



L'ère du masque et du masqué par Marie Tougne

L'ère du masque et du masqué. Tu portes ce qui est demandé, caches ce qui est ressenti. Bienvenue à la pièce de théâtre qu'est la vie. Dépendamment de ton lieu de naissance, tu auras un rôle à jouer et on aimera te faire croire que tu as une forme de liberté à rendre ton personnage créatif.

Il y a tant à dire sur la société américaine, mais je sais très bien qu'elle a tendance à prôner quelque chose à voix haute et chuchoter dans les oreilles de tous le contraire. Cette contradiction rend la vie plus compliquée qu'elle ne devrait l'être. Elle entraîne questionnements, remises en question, craintes, pertes de temps, mais principalement de graves problèmes en ce qui a trait à la santé mentale.

Je trouve passionnant le métro. J'ai souvent eu l'impression que c'est un endroit des plus révélateurs. Les gens ne sourient pas. Ils ne rient pas. Ils affichent une neutralité des plus totales. Il vous est peut-être arrivé de remarquer la différence flagrante entre une personne qui fait plusieurs stations accompagnée par quelqu'un d'autre et, dès que l'autre part, la personne qui remet ses écouteurs et affiche la moue partagée par l'ensemble des autres usagers du métro. C'est absolument fascinant. C'est un peu comme si une fois l'autre parti, un relâchement était permis. Je me suis demandé pourquoi et j'ai orienté ma réflexion vers l'idée que la personne était de nouveau confrontée à sa solitude. Et je ne dis pas cela négativement; j'affirme tout simplement que la personne se retrouve de nouveau seule. Il m'est très rarement arrivé de voir une personne seule rire ou sourire sans la présence de son téléphone. C'est comme si c'était difficile d'apprécier la vie seul.

Récemment, j'ai remarqué quelque chose qui m'a beaucoup fait réfléchir. De nouveau dans le métro, je regardais ceux autour de moi et j'ai réalisé que les seules couleurs qui ressortaient étaient celles des lignes de métro : les gens sont tous en noir et en gris. Puis, en sortant à l'extérieur, j'ai remarqué la même chose. Pourtant, quand j'étais plus jeune, on mélangeait les couleurs comme si l'on souhaitait voir qui ferait ressortir le style le plus loufoque. Et je dois dire que plusieurs auraient pu être couronnés rois pour leur créativité.

La santé mentale est un défi parce qu'elle est subtile : elle est un secret partagé. Nous sommes de plus en plus touchés et exposés à la détresse morale. Je dois dire que j'ai très fortement l'impression que nous le réalisons davantage et que diverses compagnies tentent de camoufler la réalité avec des moyens novateurs des plus dévastateurs. De

nouveau, tu vas bien et on te demande de le montrer pour l'équipe. Tu es un leader et tu es fort.

La vulnérabilité n'est pas une faiblesse. Elle est une force absolue et mérite d'être mise de l'avant. Tout garder enfoui augmente considérablement la souffrance. C'est le temps de mettre fin au secret partagé qu'est la santé mentale : il mérite d'être exposé et soigné. Les signes de détresse volent à 100 à l'heure et nous sommes constamment préoccupés par le besoin d'aller plus vite qu'eux pour chercher à les camoufler. Sauf que nous sommes rendus à un point où l'on étouffe. Nous manquons d'air, parce que le poids de la vie nous noie. C'est terrible parce que tout naturellement, la vie est simple. Au fil des années, nous avons fait des avancées considérables, mais la meilleure invention reste celle de la création de problèmes imaginaires. Ces derniers ont abouti à des problèmes réels.

Je ne dis pas détenir la solution, loin de là. J'affirme qu'il est temps de parler et de dire à voix haute autant les choses qui vont bien que celles qui vont mal. Il est temps d'arrêter de cacher nos réflexions sombres par des « je suis juste fatigué ». Les « moi aussi » peuvent se transformer en des « parlons-en ». Je pense que n'importe qui sait le bien fou qu'est la sensation de ne pas se sentir seul dans une situation. Cela revient au même.

Nous voilà dans l'ère du caché alors que le ressenti engourdit nos membres et nous paralyse. On nous rappelle sans cesse qu'on doit pourtant être plus rapides. Que faire et comment expliquer que ce n'est pas un manque de volonté, mais une perte de capacité ? Comment t'expliquer que ce n'est pas que j'ai mal à la gorge ou que ma fille est malade, mais que c'est que ça fait plus d'un mois que je ne dors pas et que j'arrive à peine à me brosser les dents ? Comment t'expliquer que j'ai mal, que je souffre et que les mots m'échappent ? Tu dois penser que je manque de crédibilité. C'est dommage, parce que je suis la plus authentique quand je tente de t'expliquer l'inexplicable.

Et si le bal masqué avait une fin ? J'aimerais tant pouvoir voir un monde où, que nous soyons seuls ou accompagnés, lorsque les rideaux tombent, les masques sont par terre et les personnages ne sont munis ni d'armes, ni de mensonges, ni de monologues, mais s'écoutent parler de ce qui est alors si humain, si commun. La solution, elle aussi est commune. Et si « Huit Clos » se transformait en un savoir-vivre heureux ?

Texte révisé par Thierry Jean