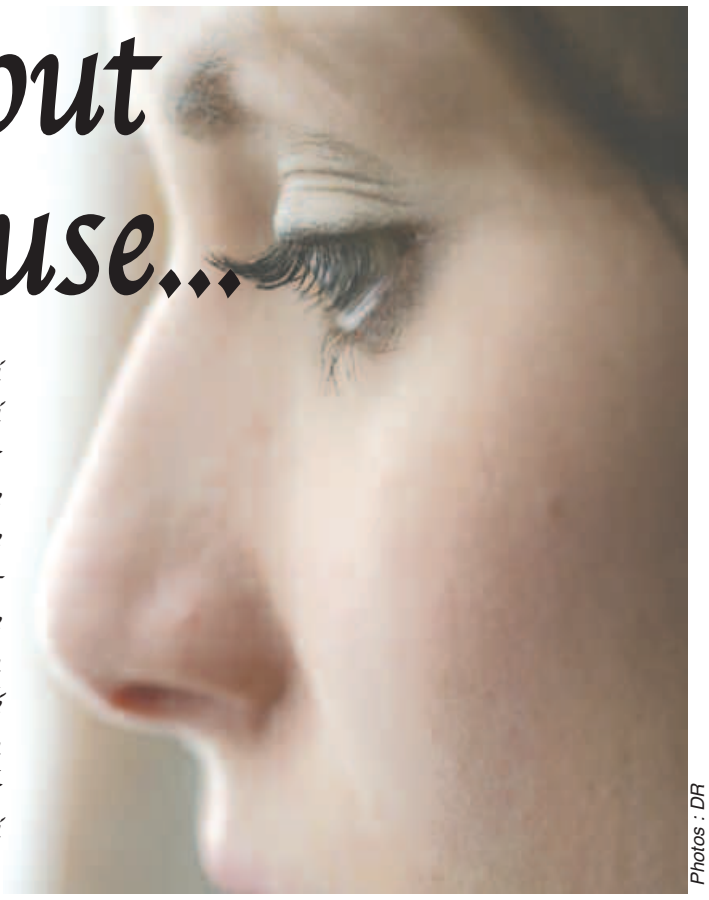
C'est ma vie

Zahia avait tout pour être heureuse...



Photos : DR

Zahia a une famille qui l'adore, un diplôme qui lui ouvrira toutes grandes les portes de l'emploi, une santé à toute épreuve et des amis qui se pliaient en quatre pour lui rendre service. Jusqu'au jour où son existence a basculé avec l'apparition des troubles obsessionnels compulsifs qui lui empoisonneront la vie.

Par Salem Hammoum

Depuis quelques années, elle vit un rituel douloureux habitée et harcelée qu'elle est par la présence de saletés imaginaires qu'elle voit partout. Ce qui la fait souffrir chaque jour davantage et empoisonne sa vie, devenue un enfer. Se croyant dans une bulle envahie de microbes et d'impuretés de toutes sortes, elle se lave les mains des dizaines de fois par jour et passe des heures sous la douche jusqu'à ce que le doute gagne ses parents. Ce comportement déteint sur son entourage familial de plus en plus exaspéré et agacé par une attitude dont la bizarrerie n'a d'égal que les désagréments qu'elle entraîne chez la famille troublée dans sa quiétude.

Zahia pousse le ridicule jusqu'à obliger les membres de sa famille à se déchausser à l'entrée de la maison, à se laver plusieurs fois par jour et à changer de vêtements, arguant qu'ils ont été souillés dehors. Car l'extérieur lui fait peur au point de rester cloîtrée chez elle des jours durant, ne sortant qu'en de rares circonstances. Et il n'est guère étonnant qu'elle refuse de serrer la main à ses parents et à ses frères et sœurs, et encore moins de leur faire la bise.

La situation est encore plus compliquée quand il s'agit d'accueillir des invités avec ces situations loufoques où on la voit désemparée. Zahia court se réfugier dans sa chambre pour les éviter, et si d'aventure elle n'a pas eu le temps de se dérober, elle passe des heures à se laver les mains jusqu'à écorcher sa chair pour se débarrasser des saletés qu'elle imagine avoir contractées à leur contact. Il lui arrive même de refuser la main tendue ou la joue de ses invités qui n'en reviennent pas de cette attitude qui les fait douter de leur hygiène et donne libre cours à toutes les spéculations. Ce qui plonge la famille dans une indicible gêne qu'il leur est fastidieux d'expliquer à leurs invités qui finissent par repartir sitôt arrivés ou à supporter péniblement la présence de la fille qui les épie, guettant la moindre poussière. Zahia ne se contente pas de se laver. Elle passe aussi le plus clair de son temps à laver, essuyer et bien ranger la vaisselle. Pas question de mettre les denrées, même emballées, au réfrigérateur sans qu'ils ne soient délicatement lavés et une fois lavés, ils sont relavés à leur sortie. Même l'aspirateur n'est pas épargné, Zahia le lave soigneusement, chassant la moindre poussière. Le pauvre balai subit lui aussi les lavages systématiques de la femme jusqu'à perdre sa tignasse.

A force de se laver, nettoyer et lustrer, elle s'inflige des maltraitances et des souffrances intenables aux mains et aux doigts. Elle est consciente du mal qu'elle endure et qu'elle inflige aux siens et aux autres avec son comportement qui n'épargne personne, même pas sa propre mère. Tout ce qui vient de l'extérieur la rebute.

Même emballés ou soigneusement empaquetés, les objets, aussi flambant neufs soient-ils, sont passés en revue, nettoyés et soigneusement dépoussiérés et astiqués avant d'être rangés. Zahia aime la lecture, mais la lecture d'ouvrages neufs. Avant de les ouvrir, elle prend soin d'enfiler ses gants de peur que ses doigts ne soient salis par des particules poussiéreuses. Une fois la lecture finie, elle essuie le livre avant de le ranger, lave les gants qu'elle a délicatement enlevés puis court se laver les mains.

Une spirale infernale qui se répète à chaque instant tel un rite sacré. Comme ce personnage de roman, elle s'imagine que des millions de microbes envahissent tout notre espace vital, guettant la moindre faille pour envahir notre organisme telle une armée d'envahisseurs. Elle se sent d'autant plus mal que les autres ne la comprennent pas et rient sous cape de ses extravagances, ce qui influe indubitablement sur ses relations. De guerre lasse, ses amis la fuient au point de se retrouver seule sans personne à qui se confier.

Ses parents sont malheureux de voir leur fille dans cet état. Ils savent que sa maladie la rendra éternellement misérable et compromettra toute chance de vie sociale. Ainsi, il est impossible d'imaginer le mariage ou une vie professionnelle, car personne ne peut vivre avec cette fille malade de ses phobies. Ils ont encore en mémoire cet homme de leur connaissance qui a divorcé trois fois à cause de troubles similaires, lui qui astique des dizaines de fois son véhicule avant de se mettre au volant. Ils jugent plus préoccupante la situation de leur fille que personne n'osera convoiter de peur des retombées de ces troubles sur leur foyer. Il arrive souvent que Zahia craque devant ses exigences de propreté. Ne voyant pas le temps passer, elle se prive de la moindre distraction ou travail accaparée, elle qui s'échine à laver, nettoyer, astiquer et lustrer dans des gestes qui tournent à l'obsession. Des troubles qui s'aggravent de jour en jour interdisant toute intégration dans la société.

Zahia n'a pas de copines et encore moins d'amis avec qui échanger ou s'amuser. Elle évite toute relation de peur d'être contaminée au contact de personnes malades, d'où sa peur panique de l'extérieur.

Elle se sent étouffée, envahie, persécutée et ne sait plus comment se sortir de son calvaire. Elle a tenté de se confier à une psychologue mais l'entrevue a tourné à l'échec car le cas de Zahia nécessite d'être pris en charge par un psychologue thérapeute pour dépasser ses angoisses qui se répercutent sur sa famille. Elle a lu quelque part que c'est un traumatisme qu'elle aurait subi dans son enfance qui serait à l'origine de ses troubles qui ont resurgi bien des années après.

Elle a beau fouiller dans son passé pour comprendre mais rien n'est venu lui rappeler un quelconque souvenir traumatique. Fatiguée et lassée par son comportement, elle a pris conscience qu'il est temps d'arrêter de se faire violence pour retrouver une vie normale d'autant qu'elle a peur que ses obsessions se transforment en maladie chronique. Elle sait que ce sera très dur mais elle est convaincue d'y arriver. Elle a lu dans ses recherches que pour franchir ce pas, elle commencera d'abord par faire l'effort d'acheter des produits qu'elle mettra au frigidaire sans les laver après avoir jeté les emballages. Elle se promet aussi de ne pas refuser la main tendue en la serrant sans courir au lavabo et surtout faire la différence entre ce qui est sale et ce qui ne l'est pas. Cela pour reprendre confiance et vaincre ses TOC en surmontant ses peurs et ses angoisses. Mais pour cela, elle sait bien qu'elle a besoin du soutien et de l'aide des siens auxquels elle a jusque-là pourri la vie. ■

Même l'aspirateur n'est pas épargné, Zahia le lave soigneusement, chassant la moindre poussière. Le pauvre balai subit lui aussi les lavages systématiques de la femme jusqu'à perdre sa tignasse. A force de se laver, nettoyer et lustrer, elle s'inflige des maltraitances et des souffrances intenables aux mains et aux doigts.

Voyage culinaire

Nous vous emmènerons cette semaine dans la région du Sud pour y découvrir un plat traditionnel, préparé par les plus anciens lors de fêtes religieuses, accompagné de viande en sauce.

Boumerdoukh, un plat au goût fort du piment vert

Par H. Belkadi

C'est la saison la plus rude dans la région du sud de l'Algérie, et les nuits sont longues et froides dans la modeste demeure de Si Mouloud. Ce vieil homme de quatre-vingts ans est le chef d'une grande famille où frères et sœurs cohabitent dans une harmonie parfaite.

Durant toutes ces années, il a su si bien maintenir l'ordre et le respect des relations familiales. A la tête d'une trentaine de personnes de tout âge, il a semé en chacun l'amour de l'autre et l'entre-aide qui a fait la force de son patriarche.

C'est ainsi que chez Si Mouloud, on se donne toutes les raisons de se réunir autour d'un repas convivial ou d'un verre de thé à la menthe. A tour de rôle, les femmes de la maison invitent les autres membres de la famille à partager le repas d'un soir, aussi modeste soit-il, rassemblant ainsi grands et petits dans une ambiance chaleureuse autour du kanoun brûlant. Si Mouloud ne cache pas sa joie, et pour montrer sa bonne foi, il offre à chaque enfant de la maison bonbons et sucreries qu'il aura ramenés du marché de la ville.

Il n'oubliera pas les femmes à qui il voue un grand respect et à qui il rend un grand hommage quant à leur force et leur sagesse. Alors, avec un savoir-faire inégalable, il sort de la capuche de son burnous foulards et savonnettes qu'il distribue à chacune d'elles.

Telles des petites filles, Nafissa, Aïcha et les autres prennent leur paquet aux couleurs chatoyantes et se faufilent en courant dans la cuisine pour montrer ce qu'elles ont reçu ce jour-là. Très fières d'avoir gagné les mérites de leur père, grand-père et beau-père, elles s'empressent de le remercier à leur manière et se donnent toutes les peines en s'attelant à préparer le repas familial: boumerdoukh.

La recette

Ingrédients

- 1 livre de semoule moyenne
- ½ verre d'huile
- 1 c. à café de sel
- De l'eau (pour pétrir la pâte)
- 4 piments verts
- 3 tomates fraîches
- 5 ou 6 gousses d'ail
- 1 botte de persil
- ½ verre d'huile d'olive

Préparation

Mettre la semoule tamisée dans un vaste récipient, ajouter le sel et l'huile sans goût puis frotter la semoule imbibée d'huile entre les mains. Arroser ensuite avec de l'eau pour ramasser la semoule en pâte, la pétrir afin de l'assouplir puis la diviser en deux boules égales. Huiler les mains puis façonner deux galettes d'un demi-centimètre d'épaisseur.
Faire cuire les galettes sur un tadjine bien chaud sans les huiler.
Pendant la cuisson, faire un trou assez grand au milieu de chaque galette. Réserver.
Dans un pilon en bois, piler les piments égrenés en premier avec l'ail, le sel, le persil et en dernier lieu les tomates pelées et épépinées.

Ajouter ensuite les galettes émiettées par petites poignées et piler le tout jusqu'à obtenir une panade lisse et onctueuse.
Mettre le tout dans un plat de service en terre ou en bois puis arroser d'un filet d'huile d'olive. Servir pour accompagner des plats en sauce. ■