

L'option psychanalyse au travers d'un témoignage

Je suis un professionnel du bégaiement. J'ai 37 ans et je le pratique quotidiennement depuis l'âge de 3 ans. Je connais toutes les astuces pour remplacer un mot par un autre, amener mon interlocuteur à deviner ce que je ne pourrai pas lui dire, détourner l'attention et relâcher la pression de l'auditoire par un geste, une expression du visage, une plaisanterie. Comme tous, j'ai souffert de ce handicap à chaque étape de ma vie.

Avant que la thérapie du bégaiement soit l'objet de toute l'attention qu'on lui accorde aujourd'hui, j'étais également un professionnel de son traitement. Relaxation, techniques respiratoires, homéopathie, musicothérapie, radiesthésie, psychomotricité, tout y est passé de la pilule miracle à la méthode Impocco dont j'ai été un promoteur dès 1984 et pendant une dizaine d'années. Cette dernière expérience, enrichissante, m'a notamment permis de rencontrer de nombreux adultes bègues.

Autant vous dire que le bégaiement faisait partie de moi. Il m'était chevillé au corps. D'ailleurs, j'avais l'habitude de me présenter comme « bègue ». Qu'elle drôle d'idée ! J'aurais pu donner tant d'autres traits de ma personne bien plus valorisants ! Et bien non, cette identification me poursuivait et souvent même me devançait à travers la description que l'on pouvait faire de moi.

Lorsque j'ai commencé une psychanalyse, seule mon épouse était au courant : j'avais terriblement peur d'être considéré comme dépressif alors qu'il n'en était rien. En faisant cette démarche, j'avais l'intime conviction de pouvoir trouver au fond de moi une solution à mon problème de bégaiement, sans réellement savoir quelle serait cette solution ni quelle forme elle prendrait. Après avoir passé des années à essayer en vain de soigner un symptôme, j'avais l'impression de m'attaquer à l'origine du problème.

En pratique, je m'attendais à être installé sur un divan, dans le petit salon d'une maison bourgeoise du 19ème. Il n'en fut rien, c'était une chaise peu confortable et bruyante dans une maison sans caractère mais tout de même agréable. Je m'attendais à un thérapeute plutôt austère au vocabulaire incompréhensible : ce fut une jeune femme que j'aurais pu compter dans mes amis. Sauf que celle-là était capable de me laisser parler des heures durant sans m'interrompre ni relâcher son attention. Je n'avais jamais été écouté de la sorte. Je l'ai rencontrée en moyenne une fois toutes les 2 semaines pendant 10 ans. Oh bien entendu je n'avais pas toujours des choses très intéressantes à lui raconter. Et j'ai sans doute dû lui tenir plusieurs fois le même discours mais jamais tout à fait de la même manière. Et surtout, il m'est arrivé plus d'une fois d'attendre mon rendez-vous avec impatience et d'en repartir le cœur serré, malmené par ces mots que j'avais enfin pu dire après les avoir hésité pendant des semaines, parfois des mois.

Naïvement, j'avais cru au départ pouvoir déterminer la cause de mon bégaiement et ainsi m'en trouver délivré. Bien entendu, ça ne s'est pas passé comme ça. J'ai mis fin à la thérapie lorsque j'ai pris conscience que mon bégaiement n'est plus dans ma tête. Je l'ai évacué. Avant de commencer une phrase, je n'anticipe plus les mots qui risquent de me poser problème ; avant de prendre la parole, je n'anticipe plus la situation. Bien entendu, il m'arrive encore de bégayer, mais moins souvent et quand bien même j'accroche sur un mot, je poursuis sans trop m'en préoccuper. Aujourd'hui, vous l'avez compris, je bégaie mais je ne suis plus bègue.

Beaucoup de ceux qui me connaissent vous diraient certainement qu'ils n'ont pas vu la différence, tant j'avais pris l'habitude de vivre avec mon bégaiement, d'en parler à l'occasion, et parfois même de le tourner en dérision pour mieux pouvoir le supporter. Mais croyez moi, ma perception de mon handicap n'est réellement plus la même et ma vie s'en trouve transformée. Aujourd'hui, il me serait sans doute plus facile d'entreprendre une thérapie orthophonique du bégaiement pour le faire disparaître complètement. Mais après tant d'années d'errements, je n'ai pas le courage de risquer un nouvel échec. Et j'ai beaucoup d'autres choses bien plus intéressantes à faire, comme élever mes deux enfants par exemple. J'ai fait la plus grosse partie du travail, je laisse au temps le soin de régler les détails.

Mon témoignage s'adresse aux adultes bègues, à ceux qui souffrent d'un bégaiement bien ancré et qui ne trouvent pas de solution parmi les thérapies actuelles. N'hésitez pas à entreprendre une démarche psychanalytique qui non seulement vous sera profitable sur le plan humain mais surtout vous permettra peut être de venir à bout de votre handicap en utilisant ces mots qui révèlent à chaque instant votre mal être. Vous ferez vous-même émerger une solution qui vous conviendra puisqu'elle sera la vôtre. Peut être consistera-t-elle comme pour moi, à vous séparer de votre bégaiement, à ne plus vivre à travers lui, à lui tourner le dos pour suivre sans lui votre chemin.