

Loup Koum.

Loukoum était un petit loup blanc de peurs : il avait peur d'attraper des maladies, peur de la nuit, peur du silence et des bruits, peur de sortir, peur d'étouffer, peur des mouvements et de l'arrêt. Il y avait des peurs à lui et des peurs qu'on lui avait données. Celles-là, il s'en serait bien passé mais il les avait héritées et, pour ne pas dé-ranger, il leur avait permis de s'installer.

« *La peur, c'est une émotion normale* », selon maître loup à l'école qui lui avait appris que la peur, si on l'écoutait, servait à éviter bien des dangers. Mais « *la peur de tout c'est une maladie* », selon docteur loup qui avait surenchérit en expliquant qu'il y avait les peurs irrationnelles qui gâchaient la vie. Du coup, comment faire le tri ? Entre les peurs normales, les peurs maladie, les peurs à lui et les peurs partagées, il y avait de quoi devenir fou, pour petit loup ! D'autant qu'aucune de ses peurs jamais ne se calmait et pire, plus il grandissait, plus en nombre, elles augmentaient ! Les peurs à lui n'existaient pas pour ses parents loups quand d'autres, qui n'existaient pas pour petit loup, explosaient tout d'un coup de lui avec furie : il ne savait pas distinguer les peurs à écouter pour se protéger et celles qui n'étaient là que pour saboter. Toutes ces peurs lui semblaient si réelles à l'effrayer comme ça, jusqu'à la terreur ! Il n'existait qu'un seul endroit où petit loup se trouvait au calme, vidé de toute peur, c'était à l'intérieur. Quand il se coupait de ce qu'il y avait tout autour, il pouvait alors s'installer en lui dans un univers contrôlé dans lequel il avait des amis, des bizarreries, des formes et des couleurs ; il pouvait imaginer, jouer, changer, réinventer. Loup Koum était plein de vie et d'imagination dans son refuge au delà de la peur, son univers psychédélique interdit à la frayeur. Quand il en sortait, généralement, c'était pour avoir peur, alors à quoi bon s'emmêler avec la vie vraie !? Et il se mit, comme sa mère et son père, à tourner en rond machinalement dans la tanière, le corps à l'endroit et la tête imaginativement à l'envers !

C'est maître loup à l'école qui s'inquiéta le premier de sentir que Loup Koum s'échappait de plus en plus de la réalité. Déjà, on disait de lui qu'il était très malade et il ne venait plus beaucoup à l'école. Ensuite, quand il venait, il n'était plus aussi présent qu'avant et les résultats d'école étaient de plus en plus bas. Les copains loups ne jouaient pas avec lui et, dans la cours de récré, loup Koum, immobile, semblait comme plongé dans des scénarios extraordinaires. Il donnait à maître loup une impression de bizarre quand celui-ci venait à lui parler. Loup Koum semblait absent aux bruits, comme la cloche pour la classe sonnait, pourtant, quand le calme régnait, il était fréquent qu'il rétablisse le bruit qui alors agitaient les autres et, lui, le calmait tout entier !

A la demande de son professeur, que ses parents loups écoutaient, Loup Koum alla voir d'autres docteurs qui cherchaient d'autres problèmes avec les yeux et les oreilles, l'intelligence et la motricité. A l'intérieur de loup Koum, de nouvelles peurs avaient germées mais c'étaient des rejets sans forme ni vrai, des poussées dont il ne savait pas vraiment d'où ça venaient. Le problème, avec les interdits, c'est qu'ils sont là pour arrêter ce qui existe et, pour interdire la peur dans son univers intérieur, il eut fallu bien qu'elle existe à sa façon, elle aussi. Elle était comme en suspend, ça arrivait puis ça repartait, elle mettait tout sans dessus dessous mais son monde survivait, envers et contre tout. Loup Koum ne savait pas bien si elle appartenait à son monde à lui ou si de l'autre monde, elle venait transpercer le sien, mais il se sentait protégé dans son bruit qui faisait peur et dans son corps qui tapait pour sentir qu'il survivait.

A l'extérieur, les animaux de plus en plus s'inquiétaient. Un docteur loup des émotions avait parlé de retrait, il avait aussi dit que les parents de petits loups avaient une

maladie et qu'il fallait sortir loup Koum de la vie maladie si on voulait pour lui une chance de repartir dans la vraie vie. Loup Koum ne voulait pas, la vie vraie était trop de dangers, on pouvait y vivre des vraies peurs de mourir pour de vrai. Il ne voulait pas la vraie vie et, à chaque fois que son environnement vrai changeait, d'autres rejets sans forme ni vrai arrivaient, de nouvelles peurs à interdire dans son monde sans frayeur ! Mais Loup Koum n'eut pas le choix et une nouvelle famille de loups spécialistes des loups spéciaux comme lui l'accueillit.

Le docteur loup des émotions avaient donné des cachets. Loup Koum les prenait tout les jours pour ne pas s'agiter. Mais il y avait un problème avec les cachets : tout son monde imaginé s'inanimait, il y avait moins de formes et de couleurs, de voix amies et de son pouvoir de narrateur. La peur revenait, insidieusement, se faufiler entre les interstices des cachets, saboter ses mirages et ses solides barrages. Avec les cachets pour ne plus être secoué, il voyait tout son corps se balancer et, à travers ses poils, chercher à respirer. Il retrouvait ses peurs comme quand il était bébé, ses peurs qui le rendaient malades, il n'était plus du tout protégé par ses bruits à lui ; les cachets pour l'aider le rendaient à l'étrangeté d'un monde qu'il n'avait jamais pu apprivoiser.

Sa nouvelle famille spécialiste était composée d'une dame et d'un monsieur loups. Ils ne bloquaient ni ne tournaient en rond, c'était bizarre de les voir évoluer dans leur tanière, arranger et construire des choses, un peu comme le bon sens qu'il avait dans sa tête, là où les formes ne s'effondraient pas quand on les regardait. Il les regardait et rien ne s'effondrait. Loup Koum ne comprenait pas cette peur qui augmentait alors, ni la tristesse qui, au fond, semblait se dissimuler et ses colères qui, au devant, éclataient. Il ne comprenait pas le calme comme réponse au bruit, il ne comprenait pas l'autre. Il ne voulait plus prendre ses cachets et sa peur d'étouffer revint plus forte que jamais. La nuit, les bruits, les maladies, le dehors, tout cela le terrorisait plus encore ! Il se sentait observé par ces inconnus qui le regardaient : allait-il, lui, s'effondrer ?

Autour de lui, tous tenaient bon et aucune de ses crises ne fracturaient leur unité. Le docteur des émotions, ce coquin loup avec ses cachets, et sa nouvelle famille spécialiste de lui se tenaient à ses côtés, à l'envelopper pour le rassembler. A travers l'art et le dessin, ils apprirent ensemble à communiquer ! Loup Koum se mit, petite patte par petite patte, à accepter de sentir à travers eux le jeune loup qu'il était. Il se mit à entendre leurs voix pour de vrai, lui expliquer ce qui, avec ses peurs, il se passait. Il se mit à accepter d'être touché et à ressentir, de ce contact, quelque chose un peu comme de la paix. Ils parlaient un langage des émotions qui venait rendre cohérent en loup Koum le monde vrai qui résonnait encore avec de l'étrangeté, de l'incontrôlé, de l'agité et du mélange. Tout ça, avec leurs mots, trouvait à se calmer, malgré les cachets. Loup Koum faisait moins de crises et avait pu reprendre l'école. Il avait retrouvé son maître loup, les murs de sa classe et sa cours de récré. Il les trouvait à la fois les mêmes qu'avant et aussi bien différents, comme plus réels et avenants. Face à ses peurs qui avaient des noms, il apprit des mots pour manger en sécurité, des mots pour apprivoiser la nuit et le silence, des mots pour chaque bruit, des mots pour exister dehors, des mots pour se calmer, d'autres pour avancer, des mots qui permettent de différencier les maladies de ses défenses à lui : il se sentait de plus en plus habillé de sa propre vraie armure de protection pour de vrai ! Et plus les mots le nourrissaient, plus les peurs s'éloignaient et puis aussi... les crises et les cachets ! Le monde n'était plus si étrange et il se sentait chaque jour lui-même un peu moins étranger ! Loup Koum avait un copain à l'école avec qui partager des aventures merveilleuses à la récré. Il avait gardé son bel imaginaire, pour quand il en avait envie et il pouvait le partager, s'il le voulait, dans la vie vraie. Il avait développé le super pouvoir de jongler entre le rêve

éveillé et la réalité, le refuge en soi pour s'occuper et le plaisir d'être avec les autres qui l'entouraient. A l'intérieur, il arrivait maintenant à lire la boussole qui lui permettait de motiver ses choix et de limiter l'arrivée du danger.

Ses parents voulaient le retrouver et il sentait d'ailleurs, arriver avec eux, le truc du danger. Il avait peur de ne pas avoir l'envie de les retrouver comme avant. Un lien était bien là : il se sentait attaché avec du lâché. Le docteur des émotions, qui ne donnait plus de cachet, avait dit « *oui et non* »... Finalement c'était comme la réponse qui se dessinait, incontrôlable, à l'intérieur de lui ! Mais, dans la tête du docteur des émotions, cette réponse vice et versa était bien plus cohérente. Le « *oui* » c'était pour qu'il soit permis de se voir, le « *non* » c'était pour signifier que ça n'allait pas être comme avant ! Et loup Koum fut rassuré parce qu'il voulait bien retrouver ses parents mais pas leur vertige d'avant !

Avec les loups adultes c'est plus compliqué et le docteur loup des émotions avait réussi à leur refourguer quelques uns de ses cachets ! Ses parents loups devaient le retrouver en présence du docteur loups des émotions et de sa nouvelle famille spécialiste du spécial. Le docteur loup des émotions avait dit que c'était lui qui décidait : « *ça serait comme ça tout le temps qu'il le dirait, parce que c'était comme ça que loup Koum pourrait se sentir bien dans le lien à ses parents et suffisamment protégé du lâché qu'ils abritaient* ». Loup Koum se sentait garanti par ce docteur des émotions qui s'inquiétait toujours de décoder suffisamment bien ce qu'il ressentait, qui prenait des décisions devant les autres sans jamais faire mine de l'y mêler et qui tenait aussi bon, le cap de ses émotions ! Il n'y avait aucun mot qui ne le laissait interdit et il n'y avait aucun non-dit qu'il ne laissait se défausser, comme ça, sans l'avoir avant remis dans la partie. Le docteur loup des émotions pouvait tout dire et loup Koum pouvait facilement s'adosser aux sens de ses mots sans chercher à rien attaquer ! Lors de ces temps où loup Koum se sentait protégé de voir ses parents d'avant quand ils arrivaient, loup Koum apprenait à faire la différence entre ses parents loups à lui et leur maladie. Il apprenait à lire son histoire et à comprendre ce qui lui était arrivé. Il apprenait à aimer ses parents loups et à apprivoiser ces loups blancs de peur en eux, à bonne distance, quand ils se montraient. Il y avait des mots pour ressentir, pour comprendre et accepter tout ça, il y avait des mots pour apaiser, pour réconcilier, pour soigner loup Koum dans sa relation à ses parents loups de quelque couleur qu'ils soient. Il y avait des mots pour apprendre à être soi avec tout ça !

Ses parents loups voulaient l'avoir plus. Alors, le docteur loup des émotions leur dit que cette suite là ne lui appartenait pas car loup Koum, auprès de qui il s'était engagé, n'avait, dans leur souhait, ni engagement ni responsabilité. Il leur dit aussi qu'il les comprenait mais que tant que leurs loups blancs de peurs à l'intérieur ne se sentiraient pas suffisamment en sécurité, ils ne pourraient assurer la protection pour de vrai d'eux-mêmes et de leur loup Koum adoré. Oui, c'était bien triste qu'ils n'aient pas le droit d'avoir leur enfant loup à leur côté à cause de leurs loups blancs de peurs qu'ils n'avaient pas choisi eux-mêmes d'héberger, mais c'était comme ça qu'ils pouvaient, comme parents, permettre à loup Koum de grandir en expérimentant la sécurité suffisamment, à l'intérieur comme à l'extérieur. Pour prendre soin d'eux-mêmes, ils avaient les cachets, importants pour ne pas aller plus mal, vers la dé-réalité. Et les cachets pouvaient suffire s'ils n'étaient au quotidien responsables que d'eux-mêmes ! Mais ils n'étaient pas suffisants pour réorganiser sur la durée toute l'alchimie dont leur cerveau avait besoin pour s'ajuster avec souplesse à la réalité et à ses différents mouvements... initiés notamment par les loups enfants et adolescents ! Ils avaient le droit d'observer une option complémentaire aux cachets, compliquée, pas toujours facile à tenir sur la

durée, mais qui méritait d'être donnée. Ils pouvaient devenir acteur de leur propre soin, mettre leur énergie à démuseler des mémoires qui n'avaient jamais pu être observées, organisées, intégrées. Retrouveraient-ils ainsi la garde de loup Koum ? Pourrait-on parler un jour de guérison ? Personne ne pouvait savoir jusqu'où suivre leur processus de soin d'eux-mêmes les mènerait... Des ressources pouvaient toujours être connectées et orientées au service d'un mieux-être, plus stable, plus ancré... Mais il n'y avait pas de garantie aussi ! Peut-être un jour prendraient-ils la décision de cette aventure et il pourrait alors leur présenter, non pas des guides mais des harnais de sécurité... Et après que ceci fut dit, le docteur loup des émotions continua de s'assurer que loup Koum resta, au gré de son développement, suffisamment protégé des peurs maladies et positivement baigné de liens à ses parents loups, sous l'abri de la nouvelle meute spécialiste et de lui-même.

Pour rester un loup fidèle à ses deux meutes, Loup Koum ne renonça pas à la folie et il la transforma en amie au service de sa vraie vie. Il devint un architecte loup au talent originalement fou : créer des tanières ou des cités révélaient à chaque fois un peu de ses sucrés enfantins secrets ! Il avait trouvé comment garder des liens avec ses parents loups en ne perdant plus jamais, dans la réalité, son chemin à lui !

Mme Darribère Cécile,
Histoire publiée le 01/01/23 à 20h00.