

No : 37

Lycéen

16 ans

Le chemin de la guérison - une courte histoire

. Et en ce moment, elle s'est enfin sentie libre. Elle venait de s'échapper, en laissant derrière tout ce qu'elle savait. C'est Louise, une jeune fille qui a connu trop tôt la côté sombre de la vie et qui a pris la décision difficile de s'éloigner de tout, de s'enfuir. Malgré son nom signifiant « brave guerrière », elle ne s'en est jamais sentie une. Les roues qui crissaient d'une manière assourdissante sur les rails, la fenêtre embuée, saupoudrée des larmes du ciel, les arbres qui passaient devant elle la vitesse du vent, ils lui donnaient un sentiment d'agitation, la rendant encore plus consciente de son envol vers l'inconnu. Il lui semblait assez bizarre mais fantastique que tous les passagers du train, ces étrangers, aient leur propre histoire de la vie et leurs propres vécus, juste comme elle. Un sac à dos, un peu d'argent et les souvenirs effrayants enterrés profondément dans son esprit, Louise a eu le courage de changer pour toujours le cours de sa vie. Son haleine essouflante a attiré quelques regards inquiets, mais tout ce qui comptait pour elle, c'était d'atteindre une destination, même si elle ne savait encore où.

À l'extérieur, Louise n'est pas si différente des autres enfants de son âge. Elle est une brillante étudiante, avec beaucoup d'amis et une famille qui semblait... parfaite. À l'intérieur, elle mène une bataille difficile dont les conséquences l'affectent, évidemment, à présent. En grandissant, Louise a dû apprendre à être indépendante et à prendre soin d'elle-même, puisque la principale préoccupation de ses parents était de se disputer et de crier. Son enfance n'a pas été la meilleure, mais elle est devenue très calée à le cacher.

Ce que peu de gens savaient de Louise, c'était combien elle aimait lire. Elle la trouvait complètement incroyable, la possibilité d'être transposée dans la peau des personnages, de voyager dans les mondes dont on ne peut que rêver... mais plus important, la lecture représentait la meilleure façon d'oublier ses problèmes, de s'échapper à la réalité. C'est pourquoi son livre préféré était dans sa main à chaque moment difficile, y compris maintenant. Captivée et profondément impressionnée, le monde est devenu silencieux, c'était comme si Louise ne pouvait rien entendre, jusqu'à ce que le son d'une voix apaisante ait attiré soudainement son attention. La fille pensive n'a pas remarqué la vieille femme qui venait de s'asseoir à côté d'elle :

-C'est un livre extraordinaire, n'est-ce pas? demanda-t-elle.

-En effet, il est! Vraiment un de mes favoris! répondit Louise, très ravie d'avoir enfin quelqu'un à qui parler de sa passion.

Avec juste une simple conversation, non seulement Louise s'est fait une amie, mais pour la première fois, elle a eu l'occasion de se sentir écoutée, de voir que son avis comptait pour quelqu'un. Assez bizarre comment elle trouve plus de réconfort chez les étrangers que chez ses propres parents... C'est pourquoi Louise était maîtrisée d'un sentiment de culpabilité, mais elle a choisi de profiter de l'instant, en sachant que tout serait fini quand elle sortirait du train et

se dirigerait vers... nulle part. Juste au moment où elle parlait de la vaillance fabuleuse du héros, Louise a commencé brusquement à entendre tout le monde bouger, le train devenant extrêmement bondé. La fille s'est souvenue à nouveau où elle était et pourquoi elle était là, en réalisant que, désormais, elle était seule. Après avoir dit « Au revoir! » à sa nouvelle amie, Louise est descendue...

Un mélange d'émois mélancoliques tourbillonnait comme une tornade dans son esprit, en lui rappelant tout ce qu'elle avait laissé derrière. Levant des yeux du sol, la fille a observé à peine à travers le brouillard épais un petit panneau en bois sur lequel un mot était gravé: « Paris ».

La dernière lueur d'espoir s'est estompée. Ou était-elle censée aller maintenant ? Quel était le prochain pas à partir d'ici ? Après tout, elle avait obtenu ce qu'elle voulait... En essayant de trouver son chemin à travers la foule agitée, Louise faisait de son mieux pour ignorer aussi la faim terrible dont elle était hantée depuis son départ. Pas facile d'être perdue dans une des plus grandes villes, mais elle s'en sortirait. Il fallait toujours. Bien que très épuisée de les parcourir, la jeune fille devait admettre que les rues de Paris étaient paradisiaques, comme arrachées d'un conte de fées toujours rempli de magie et de fleurs aux couleurs vivantes qui répandent leur parfum partout. Juste pour un instant, son cauchemar s'est transformé en le meilleur rêve... Une demi-heure est passée depuis que Louise admirait les environs et le soleil doré commençait déjà à disparaître de la voûte céleste, laissant derrière un mélange artistique de nuances chaudes...

Soudainement, un petit café au coin de la rue a attiré son attention. C'était exactement ce dont elle avait besoin. Louise est entrée avec impatience, s'asseyant à une petite table pour deux. Même si l'endroit n'était pas si spacieux, Louise n'a jamais visité un aussi beau lieu. Le menu était plein de plats délicieux et inouïs, mais avant cela, elle a demandé quelque chose à boire. Le temps est passé vite et il n'a pas fallu longtemps pour que la serveuse apportât sa commande, mais juste au moment où elle se dirigeait vers Louise, par erreur, elle a accidentellement laissé tomber le verre. Et tout a commencé...

Les flashbacks ont inondé rapidement son âme blessée, Louise se sentait comme un navire avalé par la mer profonde, détruit par les vagues impitoyables. Les flashbacks avec elle et son frère effrayé se cachant tranquillement dans leur chambre, en espérant qu'ils ne seraient pas victimes de la violence dont ils étaient témoins... Les flashbacks avec son père qui menait la bataille mortelle contre l'alcoolisme, brisant tout et laissant échapper sa colère, les flashbacks avec sa mère terrifiée qui prenait tous les coups mais ne ripostait pas, et le pire... ça ne s'arrêtait plus... Les flashbacks qu'elle voulait jeter dans les recoins les plus profonds de l'oubli, mais ça ne sera jamais possible... La serveuse s'est excusée plusieurs fois, mais Louise ne pouvait pas entendre un seul mot. Ou un seul bruit. Son souffle tremblait de façon incontrôlable et c'était comme si elle n'avait pas assez d'air. Rien n'avait de sens.

-Est-ce que tout va bien? Es-tu ok? Cette voix calme mais inquiète l'a prise par surprise.

-Oui...je crois...c'était quoi ça? dit Louise vraiment confuse.

-Ça s'appelle une attaque de panique. Et il semblait que c'était ta première...

Bizarre. Qui était cette femme et pourquoi l'aidait-elle? Cette conversation que Louise allait avoir était très inhabituelle et elle ne comprenait pas pourquoi il lui était si facile de parler à cette personne, Denise, de sa vie et de ses sentiments qu'elle-même ne savait pas gérer.

Denise, d'autre part, semblait en savoir beaucoup. Elle pouvait lire Louise comme un livre ouvert. Cependant, elle a encore dit à Louise où elle pouvait être trouvée, juste au cas où elle aurait besoin de quelque chose. La fille était assez surprise de ce qui lui était arrivé, mais très reconnaissante parce que la femme l'a aidée se calmer un peu. Après son départ, la fille a enfin pu savourer le diner qu'elle méritait pleinement. Préoccupée par tout ce qui s'est passé dans le café, Louise n'a pas remarqué que la nuit était tombée sur toute la ville, maintenant couverte des lumières partout où on regardait. Les étoiles chatoyantes ressemblaient à des diamants dispersés dans l'univers sans limites, un concept qui fascinait complètement la jeune fille. Le clair de lune lui donnait une sensation de paix et de confort, comme si l'astre d'argent la surveillait à chaque mouvement, la protégeant silencieusement et lui montrant le bon chemin. La nuit a toujours été son moment préféré de la journée, en pouvant profiter de la tranquillité de l'obscurité, en étant pleinement elle-même, seule avec ses pensées.

Difficile de le mettre en mots, ce sentiment écrasant qu'on ressent quand on est entouré de notre plus grand manque. Il ne pourrait pas exactement être décrit comme la jalousie, c'est plutôt une brise de tristesse, de voir les pères tenir la main de leurs petites filles et vraiment prendre soin d'elles, de voir les familles heureuses et douces s'amuser ensemble, en sachant qu'on ne pourra jamais vivre cela. Et puis, on commence à nous demander si c'est nous le problème, si on a fait quelque chose de mal, s'il est normal que nous nous sentions ainsi. Ce sont les questions qui se promènent librement dans nos esprits et auxquelles c'est très difficile de nous donner une réponse. N'est-ce pas, Louise ? C'était exactement ce qu'elle sentait en marchant sur les rues de Paris... Et il a recommencé, mais cette fois, rien ne l'a déclenché, ou alors on pense...cet horrible sentiment est revenu. Dans cette situation, Louise a tout de suite su ce qu'elle avait à faire.

Avançant difficilement dans le brouillard qui l'entourait de toutes parts, Louise se retrouvait enfin devant une grande porte en bois. Ne voulant pas trop penser à ce qu'elle allait faire, la fille a pris le courage de frapper. Et elle a attendu. Une minute. Deux. Rien ne se passait. Mais juste au moment où la fille s'apprêtait à partir, elle entendit la porte s'ouvrir :

-Je n'ai pas su où aller... C'est arrivé à nouveau, dit Louise avec d'air visiblement gêné sur son visage.

Le regard chaleureux et compréhensif dans les yeux verts de Denise a réussi à faire Louise se sentir en sécurité, une émotion qu'elle n'avait plus connue depuis longtemps. Denise a décidé de ne pas encore poser de questions, mais elle a gentiment dit à Louise qu'elle pouvait rester là aussi longtemps qu'elle en avait besoin. Les jours suivants sont passés plus vite que prévu et les deux ont commencé à se rapprocher un peu. Pendant ce temps, Denise était très attentive à la jeune fille, en observant son comportement et sa façon de penser. C'était son métier. Louise n'avait aucune idée que la raison pour laquelle elle trouvait du réconfort et de l'aide auprès Denise était parce qu'elle était thérapeute. Cette soirée, les deux allaient dîner sur la petite terrasse du jardin, en pouvant contempler, une fois de plus, le coucher de soleil onirique. Malgré l'ambiance relaxante, Louise semblait très pensive, chose que Denise a remarquée immédiatement :

-A quoi penses-tu ?

-Mon petit frère... il est tout ce que j'ai et je l'ai laissé seul...

Et pour la première fois, les sentiments de Louise ont commencé à couler comme ils ne l'avaient jamais fait avant et elle a enfin pu parler de sa vie sans être jugée. Elle a tout dit à Denise. C'était ce qu'elle cherchait. La fille a finalement réalisé que c'était vraiment ce dont elle avait besoin: Quelqu'un pour la comprendre. En raison de la conversation longue, assez profonde qui a suivie, Louise a beaucoup appris sur elle-même grâce à Denise et plus encore :

La chose la plus importante pour un enfant pendant grandir c'est de ne pas être exposé à une sorte de traumatisme émotionnel, mais la plupart du temps, malheureusement, ce n'est pas le cas. Il y a de nombreux facteurs qui peuvent influencer la santé mentale d'un enfant, dont beaucoup ne sont pas connus de leurs parents ou de la société. Le comportement violent et les cris constants dont l'enfant doit être témoin le conduisent à se sentir impuissant, à avoir peur de se défendre. Dire que ses problèmes ne sont pas réels ou les ignorer peut également amener l'enfant à refouler ses émotions et à développer une habitude malsaine de ne jamais demander d'aide et de penser que c'est bien d'être toujours seul. L'importance d'une relation saine entre l'enfant et ses deux parents est énorme. Si ce lien est endommagé, l'enfant s'attachera à quiconque pourrait ressembler à cette figure parentale émotionnellement absente.

Louise a lentement compris qu'elle n'était pas le problème ou la cause de ce qui lui était arrivé. Elle a appris à avoir plus de confiance en elle-même et à se découvrir complètement, en contrôlant mieux ses émotions. Elle s'est enfuie de chez elle l'âme pleine de questions sans réponse, mais rencontrer Denise a vraiment changé sa perception de la vie et sa perspective sur le monde. Juste en s'ouvrant et obtenant l'aide nécessaire, la fille a été guérie de tout ce qui la consumait jusqu'à présent. Son désir de laisser tous les maux derrière s'est réalisé. Et en ce moment, elle s'est enfin sentie libre...