

Chapitre 43

Driiiiing... mes peurs

J'étais dans mon rêve et je me disais :

Moi — Exit le Viking. Autant dire qu'avec tout ça, je ne me marierai jamais... ou peut-être vers 60 ans.

Et mon rêve m'a amenée directement le jour J. Le jour de mon mariage. J'ai 60 ans, mes parents 90.

Le pasteur — Madame, voulez-vous prendre ce grand-père pour époux ?

Moi — Oui, je le veux.

Le pasteur — Et vous, papi, voulez-vous prendre cette vieille fille pour épouse ?

DRRRRIIINNG, mes parents.

Moi — Excusez-moi, s'il vous plaît...

Maman (à moitié sourde)

— Alors, qu'est-ce qu'il a dit, ma chérie ?

Papa (voit très bien)

— Tu peux me dire où il est passé, ce grand cornichon ?

Je me retourne vers le pasteur — Il semble qu'il soit tombé à vos pieds.

Je baisse la tête — Il est mort d'une crise cardiaque.

Mes parents — Yes !!! Échec ! Éliminé.

Moi — Je vous entends et je vous vois, vous savez !

Mes parents — Désolés ma chérie, on est tristes pour toi... mais c'était quand même un grand bourricot ! Ce n'est pas grave, tu trouveras mieux, t'inquiète. Et nous, on sera toujours là pour toi.

Et mon rêve a continué...

Mes parents ont inventé "le système de défense d'alerte avancé".

DRRRRIINNG, DRRRRRIINNG...

Ils insistent jusqu'à ce que je décroche. Sinon, ça veut dire que c'est un cas d'extrême urgence, alors ils interviennent tout de suite.

Moi, je prends une voix guillerette — Allô ?

Papa — Ça ne va pas, ma chérie ?

Moi, ma voix déraile — Si.

Papa — Qu'est-ce qui ne va pas, mon amour ?

Moi — Rien.

Papa — Mon cœur, tu vas me le dire ou tu vas pleurer pour quelque chose, c'est moi qui te le dis !

Moi — Merci pour ton soutien, c'est bon de se sentir écoutée, je me sens déjà beaucoup mieux.

Papa — Tu sais que je n'aime pas te voir comme ça ! Alors dis-moi, y a un problème ? On le règle et on passe à autre chose. Tu sais que tu peux toujours compter sur nous.

Moi (le barrage saute, je suis en larmes)

— Ce n'est rien, Papa. C'est juste une crise de ménopause. Je pleure pour rien. J'ai une humeur de règles à rallonge, un gros coup de blues, mais ne t'inquiète pas, tout va bien. Je ne vais pas me foutre en l'air. Ce n'est pas le genre de la maison.

Papa — J'arrive tout de suite.

Du coup, dans mon rêve, je me retrouve sans transition dans un autre lieu. Je pars en voyage de noces, toute seule. Dans l'avion, le pilote annonce :

Le pilote — Mesdames et messieurs, votre attention s'il vous plaît, veuillez attacher vos ceintures, nous allons décoller. Merci d'éteindre vos téléphones.

DRRRRIINNG, mes parents.

Je glisse mon doigt sur l'écran, impossible de couper la sonnerie.

Le pilote — Éteignez votre portable tout de suite, on est en bout de piste !

DRRRRIINNG.

J'appuie comme une folle sur le bouton rouge, mais toujours rien.

Le pilote — C'est pas vrai ! Éteignez votre (p*** de) sonnerie maintenant, je n'entends pas la tour de contrôle !

DRRRRIINNG.

Je lâche ce bouton rouge qui ne sert à rien. Impossible d'avoir la main sur l'écran. Ma voisine me fusille du regard. Je mets mes lunettes pare-balles.

Moi — C'est énervant, hein ? Vous, c'est la première fois. Moi, ça fait 60 ans que ça dure, je n'arrive toujours pas à m'habituer.

DRRRRIIINNG.

Finalement, je décroche. Le bouton vert marche toujours du premier coup.

Moi — Allô ? Oui Papa, ok... je te rappelle quand on atterrit. Je vous embrasse.

Mais on n'a jamais décollé. L'avion s'est scratché en bout de piste.

Et dans mon rêve, je me retrouve direct à l'hôpital. Tous les médecins autour de mon lit.

Le docteur — Madame, c'est très sérieux.

DRRRRIIINNG, mes parents.

Moi — Allô, maman ?

Maman — Comment tu vas, ma chérie ?

Moi — Ça va, z'ai 2 bonnes noubelles : mon déléphone marche et ze suis vivante...

Papa — On connaît la cause de l'accident ?

Moi — Mon portable a soné.

Maman — Tu vois ! Depuis le temps que je te dis d'éteindre ton téléphone, mais y a pas moyen !

Papa — Elle est têtue comme une mule !

Maman — Tais-toi, Jean, je n'entends rien ! Tu vois, mon amour, c'est pour ça qu'on n'aime pas que tu partes loin, il se passe toujours une catastrophe !

Moi — Z'ai zurvécu, tu beaux raccrozer.

La porte s'ouvre, mes parents entrent.

Mes parents — Tout va bien, ma chérie. On est là.

Et mon rêve a encore switché...

Minute de silence. Tout le monde se recueille...

DRRRRIIINNG.

Chacun se regarde, hyper gêné, cherche à éteindre son portable, en vain. La sonnerie vient de mon cercueil.

Moi, de l'au-delà — Allô, maman ? Non !!!... pas vous aussi ?!

Maman — Non ma chérie, nous on est en pleine forme ! Ce matin on a marché au bord de mer, c'était magnifique. Comme on voulait te joindre, on est allés voir ta copine, tu sais, la magnétiseuse. Tu nous connais, nous on est pragmatiques, on n'y croyait pas du tout, mais elle nous a branchés tout de suite ! L'amour fait toujours des miracles.

Papa — Comment ça va, mon amour ?

Maman — Je t'ai préparé un coca pour le voyage !

Moi — Merci maman, c'est très gentil.

Papa — Tu sais que tu peux toujours compter sur nous, ma chérie. La famille, c'est sacré !

Maman — Et à quelle heure tu pars ? Tu sais où tu vas au moins ? Et à quelle heure tu arrives ?

Moi — Non, je ne sais pas, pour l'instant on ne m'a rien dit... mais j'espère voir la mer de mon hamac.

Papa — Tu es prudente sur la route, hein ! Et surtout tu nous appelles quand tu es arrivée, comme ça on ne s'inquiète pas, on compte sur toi, ma chérie.

Moi — Promis, je vous appelle. Ne vous inquiétez pas, tout va bien, d'accord ?

Papa — D'accord... Allez, bonne route, on t'aime.

Moi — Moi aussi je vous aime. Promis, je vous appelle.

Et là, mon rêve a basculé dans une autre dimension.
Arrivée devant Dieu.

Dieu — Fantastique, chérie, tu m'as bien fait rire. Je t'ai préparé une piste de danse face à la mer !

Moi — Merci, mais d'abord, il faut que j'appelle mes parents tout de suite, sinon ils vont s'inquiéter.

DRRRRIINNG.

Mes parents — Allô ma chérie ? Alors, comment ça va ? Tu es bien installée ?

Moi — Je suis allongée dans mon hamac face à la mer turquoise ! Y a des colibris qui viennent butiner les hibiscus. On est au paradis ici ! C'est le pied !

Voilà. Au dernier DRRRRRIINNG, je me suis réveillée. En fait, c'était mon réveil, qui n'arrêtait pas de sonner.

La plume — Les rêves ne sont que le reflet de vos émotions. Votre cerveau évacue vos peurs en dormant. Au lieu de vous en faire pour un rêve, acceptez d'avoir peur, c'est normal.

Constatez : j'ai peur d'être seule, et comparez avec la réalité : je ne le suis pas. Éteignez la sirène Netflix cata, et avancez. Demandez-vous plutôt : de quoi avez-vous envie ?

Moi — De faire un livre humoristique illustré sur Le cordon en kevlar, sous-titre : Parents pieds-noirs, adultes aimés et surveillés depuis la naissance. J'espère que ça va les faire rire. Ils ont du second degré.

Dimanche c'est Show !

Le journaliste — Que se passe-t-il quand le cerveau panique ?

L'auteure — Dans la tête, la sirène hurle comme si un tigre aux dents de lames venait d'entrer dans le salon. En réalité, y'a pas mort d'homme, tout le monde dort, même Big Dog. Alors respire, vérifie les faits, ris-en, car l'instinct de survie dramatise et confond la vie avec une attaque nucléaire. Constate : y'a aucun danger, juste un vieux scénario. Fin du film, générique, rideau.

Le journaliste — Le hamac, version bunker ?

L'auteure — Après le Viking, je me suis isolée. Luxe absolu. Hamac capitonné, colibris sous cloche, ministère de ma paix intérieure. Plus de conflits, plus de bruit, plus

d'humains. Problème : à force de me protéger, je me suis aussi privée des relations saines. Le bunker empêche les bombes, mais aussi les baisers. Moralité : survivre en sécurité, c'est calme... mais ça rime rarement avec vital. Après la sidération, la fuite, le combat (le non même en retard), on reste dans la survie, pour se protéger.

Le journaliste — Personne n'est bizarre par passion ?

L'auteure — C'est ça, j'ai compris un truc simple : personne ne devient excessif pour le plaisir. Derrière nos comportements, il y a toujours une peur très précise. Par exemple, la peur d'être seul après avoir perdu un lien essentiel. Rien ne comble le trou, tant que le lien perdu n'est pas reconnu, digéré, à l'intérieur. On peut t'aimer très fort. Ce n'est jamais assez. C'est comme remplir un puits sans fond. On se vide, comme une batterie branchée sur un chargeur défectueux. Résultat : c'est pas un manque d'amour, c'est une fuite de courant émotionnel.

Le journaliste — La projection, c'est le cinéma intérieur ?

L'auteure — Exact, on projette ses peurs inconscientes sur les autres, comme un film d'horreur en IMAX. On les rend coupables de tout. Mais accuser l'écran n'a jamais changé le film. Quand on traite l'autre de toxique sans se regarder, on joue les juges... sans se remettre en question.

Le journaliste — La compassion sans limites, c'est faire du bénévolat émotionnel ?

L'auteure — Exact, comprendre l'autre, oui. Se sacrifier pour lui, car il ne peut pas changer ou ne veut pas

changer, non. À force d'être empathique, on s'oublie soi-même. Dire non mais rester, c'est comme fermer la porte en laissant la clé dessus. Parfois, partir, c'est arrêter de se vider dans un lien extérieur pour se recharger soi-même.

Le journaliste — Ton manuel de survie relationnelle ?

L'auteure — J'ai simplifié : poser mes limites, annoncer les conséquences si l'autre les dépasse, départ s'il recommence. Pas pour punir, pour me protéger. Écouter mon corps, qui sait toujours avant ma tête quand c'est non. Quand l'autre n'entend pas, je m'éloigne. Les ogres ne meurent pas quand on part, mais moi, je revis. Sans cape ni médaille, juste en paix, et ça me va.

Le journaliste — T'as fait le conseil d'administration de tes peurs ?

L'auteure — J'ai fini par inviter mes peurs à la table. La peur de perdre le lien, la sidération (si je parle, l'autre meurt), la culpabilité, le besoin de sauver tout le monde. Elles dirigeaient ma vie comme un gouvernement fantôme. Résultat : je donnais trop, je travaillais trop, je portais les fautes des autres. Mauvais placement. Très mauvais rendement. Quand on veut être aimée à tout prix, on finit soldée.

Le journaliste — Tu t'es mise à écrire pour ne plus fuir ?

L'auteure — Dire non et couper le lien a été l'acte le plus dur. Écrire a été l'acte le plus doux. Pas pour me venger, pour voir les nuances. J'ai écrit pour comprendre mes peurs et celles des autres, qui nous manipulaient, pas pour tirer sur eux. Montrer les peurs, pas distribuer les

blâmes. Mettre des mots justes, pour désarmer sans tuer. Voir le petit poussin (les peurs) et enlever les couches de caca qui le recouvrent (les comportements de défense et les projections).

Le journaliste — L'humour, c'est ton garde-fou ?

L'auteure — L'humour m'a sauvée de prendre mes peurs au sérieux. C'est tragique, d'être grave, rigide, convaincue d'avoir raison. Pour me rappeler que l'ego est un film, pas un organe vital. J'ai regardé mes colibris, j'ai ri, j'ai pardonné, je me suis reposée dans mon hamac.

Le journaliste — Et aujourd'hui ?

L'auteure — Aujourd'hui, j'ai retrouvé ma paix. Je suis calme. Le livre est écrit, il ne m'appartient plus. Je rouvre la porte à des liens plus sains. Je ne survis plus : je vis, libre, je crée, je fais confiance. Et si la peur revient, je lui offre un café... pas les clés de la maison.

Le Hamac et les Colibris

Roman de Karine Baridon



lehamacetlescolibris.com