

A photograph of a man with grey hair, seen from behind, walking barefoot on a sandy beach. He is wearing a grey t-shirt and pink shorts, and is holding a pair of sunglasses in his right hand. The background shows a calm sea, a small tree on the right, and distant mountains under a blue sky with some clouds.

JEAN-MARC ARÈNE

ITINÉRAIRE D'UN ENFANT BLESSÉ

Editions Rhéartis

Jean-Marc Arène

**ITINÉRAIRE D'UN ENFANT
BLESSÉ**

Éditions Rhéartis
L'Arrogance des Mots



Copyright © 2025 Éditions Rhéartis

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite sous quelque forme que ce soit sans la permission écrite de l'éditeur tel que le prévoit le : « Le Code de la propriété intellectuelle et artistique n'autorisant, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article L.122-5, d'une part, que les "copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective" et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, "toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite" (alinéa 1er de l'article L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle ».

Éditeur : Éditions Rhéartis – 60 Rue François 1^{er} – 75008 Paris (France)

Imprimeur :

Photographies et illustrations :

© Gettyimages / © UnSplash / © Éléments / © Éditions Rhéartis

ISBN livre : 978-2-7146-0528-3

ISBN ePub / Mobi : 978-2-7146-0529-0

Première impression : 2025-06 suivie du dépôt légal : 2025-06
Dépôt légal auprès de la Bibliothèque National de France (BNF)

Édition Rhéartis
60 Rue François 1^{er} – 75 008 Paris (France)
www.editions-rheartis.fr

Imprimé en France

Sommaire

Préface	9
Prologue	11
CHAPITRE 1	13
CHAPITRE 2	20
CHAPITRE 3	23
CHAPITRE 4	29
CHAPITRE 5	41
CHAPITRE 6	47
CHAPITRE 7	58
CHAPITRE 8	76
CHAPITRE 9	83
CHAPITRE 10	92
CHAPITRE 11	105
CHAPITRE 12	118
CHAPITRE 13	132
CHAPITRE 14	142
CHAPITRE 15	150
CHAPITRE 16	169
CHAPITRE 17	174

CHAPITRE 18	188
CHAPITRE 19	220
CHAPITRE 20	234
CHAPITRE 21	247
CHAPITRE 22	258
CHAPITRE 23	277
CHAPITRE 24	285
CHAPITRE 25	314
CHAPITRE 26	327
CHAPITRE 27	343
CHAPITRE 28	354
Remerciements	364

Préface

1 987, le film « *Itinéraire d'un enfant gâté* » sort grâce à un Claude Lelouch en proie à des questions d'ordre existentielles et Jean-Marc, lors de son visionnage en 1992, garde du personnage principal une sensation particulière. En se repassant le film, il comprend pourquoi Sam Lion le fascine et comment le scénario le suit et le ramène à sa propre histoire.

Comme Sam, le départ est brouillon et l'univers est forain.

Comme Sam, après avoir tout réussi, l'auteur réalise qu'il en a oublié l'essentiel sur son passage.

Sam fuit pour vivre et non plus survivre, Jean-Marc quitte régulièrement cette société pour toucher à nouveau le plus important et retrouver ce besoin vital de simplicité et de sincérité.

Car lorsque l'ultime rêve d'enfant est atteint, tel un caprice de plus satisfait et qui nous emmène inexorablement au suivant, on finit par tourner le dos à la réussite, ou par en profiter de très loin.

Depuis 1992, le film fait partie de la vie de Jean-Marc et une fois par an, il y revient tel un rituel.

Cependant, si « *Itinéraire d'un enfant gâté* » nous intime l'ordre de ralentir et regarder en arrière, *Itinéraire d'un enfant blessé* nous encourage à mettre également « *un coup d'accélérateur au bon moment* ». Si c'est bien à cette société que nous souhaitons appartenir, savoir en tirer un maximum de profit est une nécessité. Car, imparfaite par définition, nous trouvons dans notre façon de vivre à l'occidentale du

mauvais, mais aussi du bon.

Quoi de mieux, donc, qu'un mentor, un guide pour suivre la lumière et déchiffrer les opportunités parsemées sur notre passage ?

Quoi de mieux qu'une personne ayant su s'acclimater au gré du vent et malgré les obstacles pour continuer à mener sa propre barque, pour garder une motivation inébranlable ?

D'un coup d'œil, Jean-Marc comprend. Et il comprend avec une aisance déconcertante.

D'un tour de main, il transforme ses projets en or, les convertit en succès grandiloquents, comme s'il n'y avait pas de fin, comme si le plafond de verre était imaginaire.

Avec générosité et par devoir de transmission, Jean-Marc a tenu à nous livrer les grandes lignes de sa vie au gré de son ascension. Étape par étape, il nous explique les formules grâce auxquelles il a su remonter les pentes vertigineuses qui semblaient vouloir le happer.

Car dans la vie, tout est question d'équilibre.

À nous donc, de découvrir celui qui nous sied pour composer nos vies de la meilleure des façons.

Alizée Polisois Obega

Prologue

Dix heures quatre. Lundi. L'air indonésien me pare de son habit lourd et chaud comme à son habitude. Bien que la journée ne soit entamée que depuis peu, l'île de Java semble figée, comme si toute la jungle retenait son souffle en attendant le coucher du soleil. Devant la palette vert, marron et ocre de ce tableau mouvant, je ne peux que contempler, sonné d'assister à de tels spectacles au quotidien alors que les contours d'une vie précaire me sont encore si précis. Me voici confronté à une envie soudaine : conter le fil de cette existence vécue depuis maintenant cinquante et un ans. Profiter de cet instant, privilégié et d'une beauté infinie, pour mettre des mots sur mon itinéraire pas tout à fait normal, si j'en crois les récits des vies plutôt rangées des individus croisés au fil des ans.

Mais qu'est-ce qu'une vie normale ? Ce mot, invalide pour moi, est pourtant de rigueur chez bon nombre de familles.

L'être humain aborde ses premières années sur cette terre en faisant en fonction de son environnement. Et justement, dès le départ, la normalité n'a plus sa place parmi les mots sensés. Les portes de son foyer fermées, l'enfant vivra sa propre normalité et sera persuadé que le voisin de son âge vivra des heures semblables aux siennes, jusqu'à ce moment où le libre arbitre viendra tous deux les habiter et les faire se consulter. Sans pour autant prendre immédiatement les directions de vie souhaitées, ils feront alors promesses et rêves éveillés, à l'échelle de plus en plus démesurée à mesure des révolutions de la Terre autour du soleil.

Cette île à elle seule est une invitation à l'introspection. Elle m'accompagne à me retourner sur mon passage, sur ces pas qui foulent un sol changeant, en quête des souvenirs les plus

lointains. Je vois défiler les grands moments de ma vie avec des yeux nouveaux, ces mêmes yeux qui ont finalement compris que l'essentiel était là, dans ces parcelles reculées du monde où tout semble s'être arrêté il y a fort longtemps. Cette terre n'est en rien comparable avec celle plus à l'Ouest, notre terre moderne que nous subissons de plein fouet et qui nous entraîne dans une parade perpétuelle à vitesse grand V. Une terre si peu authentique, si dénuée de sens et de réalité.

Ici, rien ne sert de se précipiter, tout avance, mais à une allure propre à elle-même, régie par un grand tout, et non selon des critères, des objectifs, un besoin de rendement. Lorsque je prends quelques secondes pour réfléchir à la question « *Pourquoi court-on sans cesse ?* », la réponse me paraît maintenant tellement évidente et pourtant si navrante.

Dans cette société forte de consommations en tous genres, où tout est mis sur notre chemin justement pour nous faire aller à toute vitesse et souvent trébucher, l'homme est pris dans un engrenage dont il ne peut échapper. Qui, dans cette jungle, s'en sortira le mieux ?

CHAPITRE 1

Je suis le dernier-né d'une fratrie de cinq enfants au sein d'un quartier très populaire. Une famille nombreuse donc, comme c'est souvent le cas en milieu ouvrier. Dans mon foyer marseillais, nous connaissions des hauts et des bas, comme dans les foyers du monde entier, mais de notre côté, nous expérimentions rarement l'amour. Lui, on ne le croisait qu'occasionnellement et pas systématiquement, ce qui pourtant aurait dû être d'une logique imparable. Grandir dans cette maison, c'était un peu comme avoir vécu une vie déjà toute tracée. Dans les années 1970, il était coutume de ne pas trop cogiter sur le pourquoi du comment. Il fallait se lever, travailler dur, répéter les efforts, et tout cela pour le minimum syndical. Se marier par amour, ou pas, avoir des enfants avec envie, ou si peu. Il fallait respecter ce cycle commencé depuis toujours, foncer bille en tête pour ne pas avoir à trop réfléchir.

Dans cette grande tribu, nos parents se battaient constamment pour joindre, difficilement, les deux bouts. Il n'était pas question d'entrevoir le vide au milieu de nos assiettes et je peux affirmer que jamais nous n'avons manqué de nourriture.

Toutes les familles semblables à la nôtre fonctionnaient de cette façon : le moment du repas était crucial, presque religieux. Ainsi, nos grandes tablées étaient toujours garnies et mettaient, en quelque sorte, tout le monde sur un même pied d'égalité.

Ma mère, divorcée, avait déjà deux enfants de sa première union. Elle travaillait comme cantinière dans une école, faisant souvent mijoter les menus académiques dans de grosses marmites sur le poêle à l'entrée de notre maison.

Notre mère ne dérogeait pas à la règle et prenait son devoir très au sérieux : elle devait coller à l'image de la matriarche de son milieu, donner le change à tous ceux qui regarderaient les physionomies de sa famille. Avoir le privilège de manger à sa faim était gage de richesse. Ainsi, elle mettait du cœur à l'ouvrage et était une excellente cuisinière. Cette qualité compte parmi mes rares souvenirs heureux. Tout l'attachement pour ma mère tenait dans les plats qu'elle nous confectionnait, suffisant à eux seuls à faire briller mes yeux et surtout à édulcorer les autres aspects de nos vies, plus qu'amers.

Je croisais brièvement le bonheur à Noël ou aux communions des frères et sœurs. C'est seulement à ces occasions que mon père pouvait prétendre s'asseoir en bout de table, régnant en chef de famille supposé. Il ne manquait jamais d'élaborer diverses pitreries pour nous faire rire. Ces moments étaient ceux qu'il préférait. Il pouvait alors, juste pour quelques heures, échapper aux hurlements de notre mère qu'il subissait au quotidien.

À côté de ces quelques instants notables, c'était le néant : le néant d'amour, d'affection, de complicité, de repères.

Mon père s'était retrouvé veuf à la suite de la mort de sa première femme. Avec elle, il avait eu sept enfants. Il était âgé de vingt ans de plus que notre mère, donc déjà à la retraite à ma naissance, et continuait pourtant à travailler dur pour compléter ses revenus en distribuant divers prospectus dans les boîtes aux lettres. Il marchait des heures durant et ne manquait pas une seule maison, tout cela pour rapporter ce petit billet de plus à la fin de chaque mois, ce qui améliorerait considérablement notre situation financière.

Et comme si ce travail épuisant ne suffisait pas, avant de commencer sa tournée, il se levait aux aurores pour aider à faire les déballages sur les marchés des alentours de Marseille.

Entre ses deux activités, il s'occupait aussi de son jardin. Il

était très fier de son potager, et nous l'étions tout autant. Ses légumes étaient tous plus magnifiques les uns que les autres. Il semait au rythme des saisons et avait la main si verte que toute l'année, nous profitions de ses récoltes : une belle économie compte tenu du grand nombre de bouches à nourrir.

Ainsi, avec quatorze enfants à eux deux, je pense être en mesure d'affirmer que nous faisions partie des familles particulièrement nombreuses. Cependant, nous n'avons jamais vraiment connu nos demi-frères et sœurs. Il aura fallu attendre l'enterrement de mon papa pour en apercevoir certains, ce qui est pour moi un véritable gâchis. Occulter cette partie de ma famille m'a irrémédiablement privé d'une partie de ma vie.

Ma mère avait purement et simplement chassé un de ses premiers enfants, puis ceux de mon père. Tous avaient été placés en foyer dès le début de leur union. Par la suite, mon père avait reçu l'interdiction formelle de communiquer avec eux.

Moi qui n'avais pas encore d'enfants essayais pourtant de me mettre à la place de mon père. Je m'imaginais être le concepteur d'une vie, puis être contraint de passer aux suivantes sans même pouvoir assurer l'avenir des premières, et tout cela m'était tout bonnement impensable...

Si nous, enfants, n'avions pas une mère aimante, mon père aussi était privé non seulement de l'affection de son épouse, mais surtout de son respect, de sa considération.

Nous subissions tous les mêmes règles : l'amour au mérite.

Nous essayions, mes frères, mes sœurs et moi, de nous démarquer les uns des autres et de faire preuve d'une certaine finesse à l'égard de ma mère, tout cela pour nous en rapprocher tant bien que mal. Une fois ce petit jeu malsain compris de tous, les combines les plus vicieuses se multipliaient, et le fossé fraternel se creusait : qui allait

remporter la palme et s'attirer enfin les regards de notre mère ? Et surtout, que voulait dire être méritant à ses yeux ?

Je n'ai, personnellement, jamais pu lui donner satisfaction. J'étais inapte, incapable et restais donc en mal d'affection.

Lorsque j'avais douze ans, mon père en avait soixante-dix. Je le voyais comme un grand-père plus qu'un père, fatigué par une vie difficile, usé par une santé fragile.

Malheureusement, le fait de n'avoir pas eu de père à mes côtés pour être dirigé, corrigé, et remis sur le droit chemin m'a enlevé une bonne assise, un manque immense. Nous avons tous besoin de références dont le but est de façonner notre personnalité. Qui de mieux placé qu'un père pour nous donner les armes face aux sentiers parfois sinueux ? J'ai dû me construire seul, avançant dans l'inconnu et bravant les travers qui vont avec, livré à moi-même, sans lumière pour me repérer.

Mais je n'en veux en rien à cet homme. Mon papa est pour moi un très bel exemple de courage face à une vie ne l'ayant pas épargné pour un sou, si démunie et pourtant si généreuse. Sans même s'en rendre compte, il m'a énormément donné sur le peu qu'il avait. Ses yeux reflétaient tout l'amour qu'il nous portait, immense, et un simple regard ou quelques bisex prouvaient qu'il ne trichait jamais : il aimait ses enfants.

Cet homme était éreinté par une vie qui l'avait bien amoché, sans parler de ses traversées du désert médicales. À la suite d'une maladie artérielle, il avait perdu une jambe. Mais je pense que cette douleur n'était rien comparée à celle de vivre aux côtés d'une femme comme ma mère. Dénuée d'expression, glaciale et acariâtre... une main de fer.

Pour une raison inconnue, elle faisait preuve d'une méchanceté à toute épreuve. Dans ses yeux à elle, on pouvait voir jaillir la colère et la haine. Pourquoi ? Comment ? Ces interrogations m'ont accompagné toute ma vie. Certains diront que ses blessures d'enfance étaient trop profondes,

qu'elle n'aura pas réussi à les panser autrement qu'en nous rejetant. Mais à mon avis, rien ne justifie cela, et je juge cette femme comme dans un tribunal, avec la même froideur dont elle faisait preuve nous concernant.

Pour mon père, subir était devenu un rituel journalier. Pour téléphoner à ses propres enfants, il devait se cacher et malheur à lui s'il se faisait prendre. Dans ces moments-là, tout partait en éclat, sans sommation ni délai, et ma mère, couteau à la main, fendait l'air sous nos yeux ébahis d'enfants.

L'humiliation aussi était quotidienne. Alors qu'il apportait la majorité des revenus du foyer, il devait supplier pour que ma mère daigne lui donner un, deux ou trois francs, juste pour aller acheter son journal ou boire son café. Cette femme, je ne peux plus l'appeler maman.

J'ai donc traversé mon enfance dans cet univers bien grisâtre et sans surprise, j'ai cherché à fuir dès la fin de l'école primaire, avant même d'entrer au collège.

Du haut de mes douze ans, je vivais comme dans une prison, avec interdiction formelle de sortir. Il n'y avait aucune raison valable à cet enfermement, ma mère n'avait tout bonnement pas à se justifier. C'était comme ça, un point c'est tout.

Alors je regardais par la fenêtre en direction de ce grand parc face à notre immeuble, bloqué et pensant presque à une cruauté expliquée : peut-être était-ce pour mon bien !

Et à cet âge, quel intérêt de s'interroger sur le bien et le mal ?

Mais de ma fenêtre, j'apercevais mes camarades, plus libres de leurs mouvements, autorisés à se départir des quelques mètres qui les séparaient de leurs habitations par des parents soucieux de les accompagner au mieux à gagner en autonomie.

Les enfants jouaient, faisaient du vélo, tapaient dans un

ballon. Me faire des amis ou faire partie d'une équipe : autant d'expériences dont je ne connaîtrai jamais la saveur. Cette privation, je la subissais de plein fouet.

Je prenais peu à peu conscience de l'environnement vicié dans lequel j'évoluais. Le simple fait de regarder la télévision était exclu, excepté sous certaines conditions à des heures très limitées. Autrement dit, j'avais l'autorisation d'assister aux programmes de mes parents, rares et peu adaptés. Quelques années plus tard, j'ai d'ailleurs surpris la majorité de mon entourage avec mon ignorance du monde de « *Walt Disney* ». Là où mes amis avaient grandi avec les classiques du maître du dessin animé, j'étais, de mon côté, à mille lieues d'imaginer la beauté de cet univers pour lequel tant d'individus vouent un amour intemporel.

Et lorsque j'ai eu mes enfants, je me suis heurté à leur incompréhension totale : comment était-il possible que leur père n'ait même jamais entendu parler de Pinocchio, Mickey ou Cendrillon ? Je me rappelle ne pas être parvenu à trouver les mots, comme si l'explication était erronée, et c'est leur mère qui a dépeint mon passé, leur révélant que tout n'était pas identique derrière chaque porte.

À douze ans, j'étais un ignorant sur les bancs de l'école face à mes copains de classe qui racontaient ce qu'ils venaient de visionner à la télévision. Pour ne pas être mis à l'écart ou moqué, je faisais semblant de connaître tous les programmes, m'inventant parfois une autre vie afin de faire comme tout le monde. J'avais vite saisi que cette période charnière pouvait voir l'élément le plus banal prendre des proportions catastrophiques si on n'y prêtait pas attention. Il suffisait de se ranger vers les enfants à la famille harmonieuse plutôt que de rester seul, et faire comme si...

Cette saison de vie houleuse m'est revenue en plein visage quand, pour la première fois, j'emmenais mon fils Jérémy au parc EuroDisney avec sa maman et m'immergeais dans cette enfance manquée. Tout n'était qu'émerveillement et je découvrais enfin, à trente-deux ans, ce monde extraordinaire.

Mes yeux brillaient autant que ceux de mon garçon et sous le plus grand étonnement de sa maman, j'ai senti les larmes monter. Je n'ai pas pu retenir mon émotion plus longtemps : ce que je n'avais pas eu la chance de vivre, je l'offrais à mon enfant.

Infos Légales

Couverture et 4ème de couverture, réalisées par
© Les Éditions Rhéartis

© Édité par Les Éditions Rhéartis

ISBN papier : 978-2-7146-0528-3

ISBN numérique : 978-2-7146-0529-0

Copyright © Éditions Rhéartis

Juin 2025

Dépôt légal – Juin 2025

«ITINÉRAIRE D'UN ENFANT BLESSÉ» C'EST LE RÉCIT POIGNANT
DE JEAN-MARC ARÈNE, UN HOMME QUI A SU TRANSFORMER LES
BLESSURES DE SON ENFANCE EN TREMLIN POUR RÉUSSIR.

DE SON ENFANCE MARSEILLAISE MARQUÉE PAR UNE FAMILLE
DYSFUNCTIONNELLE, À SA LUTTE POUR SE CONSTRUIRE UNE VIE
DIGNE ET HEUREUSE, IL PARTAGE AVEC GÉNÉROSITÉ SES LEÇONS
DE VIE.

JEAN-MARC NOUS EMMÈNE AU FIL DE SES SOUVENIRS ET DE SES
RÉFLEXIONS, OFFRANT UN TÉMOIGNAGE PUISSANT SUR LA
RÉSILIENCE, LE COURAGE ET LA RECHERCHE DE L'ESSENTIEL.

UN LIVRE INSPIRANT QUI TOUCHE À L'UNIVERSEL.



Editions Rhéartis

ISBN : 978-2-7146-0528-3



Prix public : 21,00 €