

BENNY VIEIRA BATCHI

PAROLES D'OR

ÉDITIONS MAÏA

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

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

| | |
|--------------------|----------------------|
| CHRISTINE BELLUCO | MONIQUE NGUYEN |
| LÉA BELLUCO | JACQUELINE PIOLOT |
| MARION BELLUCO | DAVID ROXO |
| ISABELLE BENEDETTI | AGNÈS VIEIRA |
| SANDRA CHARPENTIER | STELLA VIEIRA |
| LAÉTITIA DUVIVIER | SYLVIANE VIEIRA |
| ARNAUD GEFFRY | RACHEL VIEIRA BATCHI |
| BENJAMIN GETENET | RUBEN VIEIRA BATCHI |
| CÉLINE LUNEAU | |

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

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

ISBN 978-2-37916-795-9

Dépôt légal : novembre 2021

À mère, dont l'intelligence sociale ne cesse de me guider tout au long de ma vie. Merci de m'avoir invité à écrire ce livre et, évidemment, merci pour tout...

À ma famille pour sa patience, son indulgence et son amour à mon égard. Merci de m'avoir accordé le temps d'écrire ce livre, même si ce fut au détriment de quelques moments précieux partagés ensemble...

À tous ceux qui cherchent une nouvelle voie pour la liberté et le bonheur. Comme disait Albert Einstein : « La folie, c'est de faire toujours la même chose et de s'attendre à un résultat différent »...

Sommaire

| | |
|--|----|
| 1. MA VIE AVANT LES CONFINEMENTS | |
| « <i>Que votre parole soit impeccable.</i> » Don Miguel Ruiz | 9 |
| 1.1. Comment aviez-vous imaginé votre quarantaine ? | 9 |
| 1.2. La réalité de ma quarantaine..... | 14 |
| 1.3. Une interprétation subjective de la quarantaine | 21 |
| 2. SOLEMENT | |
| « <i>L'homme est un animal social.</i> » Aristote | 27 |
| 2.1. L'étonnante gestion de la solitude de Monique face aux difficultés d'une vie parfois impitoyable..... | 27 |
| 2.2. La surprenante solitude de Pierre, l'encadrant performant au niveau de vie confortable | 34 |
| 2.3. La dépendance à notre histoire personnelle et les ingrédients du bonheur authentique | 39 |
| 3. LES COUPLES | |
| « <i>Aimer ce n'est pas se regarder l'un l'autre, c'est regarder ensemble dans la même direction.</i> » Antoine de Saint-Exupéry | |
| 3.1. Quand l'amour que se portent Fatou et Thibault est malmené par la difficulté de concevoir un enfant..... | 51 |
| 3.2. Les difficultés relationnelles récurrentes de Lola semblent être l'héritage d'une éducation..... | 56 |
| 3.3. Les différentes composantes d'un amour accompli et les probables conséquences d'une faible estime de soi | 62 |

4. LA FAMILLE

« Si vous voulez changer le monde, rentrez chez vous et aimez votre famille. » Mère Térésa

- 4.1. Une crise sanitaire qui menace la paix de toutes les familles69
- 4.2. Un confinement qui creuse les inégalités notamment dans les familles monoparentales74
- 4.3. La capacité de résilience après un choc traumatique et le phénomène de maltraitance infantile accentué par la Covid-19.....78

5. ÉCONOMIE

« La vraie richesse des nations, ce sont les individus qui la composent. Il s'agit donc de faire progresser la richesse de la vie humaine, plutôt que la richesse de l'économie dans laquelle vivent les êtres humains. » Amartya Sen

- 5.1. La colère d'une infirmière qui estime que la santé humaine est subordonnée au système économique87
- 5.2. Les bases d'une société fondée sur l'accumulation de richesses et la jouissance de biens matériels93
- 5.3. Le constat d'un bien-être centré sur le PIB et les alternatives à cette conception du bien-être99

6. SOCIÉTÉ

« La route de l'excès mène au palais de la sagesse. » William Blake

- 6.1. Des échanges de groupe qui reflètent les maux d'une société105
- 6.2. Le repli identitaire et les fausses croyances quant à l'évolution démographique mondiale110
- 6.3. Une crise qui a amplifié les violences discriminatoires et interroge quant aux moyens de retrouver une sensibilité à l'autre116

7. ENVIRONNEMENT

« L'amour pour toutes les créatures vivantes est le plus noble attribut de l'homme. » Charles Darwin

- 7.1. Un exemple de conviction environnementale appliquée avec congruence au quotidien125
- 7.2. Les conclusions environnementales du Rapport Planète Vivante 2020 et la confirmation d'une sensibilité animale131
- 7.3. L'exploitation progressive de la nature par Sapiens et les droits que nous devrions accorder à tous les êtres vivants ...137

8. LE MONDE APRÈS LES CONFINEMENTS

« Qu'il ne sorte de votre bouche aucune parole mauvaise, mais, s'il y a lieu, quelque bonne parole, qui serve à l'édification et communique une grâce à ceux qui l'entendent. » Éphésiens 4:29

- 8.1. Une crise de confiance entre les gouvernants et le peuple qui a détérioré les rapports sociaux.....145
 - 8.2. L'expression possible d'une liberté initiée à travers l'intention portée dans nos actions.....149
 - 8.3. Les différentes étapes à franchir dans l'acquisition d'un bonheur authentique154
- Références bibliographiques 161

1. MA VIE AVANT LES CONFINEMENTS

« *Que votre parole soit impeccable.* »

Don Miguel Ruiz

1.1. Comment aviez-vous imaginé votre quarantaine ?

La mienne était prévue en ce 7 mai 2020. Vous l'avez compris, il s'agissait d'une nouvelle tranche d'âge et non de cette période de confinement que nous vivions alors, depuis le 17 mars. D'ailleurs, le Président de la République s'était abstenu au départ d'employer les mots *confinement* et *quarantaine* tant la particularité et l'inconnue de la situation ne laissaient entrevoir aucune perspective quant à une sortie de crise prochaine. Nous ne savions pas alors où allait nous mener cette crise sanitaire.

Jusqu'à ce mois de mai, j'avais imaginé démarrer cette journée d'anniversaire avec un moment de qualité partagé autour d'un délicieux petit-déjeuner. Très tôt, ma charmante épouse et nos deux merveilleux enfants seraient allés chercher des croissants, des pains au chocolat et du pain frais pour m'offrir un réveil parfumé de senteurs exquis de viennoiseries tout juste sorties du four de la boulangerie. Dégustant ces quelques douceurs accompagnées de mon café corsé du matin, je recevrais les « *joyeux anniversaire* » et les délicates attentions des miens, réunis autour de la table. Une main nappant d'un beurre demi-sel mes tartines de pain encore tièdes, je répondrais de l'autre main aux messages déjà reçus en nombre sur mon téléphone.

Plus important encore, au menu des échanges animés du matin, la famille s'engagerait dans un long débat quant au

choix du restaurant dans lequel nous irions déjeuner. J'imagine d'avance la tonalité de la discussion et je me délecterais de ce moment démocratique devenu un rite familial fédérateur dans le choix du restaurant.

— Alors, vous voulez aller manger où ce midi ? demanderais-je avec malice.

— Des nuggets et des frites, répondrait très vite mon fils de trois ans, friand de fast food.

— Non, on y va tout le temps. Et si l'on allait à la pizzeria, papa, dirait ma fille qui compte dix années de plus. Ça fait longtemps que l'on n'a pas mangé une bonne pizza au restaurant.

— Des nuggets, des frites, ou une pizza pour l'anniversaire de votre père, reprendrait mon épouse, vous n'avez rien trouvé de mieux pour l'anniversaire de votre père ? Je pense que l'on peut aller dans un endroit moins traditionnel et plus sympathique pour ce jour spécial.

Je sourirais en écoutant chacun argumenter son choix avec les armes de son âge. Mon beau garçon, plein de toute sa vitalité, ferait preuve d'une excitation sans limites à l'idée de dévorer ses morceaux de poulet accompagnés de frites. Ma gracieuse fille jouerait de toute sa tendresse pour faire pencher mon affection en sa faveur. Et mon adorable épouse emploierait avec plus de pragmatisme les arguments qui lui permettraient de choisir, dans le panel de titres de plats proposés au menu, quelques mets savoureux d'un restaurant étoilé.

— C'est peut-être à toi de choisir, c'est ta journée, me diraient-ils enfin.

Sachant mes désirs plus proches de ceux de mon épouse, je devrais faire face aux mines affligées, aux gestes de déception et peut-être aux caprices de mes petits amours qui m'auraient certainement fait hésiter encore quelques secondes en me suppliant de troquer le restaurant étoilé contre un burger, une pizza et quelques frites. Même si la différence comptable avait été à leur avantage, je me verrais obligé de décliner les frugales propositions de mes enfants tout en leur promettant de les conduire très prochainement au fast food.

En ce midi spécial et unique pour moi, nous aurions savouré en famille la routine singulière de quelques instants de complicité au restaurant sans réellement mesurer le privilège

de ces moments. Le désordre bruyant qui régnait habituellement dans les restaurants bondés était souvent maquillé par un cadrage parfait du service et une musique douce qui occultaient le tumulte alentour. Les bavardages des tables d'à côté, les heurts des couverts dans les assiettes, des plats sur les plateaux et les tables, constituaient des bruits parasites imperceptibles, couverts par les rires, les échanges et surtout les goûts savoureux des mets servis. Nous n'aurions certainement porté aucune attention particulière aux serveurs stressés qui, dans une période d'affluence, s'appliquaient à conserver toute leur grâce dans le transport et la présentation de chaque plat. L'odeur alléchante des aliments qui circuleraient sur les plateaux, les parfums toujours plus succulents qui se mélangeraient, susciteraient en nous la convoitise de chaque cuisine. Les quelques minutes d'attente pour être servis paraîtraient interminables pour les plus impatientes, rappelés à l'ordre par un ventre vide exigeant son dû.

Je goûterais les saveurs exotiques et délicates de croustillants de gambas, d'acras de morue et de noix de Saint-Jacques fraîches cuites à la plancha. J'imagine mon épouse plutôt charmée par les queues de langoustines ou le homard, privilégiant le visuel d'un plat finement présenté à son goût. Les enfants auraient sans nul doute accompagné leurs viandes de frites maison, avant de déguster une tarte sablée au citron meringué ou la timbale de fraises et sa boule de glace qu'ils adoraient. Les mets offerts de manière toujours plus extraordinaire auraient certainement fait le tour de la table pour être admirés, goûtés ou sentis par un autre avant d'être dégustés par leur destinataire. Sans oublier la désormais traditionnelle photo que ma fille se serait déjà empressée de transmettre via les réseaux sociaux pour faire baver de jalousie toutes ses copines. Sortant du restaurant satisfait et repu, j'aurais évidemment transmis les clés de la voiture à mon épouse qui ne boit quasiment jamais d'alcool. Les meilleurs vins locaux que compte notre région Centre auraient eu alors raison de ma volonté.

Mon épouse nous aurait certainement conduits après ce délicieux repas chez mes parents, avec un gâteau préparé à l'avance, pour souffler les bougies de ma quarantaine avec eux. Dans leur maison, je retrouverais alors quelques sensations de ma jeunesse. Le salon de mes parents, ce vieux canapé en cuir

marron qui avait suivi leurs déménagements successifs depuis notre tendre enfance, symbolisait ma madeleine de Proust. Tant de réminiscences heureuses, tant d'impressions qui me replongeaient dans les moments de rires et de joies partagés avec mes frères et sœurs.

Même après que chacun de nous eut construit sa vie de famille, nous avons gardé l'habitude de nous retrouver chaque dimanche chez nos parents pour échanger, partager ensemble et permettre à nos enfants de se connaître et de profiter de leurs grands-parents. Mes parents qui avaient élevé six enfants et considéraient la famille comme sacrée s'étaient difficilement habitués à la retraite à deux, sans cette sensation de vie et de mouvement perpétuel qu'apporte la présence des enfants. Ainsi ma mère, toujours heureuse de nous voir de retour chez elle, même à l'improviste, nous offrait à toute heure une assiette à sa table. Même si nous avons tous plus de trente ans, elle ne pouvait s'empêcher de nous considérer comme des petits-enfants et cherchait ainsi à nous offrir les plaisirs gustatifs de notre enfance. Je comprenais, à travers ce geste, la manière employée par ma mère pour nous manifester l'expression la plus juste de son amour. Mes sœurs, mon frère et moi avons grandi avec cette pudeur que l'on retrouvait dans certaines familles où l'amour se manifestait plus facilement qu'il se déclarait. Chez nous, certains regards avaient plus de valeur que les paroles, certains sourires comptaient plus que les gestes. Enveloppé dans notre vieux canapé, je ressentais la douce et sécurisante présence de mes parents qui me ramenait à mes premiers âges. Leur écoute, leur compréhension et leur affection nous permettaient de ressentir un bien-être profond à leurs côtés. Souvent même, les longs silences de leur écoute bienveillante me laissaient extérioriser mes angoisses et mes ressentiments, dans ce merveilleux espace de confort qu'ils incarnaient finalement à eux seuls, peu importe la maison ou le canapé. C'est là que certainement, durant des conversations interminables sur la compréhension de la nature humaine, est né mon désir de devenir psychologue.

Après ce passage chez mes parents, mon épouse m'aurait abandonné avec certitude dans un centre commercial, flâner dans les magasins avec mon fils de trois ans afin de parfaire les

dernières finitions d'une surprise à peine masquée qu'elle préparait depuis plusieurs mois. Elle aurait alors invité notre famille et nos amis à partager l'une de ces agréables soirées d'anniversaire où nous nous serions tous agglutinés avec bonheur dans des espaces réduits pour manger, boire, parler et rire. En début de soirée, la merveilleuse surprise de retrouver tous les miens à la maison m'aurait enchanté. Les jours précédents, j'aurais fermé les yeux et feint de ne pas voir les quelques mystères et murmures de mon épouse ou les indiscretions de mes enfants afin de conserver intact l'effet de surprise. Profitant de l'espace extérieur, nous nous serions certainement regroupés autour du barbecue et laissé envoûter par les vapeurs alléchantes des grillades fumantes. Je me serais préparé alors à offrir mille accolades et baisers à mes amis intimes. Je sentirais les parfums les plus subtils se mélanger dans les embrassades entre amis. J'entendrais ici et là les douces percussions des verres de champagne, de vin, de limonade qui s'entrechoqueraient. Certainement que nos corps seraient progressivement entraînés, par une musique de fond appropriée pour l'occasion, à exécuter quelques pas de danse seuls ou en couple. Quant aux enfants, après avoir déposé pêle-mêle leurs sodas, ils courraient à perdre haleine dans toutes les pièces, se faufileraient dans des ouvertures impossibles, joueraient aux jeux vidéo et profiteraient des réseaux sociaux sur les tablettes.

Dans la continuité de cette soirée bien arrosée, un de mes amis parmi les derniers courageux encore présents nous aurait proposé de finir la nuit en centre-ville, pour ne pas réveiller les enfants. Assis sur une terrasse de café encore ouverte ou dans le salon VIP d'une discothèque retentissante d'une musique envahissante, je partagerais avec mes amis les plus proches les derniers verres de ma soirée d'anniversaire. Les embrassades se multiplieraient avec les miens, avec les quelques autres amis rencontrés au hasard des lieux, mais aussi avec les inconnus appréciés dans l'instant. Je saluerais de plusieurs bises mes amis avant de savourer seul mes derniers instants d'anniversaire avant le coucher. Marchant seul dans les rues, sous cette belle nuit étoilée du mois de mai, je ressentirais la douceur d'un vent léger suffisamment sec pour m'assécher un peu les lèvres et libérer le sel de cette soirée. Ouvrant grand la bouche, je prendrais quelques grandes respirations pour profiter de la fraîcheur de la

nuit. Éclairé par une lune pleine de tout l'amour que j'avais reçu en ce jour d'anniversaire, je marcherais les derniers mètres qui m'éloigneraient de ma maison en pensant à cette belle journée. Avant de me coucher, je mesurerais la chance qu'est la mienne et la douceur de vivre qu'est la nôtre. Libre de faire ce que nous voulons, heureux d'être ensemble. Je passerais alors délicatement ma langue sur mes lèvres pour sentir encore une fois le goût salé, sucré et caramélisé de cette belle journée d'anniversaire, de mon passage à la quarantaine, avant que le marchand de sable ne me verse une poignée de ses subtils grains qui me conduiraient dans un sommeil des plus apaisés.

1.2. La réalité de ma quarantaine

À mon réveil, je savais que j'allais vivre une journée du 7 mai 2020 qui serait effectivement bien différente de ce que j'avais imaginé. Mon passage à la quarantaine aura grandement été conditionné par l'événement inédit que nous subissons alors. Effectivement, le confinement m'empêchera de savourer ces événements qui auraient jalonné une fête traditionnelle d'anniversaire. Ces innombrables petits moments de la journée qui, mis bout à bout, provoquent ce sentiment de bonheur malgré notre monde sensiblement imparfait.

Les restaurants étaient fermés et il n'y avait donc aucun de ces délicieux plats à déguster pour mon anniversaire, pas de mouvements enchantés des serveurs pour courir ici et là et nous présenter des plats plus beaux les uns que les autres, pas de musiques douces couvrant les rires et les appétissantes conversations des gens autour de nous.

Aussi, je ne me rendrai pas chez ma mère pour cette journée d'anniversaire et par conséquent je ne verrai malheureusement pas mes parents. D'ailleurs, je ne me doutais pas encore que cette situation durerait plusieurs mois et que nos brèves visites seraient moins marquées par la joie de nous retrouver que par la crainte de nous contaminer. Mes parents resteront seuls dans leur maison durant des mois, sans pouvoir voir leurs enfants comme à l'accoutumée et subiront ce manque cruel de pouvoir embrasser leurs petits-enfants.

Nous embrasser ! Nous avons perdu ces contacts physiques qui nous permettaient de révéler l'affection que nous avons les uns pour les autres : une poignée de main respectueuse, deux à quatre bises pour en prolonger la saveur, une caresse tendre et amicale sur l'épaule, sur le cou ou sur la joue, une profonde accolade pour marquer sa sincère affection. Toutes ces manifestations subtiles et essentielles du quotidien ne seront désormais plus possibles. Le toucher, ce sens si primordial dans nos interactions, allait bientôt nous être interdit. Nous allions également bientôt être privés de ce lien olfactif qui nous rend si attractifs. La distance imposée d'au moins un mètre ne nous permettait pas d'être émerveillés par les parfums voluptueux de nos semblables. Et bientôt, c'était la vue qui nous était retirée lorsque les visages masqués occultaient une partie de la beauté de nos contacts. Cette période ne m'offrira pas l'occasion d'inviter ma famille et mes amis à partager ma joie et à leur manifester toutes ces marques d'affection.

En ce jour de fête, nous n'irons certainement pas flâner dans les magasins, nous délecter de nouveaux ouvrages dans une librairie du centre commercial, admirer quelques belles devantures de magasins et nous promener librement dans les commerces. Outre les restaurants, il n'y aura pas de bar ouvert pour boire un dernier verre avec mes amis. Aucune discothèque ne nous permettra de danser ensemble, nous enivrer un peu, et oublier l'espace de quelques instants la tristesse d'une vie confinée et insatisfaisante.

Je n'aurai donc pas le droit pour mon anniversaire à tous ces moments de qualité qui composent le bonheur de notre société. Je serai également privé, par un couvre-feu, de l'opportunité de marcher librement pour respirer l'air pur d'une nuit douce et calme, parsemée d'étoiles scintillantes, pour rejoindre ma maison.

Ce tableau que nous nous sommes convaincus de relativiser face aux difficultés de notre temps n'en était pas moins douloureux pour notre quotidien, dans nos habitudes et sur le plan moral. Ma journée d'anniversaire ne s'envisageait pas telle que je l'imaginai et une pointe de déception était présente.