

Moi, le Puzzle

Par Ciaran Van Hoerlende

Le premier janvier 2022

Rédiger une introspection en partant d'une feuille blanche n'est pas une tâche facile. Certainement pas lorsque je n'ai pas fait quelque chose de similaire dans le passé. Cela ne veut pas dire que je n'ai pas réfléchi à ma propre vie et à ma personnalité en cours de route, mais le fait de devoir verser mes pensées dans un texte cohérent en un temps limité et, pour rendre la chose encore plus difficile, de devoir le faire dans une autre langue que je ne maîtrise pas parfaitement, on peut comprendre pourquoi cette tâche est l'une des plus difficiles que je n'aie jamais entreprises. Néanmoins, je vais m'y essayer, compte tenu des circonstances susmentionnées.

Au moment où j'écris ces lignes, je ne sais pas encore exactement ce que je vais noter, mais je tiens d'ores et déjà à avertir le lecteur que certains des sujets personnels que je vais aborder peuvent être déprimants et/ou dérangeants pour certains. Pour moi, la manière la plus logique d'aborder cette tâche difficile est chronologique, c'est pourquoi je vais l'aborder de cette manière. Une fois tout cela réglé, plongeons dans les événements qui ont fait de moi la personne que je suis aujourd'hui.

D'aussi loin que je me souviens, on m'a souvent dit que j'étais spéciale. Je suis intelligent, extraverti, drôle, attentionné... Ce ne sont cependant pas les raisons pour lesquelles les gens me considèrent comme spéciale. Quand j'avais cinq ans, mes parents m'ont conduit à l'hôpital parce qu'ils avaient remarqué que je ne me comportais pas "normalement" pour un enfant de mon âge. J'ai quitté l'hôpital avec un diagnostic de trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité, ou TDAH en abrégé. En tant que petit enfant, j'avais un peu de mal à me faire à cette combinaison de mots, mais je savais que quoi que ce soit, cela me rendait différent des autres.

Pendant mon enfance, je n'ai pas eu la vie aussi dure que ma famille et mes amis en ce qui concerne les effets négatifs du TDAH. Cela ne veut pas dire qu'ils ne m'ont jamais causé de problèmes, mais j'ai l'impression que c'était beaucoup plus difficile pour mes proches. Ce n'est pas si surprenant, cependant, si l'on considère que le diagnostic de TDAH n'a pas changé ma personnalité, mais a simplement expliqué certains de mes traits de caractère déjà présents. Je ne l'ai compris que bien plus tard, lorsque j'ai commencé à considérer mon TDAH comme un don et non comme une malédiction. Mon TDAH fait partie intégrante de mon caractère complexe et en tant que tel, je ne pourrai jamais m'en débarrasser complètement. Au lieu de cela, comme tout autre aspect de la vie, je devrais le développer et en faire quelque chose d'utile et d'admirable.

Néanmoins, ma vie sociale d'enfant n'était pas des plus faciles. Les visites mensuelles chez le directeur de l'école ne sortaient pas de l'ordinaire, pas plus que les punitions infligées par mes parents. En plus de cela, j'ai été victime d'intimidation quotidienne à l'école et en dehors de l'école pendant la cinquième et la sixième année de mon éducation primaire. Il y avait beaucoup de choses horribles à propos de ces brimades, mais le pire était le sentiment d'espoir et d'impuissance. Il y avait des gens qui voulaient m'aider, mais ils étaient soit impuissants, soit incapables d'être là pour moi quand j'en avais besoin. Ce n'est que lorsque j'ai décidé de ne pas laisser les autres me piétiner et de prendre les choses en main que les choses ont commencé à s'améliorer. J'ai exercé des représailles contre le chef du groupe d'intimidateurs à l'entraînement de football et je me suis assis avec un enseignant pour élaborer un plan visant à mettre fin à l'intimidation à l'école. Ces deux actions ont abouti à des résultats positifs.

Pourtant, même après que les brimades aient cessé, des questions à ce sujet me tenaient éveillé la nuit. Pourquoi moi ? Qu'est-ce que je leur ai fait ? Pourquoi eux ? Pourquoi ressentent-ils le besoin de tirer quelqu'un vers le bas ? Bien que je n'aie jamais trouvé de réponse, ou du moins pas de réponse définitive, à aucune de ces questions, j'ai réalisé une chose : je ne serais jamais comme eux. Je ne ferais jamais ressentir à quelqu'un ce qu'ils m'ont fait ressentir. Cependant, avec le recul, je considère que j'ai eu de la chance d'avoir été victime de harcèlement, ce qui peut sembler bizarre pour la plupart des gens. Cela m'a rendu plus résilient et indépendant. Cela m'a appris à me défendre et à me débrouiller tout seul. Au moins, si les choses deviennent difficiles, je sais maintenant comment m'en sortir.

Deux ans plus tard, alors que j'étais enfin installé comme le clown intelligent de la classe dans mon nouveau lycée, la vie, ou plus précisément mon père, a décidé de me lancer une nouvelle balle courbe. Je m'en souviens clairement : c'était une soirée comme une autre. Notre famille était en train de dîner quand tout à coup, mon père s'est éclairci la gorge et a pris la parole : "J'ai quelque chose d'important à partager avec vous tous. Je ne sais pas comment vous l'annoncer correctement, mais nous allons déménager aux États-Unis pour trois ans au mois d'août." La colère, la confusion et la tristesse se sont accumulées en moi et j'ai quitté la table en trombe. Une fois de plus, j'avais l'impression d'être traitée injustement, qu'il s'agissait d'une sorte de blague égoïste dans laquelle je n'avais pas mon mot à dire. Je n'étais pas prête à abandonner la vie telle que je la connaissais pour repartir à zéro dans un pays étranger.

J'avais besoin d'un peu de temps, mais après un certain temps, j'ai décidé de m'ouvrir à la culture américaine et de m'y immerger. J'ai noué des liens avec des gens, je me suis fait des amis, j'ai visité des endroits à couper le souffle, et bien plus encore. Comme j'étais à l'aube de la puberté

à l'époque, il n'est pas surprenant que toutes ces interactions m'aient marqué. Cependant, trois d'entre elles ont eu un impact plus important sur moi en tant qu'individu que toutes les autres.

Tout d'abord, l'une des premières choses que j'ai remarquées lorsque j'ai posé le pied sur le sol américain est la superficialité de la majorité de la population américaine. Ils portent un masque amical derrière lequel ils cachent leur personnalité et, dans une certaine mesure, leurs véritables intentions. Ce n'est pas nécessairement une mauvaise chose, car dans un cadre professionnel, cela peut éviter des conflits inutiles. D'un autre côté, cette même attitude est la raison pour laquelle la plupart des relations sont superficielles et tout sauf profondes. Toute cette approche de l'intercommunication découle de la conviction que l'on trouvera le bonheur en aidant les autres à le trouver. En tant que garçon très occupé par le concept du bonheur à l'époque, j'ai décidé d'essayer cette perspective mentale pour voir si elle améliorerait mon bien-être général. J'ai tenu deux jours avant d'avoir envie de me couper les veines. Je n'ai jamais été aussi proche du suicide qu'à cette époque. Heureusement, j'avais mon père pour me raisonner et m'empêcher de faire une erreur qui aurait littéralement changé ma vie.

Après l'incident, je voulais toujours aider les autres, sans avoir à changer toute ma personnalité pour cela. Je me suis inscrite à des activités de bénévolat, la deuxième chose qui m'a changée. Au cours de diverses activités de volontariat, j'ai réalisé qu'il y avait un moyen de rester fidèle à moi-même tout en étant capable de faire passer aux gens un moment agréable. Ceux qui recevaient mon aide étaient heureux que je veuille rendre service à la communauté et appréciaient sincèrement même la plus petite chose que je faisais pour eux. Parfois, ils me complimentaient même sur le fait que j'étais une personne agréable. Jusqu'à aujourd'hui, j'essaie toujours d'aider lorsque c'est possible, sans pour autant compromettre qui je suis vraiment et être pris pour acquis.

Malheureusement, même si j'étais régulièrement couvert de compliments, les séquelles des brimades étaient encore bien présentes. Je ne me tenais pas en haute estime et j'étais tout sauf confiant, ce qui m'amène au troisième et dernier événement sur le sol américain qui m'a fait grandir. Le sport est une partie importante de la vie lycéenne américaine et un moyen accessible pour une personne de se placer dans un environnement compétitif tout en restant ludique. J'ai donc décidé d'essayer de faire partie de l'équipe de cross-country. Dire que les premiers entraînements ont été difficiles serait un euphémisme. J'ai souvent eu envie d'abandonner, et je l'aurais fait si je n'avais pas eu le soutien de l'entraîneur, des membres de mon équipe, de mes amis et de ma famille. Cependant, même avec tout ce soutien et ces gens qui m'encouragent, j'ai dû trouver en moi la force de repousser mes limites. Les gens qui m'entourent ne peuvent pas tout faire. Finalement, c'est à moi de relever ou non le défi.

Lorsque nous sommes revenus en Belgique, je pensais que j'allais enfin pouvoir me reposer de toutes ces difficultés. Rien n'était plus éloigné de la vérité. En retournant dans mon ancienne école secondaire, je pensais qu'il serait facile de renouer avec mes anciens amis, mais je me trompais complètement. J'ai été soumise à la pression de mes pairs et poussée à faire des choses que je n'étais pas prête à faire, simplement pour obtenir l'approbation et l'acceptation des personnes avec lesquelles je voulais être amie. Une fois de plus, j'ai eu l'impression que ma personnalité était en danger. Et même si j'ai tenu bon jusqu'à la fin de l'année scolaire et que je me suis fait des souvenirs inoubliables, cela n'en valait pas la peine. Sans compter que, durant cette même année, j'ai dû faire face à une relation toxique avec une petite amie bipolaire et un peu folle. Cependant, j'ai persévéré.

Les choses ont finalement semblé se calmer lorsque j'ai commencé mes études à l'université. Du moins, pendant un peu moins d'un an, lorsque mon père a de nouveau mis notre famille en émoi en annonçant que nous allions retourner aux États-Unis pour trois autres années. Cette fois, cependant, je me suis défendue et j'ai fermement décidé que je ne les rejoindrais pas. J'ai décidé de ne pas les rejoindre et de vivre seule. J'ai réussi, même si j'ai dû demander l'aide professionnelle d'un psychologue pour me conseiller dans la gestion de certains problèmes personnels. Au début, j'étais très réservé à ce sujet, car je voulais montrer à tout le monde que j'étais assez grand pour tout régler par moi-même. J'ai vite trouvé du réconfort dans le fait que d'autres s'en occupaient de la même manière. J'ai appris que c'était mon droit de vouloir relever tous les défis par moi-même, mais qu'il était aussi tout à fait acceptable de demander de l'aide.

À ce stade, j'étais convaincu que l'environnement américain et belge m'avait suffisamment mis à l'épreuve, et j'ai donc cherché ailleurs à élargir mes horizons personnels. Deux ans plus tard, une telle opportunité s'est présentée dans le cadre du programme d'échange Erasmus. J'ai décidé de tenter ma chance et j'ai postulé, même si j'étais convaincu que je ne serais jamais accepté. Mais je l'ai été et j'ai compris que si je ne saisisais pas ma chance, je ne saurais jamais si j'aurais pu réussir ou non.

Me voici donc en train de terminer mon semestre à Montpellier, en France. J'ai rencontré des personnes étonnantes du monde entier et j'ai appris d'elles. J'ai davantage réfléchi à la manière dont je me présente aux gens et à la façon dont je dois adapter mon comportement en fonction de la situation. Je continue à apprendre et à grandir, et je ne m'arrêterai jamais.

J'ai eu ma part d'épreuves. La vie ne manquera jamais de vagues pour me secouer, mais même si ce n'est pas facile, j'apprendrai à mieux surfer. Tous ces événements ont fait de moi la personne que je suis aujourd'hui et, même si j'ai parcouru un long chemin, je ne cesserai jamais de

travailler sur moi-même. J'attends avec impatience les nombreux autres défis intéressants que la vie me réserve.