



La Revue Française de Musicothérapie



*La Revue Française
de Musicothérapie*

ISSN : 2107-7150

Volume XXXIX - numéro 01 - novembre 2020

Une beauté qui sauve : musicothérapie par temps de Covid

Olivia Lemblé

Musicothérapeute. Après avoir fait de la recherche en littérature pour l'Université d'Orléans, Olivia Lemblé obtient un Premier Prix au Conservatoire de Lille, chante en tant que soliste ainsi que dans des chœurs professionnels, puis enseigne dans le cadre de Conservatoires de la Région Parisienne. Elle obtient un diplôme de musicothérapeute à Paris V sous la direction d'Edith Lecourt et crée alors l'association, « *Résonances, une voix/voie vers l'Autre* » dont l'objet est de développer le lien citoyen par la pratique vocale ». Parallèlement, elle travaille auprès d'enfants en grandes difficultés scolaires, puis en psychiatrie. Lemblé O. (2015) « Atelier voix : espace de résonance entre corps et psychisme », La Revue Française de Musicothérapie – Volume XXXV, N° 4 – décembre 2015 olivialembles@yahoo.fr

Résumé

Ce texte est un témoignage sur la place réservée, dans un EHPAD parisien, à la musicothérapie par temps de Covid, une réflexion sur l'engagement thérapeutique ainsi que sur l'utilité de notre pratique dans un cadre d'urgence sanitaire.

Abstract

This text is a testimony on the place reserved, in a Parisian EHPAD, for music therapy by "times of Covid" a reflection on the therapeutic commitment as well as on the usefulness of our practice in a health emergency setting.

Introduction

Je tiens à commencer ce texte en précisant qu'il ne s'agit pas d'une analyse approfondie sur la musicothérapie en période de crise sanitaire mais d'un simple témoignage, voire d'un questionnement, dans la tresse duquel je ne peux ôter une part personnelle, témoignage pour lequel le fait même d'avoir tant de mal à écrire, interroge. Musicothérapeute en EHPAD, chef de chœur en conservatoire, professeur de chant, responsable d'association, j'ai traversé la période du confinement comme on part à l'aventure, avec crainte et curiosité ; à ce jour, je peux écrire que cette expérience a modifié mon rapport à la musique, à la beauté, mais surtout à l'Humain et donc au soin. Ayant été amenée à cesser mon activité de musicothérapeute pendant le confinement, cette période m'a amenée aussi à réfléchir sur la notion d'utilité de notre pratique par temps d'urgence sanitaire. A travers les lignes qui suivent, je vous livrerai mon cheminement pendant cette période, mes interrogations, les raisons de mes choix, les ressources dont j'ai disposé, ce que j'en retire en tant que musicothérapeute, que thérapeute tout court.

Contexte

L'EHPAD, une étape dans ma carrière

Après avoir travaillé, comme musicothérapeute, auprès de jeunes en grandes difficultés scolaires, dans un cadre de prévention, puis pendant une dizaine d'années dans un Hôpital Psychiatrique Public pour adultes où la dynamique relevait de la réhabilitation, j'ai eu envie à la rentrée 2019 d'élargir mon expérience de musicothérapeute, au monde de la vieillesse que je connaissais peu. J'avoue que c'est moins l'enthousiasme que la curiosité qui m'ont orientée vers un tel poste car je n'étais pas sûre, dans le fond, d'avoir vraiment envie de travailler sur l'irréversible des différentes pertes liées au grand âge. A l'heure où j'écris, j'é mets l'hypothèse que nos curiosités nous portent souvent vers des espaces inconnus de nous-mêmes, déjà présents mais à défricher : j'ai adoré cette expérience et l'épreuve du Covid, étrangement, a été une sorte d'accélérateur propice à des prises de conscience quant à mon métier.

Contexte institutionnel

Je travaille donc dans cet EHPAD privé de la région parisienne, Mélavie, établissement médicalisé, de 90 lits où la moyenne d'âge est de

89 ans et où la population est très « dépendante », majoritairement féminine.

L'équipe se composait quand je suis arrivée d'un personnel décisionnaire : directeur, sous-directeur ; d'un personnel administratif : secrétaire, comptable ; d'un personnel soignant : médecin chef, médecins auxiliaires, une responsable des soins et de son équipe infirmière, d'une psychologue, de plusieurs kinésithérapeutes ; d'un personnel d'entretien géré par une gouvernante (auxiliaires de vie, jardiniers, hommes d'entretien) ainsi que d'un chef cuisinier et son équipe, et nous, les « animateurs » : professeur de yoga, art thérapeute, musicothérapeute.

Les résidents sont répartis sur deux bâtiments : le premier, en plein centre-ville, est fait de deux étages dans une vaste construction à colombages qui donne au visiteur l'impression de rentrer dans une belle demeure où, à l'ancienne, on partagerait une vie familiale. Il accueille une vingtaine de résidents. Le second, invisible de la rue, plus moderne, est séparé du premier par un grand jardin, il s'élève sur trois étages, et accueille le reste des résidents, soit 70 personnes.

Le prix des chambres varie selon leur taille mais tourne autour des 3200 euros, certaines chambres sont doubles, les résidents peuvent donc

y séjourner encore en couple. Les repas et les activités ont lieu dans les salons respectifs des deux bâtiments. Les familles, jusqu'au confinement pouvaient accéder aux chambres et l'ambiance générale était tout à fait familiale.

Un entretien qui donne le ton

Le style de cet établissement privé est insufflé par la personnalité de son jeune directeur : dynamique, brillant, sans a priori sur les propositions que l'on peut faire, pourvu qu'elles servent la qualité de vie des résidents. Pour ce recrutement, il cherchait quelqu'un qui soit capable « d'entraîner un salon entier de personnes très âgées dans des activités groupales musicales » qui pourraient être « visibles » par les familles, quelqu'un qui « mettrait de la vie à Mélavie », slogan de l'établissement. Là, j'ai senti qu'en acceptant ce poste, je risquais de m'engager sur le terrain de l'animation plus que du soin, mais j'avais décidé d'essayer....

Musicothérapie avant le confinement

Organisation

J'ai donc commencé mi-décembre 2019. Je travaillais deux jours entiers par semaine, de 10h à 18h, et certains week-ends, soit un total d'environ 75 heures par mois. Mon emploi du temps

s'articulait avec celui de l'art thérapeute qui était là à plein temps, ainsi que celui du professeur de yoga. Mes prises en charges étaient majoritairement collectives, sous forme d'ateliers dans les lieux de vie des résidents (salons, salle à manger). Avant de décrire ce que j'ai proposé dans le cadre de mes ateliers, je dois dire que j'ai une grande reconnaissance pour la confiance que le directeur m'a accordée en me laissant toujours libre de faire ce que j'estimais pertinent. Dans nos pratiques, avoir carte blanche est un luxe inestimable qui favorise grandement notre créativité de soignants. Au départ, je suis partie de ce que j'avais l'habitude de faire : « ateliers chant », ateliers « communication sonore », ateliers « écriture, dessin, coloriage sous induction musicale ». Pour chaque activité, je faisais des films ou des photos qui étaient diffusées ensuite aux familles via la page Facebook de l'EHPAD.

Avant ou après ces ateliers, j'essayais de réserver un peu de temps pour des prises en charge individuelles, souvent très courtes, auprès de certains résidents qui restaient seuls en chambre, sous forme d'écoute musicale, de chant individuel, de petits échanges avec les instruments, ou tout simplement de courtes discussions informelles, parfois de présence silencieuse. Quand j'avais le temps, avant le repas, ou après les activités, je me mettais au piano dans la grande salle souvent bruyante, parfois, je jouais des morceaux au

violoncelle et à chaque fois, j'ai été surprise par la qualité du silence qui s'installait alors dans une sorte de quiétude partagée.

De l'animation à la musicothérapie

Au début, je me suis laissé le temps de voir ce qu'il serait possible de faire, puis rapidement j'ai retrouvé les axes de travail qui animaient mes ateliers en psychiatrie et qui étaient basés sur :

- le plaisir : plaisir de chanter, plaisir dans la manipulation des instruments, plaisir de faire quelque chose par soi-même, plaisir de partager une activité avec les autres, de participer à l'élaboration de quelque chose qui se tient et qui est beau, plaisir de renouer avec le lien social, retrouver le goût de l'écoute, plaisir du jeu (jeux vocaux, échanges avec de petits instruments), plaisir de la relation lors des discussions parfois qui émergeaient...

- la mémoire : par exemple à l'occasion de jeux pendant lesquels on écoutait un instrument dont il fallait reconnaître le son en s'aidant d'illustrations pour le nommer ; jeux avec des cloches de couleur où il s'agissait de mémoriser une suite de sons ou de couleurs afin de la reproduire ; travail de mémoire grâce aux chansons de leur époque, chants de Noël, chants sur Paris, comptines d'avant, ou apprentissage des paroles sur une

chanson unique ouvrant ensuite sur un travail d'interprétation, en solo, en groupe...

- un travail de retrouvailles : à travers un travail corporel : retrouvailles avec ses propres sensations à travers les échauffements avant de chanter par exemple, retrouvailles grâce aux paroles des chansons et aux souvenirs qui revenaient lors des verbalisations, retrouvailles aussi pour les familles, lors des visites, qui parfois assistaient aux séances et voyaient leurs aînés animés d'une énergie retrouvée, bien vivants dans ce lieu fonctionnant comme un entre-deux entre la vie et la mort....

- un travail sur les émotions aussi, qui émergeaient comme d'une boîte entre-ouverte lors d'une écoute, d'un chant, d'un échange, et qu'il s'agissait d'accueillir de façon suffisamment contenante pour que cela ne devienne pas une boîte de Pandore avec ce que ça induit de débordements ; des émotions, comme la colère, venaient parfois se poser sur mes propositions comme sur un support d'expression, sans lien avec la musique, et que j'accueillais comme l'habitation d'un dernier espace de pouvoir sur le monde, celui de dire « non » et donc comme la trace de ce qu'il y a de bien vivant chez un sujet. J'accueillais l'émotion aussi des familles avec qui j'entretenais des relations chaleureuses.

- un travail sur la relation : à soi-même, à son propre corps dans les échauffements ; à l'autre dans les échanges instrumentaux ou verbaux ; relation aux autres, dans le jeu collectif où se mêlaient parfois des membres de l'équipe ou des visiteurs ; à l'histoire à travers des ateliers sur l'histoire de la musique illustrés par des représentations d'instruments de l'époque, remis dans le contexte historique et assortis d'écoutes où la musique pour chaque période trouvait sa spécificité ; relation au monde, en écoutant des musiques d'ailleurs, mon rôle consistant aussi à réintroduire dans ce lieux fermé, une extériorité vivante.

- un travail en relation avec l'équipe : parfois nous faisons des ateliers communs avec l'art thérapeute où se mêlaient musique et art plastique, parfois j'accompagnais au clavier les séances de yoga, tout doucement, en adaptant mon jeu aux exercices proposés, énergie, longueur, etc. Au fur et à mesure, j'ai appris à connaître les résidents, ce qui m'a permis aussi de communiquer avec l'équipe et de prendre ma place dans le dispositif soignant, notamment à travers des échanges réguliers avec la psychologue.

Deux moments forts

Avant le confinement, deux moments forts ont été partagés entre les résidents, les familles et

l'équipe : le premier a été la célébration de Noël où nous avons chanté tous ensemble des morceaux de Noël préparés en amont, assortis d'un conte de Noël préparé en collaboration avec l'art thérapeute, illustré par les résidents avec les instruments de musicothérapie et accompagné par moi au violoncelle ; puis nous avons un peu dansé des danses de leur jeune temps Il y avait les enfants du personnel, les familles : enfants, petits-enfants, arrière-petits- ;enfants. Ce premier événement a donné lieu à un très joli film qui a été monté par un professionnel et qui a été mis en ligne sur le site de l'EHPAD. Cette vidéo donne à voir et à entendre une ambiance très feutrée, très douce de belle fête de Noël traditionnelle dans une belle harmonie sonore assez émouvante.

Le second moment a eu lieu fin février, alors qu'on regardait la progression du Covid en Chine avec des yeux perplexes, sans nous sentir encore directement concernés. Là, nous avons fait une grande fête autour du « vélo ». Des athlètes (membre de l'équipe, parents de résidents) ont fait une sorte de rallye en 4 équipes sur des vélos elliptiques ; chaque équipe ayant une couleur, un groupe pour la soutenir, constitué de résidents, de membres des familles, de collaborateurs ; chaque groupe utilisant lui-même un type de percussions : groupe peaux tendues, groupe claves, groupe percussions de métal, groupe maracas. Là, l'ambiance sonore était tout à fait différente et

nous avons été littéralement pris dans un bain sonore proche du « charivari » avec ses effets positifs en matière d'énergie (de dépassement, voire de transe, de partage joyeux) mais très anxiogène pour certains résidents qui n'ont pas supporté l'espèce de sauvagerie tonitruante qui s'est dégagée de ce groupe déchaîné.

Pendant le confinement, j'ai pensé que pour l'équipe, ces deux moments avaient eu une importance majeure *a posteriori*, en nous permettant de nous rencontrer vraiment mais aussi parce que ces deux expériences ont fonctionné, comme dans l'illusion groupale, comme des moments fédérateurs, permettant à l'équipe de se sentir une, soudée, en projet... je pense que la musique, très présente à chaque fois, sous des formes extrêmes (grande douceur harmonieuse des chants traditionnels à l'unisson opposée au charivari des percussions) est venue renforcer ce vécu collectif. Pendant l'épreuve du confinement, le souvenir de ces moments de joie, de partage, de ne faire qu'un avec les familles, les résidents, la direction, la certitude d'être capable de mener un projet fort jusqu'à son aboutissement, nous a donné des forces pour nous battre ensemble, malgré les barrières engendrées par le virus ; ce groupe si vivant avait bien existé et cette certitude nous a portés, pour nous soutenir, pour espérer encore malgré les décès, malgré le chagrin, malgré la peur.

En regardant en arrière, je me dis qu'au moment de la seconde fête, certains de nous étaient peut-être déjà atteints et que cela a sans doute contribué à propager le virus au sein de notre maison ! Dix jours après, le gouvernement annonçait le confinement et le monde aller se figer sur lui même, en même temps que les portes allaient se refermer sur les résidents quelques jours avant le confinement officiel.

S'engager, la question du dévouement

Quand le confinement a été déclaré, je me suis laissé croire que j'allais réfléchir un week-end entier pour savoir si je prendrai le risque de retourner travailler dans ce qui ressemblait à une fournaise, j'ai été très angoissée, mais je crois que je me suis posé la question du choix pour la pure forme car dans le fond, je savais que je participerais à cette aventure, quel que soit le danger. Ça n'a pas été un choix, c'était comme ça.

J'irai par dévouement, par sentiment d'une responsabilité collective, par amour pour les autres, pour les plus fragiles, les plus démunis ; j'irai pour ne pas laisser tomber cette équipe avec qui nous avons partagé des émotions si fortes lors des deux fêtes, enfin j'irai parce que dans tout acte qui semble héroïque, il faut avoir l'honnêteté de reconnaître qu'il y a une part belle pour le

narcissisme dans la reconnaissance qu'il engendre ; j'avais aussi conscience qu'en terme d'énergie, ce type de situation procure une adrénaline qui lorsqu'elle est tarie, laisse une trace en creux dans laquelle se niche ensuite facilement l'ennui et la déprime, comme après une tournée.

Mon « non-choix » fait, donc, je ne suis jamais revenue sur ma décision malgré la dimension fortement anxiogène de la situation, même si j'avoue être très souvent partie le matin avec un nœud à l'estomac par peur d'attraper le virus et de le transmettre aux résidents. Je suis entrée en Covid comme on entre dans le monde clos du couvent, dans une sorte d'ascèse légèrement superstitieuse cependant, et toute mon énergie s'est focalisée sur ma tâche : aider. Je travaillais et je dormais, j'ai rarement autant fumé !

Pendant le confinement

Le choc de l'enfermement

Le directeur avait donc anticipé de quelques jours la fermeture officielle des portes de l'EHPAD et à partir du moment où ce confinement a été appliqué, la vie a radicalement changé dans notre maison : du jour au lendemain, les résidents ont eu l'obligation de rester en chambre, même pour prendre leurs repas ; les portes des chambres n'étaient pas fermées à clé

sauf pour ceux qui déambulaient lorsqu'ils représentaient un risque avéré, et très souvent, malgré nos explications et nos rappels, les résidents oubliaient la présence du virus et sortaient pour se rencontrer souvent aussi parce qu'ils n'en pouvaient plus de rester seuls.

Cet état d'isolement soudain, n'était rompu que par les interventions d'une équipe stressée, littéralement débordée de travail, avec peu de temps donc pour autre chose que l'essentiel. Le fait qu'à partir du confinement, l'équipe à laquelle les résidents étaient habitués a beaucoup changé en a accentué la dimension traumatisante. En effet, très vite, un grand nombre de collaborateurs ne sont plus venus travailler, soit parce qu'ils ont eu le Covid, soit parce qu'ils ont estimé que cela représentait trop de risques pour eux et leur famille, soit parce qu'ils ont été mis en chômage technique, si bien qu'à un moment, nous nous sommes littéralement retrouvés en sous-effectif, avec pour la direction une véritable difficulté à recruter.

Les visites étant absolument interdites, les animations toutes annulées, les temps d'échanges avec les résidents rétrécis comme peau de chagrin, nos pensionnaires se sont donc retrouvés isolés, sans autre occupation que la télévision ou le sommeil. Pour beaucoup, il était impossible de donner ou de prendre des nouvelles, faute de

téléphone ou de capacité à l'utiliser et souvent les résidents ont été très affectés de ne plus voir leur voisin de chambre, beaucoup d'inquiétude et de questions émergeaient lorsqu'une porte amie restait fermée trop longtemps.

Pour les familles qui avaient l'habitude de visiter les personnes âgées librement, la situation est devenue aussi très vite dramatique car, sans nouvelles directes, tout le monde s'inquiétait pour son résident sans avoir la possibilité de le voir ou de le contacter, sans savoir ce qui se passait vraiment derrière ces portes closes. Le directeur publiait des nouvelles sur le site de l'EHPAD, pour informer de la progression de l'épidémie au sein de l'établissement, il joignait à ses messages des photos que je prenais pour montrer des résidents souriants et en bonne forme, photos de plus en plus difficiles à réaliser au fil du confinement. Les familles ont énormément souffert aussi du fait de ne pas pouvoir revoir leurs anciens avant leur décès, leur dire au revoir, les accompagner jusqu'à la tombe.

Du désarroi à la désespérance

Le virus s'est vite propagé au sein de l'EHPAD, tant au niveau des de nos pensionnaires que de l'équipe. En trois semaines, le nombre de cas avait augmenté effroyablement pour atteindre quasiment tous les étages, soit 42 personnes. Sur

presque toutes les portes, un triangle bleu indiquait la présence du virus ; chaque jour, une liste était éditée avec les résidents suspectés d'être malades, ceux qui étaient infectés et les autres, sains. Pendant une semaine, chaque jour, plusieurs noms disparaissaient de la liste. En arrivant, on apprenait le nombre de morts pendant la nuit... rude épreuve pour commencer la journée. Avec la fatigue, on a tous craqué à un moment, parfois on pleurait ensemble, parfois chacun dans son coin. Je n'ai jamais vu d'équipe aussi dévouée, ni aussi chaleureuse, c'était une chaleur discrète, respectueuse mais efficace.

Si beaucoup sont morts du Covid, plus nombreux encore ont été ceux qui sont partis de ses conséquences. Parmi eux, certains sont décédés de détresse dans un glissement progressif vers une mort parfois réclamée à grands cris. Au début les résidents n'ont pas vraiment réalisé ce qui se passait mais le vide social et affectif s'épaississant autour d'eux, ils ont commencé à être surpris de ne plus voir personne, pas même leur voisin de chambre, puis ils ont vécu ça comme une punition, puis comme quelque chose d'absurde qui ne faisait plus sens, qu'ils subissaient sans aucune possibilité d'action ; au début, ils attendaient quelqu'un, puis ils ont attendu en soi, tout court, puis pour certains d'entre-eux, comme des tout petits laissés à l'abandon, ont cessé d'attendre et sont entrés dans

une sorte de désespérance. Le virus, au-delà du médical, a abîmé la vie, en réduisant les résidents à une sorte d'impuissance, où le sujet n'avait plus place, faute d'opportunité à faire des choix, ils ont subi, subi les soins, subi la souffrance, subi l'enfermement, subi ce rétrécissement de l'espace du vivant.

J'ai vu des gens pleurer à chaude larmes, d'autres submergés d'angoisse parler seuls en épelant des mots comme on compte obsessionnellement, j'ai vu des gens gémir, hurler en appelant leur mère, Dieu, leurs enfants ou la mort ; d'autres encore, qui allaient bien jusque là, se sont mis à délirer, à devenir agressifs... ; j'ai vu des gens, jour après jour, littéralement glisser de leur fauteuil et psychiquement s'enfoncer dans un silence plus assourdissant encore que le bruit ; j'ai vu des corps s'épuiser, être déshabités par la vie, devenir squelettiques, immobiles, gris-verdâtres, gisant là, la bouche ouverte comme un gouffre, des gens chez qui, seul un râle aussi ténu que leur désir de vivre, indiquaient encore qu'ils existaient ; j'ai vu ces mêmes gens ressusciter aussi parfois.

s'adapter

Concrètement, pour limiter la propagation du virus, chaque personne qui arrivait de l'extérieur et entré à l'EHPAD devait s'arrêter à l'accueil

afin de désinfecter ses chaussures, se laver les mains au gel hydroalcoolique, prendre sa température, revêtir un masque, une charlotte, des gants, chacun disposait d'une bouteille de gel individuelle. Je portais un large vêtement épais à manches longues qui me protégeait des pieds à la tête, des chaussures que j'avais dédiées à l'EHPAD, on aurait dit une femme d'église par temps de peste !

Relativement vite, nous avons eu des masques FFP2 car il en restait en réserve mais ils sentaient le moisi et nous n'en avions qu'un tous les trois jours puis, le directeur ayant aussi anticipé pour les masques, début avril la situation s'est améliorée. A l'extérieur de chaque chambre de résident atteint, une surblouse pendait, que l'on se partageait pour intervenir, et qu'on enlevait précautionneusement en sortant, à cause de la pénurie ; bientôt, elles ont été fabriquées dans de grands sacs poubelle. Les premiers tests dont nous avons disposés sont arrivés début avril, c'est là que nous nous sommes rendu compte du nombre de résidents effectivement atteints. Nous avons refait un test fin juin et là nous n'avions plus de cas mais à ce jour où le Covid repart, il y a eu deux cas dans l'équipe et trois résidents ont été atteints dont un en est décédé, ce qui est peu dans la mesure où les visites ont été maintenues, grâce à un aménagement spécial : gestes barrières, deux

sas ont été créés pour les visites permettant de se parler sans risque.

Dès le début du confinement, les résidents étant assignés dans leur chambre, toutes les activités collectives ont donc pris fin et très vite et mon temps de travail a été réduit : je ne venais plus que l'après-midi de 14h à 18h et certains week-ends ; l'urgence nous pressant de nous rendre « utiles », le directeur nous a demandé d'abandonner nos pratiques respectives avec le professeur de yoga, pour parer au plus pressé, c'est à dire rétablir le lien social et humain entre les résidents et leurs familles. Très vite, mon travail a donc complètement changé de nature puisque désormais, dans le temps qui m'était imparti, je devais mettre en lien les résidents et leur famille par le téléphone ou par Skype, en suivant une liste horaire qui ne laissait aucun temps pour faire autre chose. Pour chaque appel téléphoniques et vidéo, les familles devaient préalablement prendre rendez-vous pour une demi-heure maximum de communication tous les trois jours. Souvent, ce n'était pas évident d'utiliser skype ou le téléphone avec des gens souvent allongés, affaiblis, qui n'entendaient la plupart du temps presque rien ; on peut dire qu'avec le professeur de yoga, nous avons eu une mission de première importance, à ce moment-là, au sein de l'ephad : d'un côté, celle de rétablir le lien affectif avec l'extérieur ; de

l'autre, celle de rassurer les familles qui parfois, étaient affolées.

Quid de la musicothérapie ?

Si ces activités de communication ont apporté un soulagement réel aux résidents qui étaient entourés, pour ceux qui n'avait pas de famille, l'isolement restait ferme. Au Conservatoire, toute activité étant suspendue, je disposais de temps, et pour faire face à cette situation d'urgence et de repli insupportable pour tout le monde, j'ai donc décidé de mettre à disposition des résidents une matinée par semaine sur ce temps personnel, afin de reprendre une pratique de musicothérapie qui permettrait de recréer un espace d'ouverture dans cette situation difficile.

Je me suis dit que l'équipe pourrait aussi bénéficier de cet espace de respiration. Je pensais qu'à l'occasion des réunions régulières qui se feraient avec l'ensemble du personnel un court temps de travail d'échauffement puis de polyphonie très simple, avant ou après, pourrait contribuer à détendre l'atmosphère, à retrouver cette qualité de partage rencontrée lors des deux fêtes, tout en évacuant un peu cette émotion qui nous submergeait parfois de façon inopinée. Malheureusement, je n'ai pu être présente qu'à deux de ces réunions, et chacun étant débordé de travail, cela n'a pas été possible à mettre en place.

Pour les résidents, j'ai donc repensé ma pratique en termes de respiration puisque ce virus nous asphyxiait, en termes d'espace puisqu'il nous enfermait, de lien puisqu'il nous isolait, de temps puisque d'un côté il liquéfiait la temporalité dans une attente douloureuse et que de l'autre tout le monde courait pour faire face à l'urgence dans une nécessité d'efficacité vitale, enfin, j'ai essayé de réintroduire la notion de plaisir totalement dissoute par la détresse générale. Faire le choix de prendre le temps quand on est dans l'urgence a contribué, dans mon propre psychisme, à créer un espace de continuité entre un « avant » révolu et un futur anxigène, et j'ai habité ces matinées comme une bulle que j'ai mise à disposition des résidents. Cette fois, je ne suis pas partie de ce que je savais faire, d'une pratique classique de musicothérapie, mais je me suis autorisée à partir véritablement de ce que je pensais être les « besoins des résidents » et c'est devenu un espace de créativité en matière de relations humaines ainsi qu'un espace de questionnement et de réflexion pour moi quant à ma pratique.

Sur le terrain

Concrètement, quand j'arrivais, je passais dans chaque chambre, je distribuais le courrier, devenu si précieux, ainsi que les photos que les familles nous envoyaient sur internet afin qu'on les

imprime pour les résidents, photos permettant de lutter contre l'engourdissement affectif qui parfois les gagnait. Un petit coup de peigne, un peu de rouge sur les lèvres, un petit mot gentil pour leur rendre le sourire, je faisais des photos, qu'on envoyait aux familles pour les rassurer, je prenais le temps d'une discussion avec l'un, d'un chant avec l'autre, parfois j'ai chanté seule pour accompagner des résidents en partance, parfois avec d'autres on écoutait un morceau de musique qui réouvrait l'espace sur le monde, le monde d'ailleurs, le monde d'avant, qui permettait d'évoquer une appartenance affective, culturelle, des souvenirs heureux...

J'avais conservé les cloches colorées que je nettoyait après chaque usage, pour que la relation puisse encore se faire lorsque les mots n'étaient plus là, juste par le poids d'un doigt souvent épuisé. J'ai mis en place des « apéros-concerts » : en fin de matinée, après avoir installé mon clavier dans un endroit du couloir qui permettait à tout le monde d'entendre, je proposais aux résidents qui voulaient, une petite collation et, toutes portes ouvertes, je jouais des morceaux de piano variés en changeant chaque fois d'étage. C'était touchant, certains résidents se mettaient sur le pas de la porte et écoutaient, le sourire aux lèvres ; parfois trop fatigués, ils écoutaient de leur lit et applaudissaient doucement. J'ai aussi mis en place une sorte de petite bibliothèque mobile où je

proposais des livres et des revues, je leur faisais parfois la lecture, souvent de la poésie.

Je me suis occupée des résidents comme s'il s'agissait de ma propre famille, avec respect et dévouement, de tout cœur, tout simplement (la simplicité n'étant pas un point de départ mais un aboutissement, avec tout ce que cela comporte de renoncement, de déprise, de dépouillement), en cherchant toujours à maintenir ou à rétablir, un vrai lien humain, dans lequel on prend le temps qu'il faut pour l'autre, le temps de l'écouter, de recréer une connivence, afin qu'il se sente à nouveau exister dans le lien, malgré parfois son silence, sa souffrance. C'est cette qualité de lien dans le soin que je suis allée questionner.

Questionnement, réflexions et analyse

Ressources

Je suis ressortie de cette première période de Covid dans un état de fatigue physique et psychique important : douleurs musculaires dues à une sorte d'intoxication après avoir porté le masque tant d'heures durant, je n'avais plus vraiment goût à quelque chose, plus d'énergie pour faire quoi que ce soit et j'avais un chagrin insondable qui pour un rien déclenchait des pleurs sans raison précise mais inarrêtables, des angoisses assorties de cauchemars récurrents. Pour

faire face, je suis allée puiser dans mes ressources profondes, puiser dans ma propre fragilité et aujourd'hui, c'est dans le creux de ces émotions que je rédige ce témoignage, si difficile à écrire.

Je suis partie de mon propre chagrin, un chagrin dont je ne connaissais pas le goût, un chagrin presque philosophique face à l'humain en perte. En travaillant en psychiatrie, je pensais m'être avancée sur le pont de la détresse humaine, mais là, j'ai vu le dénuement humain dans ce qu'il a de plus brutal, de plus choquant, j'ai vu des êtres réduits au plus petit dénominateur humain, réduits à presque rien, tenus en vie par un petit cœur qui bat encore, comme le tic-tac mécanique d'une horloge essoufflée, c'est tout ou presque. Presque, parce qu'avancée jusqu'à ces confins de la détresse humaine, j'ai constaté qu'il nous restait un espace commun, un espace ténu qui nous différencie de l'animal, un espace où l'humain se nichait encore, dans son rapport ultime à la culture, à l'esthétique, à la beauté, réduite, bien en-deçà de la musique, à la trace qu'elle a laissée en l'autre et en soi, et c'est dans cet espace fin comme une fissure que je suis allée rencontrer les autres, pour encore partager avec eux cette part qui restait vivante, bien humaine, cette part que nous avons en commun.

Sur le coup, ces émotions m'ont galvanisée, parfois j'ai eu un sentiment très fort de

dépassement, d'adrénaline, d'excellence, de fierté, de cohérence, qui nécessite à ce jour où tout va mieux, de faire une sorte de deuil, comme si, une fois l'urgence passée, un léger film d'ennui avait recouvert la vie, comme s'il était difficile de se réhabituer au goût un peu plus fade d'un quotidien « normal », mais qui aujourd'hui se nourrit de cette expérience. Puis, insidieusement, la fatigue s'est installée et lorsque nous avons pu à nouveau circuler, je suis allée me faire superviser, pour mettre des mots sur ce que je vivais. Après un temps de sidération lors des premiers décès, j'ai trouvé aussi des forces dans le fait de me remettre à réfléchir grâce à des lectures en lien avec le soin, en élargissant mon bagage théorique afin de pouvoir m'y appuyer, le livre de Patrick Coupechoux, « *Un homme comme vous* »¹, a notamment été une ressource précieuse, parce qu'il abordait justement cette question d'humanité tellement mise à mal par le Covid.

La question de la mise en forme et de la poésie

Pendant cette période, mon rapport à la musique s'est transformé : très fatiguée, je ne pouvais plus faire de musique pour moi, ni travailler ma voix, ni mon instrument, je réservais mon énergie pour l'EHPAD ; on m'a demandé de chanter pour une occasion officielle dans le cadre

¹Coupechoux P. (2014), *Un homme comme vous*, essai sur l'humanité de la folie, Seuil, Paris

de notre établissement mais c'était impossible, par contre, à titre privé, je me suis remise à écrire. Dans cet état de réceptivité extrême, les mots coulaient de moi comme d'une plaie. Cela m'a interrogée.

Pourquoi des mots plus que des notes ? J'ai du mal à savoir. Peut-être parce qu'avant d'être musicienne, j'ai longuement étudié la littérature et que l'écriture m'était familière, peut être parce que je ne maîtrise pas suffisamment les codes musicaux pour me permettre de composer. Pour moi, le mot, la forme littéraire, m'ont permis de canaliser, de contenir cette labilité émotionnelle liée à ce qui se jouait dans mes rencontres avec les résidents. Le mot à ça de rassurant que son signifié est une sorte d'amarre qui nous rattache au port d'une forme, et peut être d'un sens commun, amarre à partir de laquelle vient s'ouvrir ensuite le monde plus fluctuant du rayonnement de ces mots, de leur vibration, l'espace de la métaphore, de la poésie. Etrangement dans ce monde fatigué, confiné, privé de liberté, la poésie s'est imposée à moi comme la voie qui m'a permis de tenir et d'aider en ouvrant encore plus largement mon regard.

Cela tient à l'essence même de la poésie. En effet, les Surréalistes considéraient que la poésie est partout, parce qu'elle est avant tout une question de regard. Ils la déclaraient

révolutionnaire parce qu'utile, efficace, pratique, dans le sens où elle génère de la liberté en sortant des bornes d'une compréhension rationnelle, pour accéder au monde du possible, de l'indicible, de l'incommunicable, de l'informe. Ils la pratiquaient comme on empreinte une voie inédite permettant d'accéder à des zones de la réalité où la raison ne peut nous conduire, mais où l'intuition est un bon guide. Dans le soin où nous avons tant besoin d'être réceptifs à l'insolite, ce regard poétique est un outil véritable puisqu'il permet de voir bien plus loin que le champ de la signification et de l'analyse rationnelle. La poésie, c'est aussi un espace vibratoire animé par le sens que chacun y met, elle ouvre sur l'espace de l'interprétation, et donc de l'unique, de l'identitaire. Cette épreuve du Covid a donc fini de me convaincre que l'expérience poétique constitue une composante essentielle de l'attitude psychothérapeutique en favorisant sa dimension créative.

Pour illustrer mon propos, j'évoquerai cette résidente qui ne cessait de répéter le mot « cristalline ». J'ai accueilli ce mot insolite et unique qui m'a surprise et émue et nous l'avons vocalisé, accompagné au piano, dans la belle joie d'une connivence qui bien que véhiculée par ce mot hors contexte, nous a permis de nous rencontrer, et d'aboutir à cette autre chose qui est au-delà de la simple écoute, la compréhension, non pas de son discours mais de son geste, elle

offrait à son entourage, à moi, ce mot en partage, qui soudain prenait un sens éminemment humain. Cette attitude poétique, nous permet de mieux percevoir les harmoniques et résonances portées par les symboles ; cela nous permet aussi d'accueillir l'autre sans *a priori*, dans un état d'esprit ouvert et positif.

Dans le soin, en psychiatrie notamment, nous cherchons à comprendre ce qui échappe, nous nous aventurons vers ces régions inexplorées, situées aux limites du langage comme moyen d'aborder le réel, et nous tendons vers le moment où comprendre ne sera plus possible ; en ce point, commence l'aventure et cette limite plutôt que d'être un terme, est un point de départ pour être réceptif à cette part obscure de l'autre ; à ce moment-là, l'intelligence ne suffit plus, il faut écouter ses émotions, ressentir par le cœur et se mettre au service de l'autre pour lui permettre de vivre cette expérience insolite le mieux possible avec les moyens qui lui sont propres.

Résonance et relation intersubjective

Dans cette affaire, il s'agit de résonance plus que d'écho, de sympathie dans le sens où l'on vibre avec, de connivence, de compréhension dans le sens où « l'on prend avec soi ». Pour moi, ce mode d'entrée en relation a été activé et accentué par le contexte du Covid dans le sens où cette

rencontre s'est faite dans l'espace de la « similitude », une similitude inquiétante me renvoyant à ma propre mort et à celle de mes proches. Je m'en serais tirée à bon compte en considérant que l'autre avait un mal n'appartenant qu'à lui. Ces angoisses au goût particulier que je vivais, existentielles, primordiales, c'étaient celles de l'être humain face à la mort, face au drame incontournable qu'elle constitue, aux souffrances qu'elle engendre et dont j'étais le témoin. C'est parce que j'ai abordé l'autre comme mon semblable que la relation a pu s'établir, et que j'ai pu le rejoindre, l'aider, en m'adressant à cette part encore vivante chez lui. Parce que j'étais concernée, j'ai pu entrer en résonance avec les résidents, d'âme à âme, de cœur à cœur et j'ai compris que c'est dans notre réceptivité à ce bruit sourd du drame humain, que peut surgir le lien fondamental, intersubjectif, entre patient et soignant ; le patient étant bien sûr engagé bien au-delà du soignant dans cette expérience dramatique.

Quoi de mieux alors pour accéder à cette humanité que le vecteur de la musique dans sa qualité vibratoire et interprétative ? C'est là où la musique a repris toute sa place. J'ai chanté pour accompagner tous ces gens en souffrance, en partance, et mes vibrations ont porté le message que j'étais là pour eux ; j'ai chanté comme on prie, j'ai mis dans mon chant toute la beauté que je pouvais offrir à l'autre, et face à la hideur de la

mort, cette question de la nécessité de la beauté s'est posée quotidiennement. Elle ne nichait pas dans un résultat musical mais était toute concentrée dans la beauté du geste pur d'aimer, aimer l'autre, aimer l'autre comme son prochain, aimer l'humain de façon inconditionnelle. Cela m'a amenée à admettre que soigner nécessitait d'assumer cette part d'affectivité dans la relation à l'autre. J'ai senti aussi que tout devait être mis en place en partant de lui, pour lui, en fonction de lui et non en fonction de nous, de l'institution, de la norme ou de la société. Dans cet espace de la relation thérapeutique, j'ai partagé avec eux l'ampleur du désastre interne qu'ils traversaient et la musique est venue comme un signe pour les aider à trouver un chemin afin de traverser ce désastre, je les ai accompagnés, comme un passeur. Patrick Coupechoux² parle de la fonction « phorique », nécessaire mais non suffisante, qu'il décrit comme le portage sur les épaules psychiques que les soignants doivent assumer tout le temps nécessaire, quelquefois jusqu'à la mort, jusqu'à ce que le patient puisse se porter lui-même, à l'image du parent portant son bébé dans ses bras et dans sa tête jusqu'à son autonomie suffisante.

Cette lecture m'a permis de réaliser à quel point cette capacité à apporter la certitude à l'autre, de notre engagement inconditionnel à ses

²ibid

côtés, jusqu'à ce qu'il se porte lui-même en tant que sujet, était indispensable dans le soin. Or, c'est bien cette question d'être « encore sujet » qui s'est posée à certains de nos résidents. En effet, ils se sont retrouvés dans une situation non seulement d'isolement (isolés de leur milieu social, de leur famille, de tout lien affectif), mais aussi de désaisissement : sans liberté de choisir, avec des possibilités d'action terriblement réduites, situation dans laquelle ils ont eu le sentiment de ne plus s'appartenir, de ne plus être authentiquement sujets, le sentiment de perdre leur intégrité, leur identité et l'apparition de délires chez certains d'entre eux a peut-être répondu à un ultime besoin d'auto-affirmation pour renouer avec sa propre identité, comme une défense face à la mort comme événement absolu, comme irruption concrète de l'inconnu, de l'absurde, du réel dans sa propre histoire. Beaucoup de résidents ont exprimé aussi leur désir de mourir, peut-être parce qu'en posant ces mots, il en allait de leur liberté ; tenter de les convaincre que la vie vaut le coup, tenter de les ramener à d'autres propos, aurait été leur ôter cette dernière part de liberté, de choix, de possibilité d'être sujets.

Transitionnalité et contre-transfert

J'ai donc habité la relation non pas de façon purement intellectuelle mais de façon affective et intuitive, j'ai essayé d'entrer dans l'univers de

mon patient afin de parvenir à ce que Benedetti³ appelle « relation duelle » dans laquelle le patient doit sentir inconsciemment la thérapie comme une situation où l'autre se met sur le même plan que lui, qu'il se met à sa disposition pour descendre sur son plan d'existence, ouvrant ainsi un réel espace de communication, bien que souvent silencieuse. La musique m'a permis dans ce contexte de m'avancer sur ce pont entre le patient et moi en créant un espace d'échange sans mots, transitionnel c'est à dire un lieu prenant source en partie chez lui, en partie chez moi, et dans mon souci de comprendre l'autre, dans ce positionnement éthique de toujours partir de lui, une question concrète a émergé lorsque j'ai utilisé la musique à nouveau : celle de l'interprétation du besoin de l'autre et du choix dans l'acte thérapeutique. Comment faire pour partir du besoin de l'autre, quand l'autre est sans possibilité de parole ou à l'agonie ?

C'est là que la notion d'engagement intervient : lorsque je choisissais un morceau au chevet d'un résident, je me suis interrogée à chaque fois sur les critères qui motivaient mon choix. Quand je connaissais les goûts du résident, je m'en inspirais et leur passais les morceaux qu'ils aimaient, souvent j'interrogeais les familles, mais quand je ne savais pas et qu'ils étaient déjà en grande partance, que faire ? Il ne s'agissait pas de faire

n'importe quoi, il fallait que ce choix trouve un sens. Faute de savoir, mon premier choix a été d'assumer le fait de prendre le risque de m'appuyer sur ce que je ressentais ou pensais être leur besoin, j'ai pris le risque de me tromper ; par mes choix musicaux ensuite, je me suis impliquée totalement dans ce que je suis, dans mon histoire, ma culture et c'est par ma propre sensibilité, par l'accueil de ma propre émotion face aux résidents, que j'ai pu aider, en acceptant d'habiter l'espace du contre-transfert. Parfois j'ai été si émue que j'en ai mal chanté, mais je suis fière d'avoir chanté avec cette voix brisée par l'émotion, « bella ciao », avec cet homme qui mourrait le lendemain et qui adorait cet air ; ce jour-là, il l'a chanté du bord des lèvres, dans un souffle qui n'était plus que l'ombre du chant, mais il l'a chanté porté par ma propre voix, elle-même si fragile.

Dans cet espace du contre-transfert, je suis entrée en résonance avec le drame de l'autre, je l'ai internalisé, mais cela n'a été possible et efficace que parce que je le faisais dans un cadre conscient, travaillé au préalable et étayé par des concepts théoriques ainsi que par mon expérience en psychiatrie ; pour ma sauvegarde, ce mouvement d'identification devait rester partiel, et j'ai veillé à garder un espace en moi pour moi-même, cohérent, bien portant, en mouvement, libre, gai, qui m'a permis de garder la maîtrise de la situation en vue du soulagement de l'autre ;

³Cité par Coupechoux, ibid

lorsque cela est devenu pesant, je suis allée consulter.

Question institutionnelle, la question de l'utilité

Créer une relation de sympathie, de connivence avec le patient n'est pas possible avec tout le monde, cela ne peut se produire qu'avec les personnes avec lesquelles il se passe quelque chose ; au niveau institutionnel, le fait que l'équipe, bien que réduite ait été encore nombreuse, a sans doute été un facteur positif pour les résidents. Mes propres actes thérapeutiques sont venus s'inscrire dans cette dimension institutionnelle en prenant leur place dans l'institution considérée, non pas seulement comme établissement de soin, mais dans sa dimension humaine, bien vivante ; Jean Oury⁴ parle à ce titre de « constellation transférentielle » faisant figure d'institution au plus près du patient, rassemblant les personnes qui sont en lien avec lui et assurant de facto les fonctions susceptibles de le relier au monde des humains.

Mais cette notion de « vie portée par l'institution » a elle aussi subi les effets du Covid. Certaines familles, à ce jour, nous reprochent d'avoir isolé les personnes âgées et d'avoir arrêté

les activités. Valait-il mieux les isoler et qu'ils meurent de désespoir ou les laisser ensemble et qu'ils meurent du Covid ? Une troisième alternative aurait été possible : continuer les prises en charge au niveau individuel, en chambre. En faisant le choix d'arrêter les activités telles que la musicothérapie, la direction a paré au plus pressé, en pensant de toute évidence à faire pour le mieux. Ferait-elle les mêmes choix s'il fallait à nouveau refermer les EHPAD et reconfiner ? Là, c'est la question de l'utilité des activités qui s'est posée et à mon niveau, de l'efficacité de la musicothérapie : mon temps de travail a été réduit et si je n'avais pas offert aux résidents un peu de mon temps personnel, mon activité thérapeutique n'aurait plus du tout eu lieu. Pour toutes les raisons que je viens d'évoquer dans ce texte, j'émet l'hypothèse qu'en conservant ces espaces d'ouverture, de lien interpersonnel, de respiration et de détente, que représentaient la musicothérapie et le yoga, ne serait-ce que sous forme individuelle, sans doute y aurait-il eu moins de désespoir, voire moins de décès.

On voit bien qu'avec nos pratiques, il ne s'agit pas de faire des calculs à court terme, il s'agit plutôt d'un « investissement » qui mise sur la qualité de la relation comme outil de soin et sur le temps, le temps qu'il faut pour l'autre, le temps qu'il reste à vivre aussi. Là nous nous dégageons aussi de l'idée d'animation où tout doit être

⁴Oury, J. (2001). *Psychiatrie et psychothérapie institutionnelle : Traces et configurations précaires*. Nîmes, France : Champ social. <https://doi.org/10.3917/chaso.ouryj.2001.01>

montrable ; ici, tout se joue dans le ténu, presque dans le silence et la trace de ce qui est créé s'efface souvent comme un souffle.

Conclusion

C'est donc par les bords fragiles de nous-même que nous arrivons à nous faufiler pour rencontrer l'autre, c'est par la faille qu'on soigne, par l'interstice, l'écart, cette porte entre soi et l'autre sur le chemin de ce qui échappe, sur le chemin de tous les possibles, là réside la médiation fondamentale en-deca de toute autre. Patrick Coupechoux⁵ explique que le soin se joue exclusivement dans la « rencontre » entre le patient et le thérapeute, et que c'est à chaque fois une création. Soigner est donc avant tout un art, c'est l'art de la relation. Le chef d'œuvre, s'il advient, ne niche pas dans l'objet réalisé mais dans la séance elle-même, dans l'acte de soigner ; il n'est ni tableau ni chant, mais le travail psychique, inscrit dans une dynamique intersubjective, elle-même présentant une dimension esthétique en ayant son style propre. Là se niche cette beauté qui sauve.

Les apéros-concerts

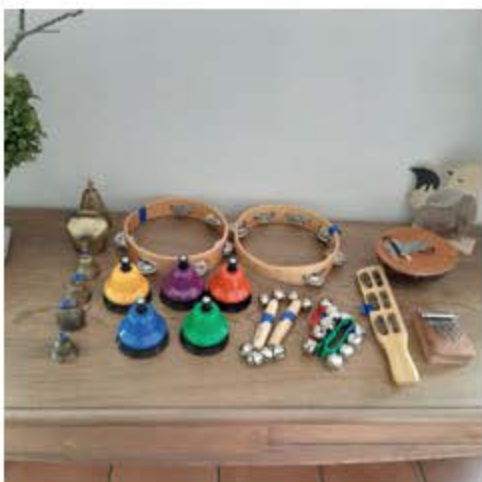


Fraternité

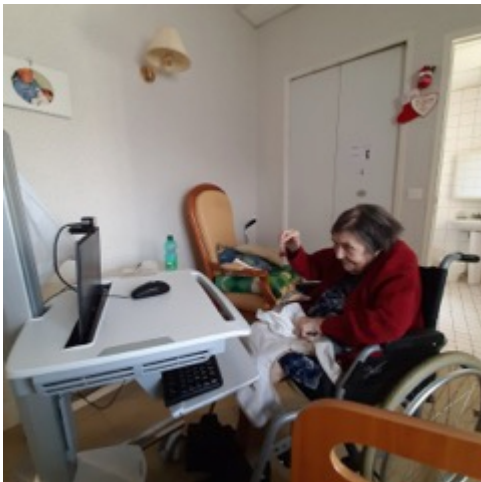


Les cloches de couleur

⁵ibid



Skype



En hommage aux résidents...

« *De l'eau sur la vitre* »

A toi

A toi, la belle vieille qui te tiens droite encore,
A toi, dont les mains fines, violettes et tâchées,
Se nouent et se dénouent sans but, sans accord,
En des gestes graciles souvent inachevés.

A toi aux bas serrés, à la robe trop haute,
A toi qui tiens ton sac, sur tes genoux posé,
Tu y cherches un foulard que tu mets, que tu ôtes,
Un mouchoir en dentelles qui surgit du passé.

A toi qui portes encore, aux oreilles, des perles,
A toi qui chaque jour choisis ce que tu mets,
Tu attends sagement, sans jamais demander,
Mais ton regard parfois dit l'émotion qui déferle.

A toi qui ne vois plus que masses contrastées,
A toi qui en silence avances dans la nuit,
Et dont le sourire doux, sur tes lèvres serrées,
S'échoue comme un falot, au son des voix amies.

A toi qui as connu Brel, Aragon, Ferrat,
A toi dont l'œil brille au son de la beauté,
Et qui distingues encore d'un poème l'aura,
Tu n'as pas oublié, de l'art, la qualité.

A toi qui remercies pour le soin qu'on t'apporte,
A toi qui remercies au sourire d'une voix,
Un bien curieux mystère se dégage de toi,
Toujours reconnaissante, à la fois frêle et forte.

A toi ma belle vieille, qui aux larmes, m'émeus,
A toi femme si digne, qui sans mots nous enseigne,
Le temps qui sur ton corps se veut si glorieux,
Reste assis, impuissant, médusé par ton règne.

A vous Ma Dame,
A vous tout simplement, pour le temps qui nous reste,
A vous, pour vous servir et pour vous adorer,
A vous pour qui je prie et à qui je m'adresse,
A vous dont la belle âme respandit dans la paix.

La vieille au petit chat

Elle gisait en sifflant sur son lit de terreur,
Car la mort approchait, vilaine et boiteuse,
Sa bouche grande ouverte, telle une puanteur,
N'avait plus une dent, caverne ignominieuse.

Elle était là, comme une feuille frêle,
Dans l'hiver de sa vie, où le vent sans remord,
La ballotait sans gêne, soulevant avec zèle
Son pauvre corps rassis, qui résistait encore.

Elle était là, en boule, comme un petit enfant,
Toute maigre et fragile, n'ayant plus de richesse,
Qu'un simple petit chat, caressé doucement,
Par une main diaphane avide de tendresse.

De son doigt maigre et nu, elle allait et venait,
Comme pour rassurer l'animal docile,
Le temps d'un râle affreux, son geste s'arrêtait,
Puis reprenait encore, dans ce temps immobile.

La vieille enfin mourut, laissant pour tout trésor,
Un petit chat pouilleux, rapiécé mais sans vie,
De peluche était fait, ce joli petit corps,
D'un compagnon discret au milieu de son lit.

Que prendras-tu encore ?

Toi qui hais la beauté, toi qui la dilapides,
Que prendras-tu encore à cette âme amoindrie ?
Cette femme si belle, en enfant se conduit,
Elle s'arrache les seins, tordant ses lèvres avides,

Elle gémit, elle trépigne et dans sa nudité,
Elle réclame un amant qui pourrait la baiser,
Ses cheveux emmêlés font d'elles une furie
Que rien ne peut calmer, ni douceur, ni cri.

Elle erre dans les couloirs comme une vieille folle
Et quand dans le miroir elle se découvre nue,
Elle s'enfuit en hurlant, en jetant des paroles,
Qui répandent l'ennui dans les âmes menus.

Son amant chaque jour s'assied à côté d'elle,
Il reste silencieux puis lui dit, souriant :
« Tu es mon adorée, ma belle, ma rebelle,
Et je serai toujours ton merveilleux amant.

Calme-toi ma Chérie, je suis là et je t'aime,
Tu n'as plus à courir, repose-toi enfin,
La vieillesse et la mort, malgré tout ce qu'elles
sèment,
Ne pourront séparer nos cœurs qui ne font
qu'un ».

La rieuse

Petite mine affable, avenante et joufflue,
Tu souris et tu ries dès que l'on te rappelle,
Que quelqu'un, quelque part, de toi s'est souvenu,
Que la vie est bien là, que tu la trouvais belle.

Petite mine triste, à l'angoisse palpable,
Tu t'affoles à l'idée que le monde t'oublie,

Ton univers s'effondre, tu restes inconsolable,
Assise sur ce banc, dévorée par l'ennui.

Tu rejoyes du violon, tu le prends à l'envers,
Sans comprendre pourquoi, il ne veut plus chanter,
L'archet n'est pas méchant mais son âme austère,
Refuse de jouer ; tu te mets à pleurer.

Et tu pleures encore, ballotée par les flots,
De ta mémoire fragile tu es le matelot,
Qui n'a pour horizon qu'une brume épaisse,
Qui t'étouffe, qui te noie et puis qui te délaisse.

La vague indifférente, chaque fois qu'elle passe
Sur ta mémoire de sable, la brouille et puis
l'efface,
Pour revenir toujours, inlassable ballet,
Au vide sidérant d'une plage nouvelle,
Tu te dis en riant que la vie était belle,
Et tu cherches en vain où il te faut aller.

Les trois vieilles

A une même table, trois vieilles rassemblées,
Partageaient leurs repas, leurs jeux et leurs
journées.
Elles ne se parlaient pas, ignoraient leurs prénoms,
Mais quand l'une manquait, le temps leur semblait
long.

L'une ne voyait plus, l'autre grognait sans cesse,
La troisième dormait, mais sans qu'il y paraisse,
Ne perdait pas le fil de ce qui se passait,
Quand les autres chantaient, elle se réveillait.

D'un sourire narquois, elle toisait ses voisines,
Dans un éclat de rire, reprenait en sourdine,
Mon amant de Saint Jean, et puis se retournait,
La tête vers le mur et elle se rendormait.

Quand ses deux acolytes chantaient de plus
belle,
Ses doigts bougeaient un peu, c'était comme un
appel,
Un appel à la vie, qui soudain l'animait,

Elle se redressait et ses deux mains dansaient.

Leurs regards se croisaient, ou bien ce qu'il en reste,
Mais un élan commun animait leurs trois cœurs,
De ce trio chantant émanait la tendresse,
De trois vieilles amies, liées comme des sœurs.

Celle-là...

Oui, celle-là chantait sans cesse,
Ne s'arrêtant jamais, ne reconnaissant rien,
Elle allait et venait, sans jamais qu'apparaisse,
Un mot articulé, un son que l'on fit sien.

Sa voix légère et chaude résonnait sans répit,
Dans un gazouillement fait de glossolalies,
Et ces mots inconnus, sortaient comme un langage
Auquel se heurtait le moindre déchiffrage.

On était bien tenté d'y trouver son chemin,
De lui tendre l'oreille, de lui prendre la main,
D'entonner avec elle ces onomatopées,
Qui coulaient de sa bouche avec volupté.

Mais rien, rien ne pouvait y faire,
Elle errait dans les mots comme on erre en enfer,
Glissant et trébuchant sur le sens estropié,
Qui partait en gloussant, tout honteux et blessé.

Elle nous abandonnait au rivage des mots,
Pour aller se baigner sauvage dans les flots,
D'une langue labile faite pour son plaisir,
D'où je me demandais si l'on peut revenir.

Alors timidement, je rentrais dans cette eau,
Qui me faisait frémir et haleter un peu,
Et je l'accompagnais, en imitant son jeu,
En reprenant son chant comme on fait un cadeau.

Nous nous élaboussions des mots et de leur sens,
Qui jouaient eux aussi car enfin libérés,
Et bien loin de la rive, avec peu d'assurance,
Tout à coup doucement, elle s'est mise à parler.

Derrière la porte

Derrière la porte, il y avait la vie,
Puis sur la porte, il y a eu un signe,
Un signe qui disait que la vie s'assombrit,
Qu'il ne faut plus entrer car la mort y consigne,
Celui qui la franchit et la met au défi.

J'ai entrouvert la porte pour que les sons s'y glissent,
J'ai dit à la musique de ramener la vie,
De porter la beauté, de se faire office,
Mais elle est revenue, dans sa robe jolie,
L'âme toute contrite comme un drap que l'on plisse.

La mort l'avait toisée, méprisante et vulgaire,
Lui disant que son chant resterait sans effet,
Qu'on n'avait pas besoin, en ces temps de misère,
De beauté, de bonté, de grâce ni de paix,
Et qu'il fallait se taire.

La musique a pleuré, se sentant inutile,
Devant la pauvre vieille qu'on allait enterrer,
Et la mort a bien ri en poussant la débile,
Vers la porte entrouverte, où moi je l'attendais.

Sans nous dire un seul mot, nous avons descendu,
Le petit escalier qui donnait dans la rue,
Et là, du fond du cœur, un doux chant est monté,
Lentement tous les gens se sont mis à chanter.

La pauvre vieille est morte, mais au dernier moment
Juste devant la porte, elle a fait le serment,
Que son âme troublée, soudain avait vu clair,
Qu'elle avait entendu et revu la lumière,
Qu'elle partirait sereine, presque comme une enfant.

Oui derrière cette porte, il y aura la vie,
Mais sur le mur longtemps, restera une trace,
Celle des griffes hargneuses de la mort ahurie,
Qui hurle sa colère, sa rage et son dépit,

Vociférant partout que la grâce l'agace.

Isolement

J'ai vu un homme digne, pleurer comme un enfant,
Tenant si tendrement la main de son épouse,
Qu'on aurait dit bientôt de tout jeunes amants
Partant se fiancer, vêtus de neuves blouses.

Il pleurait car sa femme, passé soixante-dix ans,
D'un mariage heureux, restait là, en silence,
Sans comprendre un seul mot, assise sur un banc,
Le regard dans le vide, sans que rien n'ait de sens.

Et il pleurait cet homme, il pleurait son aimée,
Cette femme avec qui il avait partagé
Tant de joies, tant de peines, et qui bien que
présente
Ne savait plus son nom car elle était démente.

Il lui chantait son cœur longuement dans la nuit,
Il s'adressait à elle, en priant qu'elle comprît,
Mais pour toute réponse, elle tapotait des doigts,
Ce qui le terrassait et le laissait sans voix.

Et cet homme pleurait, il pleurait en silence,
Le départ de sa femme qui était pourtant là,
Il pleurait son exil, il pleurait comme on lance
Un timide « je t'aime, je t'en prie reviens moi ».

Ut septième

Je l'ai vu arriver, entouré par les siens,
Pour occuper déjà son ultime demeure,
Une chambre petite, peu d'objets, presque rien,
Juste de quoi aller jusqu'à sa dernière heure.

Sa famille est partie. Sur le lit allongé,
Ne voyant que d'un œil, il épiait les bruits
Cris et gémissement, paroles chuchotées,
Légèrement inquiet, en entrant dans la nuit.

Lorsque son corps s'est mu, son corps immense et

maigre,
Qu'un souffle hésitant, faiblement animait,
En lui j'ai reconnu le jeune homme allègre
A l'œil étincelant que les siens décrivaient.

Il a voulu sortir, il a voulu marcher,
Au prix d'efforts extrêmes qui le faisaient
trembler,
Nous nous sommes assis, légèrement à l'ombre,
Et nous avons fumé dans un silence sombre.

Et puis il a parlé, en me regardant droit,
Il m'a parlé de lui, il a parlé de moi,
« Vous êtes musicienne », m'a-t-il apostrophée,
« Moi j'aime l'ut septième comme accord
parfait ».

J'ai mis de la musique et les mots sont venus,
Affleurant sur ses lèvres en souvenirs ténus,
Son goût pour les objets, sa passion des pianos,
Qui gisaient désormais au fond d'un entrepôt.

Rien que de dire leurs noms, qu'il oubliait parfois,
Il entendait leurs sons, se rappelait leurs voix,
Erard, Gaveau, Pleyel, des pianos merveilleux,
Mais le Steinway, royal, restait le plus précieux.

Alors dans le silence du jardin sombre et clos,
Une larme a coulé sur un accord de do,
Et le vieil échalas, aux airs de jeune homme,
A bougé ses longs doigts, sur un clavier fantôme.

J'voudrais mourir

Sa chambre, une mansarde, était fraîche et austère,
Un lit blanc, une table, deux orchidées rassies,
Pas de livres, pas d'objets, pas de photo jaunie,
Cette femme vivait calmement en enfer.

Quand on entra chez elle, elle vous lançait
toujours,
Sur un ton âpre et doux, que vivre sans amour,
C'était mourir sans fin, qu'elle voulait en finir,
Elle passait ses journées à prier pour partir.

Elle restait là, assise, sous la fenêtre, droite,
Attendant en silence que Dieu la prît enfin,
Mais le temps s'écoulait sur son âme étroite,
L'asséchant lentement comme un morceau de pain.

« J'voudrais mourir, j'voudrais mourir »,
murmurait-elle,
En chiffonnant lassée un mouchoir plein de larmes,
« Si j'avais le courage, je saisisrais une arme,
Je ne peux m'y résoudre et fatiguée j'appelle ».

Elle vécut très longtemps son laborieux supplice,
Egrainant ses journées en plaintes répétées
Et quand vint le moment de quitter le foyer,
Son front triste et froncé redevint enfin lisse.

La faille

En fait, je suis la faille, la profonde blessure,
Je suis la porte ouverte sur un monde inconnu.
Je suis la porte ouverte, je suis la déchirure,
Qui ouvre à des espaces infinis et perdus.

Je suis le grain de sable qui enraye le jeu,
D'une machine stable au rythme ennuyeux,
D'un espace béant, j'ouvre le territoire,
Dérangeant, annulant tout effort de mémoire.

Je suis celle qui tourne autour du puits profond,
Du monstre familier, des choses innommables,
Je chante les angoisses de l'irreprésentable,
Le chanfre ébloui des mystères absconds.

Je danse sur la ligne bien fragile des mots,
Je m'appuie sur les lettres, je danse en leur noyau,
Celui qui meut le signe en un sens improbable,
Celui qui nous relie, celui qui nous accable,

J'approche par le bord, ce qui vibre, infime,
Ce qui en notre vue, refuse d'être pris,
Cette fragilité qui nous rend légitimes,
Uniques et vivants, sujets parce que surpris.

Et j'avance à tâtons, j'avance dans l'effroi

Des possibles, des choix, qui effractent nos vies,
J'avance dans l'angoisse, j'avance dans la joie,
Sur le tapis de ronces qu'offre la poésie.

Les mots pleurent de moi

Les mots pleurent de moi comme des larmes sèches,
Ils m'appellent, me rudoient, me laissent sur la brèche,
Ils se jouent des écarts, des éclats et des failles,
Impérieux, injustes, et puis soudain ils baillent,

Ils s'en vont sifflotant, ils me tournent le dos,
Puis reviennent narquois, en élans généreux,
Je suis le bateau ivre qui vogue sur leurs flots,
Je suis leur serviteur, esclave de leurs jeux,

Ils me font traverser des espaces sublimes
Pour lesquels je peine à trouver le bon ton,
Ils m'offrent des bijoux, me jettent dans l'abîme,
Me coiffent et me décoiffent, m'honorent de leurs dons

Me voilà traversée, étrangère à moi-même,
Ballotée par des sons qui chantent par ma voix,
Je suis dépossédée et riche à l'extrême,
Au plein cœur de la nuit, au plus profond des bois,

Et je danse pour eux, sous la lune blafarde,
Apeurée par les cris qui résonnent en moi,
Je danse et danse encore, puis je tombe hagarde,
Sur l'herbe odorante, je suis nue et j'ai froid

Je regarde le ciel et là je me souviens,
Des étoiles menues qui brillaient dans ma main,
Je me relève un peu et je vois éblouie,
Qu'autour de moi, au sol, scintillent dans la nuit,

Des astres tous petits, qui jouent dans l'herbe folle,
Pareils à des chatons, nés au petit matin,
Et je pleure de bonheur, sur cette couche molle,
Ces mots qui dans la nuit honorent le chagrin.

Le pont de la folie

J'ai marché bien longtemps en longeant la rivière,
J'ai suivi les chemins en me laissant porter,
J'ai dormi dans le foin odorant de l'été,
Puis je suis arrivée devant ce pont de pierre.

Il se voyait à peine, dans cette brume épaisse,
De la rive opposée, rien ne m'apparaissait,
Mais plus je m'approchais, plus mes pas hésitaient
En entendant ces voix aux accents de détresse,

Des voix stridentes et frêles, des voix qui
suppliaient,
Des petits cris d'enfants, des râles rauques et
sourds.

Des mots comme des lames, des mots crus sans
détours,
Dans un bourdonnement, violemment se mêlaient.

Là mon cœur s'est serré et sans savoir pourquoi,
Je me suis avancée sur le vieux pont étroit,
Vers ces formes fantômes qui dans l'épais
brouillard,
Tendaient de tristes mains, sans oser un regard.

Arrivée au milieu de l'édifice austère,
J'ai fait encore un pas puis me suis arrêtée,
Je n'ai pas pris les mains mais soudain j'ai chanté
Un air d'un autre temps qui parlait de la mer.

Puis mon chant a perdu ses accents mélodieux,
Et il s'est fait l'écho de ces voix inconnues,
Il a dit leur souffrance, leurs désirs têtus ;
Me mettant à genoux, j'ai regardé les cieux,

Et j'ai prié longtemps pour que ces âmes folles,
Retraversent le pont, rejoignent le chemin,
Qui longe le ruisseau au chant clair et serein,
Se tenant par la main en longue farandole.

L'asile

L'asile. Des hurlements affreux

Dans des bouches sans dents
D'enfants nonagénaires.

L'asile. Des lits à barreaux blancs.
Ne plus jamais atteindre
Les volets clos sur les premières étoiles.

L'asile. Des chaussons inutiles,
Un manteau oublié.
Reste le gilet blanc pour le dernier voyage.

L'asile. Un long couloir où chaque jour
A tâtons, la vie et la mort
Marchendent leurs lots de vies humaines.

La mort s'ennuie

Dans ces bouches aux lèvres sèches,
Comme en un gouffre obscur, la mort se tapit.
Elle attend, en léchant nos entrailles,
Elle attend son heure, la mort.

Le regard vide, baillant d'ennui,
Moqueuse, hautaine, cynique même,
La mort vient prendre possession,
Déjà lasse d'attendre.

Elle s'agace de ce regard qui soudain se ranime,
De cette larme qui coule si difficilement,
De ce souffle paisible à nouveau,
Parmi les êtres aimants...

Pour elle, vu de la mort,
Il est temps d'en finir,
Pourquoi attendre encore,
Ne serait-ce qu'un mot...

Seul l'amour d'une mère attendant pour partir,
Que ses enfants enfin, près d'elle se rassemblent,
Peut laisser à la porte, la mort qui attend,
Et qui fume d'ennui dans un léger sourire.

Voisines de chambre

Elle n'a rien vu la vieille, elle n'a rien entendu,
Ni le souffle plus court, ni l'odeur un peu âcre,
Isolée, assourdie, par ce refrain d'enfance,
Qui lui revient sans cesse.
Sa voisine de chambre est morte ce matin.

Le défunt

Sous un soleil radieux, un lent cortège avance.
Un fichu à pois blancs, pleure, gémit, se traîne.
La dalle du caveau lourdement est fermée,
Sous une pluie de fleurs qui tombent en silence.
Le sel du chagrin et l'odeur de la rose
Se mêlent jusqu'à la nausée.
Le cœur du défunt germe déjà sous le soleil.