qui parlait de quête d'identité, d'une vie passée à me colleter avec les questions de la norme et de la différence et à chercher comment expliquer aux autres, en quelques mots simples, ce que je suis : une personne qui aime profondément la solitude, ne connaît pas la pulsion qui pousse les autres à se mettre en couple, à chercher les relations amoureuses et les rapports sexuels. Un livre qui parlait du soulagement d'avoir enfin trouvé les mots pour me dire aux autres, sans avoir à m'excuser ou à me justifier, sans avoir à changer ce que je suis.

Les premiers retours sur le livre étaient encourageants. Comme le billet de blog qui lui avait donné naissance, il semblait résonner chez des gens. Un certain nombre étaient venus me voir en dédicace ou m'avaient écrit pour me dire qu'eux aussi étaient comme moi, ou qu'ils avaient, pour d'autres raisons, connu ces tâtonnements pour se définir et s'accepter.

Pendant ces Utopiales, nombre d'amis et de collègues m'avaient témoigné leur soutien par rapport à ma démarche ; certains d'entre eux s'étaient reconnus dans mes mots. Ce jour-là, au bar du premier étage

de la Cité des congrès où nous nous retrouvions en fin de journée, une conversation a pris un tour très personnel. Puis elle a glissé peu à peu vers un terrain nouveau pour moi, au moment où je l’attendais le moins. Avec une grande délicatesse, mon interlocutrice, qui me connaissait depuis des années et venait de lire mon livre, a prononcé ces mots : « Je crois que tu es peut-être sur le spectre de l’autisme. »

À nouveau, le monde a basculé.

Je me rappelle avoir vaguement fait bonne figure une heure ou deux le temps du dîner, puis, une fois seule, je suis allée m’enfermer dans les toilettes pour pleurer un long moment. Un cocktail avait lieu ce soir-là, je me suis réfugiée dans un coin de mezzanine pour l’observer de loin, complètement sonnée ; je voyais mes amis s’activer à une dizaine de mètres de moi, et la barrière me séparant des autres paraissait plus infranchissable que jamais. *Spectre de l’autisme*. Qu’est-ce que ça voulait dire ? Que faire de ces mots-là ? Et pourquoi là, précisément, quand je pensais enfin m’être trouvée, acceptée, quand je croyais avoir enfin la paix ?

Non, ça n’allait jamais s’arrêter.

Je ne savais même pas que l’autisme était un spectre. Ce terme-là, « spectre », je ne l’utilisais alors que pour l’asexualité, à laquelle j’hésitais encore à m’identifier pleinement – j’utilise aujourd’hui le mot par commodité, par habitude, parce qu’il me simplifie les choses, sans être encore bien sûre qu’il me représente. Une grande partie de ma vie, à ce moment précis, tournait autour de cette question et du discours que j’essayais de défendre : être en couple n’est pas une évidence pour tous, ne pas souhaiter l’être ne relève pas d’une anomalie. Beaucoup de gens préfèrent vivre seuls et croient avoir « un problème », comme je l’ai cru longtemps moi-même, parce qu’on ne parle pas de ces choses-là. Libérer ma parole à ce sujet, à travers un billet de blog qui fut mon coming out et mon acte de renaissance, a littéralement changé ma vie.

Mais si je suis autiste, est-ce que ça décrédibilise mon discours ? Je m’étonne avec le recul, mais ce fut l’une de mes premières questions. Pouvait-on me prendre au sérieux si j’affirmais que vouloir vivre seule

était tout à fait banal et ordinaire, mais que j'ajoutais soudain l'autisme à mon équation personnelle ?

*Qu'est-ce que je suis, au juste ? Qu'est-ce que je sais encore de moi ?
Tu sais tout, et tu ne sais rien.*

Je crois qu'une partie de moi s'en doutait sans le formuler clairement. Je me suis demandé plus tard si, en rédigeant *Nous qui n'existons pas*, je n'avais pas lancé une bouteille à la mer. Certains des thèmes que j'avais tenu à y aborder ne semblaient pas liés directement au sujet principal. Je les avais inclus pour poser un contexte d'ensemble en parlant du décalage avec lequel je vis depuis toujours, de mon goût prononcé pour la solitude et de ma tendance à faire les choses différemment des autres ; pas du tout par esprit de rébellion, mais parce que tout ce qui me semble naturel ne l'est pas pour eux, comme je l'ai découvert avec le temps et l'expérience. J'avais hésité à parler dans ce livre d'une épreuve qui m'a beaucoup marquée, un burn-out qui m'est tombé dessus à l'automne 2014, sans prévenir, et dont je n'ai jamais pleinement récupéré. Il n'était pas *nécessaire* à ma démonstration que j'en parle, mais j'en avais ressenti le besoin sur un plan plus personnel. Parce que ç'avait été un grand moment de solitude, souvent mal compris par mon entourage. Et parce que j'affirmais en être sortie, mais sans en être vraiment sûre. Mon rapport à la fatigue en avait été transformé durablement, comme si quelque chose était cassé en moi. L'épuisement, les maux de tête à répétition restaient un élément central de mon quotidien.

J'avais écrit cette partie-là pour dire à mes proches : aujourd'hui encore, vous ne savez pas à quel point c'était dur, à quel point je me suis sentie seule. Je n'osais plus parler de cette fatigue constante, par peur de lasser les autres ou parce qu'on me répondait chaque fois « Pourtant tu as l'air en forme » quand j'aurais tant aimé entendre « C'est vrai que tu as l'air épuisée ». Parce que les autres ne comprenaient pas que je ne parlais pas d'une fatigue ordinaire qui passerait

au bout d'une semaine de vacances, mais de quelque chose de plus profond et de plus insidieux, qui s'incruste dans vos os et grignote peu à peu votre envie même de faire les choses. Parce que les autres répondaient « Moi aussi je suis fatigué » avec l'air de dire : *on est tous dans le même bateau, tu ne l'es pas plus que nous*. Ou parce qu'ils sous-entendaient que cet épuisement-là était moins éprouvant que chez d'autres, parce qu'au moins il était lié à un métier qui me passionnait.

Et aussi parce qu'on a refusé de m'entendre lors de ce voyage à New York qui était le cadeau de mes quarante ans, cette étrange collection de moments merveilleux ternis par la douleur et l'épuisement constants. Les autres se réjouissaient pour moi et voulaient croire que je me reposais, que c'était « de la bonne fatigue », même quand je leur affirmais le contraire. Réaliser un si vieux rêve, ça ne peut être que magnifique. Tout le monde sait bien que des vacances ne peuvent pas être pénibles, car il n'y a que le travail qui épuise. Tout le monde sait que la vie d'une célibataire sans enfants ne doit pas être si éprouvante puisqu'elle gère son temps comme elle le souhaite. Ces choses-là n'étaient jamais dites clairement, mais je les entendais entre les lignes.

Alors j'ai fini par me taire. Mais j'ai ressenti le besoin de mettre tout ça dans un livre pour tenter de le faire entendre ne serait-ce qu'une fois. Il y avait sans doute aussi la frustration d'être quelqu'un chez qui la fatigue, apparemment, ne se voit jamais. Même sur certaines photos où mon épuisement me saute aux yeux, où je vois mes traits tirés, mes cernes marqués, mon air d'être « ailleurs », on va me répondre, si j'en fais la remarque, que j'ai l'air en forme – et je n'ai jamais compris comment les gens ne se rendent pas compte que c'est la réponse la plus insultante qui soit et la dernière que j'aie besoin d'entendre : elle m'apprend clairement qu'ils ne me croient pas puisque ça ne se voit pas. J'ai souvent envié les gens chez qui la fatigue marque nettement les traits, au point qu'on en tient compte et qu'on leur en fait la remarque.

Aujourd'hui, je me demande souvent si je n'ai pas agi volontairement en écrivant ce livre. Le plus dur n'était pas tant de subir cette fatigue que de ne pas savoir pourquoi. Un burn-out, normalement,

on finit par en sortir si on prend les précautions nécessaires. J'en avais émergé, plus ou moins, mais mon corps restait à la traîne. Quelque chose me soufflait que ce n'était pas normal d'être encore dans cet état. Plus capable de voyager à quarante ans. Plus capable de sortir le week-end si je ne voulais pas commencer ma semaine de travail déjà sur les rotules. Plus capable de me détendre même en vacances, ni de me sentir reposée.

Ce jour-là, aux Utopiales, l'amie qui m'a parlé d'autisme m'a appris des choses que j'ignorais à ce sujet. Elle m'a dit que les représentations données dans les médias et dans la fiction étaient souvent fausses ou à côté de la plaque. Que beaucoup d'adultes appartenant au spectre étaient diagnostiqués très tard, parce que les signes étaient discrets et le sujet encore trop mal connu. Que parfois, l'événement qui conduisait au diagnostic chez les adultes était une dépression sans cause apparente. Un autiste qui s'ignore ne connaît pas ses limites personnelles et s'épuise souvent à vouloir imiter les autres. Ce qui m'était arrivé ressemblait de manière très classique à un burn-out autistique.

J'avais semé des indices dans ce livre, à mon insu. Des passages qui parlaient de solitude, de difficulté à interagir avec les autres, de l'apaisement et de la liberté que je ne trouve que lorsque je suis seule, et puis de cette fatigue. J'avais décrit ce burn-out comme pour dire : *Expliquez-moi ce qui m'est arrivé. Je ne comprends toujours pas et j'ai peur.* Je ne l'ai pas fait sciemment, bien sûr. Mais à mon insu, en croyant tracer le portrait d'une femme asexuelle qui se découvrait enfin, j'ai aussi dessiné celui d'une autiste potentielle.

Le plus dur à accepter fut de m'être menti. J'ai passé ma vie entière à tenter de convaincre les autres – et moi-même – que je n'étais pas si bizarre qu'on me l'avait toujours fait sentir. L'âge adulte fut pour moi une suite de petites victoires. Me faire des amis qui partageaient mes passions, grâce à mon installation à Paris conjuguée à l'arrivée d'Internet : d'un seul coup, je rencontrais des gens qui fonctionnaient

comme moi, écoutaient ou lisaient les mêmes choses. Je n'étais plus la seule à avoir lu *Le Seigneur des Anneaux* à onze ans, à écouter Björk ou PJ Harvey, à connaître par cœur tous les acteurs du cinéma anglais des années 90 ou les chansons de *Phantom of the Paradise*. Autant de centres d'intérêt avec lesquels j'avais longtemps été seule et qui étaient désormais partagés de manière tout à fait commune par mes nouveaux amis. Peu à peu, je me suis fait mon nid, j'ai construit une existence qui me plaisait, gagné mon salaire grâce à mes passions conjuguées pour l'anglais, le fantastique et l'écriture. J'ai découvert la photo de concert, la joie d'écrire des chroniques musicales, gravité dans des milieux artistiques qui me faisaient rêver plus jeune, j'y ai fait beaucoup de rencontres. L'écriture m'a permis d'explorer des zones d'ombres pour constater que, si j'abordais certaines facettes parmi les plus étranges ou les moins aimables de ma personnalité, des lecteurs venaient me dire ensuite : *moi aussi, je connais ces choses-là*. Plus je me dévoilais, plus je semblais parler aux autres.

Restait le petit détail de ma « non-envie de couple », malgré une relation à l'aube des années 2000, ma seule à ce jour, qui a duré deux ans et demi. La pression que les autres me mettaient à leur insu m'avait tracassée pendant longtemps : quel était mon problème ? Il y en avait forcément un, puisqu'on me répétait que personne ne peut être heureux sans amour, sans vie de couple et sexualité épanouie. Il m'a fallu des années pour m'en extraire, assumer d'abord mon attirance pour les femmes, découverte vers trente-quatre ans, comprendre qu'elle ne changeait rien à mon envie de vivre seule, et puis un jour, à quarante ans, sur un coup de tête, prendre publiquement la parole pour me dévoiler aux autres et tendre la main à d'autres gens comme moi.

J'avais grandi, trouvé une forme de paix, je m'étais sentie de plus en plus acceptée. Il y avait parfois derrière tout ça une forme de revanche sur mon adolescence, qui revenait à dire : *Vous voyez ? Je n'étais pas bizarre. Des gens comme moi, il y en a beaucoup d'autres. J'ai trouvé enfin l'endroit où je suis normale, où d'autres sont comme moi.*

Jusqu'à ces mots, « spectre de l'autisme ». Et voilà les vieilles plaies rouvertes d'un coup.

Mais si, je suis « bizarre ». Quelque chose coince et je l'ai toujours su. Des pièces mal emboîtées qui font grincer la mécanique. Je suis acceptée, appréciée, je sais pouvoir compter sur le soutien de mon entourage – mais malgré tout, je sens encore qu'il y a *quelque chose* qui ne fonctionne pas et ne porte pas de nom.

Il m'a fallu un long moment pour pouvoir regarder cette hypothèse en face sans éprouver de honte.

J'étais prête quand les mots sont venus, enfin je crois. J'avais appris à me questionner, à me redéfinir ; j'avais appris qu'on n'en meurt pas et qu'on en sort même grandi. Mais cette question-là, pas une seule fois elle ne m'avait traversée. Une amie qui le soupçonnait avant moi avait tenté d'aborder discrètement le sujet, sans le nommer franchement et sans que je comprenne où elle voulait en venir ; mais sur le moment, je n'étais pas prête à l'entendre, focalisée alors sur les questions d'identité de genre qui allaient, quelques semaines plus tard, me conduire au coming out.

Quand les mots ont enfin été prononcés, j'avais fait suffisamment de chemin pour pouvoir les recevoir. J'étais solide, j'apprenais à me tenir droite, à montrer ma différence aux autres, et je savais avec quelle chaleur ils avaient accueilli mon dévoilement. Je savais qu'on ne me rejeterait pas, que ma prise de parole avait renforcé certains liens. J'avais appris cette leçon précieuse entre toutes : à se montrer tel qu'on est, on gagne le respect de ceux qui nous entourent.

Alors oui, j'étais prête. En toute logique, ce ne serait pas si dur : une autre peau cachée à dévoiler, une autre redéfinition et, derrière, une libération. Je connaissais le chemin. Je l'avais parcouru à deux reprises, ça ne devait pas être si dur de l'emprunter une troisième fois.

La réalité fut une tout autre histoire.