

5 octobre 2014
couverture

Le Matin Dimanche

Témoignage La mère des jumelles disparues raconte **Page 15**



rina Lucidi, la mère des fillettes de Saint-Sulpice, s'est mise au vélo. Ça lui redonne «un équilibre», dit-elle. François Wavre/Rezo

Adèle Thorens Verts et Vert'libéraux pourraient s'unir pour un siège au gouvernement **19**

Acteurs

Le Matin Dimanche | 5 octobre 2014



People
L'ex-Miss Suisse Christa Rigozzi entrera-t-elle en politique? **26**

Laurent Crottet

Publicité



«Sur mon vélo, je suis dans une bulle, coupée du monde, avec Livia et Alessia»

Résurrection Après son voyage en Inde, Irina Lucidi, la maman des jumelles disparues à Saint-Sulpice, raconte son expérience.

Dominique Botti
dominique.botti@lematin dimanche.ch

Irina Lucidi a subi l'inimaginable il y a trois ans. Le 30 janvier 2011, Matthias, le père de ses filles jumelles, Livia et Alessia (alors âgées de 6 ans), les enlève à Saint-Sulpice (VD), puis disparaît à l'étranger. Cinq jours plus tard, cet homme, un mari qui aurait mal supporté la séparation du couple, se jette sous un train dans le sud de l'Italie. La police n'a jamais retrouvé les traces des deux enfants. Encore aujourd'hui, le dossier d'enquête reste ouvert au Ministère public vaudois.

Cette femme meurtrie à jamais témoigne aujourd'hui pour dire que la vie est plus forte que tout. C'est d'ailleurs dans les détails les plus modestes de l'existence que, selon elle, se trouve le salut. Comme le cyclisme. Sur son vélo, elle dit se retrouver dans une bulle, coupée du monde, avec Livia et Alessia. Irina Lucidi a parcouru 520 km avec un groupe de quatre amis cyclistes espagnols (Juan, Antonio, Miguel et Maria) dans les contreforts de l'Himalaya indien, du 24 août au 6 septembre.

Qu'avez-vous retiré de ce périple en Inde?

J'ai eu une confirmation. Le mental nous met beaucoup de limites physiques qui semblent insurmontables. Or ces barrières peuvent être dépassées. Je garde aussi le souvenir de la beauté de cette nature immense. J'aime m'y plonger. Me sentir bien. J'ai besoin désormais de peu pour être heureuse.

Vous parlez comme si vous rentriez d'une thalassothérapie. Et pourtant.

Sur la carte, les 520 km de New Delhi à Badrinath, soit de 200 à 3100 m, à parcourir en dix jours seulement, semblent un peu extrêmes?

C'était un peu plus dur que nous l'imaginions. Nous avons pédalé tous les jours, entre 30 et 90 km suivant le dénivelé. Nous avons fait des étapes de 13 heures. Nous devions partir très tôt le matin pour profiter de la fraîcheur. Rapidement, la chaleur est devenue étouffante et l'humidité insupportable. Nous étions parfois obligés de nous arrêter. Tout le long du voyage, nous avons dû nous adapter à ces conditions extrêmes.

Comment avez-vous fait pour ressortir vivants du trafic routier en Inde?

Nous sommes partis de New Delhi. C'était infernal. Il y avait de tout sur la route: des singes, des vaches, des chars attelés, des motos, des voitures. Et bien sûr ces camions de transport énormes qui n'arrêtent pas de klaxonner pour se frayer un passage ou pour nous saluer. Acoustiquement, c'était le plus terrible. Pour le reste, je n'ai jamais eu peur pour moi ou mes compagnons. Puis la situation s'est calmée. Le deuxième jour, nous avons emprunté une autre route beaucoup moins fréquentée qui longe un affluent du Gange. Dans la montagne, il y avait peu de circulation.

Qu'avez-vous ressenti à la ligne d'arrivée?

Nous étions presque frustrés. Nous aurions voulu poursuivre notre voyage à vélo vers l'Himalaya. Ou commencer un trekking. Mais bon, c'était impossible. Nous devions rentrer en Europe. Nous avons aussi des obligations professionnelles. Nous sommes donc retournés à New Delhi en voiture.



Irina Lucidi se ressource mentalement avec le vélo. C'est devenu pour elle une sorte de méditation. François Wavre/Rezo

Combien de kilos avez-vous perdus?

Deux ou trois, pas plus. Je me suis transformée physiquement: je suis plus tonique et musclée. Nous nous étions bien entraînés sur l'Alpe-d'Huez et le mont Ventoux, en France. Et puis je fais régulièrement du vélo maintenant.

C'est votre nouveau passe-temps?

La moto va trop vite. Et la marche à pied trop lentement. Le vélo se situe entre les deux. On peut faire beaucoup de kilomètres tout en observant la nature qu'on traverse. Désormais, je me ressource mentalement en pédalant. C'est plus qu'un simple effort physique, c'est une sorte de méditation.

Quand avez-vous découvert cette sensation?

En 2006, si je ne me trompe pas. Mais avec la course à pied. Je commençais à avoir des soucis à la maison. J'ai couru une fois depuis chez moi jusqu'à l'école. J'ai découvert que cela permettait de me calmer. De prendre de la distance avec ce que je vivais. La première fois, je n'en pouvais plus après 15 minutes seulement. Très rapidement, je pouvais parcourir l'aller-retour entre Saint-Sulpice et Morges en une heure trente. J'aime le bord du lac Léman.

Suite en page 16

«La moto va trop vite. Et la marche à pied trop lentement. Le vélo se situe entre les deux»

Publicité

Partenaires





Après le drame qu'elle a subi, Irina Lucidi a appris à maîtriser sa souffrance et a réappris à vivre. François Wavre/Rezo

Suite de la page 15**Et pourquoi le vélo?**

C'est arrivé par hasard une année après la disparition d'Alessia et Livia. En Andalousie, où je travaille parfois. Un jour, des collègues m'ont proposé un tour en tandem dans la Sierra Nevada. J'ai adoré cela et j'ai acheté un vélo. C'est très personnel, un vélo. C'est comme un vêtement qui vous va ou ne vous va pas. Certains vélos vous conviennent, d'autres pas. Il y en a des plus stables, des plus légers.

Pourquoi le vélo vous plaît-il tellement?

Cet effort me fatigue beaucoup plus que la course à pied. J'aime ces mouvements constants et réguliers. J'ai découvert qu'on souffre beaucoup à vélo. On en bave. On apprend à mieux connaître son corps. Et son mental: le vélo est aussi spirituel. Pour moi cette découverte est un miracle. Elle m'a permis d'arrêter toutes substances chimiques. Pendant une année, je prenais ce qu'on me donnait: anxiolytiques, antidépresseurs, calmants, somnifères.

Le vélo est-il plus efficace que les médicaments?

Je prenais tout ce mélange médicamenteux pour tenter de tenir le coup. C'était terrible de ne plus réussir à dormir. Le manque de sommeil est une torture chinoise qui désorientait complètement. Je me rappelle de l'effet secondaire qui était bizarre. Mon cerveau était comme anesthésié, mais la douleur ne disparaissait pas. J'étais dans un état second, mais je ne me sentais plus vivre. Après coup, je me rends compte que les médicaments n'enlèvent pas la douleur. Ils peuvent soulager pendant une courte période - et j'en prends encore parfois quand cela ne va pas, mais ils ne sont pas la solution.

Que vous apporte de plus l'effort physique?

J'ai appris à gérer mes émotions grâce au vélo. J'ai compris que je pouvais retrouver un équilibre. Lorsque je ne me sens pas bien, je pars faire un tour, même si je n'en ai pas envie. Cela me permet de me vider, de me recentrer sur moi-même. Quand j'ai ter-

En dates**1966****Naissance**

Irina Lucidi naît en mars à Remagen (D).

2004**Mariage**

Elle épouse Matthias Schopp. Le couple s'installe dans la région lémanique.

2004**Maternité**

Livia et Alessia naissent le 7 octobre à Lausanne.

2011**Disparition**

Le 30 janvier, Matthias Schopp ne ramène pas les enfants après un week-end de garde, s'enfuit à l'étranger et meurt sous un train en Italie. Depuis, la police recherche Livia et Alessia.

2011**Création**

Irina Lucidi crée la fondation Missing Children Switzerland (MCS) à Saint-Sulpice.

2014**Cyclisme**

Du 26 août au 6 septembre, Irina Lucidi roule 520 kilomètres en Inde pour le compte de MCS.

miné mon tour, je me suis calmée. L'effort m'a permis de vider et d'évacuer ma douleur et ma colère. Je me sens mieux. Avant, ces souffrances étaient statiques. Elles restaient tout le temps en moi, et je ne savais pas quoi en faire.

Combien d'heures de route vous faut-il pour retrouver un peu de sérénité?

Je suis un diesel et pas du tout compétitive. Je dois donc rouler au minimum deux heures ou plus. Le fait d'être dans la nature m'aide aussi. Je ne pourrais pas faire du sport dans une salle de fitness. C'est oppressant.

A quoi pensez-vous quand vous pédalez?

A rien. Je pédale et je regarde le paysage. Je suis comme dans un autre monde avec Livia et Alessia. Elles sont bien sûr tous les jours avec moi. Mais, sur mon vélo, je me retrouve totalement seule avec elles: nous sommes

coupées du monde. Je suis encore plus proche d'elles: personne peut nous déranger. C'est comme dans une bulle. Nous sommes suspendues, en dehors du temps et en dehors du monde. Nous sommes toutes les trois. Nous voyageons dans une autre vie. Livia et Alessia ont vu l'Himalaya.

Est-ce contre Matthias que vous pédalez?

Je roule contre lui évidemment. Quand je suis fatiguée et triste, je mouline ma rage contre lui.

Chaque coup de pédale est-il un coup de fusil?

Je dirais plutôt des coups de bâton dans les jambes.

L'effort à vélo qui remplace les médicaments peut-il devenir une drogue?**«Il n'existe toujours pas d'alerte enlèvement en Suisse»****Le but de votre voyage en Inde était aussi de soutenir la dernière récolte de fonds de la fondation Missing Children Switzerland (MCS). En un peu plus d'un mois, vous avez récolté 3570 francs sur les 15 000 escomptés. Un échec?**

Je rappelle que j'ai payé de ma poche mon voyage en Inde. Pour les dons, chacun d'entre eux est un cadeau magnifique. Et il reste encore 50 jours avant la fin de cette opération. Je suis donc satisfaite. Même si la prochaine fois nous devrions mieux préparer la campagne de fonds et peut-être nous fixer un objectif plus réaliste.

Pourquoi avez-vous créé MCS en 2011?

Je me suis rendu compte de l'absence d'une alerte enlè-



Irina, avec ses filles, Livia et Alessia. DR

vement efficace et du manque de soutien offert aux parents victimes de l'enlèvement ou de la fugue de leur enfant. J'ai ainsi créé MCS pour combler ce manque.

Quel bilan tirez-vous?

Une équipe stable et compétente est en place. En deux ans, elle a lancé un site Internet et une ligne téléphonique d'urgence (0848 116 000) qui fonction-

J'y ai pris goût. Je ne sais pas si je pourrais me passer aujourd'hui de l'endorphine, cette hormone que l'on crée pendant l'effort. J'ai besoin de ma dose. L'endorphine est devenue ma drogue naturelle. Tous les cyclistes que je connais ont la même sensation.

Et pourtant la douleur du passé ne disparaît jamais complètement?

Ma douleur est une émotion comparable à celle ressentie lorsque la chair est à vif. On en souffre terriblement. Mais j'ai appris à maîtriser cette blessure. Parfois elle s'ouvre et doit saigner un certain temps avant de se refermer. Maintenant, je sais que c'est un mauvais moment à passer. Et, entre ces deux moments, je réapprends à vivre comme tout le monde.

Comment apprend-on à revivre?

Je suis morte une fois il y a trois ans. Aujourd'hui, je vis une deuxième existence. Vous savez, lorsque vous avez le choix entre la vie ou la mort, vous ne choisissez pas. Vous continuez à vivre. Malgré tout. C'est comme cela. Ça ne s'explique pas.

«Je n'ai jamais pensé quitter Saint-Sulpice. Au contraire. J'y ai un nouvel appartement. J'ai demandé la nationalité suisse»**Avez-vous quitté Saint-Sulpice?**

Je n'ai jamais pensé quitter cette commune. Au contraire. J'évite certains endroits qui me rappellent de mauvais souvenirs. Mais je me reconstruis d'autres souvenirs avec Livia et Alessia à d'autres endroits de Saint-Sulpice. Je me suis installée dans un nouvel appartement. J'ai même demandé récemment la nationalité suisse. Je me prépare pour l'examen.

Continuez-vous à travailler?

Je suis avocate de formation, spécialisée dans les questions de propriété intellectuelle. Depuis la Suisse, je travaille dans toute l'Europe. J'ai des clients italiens, espagnols. Pas encore de Suisse, mais cela va venir.

Comment vit la maman qui reste en vous?

Je n'aurai plus jamais d'enfant. Je suis trop âgée (ndlr: elle a 48 ans). C'est biologique. Si j'avais dix ans de moins, la question pourrait se poser. Pourquoi pas. Mais elle ne s'est jamais posée. Cela ne m'empêche pas d'adorer les enfants. Je n'ai pas peur de les rencontrer. J'aime leur présence. Je suis plusieurs fois marraine.

Et comment vit la femme?

Réapprendre à vivre signifie aussi réapprendre à vivre ses sentiments. Depuis peu, j'ai rencontré une personne sur laquelle je peux compter. Avec laquelle je veux rester. Nous avons une grande complicité. Comme tout le monde à mon âge, j'ai déjà été amoureuse une centaine de fois. Et, cette fois, c'est de nouveau comme si c'était la première fois. Comme on dit en allemand, nous avons des affinités électives. ●

ne 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 en Suisse. Nous sommes déjà beaucoup sollicités. La fondation fait aussi un travail d'information et de sensibilisation sur la disparition des mineurs. Notamment auprès des parlementaires à Berne pour favoriser la création de cette alerte enlèvement qui existe déjà dans plusieurs pays européens. MCS est efficace avec peu de moyens financiers. Nous espérons obtenir plus d'appui de la part des pouvoirs publics.

MCS ne joue ou n'a joué aucun rôle dans l'enquête sur la disparition de vos filles?

Il n'y a aucun lien. J'ai payé à titre privé tous les frais de l'enquête de police. D'ailleurs, elle est toujours ouverte, mais je préfère ne pas en parler. ●