

TIM VERHEES

SOIS !

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

Un grand merci à tous les participants de
euthena.com qui ont permis à ce livre de
voir le jour :

...

...

© Éditions Maïa

*Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en
encre, ils sont conçus et imprimés en France.*

*Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation
interdits pour tous pays.*

ISBN 9791042534431

Dépôt légal : septembre 2026

Introduction

Depuis mon plus jeune âge, je voulais écrire... Mais quoi ? Quand j'y réfléchissais, adolescent, je me posais la question. Je me destinais donc à une carrière de journaliste une fois le bac en poche. Mais le sort va en décider autrement. Je loupe mon concours d'entrée à l'IEP d'Aix. Par deux fois. Mon rêve s'abîme. Ainsi pris au dépourvu, je ne sais plus quoi faire. En 1998, je décide avec mes parents d'un voyage aux États-Unis, pour la durée d'un an. Une fois là-bas, seul, confus, sans idée d'un quelconque avenir, je m'effondre. Je ne supporte pas le choc, le poids de la honte, le poids de la peine. Je commence alors à me dissocier mentalement. Doucement, je plonge vers la démence. À mon retour, je ne suis plus que l'ombre de moi-même. J'ai peine à exprimer le moindre mot ! Mes proches sont abasourdis de me voir ainsi. Eux qui me connaissaient plein d'entrain, d'allant et de persuasion... La différence est de taille. On ne me laisse plus seul, de peur que je me fasse du mal. Certains pensent déjà que je ne reviendrai plus jamais à moi-même. Intérieurement, j'ai tout abandonné. Je ne crois plus en rien. Je ne comprends pas ce qu'il m'arrive. Je suis pâle, maigre, fatigué. Je me brûle les doigts avec mes cigarettes. Dans des moments de crises, je mets de violents coups de poing dans les murs. Malgré cette ambiance délétère et autant de souffrances, je bénéficie encore de mon aura passée... Or, une jeune demoiselle s'intéressait à moi depuis ma vie d'avant. Après avoir essayé de répondre à ses attentes malgré mon état, je descends de ma chambre. La veille au soir, j'avais griffonné quelques phrases acerbes et désabusées sur un bout de papier... Elle était tombée dessus en partant, je n'en étais pas fier. Elle avait rédigé quelques mots encourageants au dos, comme pour en effacer le blâme.

Je suis touché. Soudain, ne sachant trop pourquoi, je prends mon stylo et j'écris : « ÉCRIS ! » C'est fou ! C'est comme si je m'adressais à moi-même ! Or, c'était bien mon rêve d'écrire ! Soudain, je réalise : j'ai maintenant beaucoup à dire ! Ce qui m'arrive me dépasse complètement ! Ainsi s'augure la rédaction de mes premiers poèmes, un an environ après mon retour des États-Unis.

Ces premiers écrits ont une importance capitale dans ma vie. Grâce à eux, j'ai doucement repris courage. Personne ne comprenait où j'en étais, intérieurement, à cette époque. Les psychiatres eux-mêmes avaient des difficultés à m'écouter tant l'ambiance autour de moi était oppressante. Mais seul avec ma plume, je me bats, je balise le ciel de mes émois, j'entreprends ma reconstruction. Ces premiers textes sont donc la trace de mon mal le plus profond, le témoin du chavirement de ma raison et de mon redémarrage dans la pensée. Je les ai lus et repris des dizaines de fois, durant toutes ces années. Ils sont la trace de mon sauf-conduit outre la folie. Je tenais à les partager, car ils ont maintenant acquis la vertu d'un témoignage pour ceux qui traverseraient les mêmes épreuves. Il y a donc deux moments majeurs dans ce recueil. La première série de poèmes et brèves, rédigés entre 2001 et 2003, environ. Je me consacrais alors entièrement à leur rédaction. Elle regroupe les quatre-vingts premiers textes. C'est ce que j'ai de plus authentique et de plus dévoué. Puis encore une vingtaine de textes postérieurs, sur une période plus large, qui témoignent de la fin de ma reconstruction par la grâce du temps. C'est donc cent textes en tout que je vous présente ! Au début de la rédaction, je suis au plus bas de mon estime... À la fin, j'ai regagné tout mon allant ! Bienvenue dans le journal de ma sombre démente et de son sauf-conduit !

Sois !

Bas

Les démons de mes rêves, au soir de ma vie, en moi se sont introduits. Désespéré, seul et loin des miens, j'ai hésité et j'ai sombré. Je me suis endeuillé jusqu'à perdre le fil de mes pensées. Je me suis laissé déporter de ma propre personne, et de ma sincérité. Acculé, reclus, ainsi poussé outre mes enclaves, j'ai chancelé et j'ai chuté ! Une fois au sol, je n'ai trouvé que très peu de consolations... L'amitié seule me pré-munissait de sombrer plus bas. Dans cette nuit palpable où je me suis trouvé plongé, déboussolé par le chaos immense de mes émois désordonnés, j'ai eu peine à croire au reste d'un tout petit espoir ! Je marchais harassé, rompu, aveuglé par le désespoir. Mais un jour, la lumière, plus forte et plus belle que jamais, plus vivante et plus vibrante qu'autrefois, finira par percer... Elle parviendra à m'aguerrir, à m'affermir, à me revigorer. Je le promets !

Note : Ainsi s'inaugure cette rédaction, ainsi s'esquissent mes premiers mots, quand j'essaie pour la première fois de me saisir dans ce que je suis, après mon retour des États-Unis. Je couche mon expérience, je témoigne de moi-même, « j'écris ! »

On avance !

On avance, on relance,
Un écueil oublié,
On avance yeux masqués,
Dans le noir des pensées,
On panse nos blessures,
On épure nos idées...
On pardonne pour toujours,
Ceux qui nous ont blessés !

Note : Celui-ci est donc mon premier poème. Seules me viennent les dernières strophes, au début. Mais je l'entends chanter quelque part en moi... Je le couche sur papier et je suis effrayé d'autant ! Je viens ici de faire un aveu qui m'implique pour l'éternité ! « Pardonner ceux qui me blessent », à jamais ! Mais telle est la première pierre du retour vers soi que le pardon. Ainsi en fut-il pour moi. J'ai dû relire ce poème des dizaines de fois... Je l'ai tourné et re-tourné dans tous les sens, sans jamais en être parfaitement satisfait. Cette forme est certainement la meilleure, la première, la plus simple. C'est bref... Ça dit ce que ça cherche à dire !

Astreint

Des myriades d'idées impures, j'ai laissé choir en mon esprit. J'ai tant hésité, je me suis tant déçu ! J'ai reculé au lieu d'avancer, j'ai avancé alors qu'il ne fallait pas. J'ai renoncé à m'exprimer alors que je savais, je n'ai pas su me taire au plus mauvais moment ! Je me suis tellement mis à mal ! J'avais peur de ne plus jamais me retrouver... Les maux qui me contraignent sont tels des nuées, je ne sais d'où elles viennent, je ne sais où je vais ! Est-il possible d'espérer qu'un jour je me pardonne ? Que je sache m'accepter tel que je suis, que je cesse de m'en vouloir, que je me comprenne à nouveau ? Ce sera bien, alors... Je reviendrai, je le promets ! Et je serai vibrant, rayonnant, fidèle à mon devoir et détonant d'espoir !

Note : L'état mental dans lequel je me trouve au moment où je commence à m'emparer de mon trouble grâce à l'écriture est effroyable et déplorable à la fois ! Je suis dans une telle détresse psychique que j'ai peine à m'en souvenir moi-même... J'avance un peu, je recule beaucoup, je ne suis sûr de rien, surtout pas de moi. Rien ne va. Mais en couchant tout cela par écrit, me vient la bribe d'un espoir. Je m'engage donc tout seul à m'améliorer à tous ces endroits où mon attitude est la plus problématique. Il faudra bien des années ! Mais tout reviendra à sa place.

Souffle le vent !

Souffle le vent !
Depuis le tréfonds des enfers
Souffle un vent pur, une brise légère...
Souffle le vent !
Depuis les cieux jusqu'à la terre,
Panse mes plaies, me désaltère !
Souffle le vent !
Ouvre l'espace à mes pensées,
Qu'enfin je puisse respirer !
Souffle le vent, souffle le vent !
Me prête à la force que j'espère,
Entends ma voix et ma prière !
Souffle le vent !
Je suis en vie dès aujourd'hui
Et je vaincrai le vent maudit !

Note : C'est ainsi que se présente mon inspiration : quelque chose de supérieur à moi vient se poser sur ma tête et oriente mes pensées dans un sens à travers quelques vers... Je n'ai souvent que quelques bribes autour desquelles je viens ensuite greffer le reste du texte. Je me bats avec les rimes, j'essaie d'exposer au mieux ce que je ressens... Au départ, c'est un mot, une phrase, une idée qui me vient du dessus pour me sortir du sombre marasme dans lequel je suis plongé. C'est le souffle du vent, c'est l'esprit salubre qui vient me sortir de l'angoisse et me fait une promesse à laquelle il faudra que je sois fidèle... Mon histoire repart !