Izabela
Willig

LARGUER LES AMARRES

Izabela Willig

Larguer les amarres

© Izabela Willig, 2026

ISBN numérique : 979-10-439-0492-9

Librinova

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Je dédie ce récit de vie :

- À mon grand-père Zygmunt qui a illuminé mon enfance, et veille constamment sur moi de là-haut,

- À ma mère qui encadre mes diplômes et ceux de mon frère et les accroche au mur,

- À Zygmunt, mon petit frère que j'aime tant. Il a toujours cru en moi,

- À Nicolas, mon mari, pour son soutien indéfectible. Grâce à lui je ne cesse de progresser,

- À Stanislas, mon fils, toi qui m’as souvent demandé : « C’est pour quand, ton livre ? ». Tu vas, enfin, pouvoir le découvrir,

- À Alicia, ma fille, qui a lu quelques pages de mon livre en avant-première et qui a apporté son grain de sel,

- À vous les lecteurs qui avez choisi de me lire.

Je remercie Ghislaine Burban-Giraud, ma boussole sur le chemin de l’écriture, qui m’a accompagnée, à chaque pas, par sa confiance et son soutien.

« *Écrivez votre livre, s'il vous plait. Ne vous posez aucune question* ». Ces mots m'étaient adressés par un de mes auteurs préférés, Grégoire Delacourt.

« J'ai envie d'écrire ce livre » lui ai-je répondu.

« Vous avez envie ou besoin ? Car il y a une énorme différence. »

Il avait raison. J'ai un besoin qui me dévore de l'intérieur.

« *Pour écrire un livre il faut le rêver et non pas le rationaliser.* »
Mudrooroo, romancier et poète australien (1938-2019)

Préambule

« En présence d'une grande déception, nous ne savons pas si c'est la fin de l'histoire. Cela peut être précisément le début d'une grande aventure. »
Pema Chôdrôn

J'écris ces bribes de ma vie pour tenter d'alléger un poids que je porte depuis longtemps, celui d'une dissimulation, de ce que j'ai tu au fil des années. Je n'aime pas les faux-semblants. Alors j'écris, pour laisser apparaître une vérité restée trop longtemps enfouie.

Une vérité, ce « non-mensonge » que la philosophie du yoga nomme *satya* - je parlerai du yoga dans les pages de mes souvenirs.

Je constate avec une certaine tristesse que les mots que je dépose sur la feuille peinent à restituer ce qui se bouscule en moi. J'aimerais qu'ils trouvent leur place dans des phrases plus justes, capables de contenir ce que je cherche à dire. Je retrace ici mon histoire, ma vie, de ma naissance jusqu'à aujourd'hui.

Tout comme me le suggère le titre du livre de Grégoire Delacourt *Danser au bord de l'abime*, je veux danser au bord de l'abime, non pas pour tomber mais pour m'envoler. Ce livre sera mon envol.

Je vais vous raconter mon histoire.

Pologne

Mère protectrice, père absent

« *Nous ne pouvons pas fuir notre passé, il nous faut vivre avec.* »
Charles Pépin

Je suis née à Płock, une petite ville de 119 000 habitants située au centre de la Pologne, connue pour ses raffineries de pétrole. C'est l'une des plus anciennes villes juives du pays. La Pologne, le pays de Lech Wałęsa, c'est aussi le mien. J'y ai vécu jusqu'à mes dix-neuf ans. Les hivers y sont très froids, un peu comme en Russie.

Pendant les six premières années de ma vie, j'ai habité avec ma mère chez mes grands-parents, dans un appartement au dernier étage, sans ascenseur. L'appartement de papy et mamy se composait de deux pièces. Je me souviens du papier peint fleuri sur les murs. Ma grand-mère gardait tout. Elle ne se séparait jamais de ses vêtements, qu'elle entassait dans de grandes armoires imprégnées d'odeur de naphtaline. J'aimais écouter de la musique sur un vieux gramophone, avec des vinyles de toutes les couleurs. Au centre du salon trônait une télévision noir et blanc. J'étais très attachée à cet appartement, car j'y avais vécu depuis ma naissance.

Ma mère m'a eue très jeune, à vingt-et-un ans. Elle était encore une enfant. Elle n'était pas prête. Mon géniteur avait un an de plus. C'était un musicien qui dilapidait son argent dans les jeux de hasard et avait aussi une faiblesse pour l'alcool. Leur amour s'est vite envolé.

Après un an de mon existence, j'étais déjà orpheline de père et à moitié de mère, partie travailler en Russie. Mes grands-parents étaient devenus mes parents. Ma mère m'a raconté plus tard qu'elle était partie à Kaliningrad à la fois pour travailler et pour échapper à l'emprise de mon père. Chaque soir, après quelques verres d'alcool, il chantait sous sa fenêtre de véritables sérénades. C'était un homme jaloux et possessif. L'éloignement de ma mère a conduit à la rupture de leur couple.

Ma mère revenait régulièrement de Russie avec d'énormes poupées, plus grandes que moi. Elles étaient impressionnantes. Elle me gâtait de jouets pour

combler le vide de son absence. Mais à mes yeux, rien ne pouvait remplacer sa présence. Mon grand-père, lui, était mon sauveur. Il m'a chérie comme un trésor.

Ma mère travaillait comme secrétaire pour une société française. Elle aimait taper à la machine à écrire, rédiger des comptes rendus et servir le café. Elle a changé plusieurs fois d'emploi mais restait toujours secrétaire et, au fond d'elle, espérait que je suivrais le même chemin. Quelle horreur ! Moi, c'étaient le chant, la danse, le dessin et le théâtre. Rien de très concret, et surtout pas des voies qui rapportent de l'argent ou garantissent un avenir, selon elle.

Le chant… Comme j'aimais chanter à dix ans ! Je fredonnais sans cesse, et ma mère me répétait : « Ne chante plus, s'il te plaît, tu chantes faux. Je te paie pour que tu arrêtes de chanter. » Je ne sais plus quand le basculement s'est fait, mais je n'ai plus chanté pendant au moins trente ans.

La première fois que j'ai chanté à nouveau, c'était, je crois, en 2017, lors d'un festival de yoga consacré aux mantras. Les mantras sont des phonèmes sacrés qui donnent accès au grand mystère de l'être. Le mot vient du sanskrit : manas, le mental, et tra, traverser, transcender. Ouvrir la bouche et laisser sortir un son était extrêmement difficile. J'avais les larmes aux yeux : cela me touchait en plein cœur. Et pourtant, une nouvelle vie avec le chant a commencé. C'est ainsi que j'ai pu m'émanciper un peu de ma mère.

Certes, elle m'a donné beaucoup d'amour. Mais elle voulait tout maîtriser, faire tout à ma place. Dans son esprit, les enfants ont constamment besoin d'assistance dans tout ce qu'ils entreprennent. Elle m'a rendue dépendante.

Nous sommes tellement différentes. Elle aime nettoyer, ranger, que tout soit parfaitement à sa place. Moi, un léger désordre sur mon bureau me donne le sentiment de respirer. Mon mari me dit souvent : « Tu n'es pas comme ta mère, tu devrais prendre exemple sur elle. » Je n'en ai aucune envie, même si je l'aime très fort.

Ma mère a toujours souffert d'un complexe d'infériorité, parce qu'elle n'avait pas fait de grandes études. Cependant, elle a un don. Elle est très à l'écoute, à mon écoute. C'est ma meilleure confidente. Je peux lui parler pendant des heures de mes soucis ; elle m'accorde tout le temps dont j'ai besoin. Si je l'appelle à une heure du matin, elle est là pour moi. Ça, c'est précieux. Dieu sait qu'elle a été présente dans les moments les plus difficiles. Ce qui est rassurant avec elle, c'est que, quoi que je fasse, j'ai toujours raison.

J'étais – et je suis toujours – très liée à ma mère. L'annonce de son cancer, en

1995, a été brutale. J'étais terrorisée à l'idée de la perdre. J'ai imaginé me rendre à la pharmacie, acheter toutes sortes de médicaments, les avaler, en finir. Je ne concevais pas de vivre sans elle. Je me suis ressaisie et j'ai prié Dieu tous les soirs pour qu'elle guérisse. Mes prières ont été exaucées. Les médecins ont décidé de lui enlever un sein. Elle est restée hospitalisée une semaine. Je lui rendais visite tous les jours et je pleurais en cachette.

Tout est rentré dans l'ordre après l'opération ; elle n'a pas eu besoin de chimiothérapie. Ce qui a été le plus difficile pour elle, c'était la perte de sa féminité. Elle ne se sentait plus désirable. C'est à ce moment-là que j'ai compris l'importance, mais aussi l'impermanence de la vie.

Dans le monde, beaucoup d'enfants souffrent de parents qui les ont mal aimés. Moi, c'était l'inverse. Comment vivre quand on a eu une mère trop protectrice ? Elle m'a surprotégée, étouffée, faisant tout à ma place. Je n'avais pas le droit de me tromper, ni d'apprendre seule. Elle ne me laissait aucune autonomie : celle qui permet à un enfant de s'habiller, manger, faire son lit, se brosser les dents…

Tout m'était servi sur un plateau. Si je refusais de manger, elle courait après moi avec un morceau de pain pour me le mettre dans la bouche, de peur que je meure de faim. À Noël, lorsque je décorais le sapin, elle intervenait : « Laisse, je vais le faire. Ce n'est pas symétrique, il faut le même espace entre les boules. » Elle défaisait tout mon travail.

Quand je lui demandais de l'aide pour mes devoirs, elle écrivait à ma place. Je me souviens d'un concours de collage organisé à l'école. J'avais commencé un dragon. Elle est rentrée du travail, a pris mon collage et a tout refait : « Donne, je vais t'aider, comme ça tu gagneras le concours. » J'ai effectivement gagné, mais sans aucune satisfaction, dépitée, la rage au ventre.

Si je voulais éplucher des légumes, elle me disait que je risquais de me couper avec le couteau et qu'il valait mieux qu'elle le fasse. Si je rangeais la vaisselle, ce n'était jamais bien fait. Elle prenait tout de mes mains. Je ne disais rien. Je me laissais faire.

Pourquoi étais-je incapable de dire : « Je vais le faire, MOI » ? J'ai fini par douter de mes capacités. J'ai toujours besoin de quelqu'un à mes côtés pour avancer. Je ne sais pas faire les choses seule. J'ai l'impression que les autres savent mieux que moi.

Le seul domaine où je me suis rebellée contre ma mère, c'est celui des sorties. Lorsqu'elle m'empêchait de voir mes amis, je ne supportais pas la frustration.