



Et si les mots *comptaient*

Adeline Scherrer

Sommaire

01	Putain	5
02	Ça va ?	11
03	T'inquiète	17
04	Pardon	21
05	Maman	27
06	Merci	31
07	Vraiment ?	37
08	OK	43
09	C'est rien	47
10	Pourquoi ?	51
11	Voilà	57
12	Attends	61
13	Et si	67
14	Du coup	73



CHAPITRE 1

Putain

Putain, putain de merde, fait chier !

Quelle douce mélodie à mes oreilles !

Qui à la fois exprime : frustration, énervement et agacement. Tel un cri d'un cœur qui exulte, en crachant ses émotions sans retenue.

Pourtant, ce mot, dans notre cher sud de la France, n'est même pas une grossièreté. Tout au plus une exclamation joyeuse. Accompagnée du bon préfixe « oh » qui chantonne comme des cigales se retrouvant près d'un terrain de pétanque.

Et oui, il faut bien un peu de mauvaise foi ou de culot pour justifier un titre aussi grossier pour commencer nos échanges.

Effectivement, il s'agit pourtant d'une grossièreté et la majorité, surtout les plus jeunes, en conviendront. Pourtant, pour moi ce mot est beaucoup plus, il est libérateur.

À l'adolescence, il a sonné la fin de l'ère « petite fille modèle » pour le remplacement sur le terrain de la vie par « l'ado rebelle ». Son son m'a rapprochée de mon vrai moi, plus spontanée et vivante.

Bercée par les ouvrages de la comtesse de Ségur, mes modèles, lorsque j'étais petite, étaient les héroïnes de ces courtes

aventures. Pour résumer, pour les non-initiés : sages et disciplinées. Et oui, on est loin de la spontanéité ou de toutes autres exubérances.

Disons-le : la lecture orientée par les suggestions parentales a produit les effets escomptés. J'eus donc à cœur à mon tour de grandir en me rapprochant au mieux de ces belles vertus, mais préférant quand même les joggings aux jupes à froufrous. Oui, mes vieux ont eu l'outrecuidance de m'imposer ces guêtres qui grattent !

Pas étonnant alors qu'avec l'apparition des premiers boutons soit aussi venu le langage plus fleuri, pourtant absent de mes livres sur l'étagère. Ce nouveau vocabulaire est venu à moi, comme pour beaucoup, au moment de la révolution de nos émotions. À la prise de la Bastille parentale, en pleine opposition aux règles et consensus sacrés du code familial : l'adolescence.

Lieu : collège pour la plupart et pour moi, avec le choix d'un sport peu commun pour une douce petite fille aux yeux de ses parents : un stade de foot.

Autant vous dire que mon dictionnaire s'est étoffé de mots pas forcément présents dans un Larousse !

Et pour quelqu'un qui a du mal à retenir ses mots cela finissait par sortir tout seul tel un refrain chargé ! Au grand dam de mon entourage, qui trouvait ça fort peu joli dans la bouche d'une jeune fille.

On avait beau me demander de toujours tourner sept fois la langue dans ma bouche. Rien n'y faisait, à la moindre contrariété, la composition vulgaire sortait toujours originale et variée.

Je ne me sentais déjà pas à l'aise dans ces normes de petites filles, préférant les billes aux cordes à sauter, le ballon au tutu. Alors pour moi, ce mot sonnait à mes oreilles comme un vent de rébellion, de nouveauté : celle d'être moi.

Fatiguée de ce modèle de vertu que l'on attendait de moi, tel Elsa je me trouvais libérée. On parle bien de liberté d'expression, alors, pourquoi ne pouvais-je pas avoir la liberté d'être grossière ?

Après tout il n'y avait là aucune insulte envers personne ou profession. Juste une ode contre la fatalité : « oh putain il pleut ! », L'univers : « Putain ! pourquoi moi !! », Ou encore un agencement mobilier encombrant : « Putain de coin de table !! ».

Que dites-vous si vous marchez sur un Lego ou que votre tasse vous échappe des mains ? Sapristi ? Si c'est le cas, félicitations pour votre self-control et pour l'exemple que vous donnez aux enfants ! Moi je n'ai pas cette fibre-là.

Avec le temps et la « sagesse », cela est devenu un simple « merde, fait chier ». Je laisse à votre imagination les pamphlets que je pouvais lancer à l'époque... C'est vrai que c'est somme toute peu de progrès diront certains. Mais si les oreilles pieuses de mon entourage s'en satisfassent, c'est pour moi suffisant.

Pourtant je suis capable d'écrire une prose forte, civilisée et j'espère agréable quand je le veux. Mais ce mot restera cher à mon cœur. Il reste ma signature anticonformiste et fidèle à mon esprit d'indépendance.

Sans vous inviter à la grossièreté, je souhaiterais que vous vous rappeliez l'esprit rebelle de vos quinze ans. Celui qui voulait défier le monde en hurlant et que ni les conseils d'adultes ni les règles ne semblaient retenir. Et plutôt que de l'enfermer dans une cloche de normes et de bienséance, le regarder et l'écouter.

Car on dit souvent qu'il faut rester en contact avec sa part d'enfant. Mais qu'en est-il de nos années boutonnières avec un style vestimentaire unique et/ou affirmé ? Trop borderline pour notre vie d'adulte ? L'émerveillement de l'enfant, oui ; le côté blasé et impatient de l'ado, non ? Pourquoi ?

On est qui on est, par la totalité de nos expériences. Et renier cette part de nous, hermétique aux règles, est-ce forcément le bon choix ?

J'ai l'impression que la vie d'un adulte accompli, c'est toujours de faire des choix matures et raisonnés. Un peu comme les personnages de mes livres de mon enfance avec bon sens.

Pense-t-on vraiment que la sagesse c'est contrôler tout le temps : nos envies, nos humeurs, nos excès de tempérament et de langage ? Cela fait-il de nous de vrais adultes responsables ou juste des humains qui cloisonnent une partie d'eux-mêmes ?

Je n'ai pas la réponse. Je suis une millennial, je ne suis pas encore sûre d'être une adulte. Alors je vous laisse la découvrir. Mais une chose est sûre : je continuerai d'être moi, putain !



CHAPITRE 2

Ça va ?

J'ai dit que je resterais moi-même, pourtant voilà une chose qui n'est pas si simple. Prenons l'exemple de la question qui débute toutes les conversations : « Comment ça va ? » La réponse presque universelle est bien « oui, ça va ».

Pas de piège, alors passons au mot suivant ! Et non, sinon je n'en ferais pas un chapitre. Car ces deux mots, loin de l'affirmation joyeuse attendue, sont aussi souvent dits d'un ton las. Comme une façon de dire au monde que l'on tient debout malgré tout. Car quand la lassitude nous plombe le cœur, que chaque pas devant est plus dur, répondre doucement « ça va » à un « comment s'est passée ta semaine ? », c'est aussi chercher une feinte.

Une façon d'esquiver la réalité et les difficultés de la vie. Celle de mentir pour rester fidèle à soi-même, cette version droite que l'on s'est fixée comme objectif. Sous les coups du quotidien, tels des uppercuts, devoir toujours assurer, serrer les dents, se relever. On entend bien Rocky, presque mort, dire « ça va » comme pour se persuader, lui et le coach, que ça va le faire, qu'il va gagner ! Et ça marche !

Car répondre machinalement « ça va », c'est comme une affirmation positive : à force de répétitions, on finira par le croire. Comme si les microbes, en entendant nos paroles, prenaient leurs valises. Ou que cette douleur allait disparaître telle l'assistante du prestidigitateur à la fin du compte à rebours. Oui, la pensée positive aide parfois ; alors pourquoi ne pas essayer de nous feinter nous-mêmes ? Car dire la vérité à voix haute pourrait rendre tout cela trop réel. C'est donc nous-mêmes que nous essayons de tromper.

Mais au-delà du positif mindset, c'est aussi une réponse socialement attendue. Avec le lancement, sur un ton agacé et nerveux : « Oui, ça va. » En réponse à un collègue qui vous voit pourtant bien vider votre stock de mouchoirs et cracher vos poumons. Alors que je voudrais dire : « Non, tu vois pas que je suis en train de mourir ! » Oui, je suis normande, mais j'ai aussi l'amour sudiste des exagérations.

Pourtant, je préfère répondre poliment. C'est attendu, une réaction positive. Car la négativité, on la fuit. Comme si c'était un virus que l'on pourrait attraper, transmettre par l'air, la parole. Une malédiction qui se collerait à nous si nous nous approchions trop. Alors on minimise, pour ne pas être vu comme le chat noir, celui qui ramène la poisse sur son passage. Pour ma part, je ne suis pas superstitieuse et j'estime que les virus font travailler les défenses immunitaires, mais, bizarrement, je préfère souvent garder pour moi mes états d'âme ou de corps.

On ment donc. Oui, mais pas par méchanceté. Cette dissimulation, c'est aussi la seule réponse que l'on trouve face à cette certitude sourde : la vérité n'intéresse pas notre interlocuteur. Combien de fois ai-je prononcé ces petits mensonges au fond du trou ? Trop pour savoir qu'ils cachent souvent la tristesse de quelqu'un qui pense être le seul à devoir

connaître ses problèmes. Une façon de mettre l'autre à part, par peur d'être minimisé ou, pire, ignoré. De cacher honteusement notre état sous une couverture tissée d'omissions. Parce que chaque explication supplémentaire est une perte d'énergie précieuse face à un auditoire souvent peu intéressé par la réponse.

La société nous l'a inculqué : personne n'aime les pleurnicheuses. D'ailleurs, c'est étonnant que, pour raconter la vérité de nos déboires, on utilise le verbe « se plaindre » et d'autres synonymes d'autant moins valorisants, comme « se lamenter ». Comme si raconter la partie moins fun de notre quotidien, c'était forcément pour attirer la pitié.

Alors oui, nous mentons. Cette image de victime de la vie ou de la poisse, cette étiquette négative, on la réfute ! On préfère raconter des blagues sur la météo ou toutes les autres banalités, qui donneront plus de force à notre petit mensonge, pour faire illusion. Même les personnes en deuil finissent par esquiver ça, lassées de sollicitudes vides ou juste parce que le cœur pourrait exploser si on laissait les mots de notre douleur s'échapper.

Mais faut dire, quand je suis de l'autre côté, celle qui attend la réponse, je n'échappe pas à la propagation de l'indifférence non plus. Dans ma tête, ça ressemble à l'impression que le volume sonore autour devient flou, quand la réponse à la question dépasse deux mots. Comme si une réponse négative irait à l'encontre de ma programmation. Une latence, un blanc, un GPS en train de recalculer sa trajectoire face à une décision imprévue. À ce moment-là, je pense que l'on entendrait le bruit de ADSL en train de démarrer, une série de bip dans ma caboche.

Parfois, la connexion finit par fonctionner. Je peux me reconnecter à l'échange, succès de la mission ! Souvent aussi, comme tout le monde, je ne suis pas émotionnellement

disponible et l'échec system perdure, quand bien même je sois à l'origine de la requête. Je me retrouve alors à entendre sans écouter et acquiescer machinalement avec les classiques : « mince alors », « ah vraiment ». Ayant presque oublié ce que mon cerveau viens d'entendre tant le bug a fait des dégâts. Dire ça va, c'est donc éviter à l'autre l'effort mental d'une réponse parfois non désirée, déclenchée principalement par la politesse et les codes sociaux.

Alors puisque c'est ainsi et que l'on ne peut pas changer le monde. Je vous invite à ne plus mentir, au moins à vous-même. Et oser accueillir votre tristesse, colère, lassitude et angoisse.

Et qui sait dans quelque temps vous pourrez répondre sincèrement : ça va sans subterfuge.



CHAPITRE 3

T'inquiète

O n pourrait s'attendre, à ce que la définition soit respectée. Et que la seule intention derrière ce mot, soit de rassurer notre interlocuteur. Or, pour nous petits hérissons, grands fans du repli stratégique : c'est souvent plus proche de « ne t'inquiète pas, JE gère ». Oui, quand je dis ça, je me vois comme un petit hérisson : fâché, déçu car rien ne va comme il le souhaiterait. Qui préfère se replier sur ses ressources, plutôt que d'expliquer ce qui l'a mis en boule.

C'est parfois tellement plus simple, de fuir ses émotions, de boudier dans son coin, que de se rendre vulnérable. Voilà comment naît l'adage : « on est jamais mieux servi que par soi-même ».

Permettant l'apparition de nouveaux bonhommes Mr et Mme, les « T'inquiète ». Les membres de cette famille sont persuadés de pouvoir tout résoudre seuls et que la devise des trois mousquetaires sur la force de l'union, en plus d'être obsolète, manque clairement d'efficacité.

Mais, c'est comme ça, pour Mr et Mme T'inquiète. Ils préfèrent essayer de se débrouiller, créer milles plans pour sécuriser le résultat, même les plus compliqués, plutôt que de demander de

l'aide. Et on se retrouve ainsi seule à déplacer un frigo à grande peine manquant de le faire tomber trois fois, plutôt que de demander de l'aide au voisin.

Par peur de paraître faible ? Oui, parfois, mais pas forcément. Aussi, par peur d'être déçu. Que le résultat, ne soient pas à la hauteur des attentes faramineuses qu'ont c'est mis en tête.

C'est un peu comme demander que l'on nous fasse un gâteau au chocolat et s'attendre à celui de sa grand-mère... sans donner la recette. On espère un résultat, et quand on voit l'autre faire n'importe quoi, c'est-à-dire... différemment. Alors c'est plus fort que nous... Alors on finit par dire : « Non, ce n'est pas ça que je voulais. »

C'est aussi cette certitude que eux seuls détiennent la bonne méthode pour bien faire correctement. Label qualité approuvé par « Mr de Mme T'inquiète » est forcément gage de qualité. Et voilà, comment quand votre moitié propose de faire la poussière, on s'hérisse quand il ne prend pas notre produit habituel ou le bon torchon. Ou on préfère, traiter cette énième tache supplémentaire au travail car, ça serait trop long d'expliquer au collègue comment bien faire, selon notre to-do-list.

Oui, ces Mr et Mme, en plus d'un manuel très détaillé pour tout, ont des tonnes de listes avec un ordre précis à respecter. Ainsi, on ne prend pas le risque, de voir le résultat différer du cahier des charges. Car laisser la main à l'autre est un exercice que j'ai beaucoup essayé... mais jamais vraiment réussi avec succès. C'est terrifiant, de laisser les rênes à quelqu'un d'autre. Comme laisser le volant et monter sur le siège passager, on se retrouve parfois à freiner dans le vide ou vérifier les rétro. Comme si cela pouvait aider. C'est un exercice de confiance et de lâcher prise, fort peu agréable. Oui, faire soi-même apporte une satisfaction immédiate : le lave-vaisselle parfaitement rempli, le

linge plié comme nos habitudes. Bref, un boost de dopamine a l'odeur de l'adoucissant.

Toutes ces petites choses, font que ses Mr et Mme, sont aussi très amis avec la famille Parfaits et leurs cousins Intransigeants. Oui, tous semblent former un petit groupe, invités à un beau parc pour un pique-nique. Célébrant le jour de l'Independence Day ! On y célèbre, les yeux cernés, autour de petits sandwiches parfaitement présentés, les joies d'un chez soi bien rangé et de l'autonomie.

Pourtant il apparaît que répéter « t'inquiète, je gère », c'est se condamner à être le seul en charge, le seul capable. Et au bout d'un moment cela fatigue. L'optimisation et le perfectionnisme, a aussi un arrière goût d'épuisement. Et on se retrouve à râler « pourquoi c'est moi qui fait tout ici »!

Alors j'aimerais bien, que ces Mr et Mme T'inquiète, apprenne à accepter et tolérer les résultats imparfaits. À demander de l'aide, sans se dire que ça sera une gêne.

Car même si l'indépendance est une belle qualité, elle ne doit pas servir de maquillage pour cacher qui l'on est vraiment : quelqu'un qui, comme tout le monde, a parfois besoin d'aide. Car à force de tout gérer seul... on pourrait ne plus reconnaître quand on a tort.

Pardon

Comme disait notre cher Sir Elton John :

“Sorry seems to be the hardest word” ou « *désolé semble être le mot le plus dur* »

Pourtant, en 2026, « pardon » sonne beaucoup plus comme une injonction, que de vraies excuses. « Pardon j’ai oublié ce rendez-vous, pardon je me suis trompé, pardon je dois passer.. » on s’excuserai même, parfois, d’exister. Oui, on le dit sûrement plus de fois, que bonjour dans une journée. Alors pourquoi, serait-il si difficile à dire ?

Pourtant, force est de constater, qu’à l’heure des excuses, c’est plus le silence que nous recevons ou des justifications que ce dernier. Pour le silence, c’est davantage la lâcheté qui prend le pas sur le langage. Celle de la honte qui ne trouve pas le bon mot ou sens qu’aucun ne sonnerai juste.

Les justifications, le fameux « oui mais » est une parade bien plus couramment utilisée. Cet ajout, qui semble justifier à coup sûr, la légitimité de nos actions honteuses par une suite d’imprévus, de causes extérieures ou de minimisations. Je lui préfère donc, souvent, une autre formulation : “excuse-moi de...”.

Oui, des excuses sans nommer les choses à pardonner, c'est comme un oreo sans crème : incomplet et fade.

Pourtant, quand on s'excuse, c'est bien le pardon que l'on ne cherche, pas simplement être excusé. C'est marrant comment un LE rend la chose plus solennelle. « Le pardon » a un côté biblique presque inaccessible au commun des mortels qui a eu l'audace d'offenser notre ego ou notre fierté. Comment, un seul déterminant, peut autant changer de ton et de sens, d'un mot et de comment il est utilisé.

Le pardon, aurait donc un côté presque inaccessible. Comme un pouvoir divin, que l'on accorde pour obtenir la paix de la relation. On est bien loin de la bousculade du bus, tout d'un coup.

Bref, revenons à nos briseurs d'ego. Déjà, soyons honnêtes : nous sommes tous pêcheurs ici-bas. Et je ne connais personne, qui n'a au cours de sa petite vie, pas eu la maladresse de blesser l'ego de quelqu'un, votre autrice comprise. Donc, je vais parler de mon point de vue de maladroite à la langue bien pendue et peu tenue.

Dire pardon, c'est facile. Quand on voit que l'on a marché sur les pieds de quelqu'un, ce n'est pas compliqué de s'excuser. C'en est presque mécanique de prononcer ces mots. Ce qui est plus dur, c'est de demander pardon, de regarder vraiment ce que l'on a fait : nos actions, nos paroles. Sans se chercher d'excuses, sans minimiser ce que l'on a fait subir à l'autre.

Oui, le plus dur, c'est porter la responsabilité de nos actions dans nos paroles. L'avouer, se confesser, tout haut. C'est accepter, que notre être a fait du mal à un autre, par l'intermédiaire de notre corps ou d'une langue peu retenue.

Prenons un exemple du quotidien : s'excuser d'être en retard, en précisant qu'il y avait des bouchons. C'est une façon de dire, ce n'est pas de ma faute. Je suis désolé de mon retard, mais c'est la

faute d'éléments extérieur. Vous me direz : mais c'est vrai pourtant ! Elle pinaille !

Sans doute, mais je choisis de voir différemment. Car, en adoptant ce genre de logique, on peut trouver une bonne excuse ou explication, à beaucoup de nos comportements qui impactent les autres. Et alors, les excuses n'en sont plus et sont devenues des justifications.

La réalité, pour mon retard, c'est : que j'ai choisi, de prendre pile poil le temps de trajet, sans me prévoir une marge d'erreur pour d'arriver en avance. Parce que je préfère mon sommeil et que je fais le pari, que ça suffira. Alors, si j'ai perdu mon pari, n'est-ce pas à moi d'assumer mes erreurs ? Après tout, mon patron, ce qu'il voit, c'est que je ne suis pas là à temps et que d'une manière ou d'une autre, cela lui a causé tort.

Donc je lui dirais simplement : « désolé d'être en retard ». Car le moindre "mais", sonnera comme une dérobade de mes responsabilités.

Hum... je sens que j'ai froissé l'ego de beaucoup avec cet exemple, pourtant banal, mais au combien quotidien. Et d'aucuns diront, que je suis un peu dure et intransigente.

Prenez un autre exemple, j'espère moins commun pour nous. Votre tendre moitié vous trompe et il vous dit : "pardon mais : liste interminable de reproche ou roman de circonstances atténuantes". Ne vous sentiriez-vous pas lésé ? N'auriez-vous pas l'impression, que son passage confess, serait une façon de passer sous le tapis son vrai manquement à ses responsabilités ? Comme si, le mais, pouvait justifier l'injustifiable.. Fort à parier que, vous n'accepteriez pas ce genre d'excuses.

Donc oui, les excuses avec un mais, sont d'avantage des excuses pour vous et votre conscience, que la personne que vous avez blessée. Notre ami Elton a sûrement raison. Au final, dire

sorry est vraiment difficile. Quand on comprend vraiment, ce que cela signifie pour nous et pour l'autre.



CHAPITRE 5

Maman

En tant que fille, j'ai toujours eu une relation particulière avec ma mère : tantôt amies, tantôt ennemies. Je pense avec mon modeste recul, qu'il n'y a pas de relation où l'on joue plus à l'équilibriste qu'entre ces deux femmes. L'une a choisi de nous concevoir, pour nous enseigner la vie. Et l'autre disons simplement, vouloir la vivre.

Il paraît que l'on comprend mieux ce que c'est d'être mère quand on le devient. Je laisse donc la vérification, à celles qui le peuvent. Mais, ça ne veut pas dire, qu'à force de noircir des pages de journaux introspectifs, recherches et écoutes d'histoires de mon entourage, je n'ai pas rien à vous raconter. C'est donc en tant que fille, que je vous donnerai mon point de vue de ce numéro d'équilibriste sur la corde raide.

Déjà, premier constat : comment je peux autant lui ressembler, alors que je m'étais promis de ne jamais être comme elle ? Et pourtant. Je m'entends comme un écho répéter ses mêmes phrases, avoir pris davantage des défauts que ses qualités et comprendre bien l'adage : les chiens ne font pas des chats. Et comme des chats, on a souvent ronronné mais aussi feulé ma mère et moi.

C'est fou comment un être qui nous ressemble autant, peut nous déclencher aussi vite... L'effet miroir sûrement. Je vous le dis, au cas où c'est la première fois que vous l'entendez : il n'y a que la vérité qui nous blesse et aussi nous énerve.

Traduction : si on vous traite de menteur et que vous savez que ce n'est pas le cas ça ne vous agacera pas. En revanche, si vous avez bien menti, le rouge vous montera aux joues. Plutôt que le fameux nez qui s'allonge.

Alors admettons, que l'on vous dise que vous êtes ingrat ou intransigeant. Si cela vous énerve en mode "mais comment peux-tu dire ça ?". Posez-vous les bonnes questions. Notre colère, notre agacement, sont souvent nos meilleurs détecteurs de personnalité, que n'importe quel test.

Et les mères et l'effet miroir dans tout ça ? Simple Alphonse :

il n'y a pas meilleur miroir que nos mères et ce qui nous agace chez elles, si on regarde bien se transpose sur notre reflet.

J'ai personnellement compris que ce qui m'énervait le plus chez elle, c'était sa façon de vouloir que les choses soient faites à sa manière. Devinez qui est également une maniaque du contrôle ? Autant vous dire que deux contrôleurs de gestion dans la même pièce, avec chacun un plan différent, ça ne pouvait pas bien se passer.

Et pourtant, nos mères sont là pour nous. Pas parfaites, mais à leur manière. Et quand l'accalmie vient, les différends s'apaisent. Voilà qui elles redeviennent : ce que neuf mois d'union ont créé, des meilleures amies. Pas forcément celles à qui l'on peut tout dire, mais celles avec qui l'on peut se dire qu'elle sera toujours là.

Car oui le mot "Maman" ça se mérite et avec les années, les rancœurs, les histoires, on ne peut plus le dire aussi innocemment que quand on a 5 ans. Car ce mot c'est la tendresse, la chaleur et l'affection sans limite. Or avec l'âge, on apprend à

poser ses limites personnelles et surtout on devient juge de tout les faits et geste de l'autre passés l'innocence. Le temps rend plus amer et l'on juge nos mères plus durement que nous-mêmes. Chaque manquement, défaillance, abus est sévèrement jugé, sans circonstances atténuantes et les faits sont retenus sévèrement contre elles.

Face a cette perte de l'innocence et cette distance, certains n'ont plus toujours quelqu'un que l'on peut appeler maman jusqu'au bout avec cette même tendresse qu'à note jeune âge. La réalité est différente, plus complexe et beaucoup ne peuvent pas rester best friend foverever avec la madre tout le temps.

Nos mères ne sont pas des modèles, ce sont des femmes avec des défauts comme nous, qui font des erreurs, des choix, parfois sont brisées ou les dynamiques changent. Mais il y a toujours cette volonté de faire au mieux avec ses capacités. De traverser en équilibre, sur le fil pas à pas, même maladroitement et mal équipé.

Car oui, l'instinct maternel, ce n'est pas universel et personne n'a le même matériel de base. Pourtant, elles se lancent sans filet dans cette aventure de donner la vie. Beaucoup font au mieux avec ce qu'elles ont.

Oui, je ne parle pas toujours de toi en disant maman affectueusement, mais toujours avec respect. Je sais qu'à ta manière, tu as toujours cherché à faire de ton mieux. Même si, ce n'était pas comme je le voulais.

Alors maman, pardonne-moi. De ne pas toujours être la fille que tu veux toi aussi et moi je t'excuserai pour tes imperfections. Je te remercie de m'avoir aidé à être moi.

< ;



CHAPITRE 6

Merci

Sans aucun doute, il s'agit là de l'expression ultime de la gratitude. Pourtant, pour certaines personnes, c'est un automatisme et, pour d'autres, ce mot sort rarement de leur bouche.

Je pense, pour ma part, faire partie des perroquets qui le sortent à répétition, comme Iago demandant un gâteau. Comme un automate programmé par un respect du protocole de politesse. Dire merci, même pour un verre d'eau tendu, me semblait être une normalité qui ne se conteste pas. Seulement, ces cinq lettres, pour certains, sont prononcées avec le solennel des grandes occasions, qui ne sied pas au quotidien. Sans y avoir réfléchi, j'avais pensé à une simple différence d'éducation ou d'attention.

J'ai déjà rendu des services ou porté des attentions sans comprendre pourquoi je n'obtenais pas ce biscuit de récompense à chaque fois. La vérité, je l'ai comprise en écoutant ou plutôt en lisant entre les lignes de l'autre côté de la grille avec mes proches.

Dans mon entourage, principalement masculin sur ce sujet, il s'avère que le merci, on le sort pour ce qui a de la valeur. Pas les banalités du quotidien. Doit-on vraiment dire merci quand on se

passer les plats à tour de rôle ou que l'on ramène le pain ? S'il y a réciprocité dans le quotidien, doit-on, comme une prière, s'agenouiller à chaque fois ? Moi, je dirais oui par automatisme, mais maintenant que j'y réfléchis, répéter sans conviction est-il le meilleur moyen de remercier ?

OK pour les petits services, un peu de retenue ne serait pas de trop, mais qu'en est-il des plus gros ? Si je t'aide pour un déménagement, une bière avec pizza suffit-elle à remplacer des mots ? Là, pour moi, non. Le dire, c'est effectivement important. Formuler à haute voix la reconnaissance est nécessaire pour mon dos douloureux. J'ai besoin de comprendre, d'entendre que mon geste a été apprécié.

Pourtant, ça a du mal à sortir. Est-ce que c'est perçu comme un aveu de faiblesse ? Ça peut être comme reconnaître que l'on avait besoin d'aide, d'une certaine manière, qu'on a dépendu un instant d'un autre. Un manquement à l'indépendance, à l'autonomie. Oui, dire merci, c'est donc comme signer une reconnaissance de dette invisible à la personne qui nous a rendu un service. Le poids des mots est donc différent, plus lourd implicitement. Et donc, plus dur à sortir.

C'est donc plus rarement qu'ils prononcent ces politesses, surtout quand il s'agit d'un geste non sollicité. Pourquoi signer une reconnaissance de dette alors que l'on n'a rien demandé ? Ça nous semblerait absurde, nous aussi, de se sentir redevable pour un service dont on n'avait pas exprimé le besoin. C'est comme accepter un verre offert dans un bar : ça a beau nous faire plaisir, on se sent un peu redevable d'au moins sourire. Mais avait-on vraiment envie d'être redevable pour cela ?

C'est un peu le paradoxe des cadeaux. On les offre pour faire plaisir, alors pourquoi attendre un remerciement ? L'idée était de

donner, alors pourquoi vouloir automatiquement recevoir ? C'est comme si j'attendais de mon chien qu'il me donne la patte quand je lui propose une friandise pour le remercier d'avoir été sage. Le but était de le féliciter, pas qu'il s'entraîne pour le cirque.

Et voilà la contradiction : on nous dit qu'il faut faire les choses sans rien attendre en retour, alors pourquoi, si je propose un café à mon invité, j'attends forcément qu'il me dise merci ? J'offre ce joli foulard à mon amie pour lui dire qu'elle compte pour moi et je veux quand même des remerciements ?

Serions-nous tellement « people pleasers », à vouloir satisfaire à tout prix notre entourage, que le merci deviendrait une quête ? Une poursuite inlassable de la reconnaissance d'autrui ? En tout cas, ces réflexions m'ont permis de comprendre que c'était mon cas. Comme les bons points de l'école qu'il faut collectionner. Un ratio où, si les apports journaliers de gratitude sont inférieurs à 40 % de la norme, ma jauge de valeur diminue ?

Peut-être que les personnes qui ne disent pas merci et ne le recherchent pas sont peut-être moins dépendantes de la validation extérieure ? Est-ce l'opposition entre la team chat et chien ? L'un, l'indépendance de ceux qui se sentent suffisants, et l'autre, le collant prêt à tout pour satisfaire les autres et améliorer sa valeur. Sur ce coup, je suis tellement à l'opposé du modèle félin que je ne peux que deviner ce qui se passe dans leurs pensées.

Il y a des mercis qui sortent facilement, comme pour avoir préparé le repas ou s'être occupé du dodo des enfants. Mais le merci, cette gratitude immense que j'éprouve silencieusement pour mes proches qui sont présents tout au long de ma vie, la pudeur et la gêne font qu'il ne sort pas.

On se dit que les personnes savent et que forcément nos intentions n'ont pas besoin de mots pour être entendues. Pourtant, personne n'est devin et le tréfonds de nos pensées reste

parfois un vrai mystère, même pour nous. Alors elles le sont forcément davantage pour les autres, extérieurs aux bavardages de notre boîte crânienne. Sachant cela, je ne peux m'empêcher de faire l'autruche malgré tout, cachant mes sentiments dans le sable, espérant qu'ils les devinent.

Alors, vous remarquez à quel point la question « devine » est un échec cuisant quand vous la lancez à votre partenaire ? Il a beau chercher, chercher. Il est fort peu probable qu'il comprenne que c'est l'eau croupie de l'aquarium non changée de Bubulle qui crée votre agacement. Alors pourquoi laisser les devinettes à nos proches sur les raisons pour lesquelles nous leur sommes reconnaissants ?

Je ne sais pas et, à vrai dire, écrire ce texte m'a donné une bonne résolution : écrire à une dizaine de personnes une lettre pour leur dire qu'elles ont changé ma vie sans le savoir. On pense toujours avoir le temps de le dire, de le faire comprendre. Seulement, parfois, la vie ne nous laisse pas le temps de rassembler notre courage.

J'ai une philosophie depuis ce constat qui est bien connue et pas de moi : « mieux vaut vivre avec des remords qu'avec des regrets ». Merci Bigflo et Oli pour cette inspiration. Pour ceux qui ne verraient pas la différence subtile, c'est vivre en se disant « mince, je n'aurais peut-être pas dû faire cela » plutôt que de vivre en se demandant ce qu'il en aurait été si on l'avait fait. Les regrets sont plus durs que les remords, car le doute ronge. Les remords, ça fait de bonnes leçons de vie, parfois. Cet adage marche pour nos choix de vie, nos actions. Et pour moi aussi, nos mots.

Oui, je suis capable d'écrire des textos si longs qu'il faut cliquer sur « plus » pour les lire en entier... Mais pourtant, quand il est l'heure de la sincérité, pour dire à une personne que je tiens à elle, j'ai plus de mal. L'éducation, peut-être ? La politesse : un grand oui. Mais les effusions sentimentales, beaucoup moins. Je veux m'améliorer afin de pouvoir, à mon tour, redonner à ces personnes qui ont fait la personne que je suis. « Ma reconnaissance éternelle », comme diraient les petits aliens dans Toy Story.

Ne culpabilisez pas, prenez vous aussi votre courage à deux mains pour que l'on se dise vraiment les choses.



CHAPITRE 7

Vraiment ?

Est-ce que j'ai halluciné ou compris de travers ? Viens-t-on d'assister à la même scène ?

« Tu penses vraiment ce que tu viens de dire ? » lui dis-je. Puisque mon interlocutrice répète par l'affirmative, un signal d'erreur se lance dans ma tête. C'est pas possible, les calculs sont pas bons ! Comment peut-elle penser avoir raison avec ce qu'elle m'a raconté, ce que je sais d'elle ?

Et, comme un bris de verre qui se casse, une réalisation : « Comment une personne peut-elle se tromper à ce point sur elle-même, réécrire la réalité ? » Sidérée de voir cette personne s'embarquer dans une description d'elle-même sans défauts et toujours victime des événements, des autres. Alors que les faits ne vont pas dans ce sens. « Est-elle atteinte d'une myopie qui l'empêche de voir ce qu'elle a sous le nez ? » Comme un abus de filtres photo : au lieu de gommer les cernes ou les pores, est-ce nos excès de personnalité que l'on finit par flouter ? Et à force, on finit par croire que c'est bien à ça que l'on ressemble ?

J'ai lu quelque part que nous aurions, en nous regardant dans le miroir, une vision faussée de la réalité, filtrée par nos perceptions internes. Grande phrase pour dire que l'on peut voir

notre visage plus rond ou nos yeux plus grands qu'ils ne le sont, par exemple. Après tout, peut-être que mon nez n'est pas aussi gros que je le pense ? Il est peut-être normal, plutôt que de ressembler à celui de Geppetto. Si c'est vrai, tant mieux. Alors, si on est aussi biaisé sur notre physique, pourquoi les traits de notre personnalité seraient-ils une exception à notre manque de clairvoyance ?

On dit bien qu'on ne voit pas plus loin que le bout de son nez ? Avez-vous essayé de voir votre nez sans miroir ? À part loucher un bon coup, difficile de deviner quoi que ce soit. Si on ne voit pas notre péninsule, comme dirait Cyrano, comment voir nos traits de personnalité les moins glorieux ? Ce que l'on a à l'intérieur est invisible à l'œil nu.

Pour ma part, j'ai aussi pu me voir avec la meilleure des loupes et me rendre compte que je méritais également un bon « vraiment ». Ça s'est éclairci le jour où j'ai affirmé à ma meilleure amie que je pensais avoir une patience en or. Cette dernière a souri si largement qu'elle pensait sûrement que je blaguais. Quand elle eut compris que non, elle m'a répondu avec la plus grande sagesse : « Poulette, tu as sûrement beaucoup de sang-froid, mais clairement pas de patience, sinon les choses ne t'énerveraient pas dans un premier temps. »

Bam ! Fissure de la glace ! Mais c'est vrai ! Beaucoup de choses m'énervent et m'agace. Pour moi, j'étais forcément patiente, puisque je prenais sur moi pour pas m'énervier sur tout le monde ! Ok mon regard lance sûrement des lasers quand je répète 4 fois à un client que c'est comme ça qu'il doit faire mais je me retiens bien de lui dire « bordel c'est pas compliqué écoute ce que je te dis ».

C'est pas de la patience que de fermer sa bouche à double tour et de se répéter une fois de plus malgré l'agacement dans la voix ?

Visiblement, non. La patience, la vraie, ce n'est pas la retenue. C'est comme les moines bouddhistes : le calme imperturbable dans le chaos. Disons-le, je suis plus le chaos intérieur que le moine zen.

Et depuis ça m'a frappé pas parce qu'elle avait raison, c'est souvent le cas. Mais que je pensais alors bien me connaître et mieux me cerner que ça. Comment j'avais pu autant me tromper sur moi-même, pour m'attribuer en « qualité » ce qui figure dans mon top trois de mes plus gros défauts ? Absurde on pourrait penser. Et pourtant au combien fréquent. C'était à mon tour de comprendre le sens du mot vraiment et de me retrouver de l'autre côté : celle qui est regardé, jugé par l'autre.

Une telle expérience nous fait comprendre que l'on était clairement la dernière personne à bien se connaître. Qu'au final sans une reflet fidèle, il sera difficile de ce voir avec netteté. Et quel meilleur description est celle que nous donne nos proches, ceux qui visiblement nous connaissent mieux que nous-mêmes. Alors peut-être que comme Alice nous vivons un peu de l'autre coté du miroir, ou la réalité serait déformée par notre manque de recul ?

Ou se cacher dans ses propres mensonges, permet de voiler la réalité, l'enjoliver, se conforter dans une vision confortable de soi. Et comme le avant/ après une photo retouchée on a parfois du mal à présenter cette version imparfaite de nous.

Et si moi-même j'étais capable de me raconter une version arrangée de qui je suis... alors combien d'autres le faisaient aussi ? Par exemple, au travail on dit souvent qu'il faut porter un masque pour réussir. J'ai parfois donc l'impression d'être à un bal masqué dans l'open space. Or, les têtes de mules comme moi, trouve que porter un déguisement c'est peut confortable. Pour d'autre, ils collent tellement à la peau qu'ils ont du mal à l'enlever en

rentrant chez eux. Bien sur, je ne parle pas d'un masque de Wonder Woman et d'Iron Man mais simplement du masque « employé modèle » mode Oui-Oui, parfaitement parfait comme Marry Poppins. Non, ce masque est moins fun et sans danger à part juste pour les personnes qui ne comprennent pas le second degré et on du mal à lire entre les lignes cela n'aide pas.

Mais pour d'autres, le voile prend de l'ampleur et se transforme en costume. Leur vie entière devient une représentation où ils jouent un rôle. Avec tellement de ferveur que l'on ne fait plus la différence entre l'acteur et le personnage.

Ces personnes me fascinent. Elles sont persuadées elles-mêmes d'être les plus incomprises des victimes et ont inspiré ce chapitre bien davantage que nos illusionnistes du quotidien. Ces individus créent de la confusion chez les autres, en commençant par eux-mêmes. Elles se drapent de leur plus beau costume...

Ces personnes, ça pourrait être moi, vous ou un autre et inversement. C'est le principe ici on est tous imparfait et a un moment donné capable d'être le gentil ou le méchant d'un événement.

À petite échelle, on embellit tous notre rôle. Mais chez certains, le scénario devient carrément épique.

Si vous écoutiez Anakin Skywalker, Thanos ou le Joker de Batman, ils sont pleins de bonnes intentions : sauver le monde... en le détruisant. Persuadés d'être les héros incompris de leur histoire.

Pourtant, au moment de la conclusion, pour nous spectateurs c'est avec étonnement que nous les entendons se présenter comme des martyrs. Les rôles ont été inversés, le bourreau tente alors de décrocher le rôle de victime.

D'où cette interrogation dubitative telle une perche tendue pour les aider à corriger l'évidence. « Vraiment t'es sur que tuer

c'est la meilleure solution pour un monde meilleur ? »

Alors, comment démêler le vrai du faux ? Je dirais regarder les actions et les conséquences plus que les paroles. Détruire le monde, instaurer le chaos ou un génocide nous donne un petit indice... Bon ! Heureusement pour nous on n'a normalement pas des super vilains dans les proches ! Mais du coup, c'est plus difficile de démasquer quand tout devient flou. Car sans aller jusqu'à qualifier tout le monde d'égoïstes manipulateurs, il faut reconnaître qu'il nous arrive tous d'arranger la vérité dans une certaine mesure. Sans forcément une intention de nuire juste parce que ça nous semble plus facile.

Ça peut commencer par s'attribuer des qualités fictives, ne pas reconnaître sa part de responsabilité dans une dispute ou dire que l'on a sauvé l'univers en tuant la moitié de sa population.

Alors apprenez à douter de vous, des autres. Pas pour devenir parano mais apprendre à remettre en question ces certitudes en se confrontant à d'autres points de vue.

Pour éviter que par simplicité, peur, manque d'envie, on ne regarde pas où il faut : en face.

Si un jour vous entendez cette interrogation, avant la conclusion cherchez la vérité. Ne vous braquez pas. Essayez de la comprendre car même quand on pense y arriver ... deux lettres peuvent suffire à tout fausser.



CHAPITRE 8

OK

Est-ce que ces deux lettres sont le symbole de notre approbation, une injonction à être d'accord, clôt le débat ou une expression silencieuse ? On est d'accord pour se dire que l'interprétation de ce court mot est tellement délicate, qu'il est parfois la source de désaccord. Car entre ce que veut dire la personne « OK » traduction : j'ai compris/d'accord. On le lit souvent en rajoutant l'écho « je m'en fous » produit par notre propre interprétation. Comme si ce mot seul était trop court pour exprimer de la sincérité, de l'intérêt.

Pourquoi ne pas vouloir croire que simplicité = sincérité ? Combien de fois en lisant ces mots j'ai pu transcrire mes peurs et mon angoisse à lire cette brève réponse : « ah ça doit le faire chier », « ouais sûrement que je ne l'intéresse pas », « je compte pas ».

Pour moi, pendant longtemps recevoir un « ok » à une question ou une affirmation était vécu comme un refus de moi. Cette sensation que ma valeur était comptée en lettres et qu'elle ne dépassait pas deux.

Alors que pour beaucoup d'autres avarés de mots, ils sont précieux et qu'en chacun un sens ou la redondance gâcherait tout

avec du superflus.

Après tout si l'on est d'accord pourquoi ne pas aller à l'essentiel ? Est-il vraiment important de faire une longue phrase pour redire la même chose pour montrer la validation ? Pour des personnes volubiles comme moi pour qui cela ne dérange pas de « monter en haut » et de « descendre en bas », ma réponse instinctive serait non. Un seul mot ne suffit pas à se comprendre. Plus on en met à la suite, plus forcément ce que l'on dit prendra du sens ?

Je ne suis pas une Marie Kondo des mots, pour moi ce beau désordre est souvent utile, précieux voire indispensable. J'ai l'impression que le minimalisme des mots est une tendance qui ne prendra pas chez moi. Pourtant j'en vois bien l'utilité, cette épuration verbale semble bien pratique et moins encombrante que mes phrases trop longues.

Qui sait, peut-être qu'ainsi on pourrait mieux se comprendre. Que je fais fausse route à persister dans l'ajout. Mais c'est plus fort que moi cette peur d'être incomprise me rend maître en l'art de la répétition et des synonymes.

Seulement voilà, on parle tous la même langue mais pourtant on dirait que la vie a fait que nous avons chacun notre propre dictionnaire et notre propre définition de chaque mot. Comme si le Larousse ne c'était pas mis d'accord sur les termes et que nous possédions tous notre édition collector.

Je l'ai appris avec l'expérience et de nombreux dialogues de sourds, que la logique n'est pas universelle et visiblement le langage non plus. Si je demande à mon partenaire de faire une liste de choses et qu'il me dit « ok », simplement, pourquoi j'ai l'impression de lire : « d'accord mais ça m'arrange pas » ? Alors que pour lui ça pourrait dire : « d'accord je m'en occupe ».

L'une de ces affirmations montre l'agacement tandis que l'autre marque la présence et la prise de responsabilité. Or je lis cette phrase avec mon dictionnaire, mon traducteur réglé sur émotion négative option verre à moitié vide. Et voilà que je ne parle plus la même langue et que j'interprète mal l'intention.

Donc oui pour moi, plus je mets de mots, moins il devrait y avoir d'incompréhension.

Mais voilà que ça ne marche pas non plus. En effet, ma saturation linguistique en mode avalanche de mots alignés annoncent le mal de tête. Une envie de prendre un Doliprane à la lecture d'un de mes fameux pavés à la ponctuation absente.

Oui on peut se laisser engloutir face à autant de mots et se raccrocher à certains oubliant leurs sens de l'ensemble. Et voilà comment on se retrouve à lire de travers plutôt qu'entre les lignes.

La communication semble être la clé de toute relation, mais ces deux lettres me démontrent à chaque fois à quel point l'exercice est périlleux et compliqué. Car même si à force on finit par comprendre le dictionnaire de l'autre cela demande plus de travail que l'on espèrera.

Alors je vais un peu défendre ma team de bavards et vous dire quelque chose : oui les mots comptent mais cela ne veut pas dire qu'il faut en être avare et tous les garder que pour soi. Alors n'hésitez pas à monter en haut et à nous rassurer en disant : « OK, j'ai compris. ». Et nous, d'apprendre la parcimonie et remplir notre verre. Pour qu'un simple ok ne devienne pas rien.



CHAPITRE 9

C'est rien

Si on affirme cela est-ce vraiment le cas ? Est-ce que ce n'est pas plutôt la capitulation silencieuse d'une personne qui voulait être vue malgré tout ? Je pense que quand on sort cette phrase dans la plupart du temps ce qu'elle pourrait dire c'est : « ça comptait pour moi mais je choisis de mettre mon besoin de côté ».

Bref, une façon de minimiser ses besoins stratégiquement, comme un joueur d'échecs qui sacrifie son fou pour protéger sa dame. « C'est rien », c'est presque un aveu silencieux, un retrait sur ses positions pour le bien du compromis ou par lassitude de vouloir gagner la partie.

Si maintenant c'est rien c'est qu'il a forcément été quelque chose, un point de départ, une opinion que l'on a reléguée dans la catégorie objet perdu, non essentiel. Comme si notre envie de sushi devait se transformer en léchage de babines, face à la pizza fraîchement livrée, produit du consensus.

Pourtant si l'on avait pris la peine de formuler cette demande, cette envie, d'utiliser des mots pour la notifier à voix haute ; pourquoi la ravalier ensuite comme si elle n'avait pas d'importance ? La réalité est souvent volontairement banale : la

peur de vexer. Alors on avale notre part de pizza au thon alors que l'on pense toujours aux sashimi de saumon.

Par cela, on fragilise et diminue notre petit moi intérieur. On peut le rogner tellement, le pousser à son paroxysme pour vouloir rassurer l'autre. T'inquiète c'est pas grave ça fait longtemps que j'ai pas mangé italien. Mais c'est surtout pour nous rassurer nous, que la relation est intacte. Le conflit avorté dans la farine. Ce sacrifice gustatif a apporté la paix de l'esprit a défauts de nos papilles.

Cela, en plus de notre angoisse de froisser, peut venir d'un conformisme sociétal qui pousse à toujours vouloir trouver un compromis pour la survie d'un collectif. Je dis ça non sans cynisme, car quelle serait une communauté où chacun n'en ferait qu'à sa tête et dans son propre intérêt ? Dix livreurs pour une soirée, pour que chacun mange ce qu'il a vraiment envie de manger. Bonjour le bazar.

Donc oui il est souvent nécessaire de downsizer nos envies, de les renier pour que la cohésion se fasse. Mais cela ne doit pas être systémique, unilatérale et surtout non appréciée par celui qui en bénéficie. Merci de me proposer de choisir la commande la prochaine fois !

En effet, ça n'est pas rien d'abandonner ce qui a été pour quelqu'un. Ce murmure doit être reçu avec délicatesse et bienveillance par la personne qui vous l'offre. Car parfois le compromis va au-delà du riz vinaigré il se fait aussi dans nos choix de vie. Cette mutation que l'on a refusé pour le bien être de la famille, ces grasses matinées non réalisés pour être la à un tournoi, ce spa que l'on ne fera pas pour privilégier une sortie à deux. Oui le bonheur commun est pavé de petits sacrifices, qui n'ont pas été rien pour les personnes qui s'abandonnent pour les joies de la communauté.

Attention ici pas de culpabilisation, ces petits renoncements silencieux sont offerts en toute bienveillance et restent quand ils sont proportionnés un indispensable des dynamique relationnelle. Il ne faut donc pas croire cette adaptation est forcément synonyme d'effacement définitif.

Comme tout il faut trouver le bon équilibre et surtout ouvrir les yeux pour prendre conscience que ces facilités ne sont pas gratuites et ainsi trouver notre Umami.

Car tout ces petits riens n'en sont pas. Sinon, il n'y aurait pas de pourquoi.



CHAPITRE 10

Pourquoi ?

Question existentielle qui parasite toute mon existence. Si je ne me la pose pas au moins une fois par jour, c'est que je suis probablement morte. Car même endormie, cette interrogation me poursuit. On dirait une pathologie qui consiste à remettre en cause la moindre de mes décisions, celles des autres et l'existence même de ce qui est. On pourrait la baptiser « pourquoiimie ».

Dans cette affection, tout est questionné, étudié, analysé. Pourquoi ? Je ne le sais pas. Et si j'avais la réponse, ça ferait déjà un pourquoi de moins.

Les symptômes seraient-ils l'incapacité d'accepter l'ordre des choses, l'obsession de tout optimiser ? Se persuader de pouvoir toujours faire mieux. Cette maladie est-elle incurable ? J'espère, pour moi et les autres, qu'un remède existe. Car, même si l'esprit critique est recommandé, son abus est dangereux pour la santé !

Se dire pourquoi, c'est comme un hamster lancé dans sa roue à plein régime : presque impossible à arrêter. Une interrogation en enchaîne une autre, si bien que l'on ne se rappelle plus de la première. Je ne me plains pas, je vous explique.

La principale conséquence de cette constante remise en question, autre que la fatigue, c'est de refuser toute logique extérieure qui ne s'alignerait pas sur la nôtre. Comme si on nous demandait de faire rentrer des cubes dans des ronds. Ou plutôt comme si nous étions une pièce de puzzle sans encoche, pas faite pour s'emboîter.

Jamais en phase avec les autres.

Je ne pense pas être anticonformiste, en tout cas pas par revendication, mais je suis forcée de constater que, pour moi, pas grand-chose ne me semble logique. Pourquoi devoir tourner sa langue dans sa bouche si nos interactions doivent être sincères ? Pourquoi regarder une personne dans les yeux est-il un signe de respect si cela nous met mal à l'aise ? La liste est longue et différente pour chacun.

Mais certains, bien adaptés, ne se posent plus la question et intègrent des paramètres contradictoires avec une facilité qui me rend jalouse. Ça semble si simple, la vie, quand on ne se demande pas pourquoi et que l'on agit simplement en fonction des codes sociaux.

Pourtant, ce « pourquoi », maintenant, je refuse de le retirer de mon vocabulaire, ou du moins, je constate ne plus en être capable. Pourquoi devrais-je me forcer à faire comme les autres ? Pourquoi, pour intégrer un groupe, doit-on faire et penser pareil plutôt que d'être soi ?

Alors, cela devient comme une colère sourde, une injustice, face à un monde dont je ne comprendrais plus les rouages. L'horloge du monde est-elle mal réglée ou est-ce juste nous, déboussolés, qui ne savons plus lire l'heure ?

Ce décalage horaire, on le ressent partout où les codes font la loi : travail, école, interactions sociales, bienséance et autres...

Cette inadéquation des constants curieux à un environnement fixe et rigide est là où le contraste est fort, car inévitable, comme le dirait Mr Smith.

Mais ceux qui illustrent le mieux cette contradiction pour moi, ce sont les enfants. Leur curiosité incessante, faite de pourquoi — Pourquoi le ciel est bleu ? Pourquoi le soleil se couche ? Pourquoi tu fais ça ? — se heurte vite à l'agacement de l'adulte, qui finit par remplacer l'émerveillement quotidien par un « parce que » résigné.

Eux qui soulignent la curiosité des choses sont souvent vus comme manquant de sagacité sur ce qui les entoure. Car, avec la sagesse de l'âge, on ne cherche plus vraiment à comprendre ou à expliquer ce qui nous entoure. C'est comme ça, point final.

Ces adultes décrètent que le « pourquoi » n'est plus une question pour ce monde des grandes personnes, où tout et rien est plus important et le temps précieux. Pourquoi perdre son énergie en interrogations futiles dans la grande course de la vie ?

Alors je ne suis peut-être pas une rebelle anti conformiste, mais juste une enfant cynique qui aurait refusé de grandir.

Quand j'écris ces lignes, je ne peux m'empêcher de comprendre le sous-texte du Petit Prince. Les enfants ont une sagesse que nous, adultes, oublions parfois dans le quotidien. À quoi peut-il servir de compter et posséder des étoiles ? En quoi le fait d'être roi avec une couronne nous permettrait-il de commander aux autres ? C'est un enfant blond qui demande pourquoi, qui nous fait comprendre cette réponse que nous avons oubliée : non.

Les adultes n'ont plus le regard attendri pour ceux qui leur renvoient les pourquoi de leur existence en face. Voilà pourquoi ils les évitent et les méprisent. Un peu comme si, lancées dans

leur course folle de la vie, nos questions étaient des obstacles qui les forceraient à couper leur rythme.

Car se poser des questions, c'est s'arrêter pour réfléchir aux réponses et parfois regarder derrière avec déception. Questionner leur but, leur destination, leurs certitudes prétracées. Il y a de quoi paniquer. Imaginons que l'on se soit trompé. Faudrait-il tout recommencer, tout changer ? Comment ? Et des questions sautent de question en question tels des moutons.

Alors la meilleure solution et la plus rationnelle, ne serait-elle pas de les éviter ? Alors, c'est parti, on relance le chrono et on accélère la foulée pour continuer d'avancer. En se concentrant sur son souffle pour ne plus entendre le bruit autour qui pourrait nous distraire.

Est-ce la bonne solution ? Je ne sais pas. Une chose est sûre : les pensées sont moins bruyantes quand on se focalise sur l'action d'aller tout droit. Je respecte les gens capables de ça, de cette abnégation et de cette certitude. C'est presque de la foi à ce stade : croire que le chemin devant soi peut être avalé sans regarder ses pieds ou sa route, sans une question.

Moi aussi, j'aimerais ne plus me poser ces questions, rentrer dans le moule et tracer ma route, droite, sans douter ou me retourner... parfois. Puis j'ai compris en voyage que même avec de la volonté, je ne serais probablement pas une fan de course à pied. Je pense que je préfère rester moi et m'arrêter pour réfléchir, et peut-être perdre mon temps. Après tout, le running, ça n'a jamais été mon truc. Il faut aussi savoir respecter son rythme, même s'il est différent de celui des autres.

C'est en me promenant dans les rues de Barcelone que m'est venue l'inspiration de cette philosophie. En contemplant ces

immeubles, avec une architecture toujours plus audacieuse et originale, loin du copié-collé haussmannien.

Je me suis rendue compte d'une chose. Il n'est peut-être pas mauvais d'être différent, de prendre son temps et de questionner l'ordre établi, à être des incompris or du moule.

Qui sait ? Peut-être qu'à force de vous demander pourquoi et d'élargir votre moule, vous finirez par construire votre Sagrada, à votre image. Sans grandir pour s'opposer à la norme, mais pour devenir quelqu'un : vous.



CHAPITRE 11

Voilà

Voilà, voilà qui je suis. Une personne qui se demande toujours pourquoi et si les choses pourraient être différentes mais pourtant tellement banale dans ses choix.

J'ai eu ce constat en voyant un homme dans le métro : allure punk avec sa ceinture ornée de balles de gros calibre à la place de boutons et ses santiags noires. Sa veste en cuir ultra-custom et autres pièces originales choisies avec soin. Et à ses pieds, son cabas de supermarché contenant une veste de sécurité ou de bâtiment.

Quel paradoxe d'afficher un style affirmé à l'opposé des normes sociétales avec un uniforme du 9 h/18 h à ses pieds. Pourtant, loin de le trouver ridicule, j'envie cette originalité de style affirmé en toute décomplexité. Celle que l'on regarde avec un regard d'abord étonné et ensuite fasciné. L'audace qui déborde du banal, l'extravagance en bottes. Pourtant, contrainte de porter un uniforme orange fluo, non pour se travestir, mais pour se camoufler.

Je vois l

L'excentricité comme une ode à la liberté. Un manifeste du droit de se vêtir comme on le souhaite, même si c'est pour

arborer des cartouches à sa taille en guise de ceinture. Voilà qui il est : ces vêtements parlent pour lui.

Voilà un constat ironique : devoir se camoufler pour s'intégrer et se transformer pour s'exprimer. Et à force de mettre le même treillis, on finit par voir la vie en camaïeu de gris. Nos voitures sont identiques, notre garde-robe, le carrelage aspect béton ciré : c'est cinquante nuances de gris dans nos vies, mais sans le contenu osé. La standardisation poussée jusqu'à nos propres choix de pantalon.

Je ne jette pas la pierre, je vous l'ai dit : je suis de ceux qui envient ceux qui osent. N'ayant jamais poussé, même à l'adolescence, l'exubérance du style emo au-delà du trait de crayon noir standard sur les yeux et d'un placard de vêtements plutôt sombres. C'est pour ça que la femme en robe rouge fascine, ou la belle Porsche : elle se distingue de la banalité.

Mais bon, à bien y réfléchir, et je suis sûre que d'autres se reconnaîtront dans les prochaines lignes, plus que le manque d'audace, c'est ma flemme qui m'empêche toute excentricité, bien plus que la gêne. Car, dans mon souvenir, aucun détail n'était laissé au hasard sur cet homme : vernis noir, bijoux soigneusement choisis, veste entièrement customisée dans les moindres boutons.

Oui, se rendre exceptionnel demande du temps, et moi, je peine à sortir avec des vêtements adaptés à la météo. Comme je vous le disais, banalement flemmarde, je sors en veste légère alors qu'il va bientôt pleuvoir des cordes et que, de toute façon, je suis déjà en retard pour me changer. Et je me retrouve trempée devant mes collègues à dire « ben voilà », simplement, me passant d'explications.

Avec « voilà », les mots deviennent superflus et laissent à l'interlocuteur le soin de constater ce qui semble évident. Alors

voilà qui nous sommes : des personnes qui cherchent simplement leur place ici, soit en se fondant dans le décor, soit en étant le décor elles-mêmes.

Et j'espère que nous n'attendrons plus trop pour affirmer qui nous sommes vraiment.



CHAPITRE 12

Attends

Parfois ordre ou conseil, cette injonction nous invite à quelque chose de fort peu facile : la patience. Pourtant, dernièrement, je me demande si, à force d'attendre le bon moment, on finit par le manquer ?

Prenez un exemple plus anodin : je suis la reine de la procrastination ! Surtout pour l'administratif... J'aurais beau être à découvert, il y a de fortes chances que je préfère payer des agios plutôt que de remplir mes feuilles de soins qui traînent depuis trois mois sur l'étagère.

J'imagine déjà l'horreur sur le visage de ma grand-mère en lisant ces mots. Mais oui, ma flemme me coûte cher. Et le cercle vicieux, c'est que plus j'attends, moins j'ai envie de le faire. Un cycle où le papier devient aussi redouté que la bande de cire bien collée que l'on hésite à arracher.

Pourtant, je ne vais pas en mourir, mais rien que de penser à rechercher mon numéro de sécurité sociale, à aller chercher un timbre à la poste qui est déjà fermée quand je me motive et à acheter une enveloppe au supermarché alors que je n'ai rien d'autre à acheter...

Après avoir énuméré tout cela, la paralysie est là. À attendre que tout soit réuni, d'un coup ou optimisé, plutôt que de faire petit à petit, je me retrouve avec mon solde négatif à attendre ma prochaine paie et mes papiers à remplir toujours sur l'étagère.

La conséquence va parfois plus loin que le simple retard de paiement. Dans la vie, chacun se fixe des objectifs à atteindre, avec souvent un ordre précis ou une liste de critères à cocher avant de passer au suivant. Travail, épargne, couple, mariage, chien, bébé, pavillon...

Et si ces critères ne sont pas remplis ? On attend. On patiente que les éléments s'alignent pour valider les étapes une à une. Comme dans un jeu vidéo à plusieurs niveaux.

Sauf que voilà, notre société est complexe et parfois c'est dans les premiers niveaux que l'on bloque bien avant le boss final. Avoir tant d'épargne pour acheter l'appartement. Avoir créé un foyer stable avant de choisir de l'agrandir. Trouver un petit jardin pour le pipi du chien. Bref attendre le fameux « bon moment ».

Ce délai prend parfois des années et nous laisse avec un sentiment creux : celui de n'avoir rien accompli. Le fameux cap de la trentaine que nous connaissons. Si nous comparons avec nos parents, mariés, avec un pavillon et deux enfants déjà en primaire, notre T2 en location avec notre chien semble parfois, à nos yeux ou à ceux de la société, insatisfaisant.

Parfois même, des opportunités d'une vie qui se ratent, merci l'horloge biologique. Et oui, le temps de construire un couple solide, d'avoir le travail et l'épargne nécessaires, entre autres, pour accueillir un mini-nous, voilà que nos ovaires ont passé leur date de péremption.

Attention, je ne dis pas qu'il faut faire un enfant à la va-vite. Ils sont notre responsabilité et nous devons leur donner le meilleur. Mais ce meilleur doit-il être parfait et comme on l'imagine ?

Rendre un enfant heureux, c'est avant tout lui donner de l'amour et de l'attention. Partager sa chambre, aller à la garderie, n'avoir qu'un seul parent ou ne pas avoir de baskets à 120 € à 12 ans serait-il un traumatisme qui justifierait de nous empêcher de naître ? Pour moi, la réponse à cette question est non, tant qu'il y a de l'amour. Alors pourquoi continuons-nous d'attendre si notre envie profonde est déjà là ?

La réalité, difficile à admettre, c'est que pour ceux qui restent bloqués, parfois cela va au-delà de la procrastination. C'est la peur. Peur d'échouer. Peur de ne pas être un bon parent. Peur de ne pas être à la hauteur. Peur de ne pas aimer correctement. Plus on attend, plus la liste s'allonge. Et plus l'envie devient timide et les années passent.

Nous avons cette pression constante d'avancer. Pourtant, il nous faut toujours attendre... d'être prêt. D'où mon affirmation précédente : à trop patienter, on finit parfois par ne pas avancer.

Je vois cela comme quelqu'un qui veut se baigner dans un lac. On a vraiment envie. Mais l'eau est froide. Alors on trempe un pied. Puis l'autre. Puis on se dit : « Attends, j'y vais doucement pour m'habituer. » Sauf qu'après vingt minutes à faire des allers-retours au bord de l'eau, où seuls les genoux sont mouillés, parfois on rentre se sécher. Non parce que l'eau était trop froide. Mais parce que l'attente a fini par tuer l'envie.

Alors qu'il suffit de regarder les enfants. Eux se lancent tout sourire. Et flottent déjà quand nous sommes encore en train d'évaluer la température.

Je n'ai pas de leçon à donner. Il y a des domaines où je saute sans réfléchir. Et d'autres où je reste bloquée au bord. Il faut rester responsable, surtout quand cela concerne les autres, et ne pas agir par inconscience.

Seulement, la peur d'échouer ne doit pas vous arrêter systématiquement. Si je l'avais écoutée, j'aurais pu ne pas écrire ce livre. Car si je m'étais écoutée :

« Attends, il faut prendre des cours. »

« Attends, il faut peaufiner le concept. » « Attends, il faut étudier toutes les possibilités. » Alors je n'aurais probablement jamais commencé.

Comme beaucoup de projets, ce livre est né d'une impulsion. De quelques carnets. De beaucoup d'introspection. Et d'un premier pas imparfait.

Monsieur et Madame Parfait devraient revoir leur copie. Rien n'est parfait dans la vie. Et si ça l'était, elle serait sans doute bien fade et prévisible.

Alors essayons ensemble, pas à pas, projet après projet, de nous encourager à avancer comme nous le ferions pour les autres. Sans itinéraire magique. Sans timing idéal. Juste en évoluant au rythme de nos envies.



CHAPITRE 13

Et si

La question que l'on se pose sans cesse quand on veut refaire le monde, s'imaginer avec les numéros gagnants ou même revivre la journée d'hier différemment. Cette question qui nous fait croire au changement à portée de main, comme si une DeLorean nous attendait garée au coin de la rue.

La vérité est pourtant sans appel : ce qui n'est plus aujourd'hui ne peut-être modifié.

Et quand bien même nous en aurions l'envie, la volonté, encore faudrait-il en avoir la possibilité. Allez dire à ceux frappés par la destinée, la maladie ou un chagrin d'amour qu'il n'y aurait qu'à appuyer sur un bouton pour changer l'itinéraire.

Pour moi, ces mots « et si », c'est comme ce bouton qui n'existe pas, un moyen de changer la destination de ce train déjà en marche qui n'a pas réalisé le trajet que l'on aurait souhaité. Un levier magique qui pourrait faire que les rails du destin prennent un nouveau tournant.

Et si je lui avais dit ça ? Et si j'avais fait ces études, où serais-je aujourd'hui ? Et si je n'avais pas fait ce choix à ce moment-là, aurais-je pu éviter cette peine ?

Oui, un moment après l'attente et les pourquoi, on finit par se demander « et si ? ». Comme si on pouvait déterminer l'importance de notre responsabilité dans ces échecs, déterminer s'il n'y avait pas d'autres solutions, celles qui auraient donné un meilleur résultat. Ou juste simplement échanger la réalité pour une autre, celle idéalisée.

La vérité, triste constat, c'est que la machine à voyager dans le temps n'existe pas. Et à vrai dire, malgré tous mes regrets, cela ne me dérange pas vraiment. Car voyez-vous, avec le recul et les bons conseils, j'ai compris une chose : les portes qui se ferment sont closes pour une bonne raison. Là n'est pas notre destin, pas notre chemin, et il ne sert à rien de le forcer et d'enfoncer ces portes à coups de bélier.

Je vais vous raconter une anecdote que je vais essayer de faire courte. Il y a peu, j'ai réalisé mon rêve : aller en Nouvelle-Zélande, terre rêvée depuis mes 15 ans et la découverte d'une saga de nains et d'elfes. Me voilà donc arrivée avec mon itinéraire digne de la maniaque du contrôle que je suis, étapes programmées à la demi-journée près.

Pourtant, voilà : la panne de voiture à Arthur's Pass m'oblige à revenir sur mes pas, à changer de voiture, et tous les ferries accidentés ainsi qu'une mauvaise météo ont empêché les départs pendant dix jours.

Et voilà mon planning, ma route, ma destination, l'île du Nord et ces nombreux petits paradis qui semblent s'éloigner. Bilan : obligée de rester au sud et de « traîner » pour tuer le temps.

Pourtant, c'est là où j'ai vécu ma deuxième meilleure expérience de ce voyage : nager en mer avec les dauphins sauvages de Kaikōura qui tournaient autour de moi. Et, aussi magique que c'était, ça ne surpasse pas les larmes versées en

franchissant la porte de Bilbon, accomplissant une promesse à la moi de mes 15 ans.

Mais, à partir de ce moment, j'ai compris que quand le courant de la vie se force dans le sens contraire à celui où tu veux aller, ce n'est pas forcément une mauvaise chose. Se forcer à nager contre le courant, en plus de t'épuiser, peut aussi t'empêcher de découvrir où il veut t'emmener.

C'est ainsi : on m'a toujours dit qu'avec des si, on pourrait refaire le monde. Et c'est vrai, car rien qu'un voyage a mille possibilités en fonction de chacun de ces si.

Mais c'est cette abondance de possibilités qui nous pèse sur notre vie comme si tout était modifiable, interchangeable. Et si j'avais une nouvelle voiture comme le voisin. Et si je partais dans cet hôtel de luxe que j'ai vu de cette influenceuse ? Et si je perdais du poids pour être plus comme les autres.

Oui notre corps, notre vie, notre avenir devient alors un texte à trous que l'on tente de combler le plus possible, oubliant qu'il se suffit à lui-même.

Oui, « et si », c'est comme une amnésie de ce que l'on a déjà pour se focaliser sur ce que l'on n'a pas. J'ai déjà eu cette réflexion avec une personne qui envoyait mes voyages, tout en m'annonçant fièrement avoir investi dans une clôture top luxe à cinq chiffres.

Je souriais quand elle me demandait où je trouvais l'argent. Dans ma tête, je me disais : je vis en appartement, donc je n'ai pas besoin de clôturer le balcon. Une personne qui avait mon travail, où ma journée finissait à 17 h tapantes, n'aurait pas échangé sa paie de cadre contre la mienne.

La vérité de ces « et si » et de la société du « you can do it », c'est qu'elle nous fait croire que tout est possible, tout est obtainable. Or, souvent, nous sommes limités par nos moyens, nos choix et même les 24 h d'une journée.

Alors, on se retrouve à envier les autres en oubliant que ce que nous avons déjà suscité l'intérêt d'autres personnes.

Ce sont les choses matérielles, mais pas que. Vous savez que j'aime bien pousser les réflexions plus loin. Oui, n'avez-vous pas cette tante qui vous dit : « Alors, quand est-ce que tu achètes ? Ton cousin, lui, il a déjà une maison depuis deux ans. » La grand-mère qui vous demande pourquoi vous ne ramenez personne au dîner de famille, à votre trentaine avancée. Ou même vous-même, qui enviez l'avancement ou les privilèges de vos collègues.

Oui, le monde est pavé de petits sacrifices, mais joints à l'envie. Celle de réussir, celle de faire et d'avoir mieux que les autres. Le problème de faire une route avec ce type de matériau n'est pas la stabilité, mais la quête sans fin dans laquelle vous vous embarquez. Celle de ceux qui courent vers l'avant sans prendre le temps de regarder le beau paysage qu'ils ont devant eux.

Comme en voyage, il faut savoir se poser et juste profiter de ce café en regardant les vignes plutôt que de rester à planifier la prochaine destination à cocher.

Ce que je pense c'est qu'à force de regarder notre voisin et son gazon parfaitement tondu on en oublie de profiter de la chaleur du foyer que l'on a construit.

Je ne fais pas exception : il y a des choses que j'aimerais bien changer dans ma vie. Mais si je devais sacrifier un des bienfaits que j'ai actuellement pour obtenir ce que je n'ai pas, je ne suis pas sûre que je ferais cet échange.

Et vous, du coup, vous choisiriez quoi ?



CHAPITRE 14

Du coup

Bon, du coup, du coup, du coup, comment conduire nos échanges ?

Oui, pour ceux qui ne connaissent pas ce tic de langage, proche des TOC de Sheldon Cooper, il montre que je me concentre, car si je résume bien ce que nous avons énoncé, il faudrait que nous restions fidèles à nous-mêmes. Je sais, en sachant que c'est OK de mentir, que ce n'est pas toujours simple de dire merci ou pardon, qu'il faut être soi-même, mais continuer à se poser des questions.

Bref, on pourrait dire que je dis tout et son contraire et que plus rien n'a de sens, même les mots que l'on prononce. À quoi bon chercher à se comprendre si chacun a son dictionnaire ? En même temps, si on n'attend pas et qu'on ne prend pas le temps de réfléchir, on va droit dans le mur ?

Oui, mes petits Alphonses, on en est à son combienième Doliprane ? Pas trop de relecture pour le moment ? Toutes ces contradictions, on croirait les injonctions faites aux femmes, à qui on demande de diriger en étant fermes et douces, autoritaires mais pas hystériques. Et aux hommes d'être virils mais sensibles, sans être machos ou trop gentils. Oui, plein de bonnes consignes,

mais qui se contredisent entre elles au point d'en faire entrechoquer nos neurones.

Mais en même temps, c'est normal, et c'est là où je veux vous amener sur ces dernières lignes. Ce livre n'est pas une recette toute prête à vous donner. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses ; si on devait résumer nos vies, ce sont des rencontres, des parcours divers qui font ce que nous sommes.

La complexité qui fait de nous cette personne, moi y compris, ne mérite pas une réponse banale et universelle. Nous n'avons pas le bon mode d'emploi pour mettre un pied devant l'autre. On a tous des pieds différents et on attend une règle ou un code de conduite fait par d'autres pour avancer dans nos vies.

Ce que j'ai voulu faire en écrivant ce livre, c'est moi aussi essayer de mieux marcher. C'est montrer que l'on doit avant tout observer et essayer de nous comprendre, nous et les autres.

Ne pas comparer nos propres expériences à celles des autres sans avoir pris le temps de les comprendre et de les reproduire simplement. Car au final, c'est comme si l'on commandait un costume « sur mesure » en prenant des pièces de nombreux modèles. À la fin, ça n'a rien d'harmonieux, ni joli, ni confortable.

C'est le problème de notre société : on veut tout comme le dernier modèle à la mode, même en matière de pensée. Et on se retrouve avec une marinière pour faire comme tout le monde alors que cela nous grossit. C'est pareil pour le développement personnel : un conseil qui a marché pour moi ou une connaissance n'est peut-être pas forcément taillé pour vous. Mais vous pouvez prendre le temps de vous en inspirer pour créer votre propre patron.

Bref, laissons les chiffons pour revenir à nos mots, les belles paroles. Par exemple, un courant banal et à la mode : le positivisme. Un peu ne fait jamais de mal, c'est sûr, mais pour

quelqu'un de défaitiste comme moi, cela augmente ma charge mentale à fond et augmente aussi la culpabilité quand je n'y arrive pas.

Donc ce que je veux pour vous, lecteur, c'est que vous alliez au-delà.

Que, comme un enfant, vous regardiez le monde et vous-même avec émerveillement.

Comme un adolescent rebelle, vous vous questionniez pour savoir si nos certitudes sont les nôtres ou celles que l'on nous impose.

Et enfin, comme les adultes que nous sommes, je veux que vous deveniez les meilleures versions de vous-même et que vous ayez la même bienveillance et la même patience que celles que l'on donne aux autres.

Que vous compreniez que chacun a une histoire unique, que ses réactions sont liées à son parcours de vie. Et ainsi, que vous modeliez votre « vision », vos valeurs, vos attentes, non pas sur celles des autres, tous différents, mais sur celle qui vous épanouira. Vous comparer avec celui que vous étiez avant, pas avec la version idéalisée de l'autre. Ce Lego impossible à construire qui aurait déjà tout ce qui vous plaît chez vous et ce que vous enviez aux autres.

Comprendre que vous êtes unique sans pour autant être mieux que les autres ni être sûr de déjà tout savoir. Continuer de marcher en regardant où vous mettez les pieds afin d'arriver à la vie que vous voulez vous créer.

Oh putain, j'espère que ça va ? Je m'inquiète un peu, pardonnez-moi, cela fait beaucoup. J'ai même parlé de ma maman, c'est parti loin. Je vous remercie vraiment d'avoir lu jusque-là. Et j'espère que tout est OK de votre côté. Bon, c'est rien, je pense que vous vous poserez beaucoup de pourquoi dans

les jours qui viennent. Voilà, nos échanges se terminent ; je ne vais pas vous faire attendre plus longtemps. Et si jamais cela vous a semblé trop court, ben du coup, c'est qu'on a passé un bon moment ensemble. Comme si les mots comptaient suffisamment pour comprendre qu'à chacun sa route, à chacun son destin.

Passe le message à ton prochain.

...