

DOMINO

Cado, ergo sum

DOMINO

Cado, ergo sum

Christian Knoepffler



Éditions JALON, 2026
editions-jalon.fr

© 2026, Christian Knoepffler. Tous droits réservés.
ISBN 978-2-488377-13-3
Dépôt légal : septembre 2026

PRÉFACE

Il y a des gens qui traversent la vie en équilibre. Pas moi. Moi, je tombe, et depuis toujours : de haut, de trop haut, amoureux, malade, à côté de moi-même. Je ne reçois pas les émotions une par une : elles me tombent dessus toutes à la fois, en un seul torrent, et tenir debout dans ce vacarme est le combat de toute ma vie.

Longtemps, j'ai cru qu'il fallait cacher ça. Serrer les dents, sourire, donner le change. J'ai gardé mon intérieur fermé à double tour, persuadé qu'en l'ouvrant j'exposerais une faille, et que cette faille était une honte. Écrire ce livre, c'est faire sauter la serrure. C'est poser au grand jour ce que j'ai passé une vie à taire : les hontes, les vertiges, les nuits où j'ai douté d'en réchapper. J'ai peur, je l'avoue, en traçant ces lignes. Mais je m'y tiens, désormais : nommer tout haut ce qui blesse, c'est déjà commencer à le désarmer.

Ce n'est pas le récit d'une vie réussie. Ni celui d'une vie ratée : la mienne n'entre dans aucune de ces cases. C'est celui d'un homme qui ressent trop, analyse trop, et qui a fini par vouloir comprendre ce que cette intensité lui a pris, et ce qu'elle lui a donné. Un homme penché sur ses pièces tombées, en quête de

la logique secrète qui les relie. Si je publie, ce n'est pas pour qu'on m'admire, ni pour qu'on me plaigne, et surtout pas pour donner de leçon : je n'ai ni méthode ni vérité à vendre, seulement une expérience. Mais à force de croire mes fêlures uniques, j'ai découvert qu'elles ne l'étaient pas. Et dans une époque où tant de gens avancent sans cap, en quête d'un sens qui se dérobe, les plus jeunes au premier rang, je crois qu'il suffit parfois de se reconnaître dans l'histoire d'un autre pour se sentir un peu moins seul, et tenir debout.

Alors voici mon histoire. Mes dominos. Mes émotions à vif, et ma tentative, page après page, de les apprivoiser.

Christian Knoepffler, juillet 2025

PROLOGUE : DOMINO

*Bande-son : Instant Karma !, John Lennon · Only Time,
Enya · Forever Young, Alphaville*

Domino : nom masculin

- 1. Petit parallélépipède plat, divisé en deux carrés égaux, marqué de points noirs, utilisé dans un jeu d'association.*
- 2. Élément d'une chaîne de réactions : l'effet domino.*
- 3. Pièce conductrice d'un circuit électrique, qui établit ou interrompt le courant.*

Je vis la vie comme une suite de dominos. Rien ne tient seul. Chaque pièce en fait tomber une autre, ou la redresse. Chaque émotion, chaque rencontre, chaque silence porte une charge.

La toute première pièce, je ne l'ai pas posée moi-même. Je suis né un 14 août, à Metz, dans une clinique au joli nom de fleur. Un nom de promesse, de douceur et de renouveau. Mais derrière le décor fleuri, mes premiers instants n'ont rien eu de tendre : un corps couvert de marques bleutées, un transfert immédiat en couveuse, une séparation nette d'avec ma mère. Pas de peau contre peau, pas de premier

regard. Une boîte de plastique tiède, une lumière blanche, le bourdonnement d'une machine en guise de battement de cœur. Juste un vide.

Ce vide-là, je ne l'ai pas compris sur le moment. On ne comprend rien à cet âge. Mais il s'est inscrit en moi, profondément, comme un tout premier domino tombé sans bruit, qui a enclenché une chaîne que rien, ensuite, n'a su arrêter. Comme si, dès la première seconde, on m'avait prévenu qu'il me faudrait apprendre seul à trouver ma place ici.

Et cette chaîne m'a fait tomber, souvent. J'ai aimé de travers, et fui ceux qui voulaient rester. J'ai dépensé ce que je n'aurais pas dû, pour me punir de je ne sais quelle faute. Et une nuit, à bout, mon corps a lâché ce que ma bouche taisait depuis des années. J'en suis revenu. À chaque chute, je me suis relevé : un peu cassé, un peu plus lucide, jamais tout à fait le même. Parce que c'est ça aussi, un domino, en tombant, il lui arrive d'en redresser un autre.

Sous tout cela, il y a des silences. Une famille et son secret, de ceux qu'on devine avant même de les savoir, et qui, le jour où ils se disent enfin, redessinent la place exacte de chacun. J'y reviendrai. Je reviendrai sur tout : les amours qui n'ont pas su rester, les amitiés qui m'ont sauvé et celles qui m'ont brisé, l'argent qui me juge, le corps qui encaisse à ma place, la foi que je cherche sans oser la nommer. Non pour faire le tour de ma vie, mais pour en suivre les lignes de faille, et comprendre, enfin, comment chaque pièce en fait bouger une autre.

Car c'est ma conviction la plus tenace, celle qui a mis des années à tenir debout : la sensibilité n'est pas une faille. C'est un courant. Et moi, un domino traversé.