

## **Dix ans de thérapie avec Marie-Aude Murail**

*Ce dialogue entre ma fille, Constance Robert-Murail, et moi-même peut être lu par les lectrices de 13 à 113 ans. Nous espérons qu'il favorisera les échanges, que ce soit en classe ou en famille.*

### **Saison 1: «Dédramatiser le psy en dramatisant des séances de thérapie»**

**Constance Robert-Murail :** Avec cette réédition 2025, nous fêtons le dixième anniversaire du premier tome de la série. Comment est né *Sauveur & Fils*?

**Marie-Aude Murail :** Un livre est souvent fait de plusieurs rencontres ou découvertes, en apparence déconnectées, qui finissent par converger. Tout a commencé à la Noël 2010 avec le visionnage du film *Oui, mais...* d'Yves Lavandier. C'est un film assez ancien (2001) que j'ai trouvé dans la DVDthèque de mon amie (et autrice) Sophie Chérer, chez

qui j'étais invitée pour le réveillon. Gérard Jugnot y joue un psy sympathique et un peu décalé qui reçoit une ado de 17 ans, Églantine, incarnée tendrement par la regrettée Émilie Dequenne. Pour moi, c'est un film qui démystifie ce que c'est que d'aller voir un psy, et qui explique de manière humoristique et assez pédagogique les bienfaits de la thérapie courte, quelques semaines ou quelques mois dans la vie d'un jeune. Je me suis dit : « Tiens, voilà un film à faire regarder aux adolescents. » Et j'ai commencé par toi, ma fille, qui avais alors 16 ans.

Remettons-nous dans le contexte : en 2010, en France, aller voir un psy, c'était encore très stigmatisé. Le plus souvent, les parents le percevaient comme une remise en cause de leur éducation (« on n'a pas de fous chez nous »), les jeunes, eux, le vivaient comme une honte, un échec ou une punition.

À la fin du film, on comprend que l'adolescente est la « patiente désignée », celle qui porte le symptôme du mal familial. Au fond, sa mère aurait peut-être aussi besoin d'une petite thérapie... C'est la base de l'approche systémique : on soigne l'individu non pas comme un « cas » isolé, mais comme un être pétri de relations, pris dans son environnement. C'est pourquoi il y a beaucoup de thérapies familiales dans le cabinet de Sauveur.

Un an plus tard, en 2011, j'ai vu la série américaine *En analyse* (*In Treatment*) créée par Rodrigo García avec un psy beaucoup plus sexy que Gérard Jugnot, incarné par Gabriel Byrne. Diffusée en 2008-2010, c'est un remake quasiment

mot pour mot de la série télévisée israélienne *BeTipul*. Une version française de *BeTipul* a été réalisée pour Arte par Toledano et Nakache en 2021 et elle a fait un énorme carton, signe qu'en quelques années la société a beaucoup progressé sur les questions de santé mentale. Je vais t'avouer une chose : je n'ai jamais regardé *En thérapie*, qui est sorti entre les saisons 6 et 7 de Sauveur. J'avais trop peur d'être influencée... ou de trouver cela un peu trop réussi !

Si *Oui, mais...* m'a prouvé que la fiction pouvait dédramatiser la thérapie, *En analyse* m'a démontré qu'on pouvait dramatiser des séances de thérapie, les rendre trépidantes, créer un suspense au fil des consultations, avec des secrets, des non-dits et des révélations.

Dans la même période, et conformément à mon habitude, j'épluchais les journaux et je finis par remarquer que la santé mentale de la population française et des jeunes en particulier faisait de plus en plus les gros titres. Anxiété, dépression, phobie scolaire, harcèlement... Je voyais aussi des proches confronté·es\* à des troubles de plus en plus

\* L'écriture inclusive n'est pas le choix que je fais dans mes romans, à l'exception de la féminisation de quelques noms de métier comme docteure ou professeure.

Mais le dialogue que nous avons poursuivi, ma fille Constance et moi, au long des 7 saisons de *Sauveur & Fils* utilise l'écriture inclusive. Vous verrez donc apparaître d'amusants mots-valises tels que lecteurices et auteurices, le pronom neutre iel/iels accepté par *Le Dico en ligne* Le Robert et, ici et là, le fameux point médian (Alt0183 sur votre clavier d'ordinateur).

sévères. C'est devenu une urgence pour moi de parler de ces sujets-là, et de dire aux jeunes : vous avez le droit d'être écouté·es.

La scène inaugurale du roman, où une infirmière scolaire fait relever leurs manches à toute une classe d'adolescents pour repérer les cas de scarification, m'a été racontée par une jeune amie de 12 ans à son retour du collège. Il y a des choses qui ne s'inventent pas !

**CRM : Pourquoi choisir un psychologue clinicien plutôt qu'un autre spécialiste de santé mentale ?**

**MAM :** Ne me sentant pas freudienne à 100 %, je ne voulais pas mettre en scène un psychanalyste. Je ne souhaitais pas davantage un psychiatre. J'avais vu autour de moi des jeunes personnes envoyées contre leur gré dans des services psychiatriques ou rendues apathiques par des médicaments. Je l'ai très mal vécu et je me suis sans doute « vengée » en inventant un peu plus tard dans la série la docteure Pincé qui médique à tour de bras sans prendre le temps d'écouter ses patients. Depuis, en échangeant avec des amis psychiatres-psychanalystes, j'ai admis que je ne devais pas diaboliser des traitements qui peuvent aussi sauver des vies. Alors un autre psychiatre est apparu dans la série, le docteur Agopian, qui est difficile d'accès mais fondamentalement un bon professionnel.

J'ai fait le choix d'un psychologue clinicien, un homme qui n'a que la parole pour soigner, quelqu'un qui, comme

moi, cherche les mots justes et n'a juste que les mots. De ce fait, je ne pouvais lui confier que des problèmes restant dans ses compétences, souffrance psychique, difficultés familiales, sans aller jusqu'à la maladie mentale proprement dite. Et pourtant, celle-ci a fini par s'inviter dans la patientèle de mon psychologue : les tocs, les phobies, la personnalité borderline, la paranoïa, le déni de grossesse, les entendreurs de voix, etc. Ce sont des cas où la parole de Sauveur trouve ses limites. Mais ce que je veux faire entendre, c'est la parole des patients eux-mêmes parce que celle-ci se libère sur Internet ou dans des bédés de vulgarisation sur la santé mentale. Ces personnes qui souffrent de pathologies sévères ont leur propre vision du monde, une vision dont j'ai voulu dire le plus tendrement possible la poésie, le burlesque et le tragique. Je connais personnellement des gens qui ont été diversement étiquetés ceci ou cela, puis qui se sont pris eux-mêmes en charge, voulant qu'on reconnaissse leur parole et leur expertise sur leur propre trouble, qui vient compléter et parfois contester le discours des «sachants», des médecins... Il y a une confrontation entre ces deux expertises, que je mets en scène dans la série.

Sauveur rechigne le plus souvent à poser un diagnostic. «Les étiquettes, dit-il, c'est utile pour les pots de confiture.» Pour lui, il faut trouver un sens au trouble mental et aider les gens à reprendre leur chemin. Les entendreurs de voix (que l'on diagnostique schizophrènes) parlent de «vivre avec» la maladie, qu'on ait ou non recours à la médication.

Ma question, d'ailleurs valable pour tout le monde, c'est : « Ma souffrance, j'en fais quoi ? »

**CRM :** Sait-on dès le début de l'écriture qu'on a le matériau nécessaire pour une série ?

**MAM :** Mais je n'en savais rien ! J'avais écrit *Sauveur & Fils* comme un unitaire et, à la dernière minute, avant la réunion des représentants commerciaux de ma maison d'édition, celles et ceux qui sont chargés de présenter nos romans aux libraires, j'ai appelé Véronique Haïtse, mon éditrice, pour lui dire : « Rajoute saison 1 sur la couverture. » C'est ce qui a entraîné une relation totalement différente avec mon éditrice car, pour lui prouver que j'étais capable d'assumer cette décision, je lui ai envoyé les premières pages de la saison 2 très rapidement. C'était la première fois que je montrais un « work in progress » à mon éditrice. Par superstition ou manque d'habitude, je n'avais jamais fait ça. J'avais peut-être peur d'un retour qui me bloquerait dans l'avancée du projet. Toujours est-il que c'est grâce à Sauveur que j'ai pris l'habitude de montrer le travail en cours à mon éditrice et de l'associer à mes recherches, ce qui a aussi soigné quelque chose dans ma manière d'envisager la collaboration !

Qu'est-ce qui m'a fait penser que je pouvais et même que je devais continuer mon histoire ? Soyons lucide : j'étais amoureuse de Sauveur. La même chose m'était arrivée en 1990 avec Nils Hazard, le chasseur d'énigmes

et, curieusement, j'ai écrit pour Nils le même nombre d'épisodes que pour Sauveur: *Dinky rouge sang*, *L'assassin est au collège*, *La dame qui tue*, *Tête à rap*, *Scénario catastrophe*, *Qui veut la peau de Maori Cannell ? Rendez-vous avec Monsieur X*. Sept romans aussi pour Émilien, le héros de *Baby-sitter blues*. Sept, chiffre magique ?

Plus sérieusement, j'ai compris que je ne retrouverais pas facilement un poste d'observation de la société aussi performant que le cabinet d'un psychothérapeute. On y trouve ce que j'ai cherché dans d'autres romans (*Maïté Coiffure ou Vive la République !*), à savoir: toutes les catégories sociales et toutes les classes d'âge. Et puis j'avais laissé en plan Margaux, Blandine, Gabin, Louise, qui avaient encore tant de chemin à faire ! Ce que j'ai découvert au fur et à mesure de l'écriture des saisons, c'est que j'avais, moi aussi, du chemin à faire avec mon thérapeute de fiction, et que son regard sur le monde, sa manière d'interagir avec les autres, allait m'aider quotidiennement.

**CRM:** Pourquoi ce nom de Sauveur et pourquoi la Martinique ?

**MAM:** J'ai des prénoms masculins qui me trottent dans la tête (Nils, Vianney, Marceau) et qui cherchent à s'incarner. Parmi eux, Sauveur. Je ne savais pas à qui donner ce prénom. Puis je suis tombée sur un livre dont le titre m'a accrochée : *Le syndrome du sauveur*. Il s'agissait, d'après le

sous-titre, de « se libérer de son besoin d'aider les autres ». Le sauveur serait quelqu'un qui secourt les autres mais qui aurait aussi besoin d'être secouru, quelqu'un qui a enfoui un passé de traumatismes et d'abandon. N'est-ce pas le profil de Sauveur, lui qui a perdu sa mère à la naissance, dont l'adoption par un couple de Blancs a perturbé l'identité, qui a cru pouvoir sauver sa femme de la dépression, et qui n'arrive pas à parler du passé à son fils ?

Mais qui peut s'appeler Sauveur de nos jours, me suis-je demandé ? Je me suis souvenue d'une madame Sauveur que j'avais rencontrée à la Martinique, où j'ai vécu près de deux ans, alors que mon mari était VAT (volontaire de l'aide technique). Et j'ai baptisé mon psy antillais d'un nom deux fois saint, Sauveur Saint-Yves, faisant espérer de lui des miracles.

Je ne me suis jamais posé la question de ma légitimité à créer tel personnage apparemment éloigné de moi. Ce serait pour moi s'interdire la fiction. Quand j'écris, je veux être aussi libre qu'un enfant qui joue. Donc, on dirait que je serais un psy antillais. Il n'empêche que cela m'a demandé une sérieuse documentation. C'est la contrepartie à ma liberté de romancière.

J'avais une première source documentaire peu banale, ma propre correspondance avec ma mère dans les années 1975-1976 quand je vivais à la Martinique, d'abord au Lamentin, puis à Fort-de-France, et que je m'ennuyais de ma famille. J'écrivais à ma mère en moyenne deux fois par

semaine et je me suis aperçue, après son décès, qu'elle avait gardé toutes mes lettres dans un petit dossier. Celles-ci ont nourri mes descriptions de la Martinique, le marché, les cris, les odeurs, les mornes, la forêt tropicale, les belles maisons des békés, et la fête de Pâques sur la plage des Salines en saison 5. Mes lettres fourmillaient d'anecdotes sur les quimboiseurs et la sorcellerie vaudou, d'où le petit cercueil que reçoit Sauveur devant sa porte. On m'avait aussi parlé à l'époque de celles et ceux qui souhaitaient « blanchir la race » en s'unissant avec quelqu'un dont la peau est plus claire, ce qui est reproché à Sauveur dans la saison 1. Je me souvenais qu'une de mes amies martiniquaises m'avait raconté – ce que raconte Sauveur – que, dans la cour de récré, les enfants tendaient à se regrouper par couleur de peau. Mais tout cela était-il encore d'actualité ?

J'ai rafraîchi mes connaissances personnelles d'il y a quarante ans en cherchant quels étaient les invariants de la société antillaise. J'ai regardé des films récents comme la comédie de Lucien Jean-Baptiste *30° couleur*, j'ai visionné quantité de petits films amateurs sur Internet de fêtes à la Martinique ou de recettes de cuisine antillaise, j'ai lu des études de sociologue et d'anthropologue : *La sorcellerie aux Antilles* de Christiane Bougerol, *Du Neg nwe au Beke Goyave : le langage de la couleur de peau en Martinique* d'Isabelle Michelot, ou encore « La construction et les coûts de l'injonction à la virilité en Martinique » de Nadine

Lefaucheur et Stéphanie Mulot dans *Boys don't cry! Les coûts de la domination masculine*, sous la direction de Delphine Dulong, Érik Neveu et Christine Guionnet (PUR). On peut donc considérer que ce que je raconte est fiable et actualisé, ce qui m'importe énormément, car on a vite fait de tomber dans le cliché daté ou le stéréotype plus ou moins raciste.

C'est d'ailleurs là que résidait pour moi le principal défi. Comment ressentir et faire ressentir dans mon écriture ce qu'éprouve une personne en butte au racisme ou même simplement un peu trop regardée parce que minoritaire dans une société. Bref, comment être Sauveur Saint-Yves, un Noir, quand on est Marie-Aude Murail, une Blanche ? Mon premier réflexe est toujours de me tourner vers les livres et j'ai donc lu *La condition noire : essai sur une minorité française* de Pap Ndiaye (Gallimard), qui est une bonne entrée en matière pour comprendre de l'intérieur Sauveur et Lazare. Mais la solution pour que je trouve ma véritable place dans la fiction s'appelait Louise Rocheteau. Louise qui aimeraient savoir si la voix de monsieur Saint-Yves au téléphone est celle d'un noir-noir ou d'un café au lait comme Lazare, Louise qui n'arrive pas à se révolter quand la nounou de Lazare tient devant elle des propos ouvertement racistes, Louise qui se demande si être fière que son fils soit ami d'un garçon métis n'est pas au fond du racisme, Louise qui fantasme dans sa salle de bains en se laissant aller dans les bras d'un Sauveur de cinéma, puis qui s'étonne en

le revoyant «en vrai» de le trouver si grand et si... noir, Louise qui ne cesse de se traquer, de se culpabiliser: est-elle ou n'est-elle pas victime de préjugés?

**CRM:** Dans cette première saison, tu explores un peu «fifty shades of racism», de l'insulte caractérisée au sous-entendu faussement bienveillant.

**MAM:** Et je ne fais qu'effleurer la surface de toutes les formes de discrimination qui existent. Les militant·es anti-racistes utilisent parfois l'image de l'iceberg\* pour représenter les comportements individuels et collectifs qui sont sous-jacents voire institutionnalisés et donc plus socialement acceptables, comparés à la surface visible de l'iceberg (ce que les gens peuvent facilement percevoir et dénoncer comme étant raciste et donc inacceptable). Actuellement, le niveau de la mer monte (comme l'extrême-droite) et on constate que les comportements jadis jugés inacceptables sont maintenant acceptés.

\* Dans leur article pour *The Conversation* en 2020 intitulé : «Les ravages du racisme invisible ou la partie cachée de l'iceberg», les professeur·es Gina Thésée et Paul R. Carr soulignent : «Le racisme individuel, pointe de l'iceberg du racisme, reçoit toute l'attention, tandis que le racisme invisible demeure presque complètement ignoré alors que ses strates agissent en profondeur, validant et assurant la pérennité du racisme. [...] Guérir du trauma du racisme suppose de plonger en profondeur.» (Voir schéma page suivante.)

Ici, ce que la majorité  
des gens perçoivent  
comme du racisme

Crimes de haine  
Lynchages  
Croix gammées / Salut nazi  
Insultes racistes  
« Blagues » racistes

Violences policières  
Contrôle au faciès  
Discriminations à l'embauche  
Accès au logement et gentrification  
Stigmatisation des femmes portant le voile  
Standards de beauté blancs  
Hypersexualisation / Exotisation  
Manque de représentation dans les médias  
Appropriation culturelle  
Parler de « racisme anti-blanc »

Ici, des exemples  
de racisme culturel  
et institutionnel qui sont  
moins facilement visibles

**CRM:** Pour la réédition de l'ensemble de la série, tu as demandé à être relue attentivement par moi-même, par ton éditrice et par des étudiantes de celle-ci en master d'édition jeunesse de Clermont-Ferrand. Cela a été l'occasion de nombreux échanges qui ont été suivis de quelques retouches du texte. On ne peut pas parler d'une réécriture, ce sont des micro-interventions sur lesquelles nous aurons l'occasion de revenir en saison 6. Mais tu peux peut-être donner un exemple de ces retouches concernant Louise dans cette saison 1?

**MAM:** Oui, voici un extrait page 277 dans la version de 2015 :

« – J'ai lu sur Internet, poursuivit Sauveur, qu'il ne faut pas croiser certaines couleurs de hamster parce que cela donne des bébés qui meurent in utero ou peu après la naissance, suite à des malformations. Ce que je crains, c'est que le vendeur de Jardiland ait laissé madame Gustavia dans une cage avec des hamsters qui n'étaient pas compatibles. Tous les métissages ne marchent pas.

– Mais il y en a de très réussis... c'est-à-dire... Lazare, bafouilla Louise, rougissant comme si elle venait de dire quelque chose d'inconvenant. C'est... un bel enfant.

– Merci, c'est gentil, dit Sauveur, qui savait accepter un compliment. Vous avez deux minutes? »

Ce coq-à-l'âne est une micro-agression, où on constate une animalisation de Lazare et un regard fétichiste sur le métissage. Sauveur s'en tire élégamment, parce qu'il a

l'habitude. Mais la narration, dans les deux propositions incises au dialogue soulignées ci-dessus, banalise la remarque de Louise en semblant penser que c'est un compliment. Comment infléchir la narration de manière à :

- 1) Conserver l'humour de la scène
- 2) Donner tort à Louise
- 3) Rester en empathie avec les deux personnages ?

Dans la version 2025, Louise est «soudain consciente que le rapprochement était inconvenant», tandis que Sauveur répond gentiment «pour la sortir de son embarras.» Elle fait sa bourde, Sauveur choisit de ne pas relever et de lui faire confiance en lui expliquant ensuite la manière dont se construit la couleur de peau à la Martinique. Il sait qu'elle est éducable sur le sujet.

L'édition 2025 sera parsemée de ces petits changements, que l'on jugera sûrement insuffisants en 2035... Mais l'enjeu était de garder l'équilibre entre le texte d'origine et la manière dont nos regards ont évolué.

**CRM:** En conclusion, nous remercions Véronique et ses étudiantes : Capucine, Charlotte, Chiara, Chloé, Élisa, Fanny, Jeanne, Lieve, Marie-Lise, Zélie. Nous avons beaucoup appris en découvrant leurs retours. C'est une petite thérapie littéraire que nous menons en détricotant certains aspects du texte. Et un grand merci à Maëlys Chay qui a réinventé les couvertures des sept saisons !