

## HISTOIRE DE CAFÉTÉRIA

De Chazzler DiCyprian

Traduit par Richard Parent

*John Harrison, toujours à l'affût de ce qui est intéressant, a transmis au forum anglophone, neurosemanticsofstuttering, un courriel qu'il a reçu de son ami Chyprien, Chazzler DiCyprian (sans jeu de mots, Chypre étant, en anglais, Cyprus). John l'a qualifiée « d'une des plus remarquables anecdotes qu'il n'ait jamais lues. Celle-ci m'a littéralement ébranlé et j'ai pensé la partager avec vous. » JCH. J'en pense tout autant. R.P.*

C'était une journée pluvieuse, en Floride.

Disposant d'une heure avant le début de mon cours, j'allai à la cafétéria de l'école manger une bouchée.

Il y avait foule... et il y avait une loooooongue file d'étudiants attendant de commander.

Je me plaçai en bout de ligne et commençai à penser...

Non, je ne pensais pas (comme les autres) à ce que j'allais manger. Mon dialogue interne était très différent de celui des autres étudiants... Il ressemblait à ceci : « Que devrais-je manger ? Je dois choisir quelque chose que JE PEUX DIRE FACILEMENT pour éviter de bégayer devant tout ce monde et faire un fou de moi. Peut-être devrais-je simplement dire « Menu 4 » qui ne se compose que de 2 mots faciles à prononcer, m'évitant ainsi d'avoir à dire 'hamburger' et 'Coke' diète. »

Mais le menu était plus dispendieux et, en tant qu'étudiant, il allait gruger mon budget. Mais ça m'était bien égal, ma seule préoccupation étant ma parole et le souci de ne pas bégayer devant tous ces gens.

Tout ce qui comptait pour moi, c'était de pouvoir « cacher » mon bégaiement.

**La ligne s'allongeait et je m'approchais du comptoir.**

Puis ce fut à mon tour de commander... Je dis « Ehmmm Menu 4 s'il vous plaît ».

Je l'ai dit en regardant le menu comme si je choisissais encore quoi commander. Vous reconnaissez ce truc, n'est-ce pas ? Si on ne les voit pas, ils ne nous voient pas non plus. En regardant ailleurs en parlant, ils ne peuvent nous voir bégayer ☺

Je l'ai dit sans bloquer.

**Mission accomplie ! ... Jusqu'à ce qu'on me dise « FÉLICITATIONS. Vous êtes l'heureux gagnant. »**

Sans comprendre ce qui se passait, tout le monde applaudissait. Il semblait qu'un gagnant était choisi chaque mois.

**Puis on me demanda : « On va dire ton nom. Peux-tu nous dire ton nom s'il te plaît ? »**

La P A N I Q U E m'envahit. Je ressentais un bouleversement dans tout mon corps : dans mon estomac, dans mon esprit... Puis je dis : C (blocage)... C (blocage)... C (blocage)... Ch (blocage)... »

J'AI SÈVÈREMENT BLOQUÉ SUR MON NOM.

J'avais beau essayer, rien à faire !

Tout le monde me regardait et je voyais bien que les gens me regardaient étrangement.

La propriétaire de la cafétéria dit : « **QU'EST-CE QUI SE PASSE ? TU AS OUBLIÉ TON NOM ?** »

Tout le monde se mit à rire,... à rire .... Et à RIRE. J'étais tellement mal que j'ai fini par dire ne pas vouloir être le gagnant. Je pris ma nourriture et allai m'asseoir à la table la plus éloignée de la cafétéria.

Je m'assis face à la fenêtre, regardant la pluie tomber.

**Je m'en souviens fort bien, mangeant mon hamburger. Des larmes coulaient de mes yeux. Je regardais la pluie, mangeant et pleurant... en silence...**

Pour être honnête, j'avais l'impression de ne plus être là tellement j'étais noyé dans ma tristesse, ma douleur, dans ma tête et mon âme.

Je ne voulais plus, jamais de la vie, revenir à cette cafétéria (nous y reviendrons plus loin !).

Mais le pire dans tout ça, c'est que ni la cafétéria ni mon nom n'étaient en cause. C'était MOI !

Commander, faire des appels téléphoniques, parler en classe, faire des présentations, même des tâches quotidiennes aussi banales que de me présenter, raconter une histoire ou faire une blague, s'avéraient de véritables cauchemars pour moi.

Ce jour-là, je me suis senti NUL, moins que rien.

**Cette nuit-là allait être l'une des pires de toute ma vie. J'allais vivre, en même temps, toute une panoplie d'émotions.** J'étais embarrassé (d'avoir fait un fou de moi devant tous ces gens), j'étais triste (à l'idée de vivre avec ce problème jusqu'à la fin de mes jours), j'étais en colère (Comment ont-ils pu rire ainsi de moi !), j'étais frustré (je donnais des coups de poing partout, demandant à Dieu « POURQUOI MOI ? POURQUOI ? »), je ressentais le besoin de me venger (« Un jour, vous verrez qui je suis vraiment et ce sera à mon tour de me payer votre tête !), j'étais désespéré (peu importe ce que j'allais faire, je serais toujours comme ça).

**Cette nuit-là, 2 choix s'offraient à moi.**

- 1) Je ne fais rien et cette histoire s'arrête là.
- 2) Je décide de ne pas baisser les bras et faire en sorte à conclure ce courriel avec une anecdote améliorée, qui finit bien ☺

Je me réjouis aujourd'hui d'avoir opté pour la deuxième alternative.

**Je vous dirai, à la toute fin de cette histoire de cafétéria, ce qui se produisit. Mais avant, permettez-moi de partager brièvement avec vous cette expérience.**

Cette nuit-là, j'ai décidé que je devais faire quelque chose pour ma parole. Je ne pouvais me résoudre à vivre le reste de ma vie dans l'ombre du bégaiement.

J'ai tout fait dans le but de vaincre mon bégaiement à un niveau élevé.

J'AI EU DE MAINS REVERS, j'ai perdu du temps, de l'énergie et pas mal d'argent... pour RIEN.

Mais pas question de démissionner parce que JE SAVAIS qu'il y avait des personnes qui réussirent à vaincre leur bégaiement.

Je savais qu'il y avait une solution, même si je ne retirais aucun résultat des divers programmes et diverses thérapies pour le bégaiement.

### **Je décidai d'apprendre directement de ces histoires à succès. Je décidai de me tourner vers ces personnes qui avaient vraiment VAINCU le bégaiement.**

Ce ne fut pas facile, ces personnes menant des vies normales et n'ayant donc que peu de temps à me consacrer. Mais j'avais un but précis dans mon esprit et j'étais résolu à faire tout ce qui était nécessaire.

... À partir de ce moment, TOUT changea pour moi.

J'ai amélioré ma parole au point que le bégaiement n'est plus, dans ma vie, un enjeu. Je ne dis pas cela par vantardise ni pour impressionner. Je désire seulement que vous compreniez qu'il y a de l'espoir. Bien qu'il ne soit pas possible de guérir du bégaiement, ON PEUT grandement améliorer notre parole et, éventuellement, vaincre, sortir du bégaiement.

### **Qu'ai-je appris de ces histoires à succès ?**

J'ai appris la BONNE FAÇON de vaincre le bégaiement ! Je sais maintenant que je ne m'y prenais PAS DE LA BONNE FAÇON, tout comme la plupart des PQB.

Améliorer considérablement votre parole est un processus en 5 étapes que la plupart de ceux et celles qui ont vaincu le bégaiement ont suivies.

Je partage tout ce que je sais sur ce modèle en 5 étapes, et comment améliorer votre parole à un niveau élevé, dans mon webinaire. (Puis Chazzler donne [ici](#) un lien hypertexte pour se rendre sur son site qui est en anglais.)<sup>1</sup>

Bon, maintenant, la fin de cette histoire de cafétéria.

### **5 ans plus tard, je retournai à cette même cafétéria pour y manger.**

Même propriétaire, même longue file d'attente... J'attendais en ligne avec un professeur d'orthophonie lorsqu'arriva notre tour ; elle me présenta à la propriétaire de la cafétéria...

**Elle dit :** *« Je vous présente Chazzler qui est ici pour donner un séminaire à nos finissants en orthophonie. Il est un grand jeune homme plein de sagesse. Il peut nous en apprendre beaucoup sur le bégaiement. »*

Il y a 5 ans, j'avais vécu ici un des pires moments de ma vie et ce moment-ci allait être un des plus heureux.

La propriétaire ne me reconnut pas. Lorsque je lui racontai l'histoire, ELLE S'EN RAPPELLA INSTANTANÉMENT ET ELLE ME DIT CECI... *« J'étais tellement désolée ce jour-là. Je ne voulais pas vous blesser ; je ne savais simplement pas que vous aviez un problème de parole. Ce n'était qu'une blague. Je me sentais tellement mal après cela. Loin de moi le désir de rire de vous. Je suis vraiment désolée. »*

Pourquoi ai-je ressenti le besoin de vous dire ce qu'elle m'a dit ?

---

<sup>1</sup> Si le lien hypertexte ne fonctionne pas, le site est le suivant : <http://stutteringdissolution.com/blog/about-chazzler>

Afin que vous réalisiez **qu'en réalité, les autres** (nos interlocuteurs) **ne sont pas aussi incommodés que nous le sommes face à nos difficultés d'élocution**. Croyez-moi, ils n'en ont rien à foutre de notre parole. Eux aussi doivent composer quotidiennement avec leurs propres problèmes dans la vie. Ils ne sont pas aussi dérangés que nous le croyons lorsque nous bégayons. Nous sommes les seuls à en faire un GROS PLAT. Et je sais bien que c'est une question importante dans notre vie, mais le bégaiement N'EST PAS NOTRE VIE.

Bien sûr ! En améliorant considérablement votre parole et en venant à bout du bégaiement, CELA AURA UN IMPACT RÉELLEMENT POSITIF sur tous les autres aspects de votre vie.

Mais, n'oubliez pas : le bégaiement N'EST PAS ce que vous êtes, c'est ce que vous faites.

Alors, ne le laissez jamais DÉFINIR qui vous êtes !

**Je vous recommande fortement de travailler à améliorer considérablement votre parole et à vaincre votre bégaiement. Mais même si vous ne vous engagez pas sur cette voie, n'oubliez pas que vous êtes toujours une personne ayant une valeur et qui a le droit de vivre une vie bien remplie !**

Bonne chance,

Chazzler

P.-S. Si vous êtes intéressé à regarder le webinaire (en anglais) sur la manière de vaincre considérablement votre bégaiement, cliquez [ici](#) et ne le manquez pas. Vous l'adopterez.

Chazzler vit à Chypre et, franchement, pour quelqu'un dont la langue maternelle n'est pas l'anglais, il est drôlement bon.

Traduction, par Richard Parent, d'un courriel que Chazzler fit parvenir à John Harrison.  
Septembre 2013. Rév. : 04/2014

Pour consulter la liste des traductions françaises, Cliquez [ICI](#)