

*DE LA MAIN GAUCHE*  
*Une autobiographie*

Livres I, II & III

MICHKA

*DE LA MAIN GAUCHE*

*Une autobiographie*

Livres I, II & III

Collection Témoignages

MAMA EDITIONS

## Du même auteur

« Jane Roberts »  
dans *Les Femmes mystiques*  
(sous la direction d'Audrey Fella)  
Bouquins Laffont, 2013

*Cannabis médical, Du chanvre indien au THC de synthèse*  
Mama Editions, 2013, 2011, 2009

*Pourquoi & comment cultiver du chanvre*  
Mama Editions, 2007, 2005, 2004, 2003, 2002, 2001

« Paix et liberté dans la forêt profonde »  
dans *Les Années cool*  
(sous la direction de Martine Ravache)  
Éditions du Panama, 2006

*La Spiruline, Une algue pour l'homme et la planète*  
Georg éditeur, 2005, 1992, 1990 (traduit en coréen)

*La Chose, Dix raisons de briser le tabou du caca*  
(coauteur Hugo Verlomme) Mama Editions, 2000

« Cannabis, Cannabis Cup » dans *Dictionnaire des drogues  
et des toxicomanies* (sous la direction de D. Richard et J.-L. Senon)  
Larousse, 2004, 1999

« Marijuana » dans *Dictionnaire de la contestation au XX<sup>e</sup> siècle*  
(sous la direction de E. de Waresquiel)  
Larousse, 2004, 1999

*Le Livre du cannabis, Une anthologie* (coauteurs Tigrane Hadengue  
et Hugo Verlomme) Georg éditeur, 1999

*Le Chanvre, Renaissance du cannabis*  
Georg éditeur, 1995 (traduit en italien, 1997)

*Le cannabis est-il une drogue ? Petite histoire du chanvre*  
Georg éditeur, 1993

*À mains nues, Journal imaginaire d'une vraie vie*  
Albin Michel, 1983

*Le Dossier vert d'une drogue douce* (coauteur Hugo Verlomme)  
Robert Laffont, 1978

*Le Grand Départ et la vie sur l'eau*  
Albin Michel, 1977

Traductions  
(cotraductrice)

*La Réalité inconnue*  
(Tomes I, II & III)  
Jane Roberts  
Mama Editions, 2015

*Le Matériau de Seth,*  
*Une introduction (Tomes I & II)*  
Jane Roberts  
Mama Editions, 2014

*Abraham parle,*  
*Un nouveau commencement (Tomes I & II)*  
Jerry & Esther Hicks  
Mama Editions, 2013

*Tuning in,*  
*De Bashar à Kryon, six grands channels d'aujourd'hui*  
David Thomas, Matthiew Klinck  
Mama Editions, 2012

*S'ouvrir au channeling,*  
*Comment se relier à son guide*  
Sanaya Roman, Duane Packer  
Mama Editions, 2012

*La Nature de la réalité personnelle,*  
*Comment résoudre vos problèmes quotidiens  
et enrichir votre vie (Tomes I & II)*  
Jane Roberts  
Mama Editions, 2011

*Seth parle,*  
*L'éternelle validité de l'âme (Tomes I & II)*  
Jane Roberts  
Mama Editions, 2010

*Magie, meurtre et médecine,*  
*Des plantes et de leurs usages*  
Georg éditeur, 1997

## LIVRE I

## PROLOGUE

Un jour, ma main gauche s'est mise à trembler.  
C'était quelques semaines après la mort de ma mère.

Ma mère avait passé chez moi les deux dernières années de sa vie, dans une cohabitation réussie, bien que nos rapports aient été si tumultueux par le passé.

Elle faisait partie de ces gens qui sont incapables de voir la relativité des points de vue. Pour elle, il existait une vérité, la sienne ; un sens du beau, le sien ; et elle refusait d'en démordre.

Aussi avait-elle toujours su, avec une détermination farouche, ce qu'elle voulait pour moi, qui était l'amour de sa vie (j'étais fille unique et mon père était mort quand j'avais dix-neuf ans).

Devenue nonagénaire, elle avait enfin commencé à mettre un peu d'eau dans son vin, admettant pour la première fois que je semblais heureuse ; que, peut-être même, je l'étais.

Aussi avais-je pu la prendre chez moi, quand il était devenu évident qu'elle ne parvenait plus à fonctionner seule, si indépendante soit-elle.

Je l'avais installée, avec son inséparable télé, dans une petite chambre — jouxtant la cuisine — que mes deux enfants avaient définitivement libérée.

Les derniers mois de sa vie nous avaient apporté leur lot de pipi caca intempestif. La boucle se bouclait. C'était elle le grand bébé, à présent, et il me fallait apprendre à accepter chez ma vieille mère ce qui m'avait semblé si naturel chez mes enfants nouveau-nés.

Finalement, elle était morte dans son lit. J'étais contente d'avoir réussi ce petit exploit. Naître à la maison, mourir à la maison, même combat.

Vivre ces passages dans l'intimité de ceux qu'on aime.

Le tremblement de ma main me semblait lié à la mort de ma mère ; je me mis donc à explorer de ce côté-là.

À sa disparition, le sentiment de deuil m'avait prise par surprise.

Elle avait quatre-vingt-seize ans. Depuis quelques jours, elle s'éteignait sous nos yeux (à nous qui formions avec elle une peu orthodoxe petite famille de quatre personnes, réparties sur quatre générations).

Sa mort était prévisible, attendue. J'avais eu pleinement le temps de m'y préparer. Il me semblait que le travail du deuil était en quelque sorte partiellement accompli.

J'allais découvrir qu'il n'en était rien.

À dix-neuf ans, j'avais métabolisé la mort de mon père avec la fougue de la jeunesse.

Cette fois-ci, quarante ans plus tard, tout était différent.

Ma mère était morte au mois d'août, alors que mes fils et leur famille étaient en vacances hors de Paris. Ils étaient revenus pour la journée. Le temps de l'incinération, le temps de répandre les cendres dans un jardin (proche du cimetière) qui avait été le mien et où je demeurais la bienvenue.

J'avais accompli toutes ces choses avec eux, non sans un certain entrain.

C'est le soir, après le départ de mes fils, que j'avais été submergée par le chagrin.

Depuis, je traînais un obscur sentiment de deuil. Et ma main était agitée d'un tremblement intermittent mais tenace.

Le matin, à peine sortie du rêve, les yeux encore fermés, c'était souvent la première chose dont je prenais conscience : l'instant où elle se mettait à trembler.

Dans un premier temps, je me dis que j'allais y remédier à ma façon habituelle. Je plongeai dans mon bouquin d'homéopathie favori.

L'homéopathie a un fonctionnement très particulier. Les symptômes pris en compte sont parfois déroutants. En l'occurrence, quelques pistes semblaient s'imposer. Je me prescrivis donc à moi-même un remède hebdomadaire de fond, et un autre, quotidien.

J'absorbais mes granules en toute confiance. N'y avait-il pas plus de trente ans que je soignais mes maux et ceux de ma petite famille avec des remèdes naturels, assortis ou non d'homéopathie ?

Après quelques semaines, force me fut de constater que je n'allais pas m'en tirer à si bon compte.

Le sentiment subtil de deuil demeurait.

Un matin où nous nous préparions à rejoindre mes fils et leur famille pour un pique-nique dans une forêt en lisière de Paris, je fus, de façon inattendue, envahie par les larmes ; et je me rendis compte soudain que le sentiment de manque qui m'habitait n'était pas seulement lié à la disparition de ma mère.

J'avais pleuré seule, et dans les bras de mon compagnon. Il m'avait manqué de pleurer ma mère dans les bras de mes enfants.

Le plus difficile avait été d'en prendre conscience. C'était chose faite.

Nous nous étions retrouvés, avec mes deux fils, pour y remédier. Tous trois assis en cercle sur le grand lit, dans ma chambre.

Entourant mes épaules de leurs bras, ils avaient pris dans la leur ma main qui tremblait — ce qui m'avait fait trembler encore plus fort — et l'aîné avait dit avec force : « C'est de la peur. » Cela semblait plausible. Mais de quoi donc avais-je peur ?

Je n'avais d'autre piste que ce sentiment confus : le tremblement de ma main était lié à ma mère. Existait-il une difficulté non résolue entre elle et moi ?

La dernière nuit de ma mère avait été extrêmement agitée.

Sentant qu'il se passait quelque chose d'inhabituel, j'avais décidé de dormir sur le canapé, de l'autre côté du mur qui longeait son lit. Elle m'avait réveillée à plusieurs reprises, au cours de la nuit, comme j'avais dû moi-même la réveiller, je n'en avais que trop conscience, du temps où j'étais bébé.

C'était chaque fois le même scénario : elle allumait sa lampe de chevet et s'asseyait, tout excitée, les jambes pendantes au bord du lit. Puis elle m'appelait à la rescousse, car elle n'avait pas la force de les remonter. « Mimi ! »

Je venais, prenais ses jambes à bras-le-corps, les replaçais sur le lit et rabattais le drap. Je la bordais comme une mère borde son enfant, j'éteignais la lumière et je retournais me coucher. Jusqu'au prochain appel. Car ils avaient été nombreux. Elle s'en était rendu compte et avait eu, au cours de la nuit, une petite phrase qu'avec le recul j'en vins à chérir, car elle en disait plus que de longs discours. « Elle est toujours là, Mimi ! » avait-elle déclaré avec une joie enfantine.

Le souvenir de cette petite phrase apparemment anodine allait me devenir particulièrement précieux par la suite, lorsque je fus assailli par le doute — car elle disait que nous étions en paix, et que nous le savions toutes les deux, finalement et après tout.

Ma main gauche semblait porteuse d'un message ; mais lequel ?

J'en parlais spontanément à mes proches, à mes amis, espérant quelque lumière, mais je ne récoltais que la sollicitude des uns et le conseil inquiet des autres, « Tu devrais tout de même voir un médecin. »

Je ne pouvais pas ne pas me souvenir de cette vieille servante chez ma marraine quand, enfant, j'allais y déjeuner. C'était une

petite femme au visage rouge, agitée de tremblements nerveux. Le nom de sa maladie était resté gravé dans ma mémoire.

La tentation m'était naturellement venue d'aller chercher sur Internet des informations concernant la maladie en question. J'avais eu la sagesse de n'en rien faire. Le seul effet certain de cette recherche aurait été de me coller une étiquette, assortie d'une feuille de route décrivant point par point l'évolution de la maladie, c'est-à-dire son aggravation, jusqu'au stade ultime.

Je ne voulais pas semer ce genre de graines.

Je ne pouvais consulter qu'un praticien qui visualise ma guérison — et rien qu'elle. Or je savais pertinemment que ce ne serait pas le cas d'un médecin ordinaire.

Les études de médecine portent sur la maladie, son diagnostic, ses symptômes, et la façon de supprimer ces derniers. Nos médecins sont des spécialistes de la maladie.

J'avais besoin d'un spécialiste de la santé. Quelqu'un qui considère la personne dans sa globalité.

Consulter un médecin, sortir de son cabinet nantie d'un diagnostic officiel, en informer mes proches, c'était exactement le chemin que je ne voulais pas suivre.

Ce que je voulais, c'était découvrir la cause profonde de ce qui m'arrivait, et y remédier.

La guérison est en nous ; il m'appartenait de la trouver.

Une amie, qui est aussi psychothérapeute, me conseilla d'aller voir un vieil acupuncteur qu'elle révérait. J'y allai.

J'étais assailli par le doute concernant mon comportement pendant les derniers instants de ma mère.

J'y avais assisté, assise dans un fauteuil à quelque distance de son lit.

Présente, disponible, mais en retrait.

Avais-je failli à ma tâche ?

Aurais-je dû renouer, dans cet instant suprême, avec le contact charnel primordial qui relie l'enfant à sa mère ? Aurais-je dû être à ses côtés, la tenir dans mes bras ?

J'avais eu le sentiment qu'il fallait la laisser vivre seule une expérience solitaire par excellence. Et sa dernière nuit si agitée avait été pleine de tendresse partagée, comme me le rappelait opportunément la joyeuse petite phrase.

Quoi qu'il en soit, j'étais tiraillée par le doute.

Je m'en ouvris auprès de l'acupuncteur. Il me dit que sa propre mère était morte dans le bref instant où il avait quitté sa chambre. « Il faut les laisser partir », avait-il ajouté, me rassérénant par ces paroles autant que par l'aiguille qu'il piquait dans ma peau.

Au bout de quelques mois, j'allais mieux, mais ma main tremblait toujours.

Je continuais mon exploration mentale, furetant comme un chien qui cherche une piste.

De toute ma personne, la main gauche était certainement la partie la plus chargée de mon histoire; et cette histoire faisait corps avec ma mère.

J'étais née gauchère — à la fin de la Seconde Guerre mondiale, en Dordogne, où mes parents avaient trouvé refuge près de la marraine de ma mère. La guerre terminée, ils étaient rentrés à Paris, dans ce seizième arrondissement qui lui était cher; et elle avait entrepris de veiller à mon éducation, bien décidée à faire de moi une jeune fille parfaite.

Quand j'avais été en âge d'aller à l'école, elle m'avait inscrite dans un cours privé où l'on m'avait appris à écrire... en m'interdisant d'utiliser la main gauche.

Lorsque ma mère l'avait découvert, elle m'avait emmenée chez un spécialiste; estimant que le mal était fait, celui-ci avait déclaré qu'il fallait désormais me considérer comme droitrière.

J'étais donc ce qu'on appelle une « gauchère contrariée ».

Qui plus est, j'étais née avec une « tache de naissance » : un disque de pigmentation brune, de la taille d'une petite orange, en plein milieu de l'avant-bras gauche.

Une fois par an, ma mère m'emmenait chez le dermatologue. Celui-ci y appliquait de la neige carbonique, fumante et glacée, provoquant une brûlure par le froid. Une mince couche de pommade (l'Homéoplasmine®, qui devint mon amie pour la vie) effaçait la douleur. Dans les jours suivants, des cloques se formaient, suintaient (pansement sur le bras), puis la brûlure guérissait et une nouvelle peau apparaissait, chaque fois un peu plus claire. Jusqu'à ce que la pigmentation brune ait disparu et que mon avant-bras gauche semble presque identique à l'autre.

La piste « gauchère contrariée » semblait prometteuse. J'entrepris donc de l'explorer.

Reconquérir ma main gauche.

Je m'essayais à me brosser les dents, à me coiffer, à découper des légumes, et même à écrire, de la main gauche. C'était plutôt amusant. J'avais l'impression de faire œuvre utile.

Je tenais mon compagnon, et lui seul, informé de mes observations, qui étaient constantes. Jusqu'au jour où il me dit : « Tu ne devrais pas en parler comme ça tout le temps. » Il avait raison, et je cessai de le faire. Dorénavant, je gardai pour moi observations et réflexions.

Puis je me rendis compte que m'acharner à faire toutes sortes de choses de la main gauche avait pour résultat de me focaliser sur les difficultés rencontrées.

J'abandonnai cette piste.

Je lisais alors un livre américain que m'avait fait connaître un ami à la fois australien et hollandais.

Grâce au merveilleux « hasard », ce livre, recommandé des années plus tôt, arrivait entre mes mains au moment où j'étais enfin pleinement réceptive à son contenu. Le texte en avait été dicté à une femme écrivain, Jane Roberts, par « l'essence de l'énergie d'une personnalité » non incarnée, qui se nommait Seth. Je lisais Seth avec passion; j'y trouvais, brillamment articulée, la confirmation de choses que je sentais intuitivement

depuis des années, mais que j'avais tardé à accepter pleinement tant elles m'obligeaient à faire table rase des convictions rationalistes dans lesquelles j'avais été élevée, et qui n'en finissaient pas de s'éroder.

Je trouvais là, enfin, l'allègement de fardeaux que je traînais depuis l'enfance. Les camps de concentration, la torture — l'inhumanité de l'homme pour l'homme. Seth éclairait tout cela d'un jour radicalement nouveau, qui sonnait juste et qui me libérait.

Il me réconciliait avec mes semblables ; donc avec moi-même.

Instruite par ces lectures de la force des suggestions que l'on se donne à soi-même, particulièrement avant de sombrer dans le sommeil, je formais chaque soir le souhait de rencontrer ma mère dans le monde du rêve, afin d'y apprendre ce qui pouvait bien clocher.

Rien. Je me réveillais sans le moindre souvenir d'un rêve significatif. Ma mère ne m'apparaissait nullement.

Notre corps est notre image de nous-même, matérialisée.

Toute maladie a sa source dans une représentation mentale.

Comment localiser la représentation mentale qui faisait trembler ma main, et parfois me crispait le bras tout entier ?

Lorsque revint le mois d'août, mes fils et leur famille se trouvaient à Paris. J'organisai un dîner d'anniversaire en l'honneur du départ de ma mère, un an plus tôt. Vers la fin du dîner, mon petit-fils, âgé de deux ans, tombait de sommeil. Ses parents profitaient de cet instant de tranquillité, alors que nous nous attardions à table.

Je me levai, animée d'une intention forte. Je pris dans mes bras le petit garçon fatigué et le portai jusqu'au lit qui allait être le sien pour la nuit. Allongée à son côté, dans l'obscurité, j'inventai l'histoire du petit garçon qui...

L'histoire terminée, j'attendis qu'il dorme tout à fait.

Comme il s'enfonçait dans le sommeil, je sentis une vague d'amour passer sur moi et je sus, avec gratitude, que le vide laissé par ma mère un an plus tôt était comblé.

J'avais toujours été férue de psychologie : comprendre le comportement humain, à commencer par le mien.

Au milieu des années 1960, étudiante à la Sorbonne, inspirée par un auteur britannique dont j'ai depuis longtemps oublié le nom, j'avais eu pour objectif de devenir une « personnalité intégrée », c'est-à-dire un tout cohérent.

Puis, dans les années 1970, dans l'Ouest canadien, entraînée par la vague de la révolution hippie — porteuse d'utopie, au meilleur sens du terme —, j'avais commencé à comprendre que les événements qui nous arrivent ne sont ni bons ni mauvais en eux-mêmes ; que c'est entièrement une question de point de vue, d'attitude mentale.

Beaucoup plus tard, lisant *Conversations With God*, j'avais appris à éviter la désagréable impression de rétrécissement intérieur qui accompagne la peur ; alors que l'amour se traduit par une chaude sensation d'expansion.

J'appris à cultiver ce sentiment — cette sensation, qui pouvait être délicieuse.

Me soumettre moi-même à un examen constant faisait partie de ma nature. C'était mon moteur.

Mon esprit enregistrerait automatiquement les plus légères variations dans le comportement de ma main (toute tension, même infinitésimale, l'aggravait). Et j'étais obligée de constater que la situation s'était dégradée.

Quelque chose de subtil était venu s'ajouter au tremblement.

Ce n'était pas à proprement parler un manque de sensibilité. Cela ressemblait à une détérioration dans la transmission de l'influx nerveux : ma main ne m'obéissait plus aussi fidèlement ; elle manquait de vigueur.

Malgré moi, mon esprit conscient évaluait cette perte à tout instant.