

Le temps de la reconstruction

*“On mérite l'amour, en tant que femme, en tant qu'humain.
On mérite de la tendresse, on mérite de la bienveillance, on mérite le respect.”*



Saïla, 45 ans, témoigne de son expérience de violences conjugales, marquée par une enfance difficile et une tragédie profonde : le suicide de son fils. Après avoir enduré 23 ans de souffrance, entre violences physiques, psychologiques et viol conjugal, cette amérindienne raconte son parcours vers la libération, qu'un jour décisif a enclenché, celui où elle a dit "stop" pour la première fois.

Son récit témoigne de la reconstruction difficile, du regard des autres, et de la souffrance qu'elle porte encore. À travers cette épreuve, elle est devenue une femme déterminée, fière de son parcours, même si elle confie : *“je considère qu'il y a toujours du travail à faire car je suis fragilisée.”*

Mais comment j'ai laissé faire ça ?

Je suis très déterminée à avancer, surtout dans ma vie, dans ma vie en tant que femme. Alors, moi, je suis Saïla, j'ai 45 ans, je suis Kania. J'ai vécu des violences conjugales pendant 23 ans, des violences psychologiques et physiques. Il y avait aussi le viol conjugal. Pour moi, c'était normal, ce qu'il me faisait. Il me disait : « c'est moi ton mari, comme je suis ton mari, il faut que tu me donnes ce que tu as à me donner ».

Quand j'ai quitté le père de mes enfants, surtout le jour où je l'ai quitté, où j'ai décidé que c'était fini, je sortais d'une rencontre avec plusieurs personnes, d'une réunion, et lui, il m'attendait en bas du bâtiment. J'ai senti qu'il me fallait absolument ranger mes chaussures. Mais le temps que je baisse la tête et que je regarde, j'ai senti quelqu'un arriver à une vitesse ... J'ai juste regardé, j'ai juste eu le temps de regarder à ma gauche, et je me suis vue partir contre le mur. J'ai senti ma tête partir contre le mur, aller taper contre le mur plusieurs fois. Et je le vois, lui, devant moi.

Je lui ai dit : « arrête, stop, non, ça suffit . Il y a tout le monde qui est là, on te voit, on te voit faire ». “Je m'en fous, on va rentrer à la maison, tu vas voir ce qu'il va se passer.” Je lui ai dit : « non, je ne rentre pas ». Je me suis vue dire non pour la première fois. J'ai vu quelqu'un passer juste derrière lui, et puis je lui ai fait signe, juste avec mon regard, au secours quoi. Et

il a fallu deux petites minutes où il a recommencé à me frapper, où je me suis vue comme une poupée de chiffon me cogner sur le mur, sur les barreaux. Je me suis dit, mais là je vais mourir. Je repense là, je suis complètement émue de me dire, mais comment j'ai laissé faire ça ? Je suis une poupée, on fait ce qu'on veut avec moi.

Je suis comme un enfant terrifié

Qu'est-ce qui a été, à votre avis, le déclic ? Le regard des gens autour. De voir la pitié des gens. J'ai vu les gens nous observer, crier : "oh ça suffit". En fin de compte, non, ils ne s'arrêtaient pas. Alors mon déclic a été : non, je ne veux plus de ça, je ne veux plus de coups. Mais j'avais tellement mal à la tête que je me suis dit, mais qu'est-ce qui va m'arriver ? Je vais rentrer avec lui, qu'est-ce qui va m'arriver ?

La police arrive, ils me disent, qu'est-ce qui se passe ? Je l'entends dire à l'autre policier : « elle m'a trompée. Et comme elle m'a trompée, voilà ce qui lui arrive ». Le policier dit, oui mais bon, vos scènes de ménage là, il faut les régler à la maison. Sur le coup, je regarde le policier et je lui dis non. Je n'avance pas, je reste entre les deux policiers, je ne sais pas quoi faire. Je suis comme un enfant terrifié. Je suis terrifiée, je suis comme une enfant, comme une petite fille.

Et aujourd'hui, c'est encore douloureux. Oui, c'est très douloureux parce que je me dis, qu'est-ce qui serait passé si j'étais rentrée avec lui ? J'ai pris la bonne décision, il y a quatre ans de cela. J'ai tout entamé, ma demande de divorce, le fait de récupérer mes enfants. Et puis un jour, on s'est croisés, mais dans une ruelle. Et il m'a dit : tu crois me manipuler, c'est parce que les enfants sont là que tu es encore là. En une seule fois, 60 secondes, je me suis sentie fragilisée. Et quand il a vu que j'ai baissé la garde, j'étais complètement paniquée. Il m'a dit : je suis en train de blaguer ... waouh.

Je suis devenue une porte blindée

C'est le temps de la reconstruction, c'est le temps de m'aimer moi, de prendre soin de moi, de me dire que je ne veux plus l'irrespect des gens. Je suis devenue une porte blindée, où je scanne la personne déjà, avant que tu n'arrives devant moi ou à un mètre de moi, je sais déjà dans quel camp tu es : tu es mon ennemi ou pas.

Comment on arrive à s'en sortir ? Déjà à dire stop. On ne mérite pas les coups, on ne mérite pas l'humiliation, on ne mérite pas tout ça. On mérite l'amour, en tant que femme, en tant qu'humain. On mérite de la tendresse, on mérite de la bienveillance, on mérite le respect. Le respect du corps, le respect de la personne qu'on est en face.

Qu'est-ce qui a été le plus difficile dans ce travail de reconstruction ? La dépression, ne pas rentrer dans la dépression. De rester enfermée chez soi, le regard des autres. Le fait d'être dénigrée, d'être encore surveillée par le père de mes enfants. J'ai pris quand même pas mal de temps de me dire non, je ne suis pas foutue. Je ne suis vraiment pas foutue d'être partie. Je n'ai pas vu mes enfants pendant un an. De peur qu'on me fasse du mal, qu'on leur fasse du mal. J'ai pu être accompagnée par la psychologue de l'AGAV qui me disait : vous ne vous

rendez pas compte, mais vous avez une forte résilience, vous trouvez tout de suite la solution. Vous en parlez, vous êtes émue, vous pleurez, mais tout de suite vous rebondissez. Ça a été un long travail. Et jusqu'à présent, je considère qu'il y a toujours ce travail à faire. Je suis quand même fragilisée.

Qu'est-ce qui a été le plus difficile dans cette reconstruction ? Le fait de s'aimer, le fait de se dire que je suis une très belle femme, que je suis une femme forte, que je suis une femme qui n'est pas dépressive, qui n'est pas folle. De me dire qu'en face de moi, quand je regarde les amis de mon ex-époux, lorsqu'ils disent « oui, mais c'est quelqu'un de très bien », je dis « non, vous ne voyez pas ce que je vois ». Je l'ai quitté et il sait pourquoi je l'ai quitté. Et il est responsable de cette situation. Tu m'as fait ça. Tu m'as enfermé dans la chambre pendant des heures, pendant 24 heures, avec rien, à aucun moment. Jusqu'au jour d'aujourd'hui, il ne s'est pas excusé. Pour lui c'était normal.

Je me suis dit, peut-être que c'est moi qui ai un problème

Comment justifiait-il la violence ? C'est le fait que tout était de ma faute. Tout n'était pas fait comme il le souhaitait. Ou je le contredisais. Et quand je me prenais les coups, c'est parce que je lui disais non. Ou que je lui disais la vérité. Ou je lui disais, « tu n'es pas un bon mari ». Ou je lui disais, « mais tu ne te rends pas compte, devant les enfants, tu veux me claquer ». Il me disait : « mais quoi ? Mais je vais te claquer, oui. Parce que tu crois que les enfants vont m'arrêter, non ». Il avait cette habitude de n'avoir jamais tort. Tout ce qu'il dit est correct, il est respectueux ... Jusqu'à un jour, où une de ses enfants a dit : « mais c'est toi qui en fou, papa. Tu rends fous, papa. Mon papa n'est pas méchant, mon papa est gentil. C'est toi qui le rends fou. »

Et jusqu'à un certain moment, je me suis dit, peut-être que c'est moi qui ai un problème. C'est vraiment moi qui ai un problème. Peut-être que je dois être suivie psychologiquement. De par mon parcours, de par mon passé. D'enfants victimes, d'enfants violés, d'enfants... Peut-être que je suis mytho, j'en sais rien. Et j'ai fait ce travail. Mais il me reste encore à faire.

Si j'avais une machine à remonter le temps, j'aurais fait les choses autrement.

Vous avez compris pourquoi est-ce que vous avez accepté cette violence ? Ma mère a été aussi victime. Elle a subi des violences conjugales très, très graves, très difficiles, que j'ai vues. La première fois que j'ai eu la première gifle, c'était devant mon fils, tout petit, un an et demi. J'ai pris la première gifle. Là, j'ai repensé à ma mère. J'ai dit, maman, tu n'es pas là. Elle ne m'a pas protégée. On ne se rend pas compte que ce qu'on subit, ce que ma mère a subi, inconsciemment, notre enfant, lorsqu'il le voit, lorsqu'il assiste à ces violences, reproduit.

Mon fils était dans une relation toxique aussi. Il n'a pas supporté ... Il s'est donné la mort. Mais qu'est-ce que j'ai montré à mes enfants ? Qu'est-ce que j'ai montré à mes enfants ? Je me sens coupable. Si c'était à refaire, je l'aurais fait. Si j'avais une machine à remonter le

temps, j'aurais fait les choses autrement. Je ne dis pas que j'aurais sauvé la vie de mon fils, mais j'aurais fait les choses autrement.

Il a fallu ça. Ça a été ma force. Ce drame est ma force. Aujourd'hui, c'est ma force de me dire que mon fils est décédé. De là où il est, il est en paix. Oui, je veux cette paix. Je veux absolument cette paix parce que mon fils a été un enfant très jovial. Je vais vous raconter une anecdote. Je me retrouve dans la cuisine en train de pleurer. Il me dit : “maman, partons loin, on prend les frères et on s'en va, on quitte la maison. Même si on va dormir dans la rue, partons.” C'est resté dans ma tête. Il n'est plus là ... Je suis partie.

Et le moindre conflit, je lui fuis. Parce que je ne veux plus de conflits. Ça me permet de la voir dans la tête, son regard, son sourire, sa voix, sa phrase. Il me dit : “allons maman, tu ne mérites pas ça.” Maintenant, je l'ai en boucle. La moindre situation, je l'ai en boucle. Je me dis, demain, ça ira mieux.

Je suis fière d'être la femme que je suis

On peut faire beaucoup de choses, on peut faire énormément de choses après le déclic. Je suis très fière, vraiment très fière d'être la femme que je suis actuellement. Je suis très fière du parcours que j'ai eu parce que je n'aurais pas été là en face de vous. Au bout de 4 ans, je me dis que je suis une guerrière. Arriver à ce beau petit parcours, ça m'a permis en même temps de me renforcer. Je suis une femme déterminée.

Je sais ce que je veux dans ma vie. Je sais ce que je ne veux pas. Il est hors de question que quelqu'un d'autre me le refasse. J'ai envie de crier, de clamer devant tout le monde, mais regardez-moi. Quand je marche dans la rue, je suis fière d'être la femme que je suis. Oui, mais regardez-moi.

Je me dis, wow ... Mes enfants sont très fiers. Ils me disent : “maman, tu es magnifique, je suis fière de toi, maman”. C'est ce que je veux voir à travers le regard de mes enfants. J'en suis fière et je continuerai à faire ce travail sur moi, à faire ce travail pour tous les autres, pour qu'il y ait des sourires. Je suis très heureuse d'être là aujourd'hui.