

## L'INTUITION DU ZERO COUPÉ

PRÉFACE PAR SYLVIE TENENBAUM PSYCHANALIST A PARIS

Moi qui croyais connaître la passion, je n'en connaissais rien avant d'avoir croisé la route de Sophie Reverdi. Sophie EST la passion.

Une passion brule en elle à couper le souffle, dans le plaisir, dans la joie et dans l'enthousiasme, dans l'élan de vie, dans l'amour qu'elle irradie autour d'elle, mais aussi parfois dans la rage qu'elle emploie à vaincre ses batailles, à aller sans dévier de sa route jusqu'au bout des missions qu'elle s'est jurée d'accomplir, rage de convaincre ceux qui n'ont plus d'espoir, rage d'aider envers et contre tout tous ceux qui ont besoin de son énergie fulgurante pour reprendre leur vie en main, rage de réussir ce qui lui paraît essentiel et qui est lié à la Vie. En l'écoutant, ce vers de Baudelaire me revient en mémoire : « J'ai pétri de la boue et j'en ai fait de l'or ».

Sophie est une terre de contraste : il existe deux femmes en elle. La première est l'ancienne petite fille obèse qui rêve avec foi, hargne et détermination de sauver les personnes qui connaissent cette souffrance. Sa ferveur et son chemin de vie lui ont permis de concevoir au bout de quinze ans de recherches, un programme unique, dédié au bien-être, et adapté à la personnalité des obèses. Quand à la seconde femme, elle réalise, elle aussi, un rêve d'enfant onirique, poète et musicienne, auteure de plusieurs livres, de deux albums de poésie parlée, de deux courts métrages qui sont à l'image de ce qu'elle est et de son univers particulier, onirique mais rempli d'espoir et de force.

Sophie ne ressemble à personne, elle est un feu d'artifice inspiré : qu'elle chante ou écrive à New-York, qu'elle apprenne l'art dramatique à Paris, qu'elle ouvre un restaurant étoilé à Bruxelles, ou qu'elle parte réaliser son grand projet de vie en Tunisie pour lutter contre l'obésité et le diabète, elle va sans peur décrocher les étoiles au rythme de sa musique intérieure.

Sophie qui a connu dans sa chair le traumatisme du surpoids, ne peut se résoudre à ne rien faire. Elle sait aussi que désormais, sa cause est devenue le plus grand fléau de l'humanité, exterminant chaque jour dans le monde 7000 âmes oubliées. L'extrême violence de certains épisodes de sa vie, sa démesure parfois pour parer tous les coups, ses souffrances physiques et morales, ses visions, sa foi en la vie, en elle, en ses enfants, en son projet, en Dieu, et tout ce qui en elle lui a permis de poursuivre ses efforts.

Elle ignore tout de la résignation, donne sans compter, inépuisable, comme elle sait aussi recevoir. Fille « adorante » et adorée d'une mère marquée par le destin et d'un père violent, à l'écorce trop dure pour montrer sa tendresse, mais toujours présent, aimant mal mais aimant pourtant. Maman éblouie par ses deux fils qu'elle aime plus que tout. Amante généreuse. Créatrice inépuisable. La force immuable des Carpates entraîne Sophie toujours plus loin, par-delà les océans et les mers, des grisailles du nord à la lumière de Carthage.

Sophie est une rescapée de l'une des pires tragédies de l'Histoire du XXème siècle, à la source de cette envie de vivre. Une revanche. Il s'en est fallu de si peu pour qu'elle ne voie pas le jour. Sa mère lui a donné le plus bel exemple de combat pour la survie, son père l'exemple de l'acharnement pour réussir.

Traitée de « *zéro coupé* » —ainsi la surnommait son père, Sophie est aussi une rescapée dans son corps : elle a su le maîtriser et lui redonner sa beauté initiale après avoir failli mourir d'une obésité morbide. Elle en connaît trop bien les affres et les souffrances, la honte, le désamour de soi. La lutte contre le poids est devenue son combat —pour elle d'abord puis pour les autres.

Son visage parfois chavire : savoir se relever est une chose, pardonner aussi, mais oublier est impossible. Revenue en urgence, post printemps arabe et un an après la prise de pouvoir des islamistes, revivre dans l'univers de sa jeunesse qu'elle avait fui, Sophie qui ne sait pas encore pourquoi elle se retrouve à la case départ, est assaillie de fantômes et de souvenirs qu'elle s'acharnera à transformer en belles vibrations.

Elle a su très tôt que sa vie était entre ses mains. Cette certitude fut sa grande chance. Je ne peux que la citer quand elle s'adresse à ses enfants : « *Mes enfants adorés, mes fils, Justin et Valentin, vous incarnez ce qui m'est essentiel, la justice et l'amour, trouvez en vous la force de vous diriger vers la lumière en toute confiance, ayez foi en vous et en la vie. Trouvez votre essence et votre chemin, ressentez-les pleinement, dépassez ce qui vous semble immuable, irréversible, intouchable. Rien ne l'est à tout jamais. Trouvez votre bonheur, votre voie, votre mission, ressentez-les au fond de vous, laissez votre musique intérieure guider vos pas, et n'ayez pas peur de la jouer, remerciez la vie pour ce qui est, apprenez à lui exprimer vos désirs, pour autant qu'ils ne fassent de tort à personne et que vos intentions soient bonnes, demandez à l'univers ce qu'il attend de vous, attendez sa réponse, elle viendra. Aimez-vous et reconnaissez vos forces, vous êtes capables de tout et de bien plus encore que vous ne pouvez l'imaginer, vous avez tout en vous et il ne vous manque rien, faites la paix en vous. Balayez de vos pensées la haine, les ressentiments et les jugements, le découragement et la peur, la jalousie et les rancœurs. Alors vous surmonterez toutes les difficultés, et trouverez le bonheur.*

*Autorisez-vous le bonheur, qu'il vibre comme un soleil éternel en vous, vous y avez droit car vous êtes des âmes pures, l'un comme l'autre. Pour moi, ce chemin-là fut certainement le plus ardu, car derrière cette difficulté à vivre en harmonie avec le reste du monde, se trouvait en moi une forme de pensée malade et amère que je tenais pour acquise, et qui semblait pouvoir me soulager de ma colère d'enfant. Trouver son bonheur, c'est réussir à aimer et à s'aimer. Aujourd'hui, je suis en paix avec moi-même et me sens connectée à l'univers, à notre humanité, à vous mes fils éblouissants qui êtes le futur de notre humanité ».*

L'histoire de Sophie Reverdi est une belle leçon de vie.

Sylvie Tenenbaum,

Paris, Septembre 2018