



RALENTIS SÈME RÈVÈLE

IDALIE

IDALIE

Ralenti.

Sème.

Révèle.

© IDALIE, 2020

ISBN numérique : 979-10-262-4679-4

Librinova”

Courriel : contact@librinova.com

Internet : www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

1

Malgré les hurlements de son réveil, Louise peinait à ouvrir les yeux. Le volume sonore devenu intolérable, elle dégagea le bras de sa couette pour éteindre cette maudite machine. S'ensuivit une explosion de silence à l'intérieur de l'appartement, qu'elle savoura, encore un instant, avant de s'extirper du lit.

Comme une automate, elle s'avança dans la cuisine où chacun de ses gestes était devenu mécanique. Elle alluma la bouilloire, sortit le beurre du réfrigérateur, saisit un couteau, coupa et beurra un morceau de pain. Elle allait mordre dedans lorsqu'elle jeta un rapide coup d'œil à l'heure affichée sur le four. Il était 8 heures.

8 heures ! Je vais être en retard à ma première réunion, trembla-t-elle, provoquant l'atterrissage du mauvais côté de sa tartine sur le sol de la cuisine. Oh non... Elle pressentait que cette journée allait lui réserver le même sort que celui de sa tartine beurrée.

Elle se rua dans la salle de bains qu'elle inonda par sa maladresse. Elle s'habilla à la hâte, puis dévala les escaliers. C'est alors qu'elle aperçut une vieille femme devant les boîtes aux lettres du hall d'entrée.

Debout et droite malgré son âge avancé, elle semblait attendre quelque chose ou plutôt quelqu'un. Elle portait une robe bleu foncé sur laquelle scintillait un joli pendentif, au bout d'une longue chaîne en argent pendue autour de son cou. Ses cheveux blancs étaient coiffés en chignon.

- Bonjour, je peux vous aider ? proposa Louise.
- Bonjour, avec plaisir, répondit-elle d'une voix enjouée.

Son regard doux et confiant lui désigna la paire de malles déposées à ses pieds que Louise n'avait pas remarquées. Faute de pouvoir fournir un renseignement, ce pour quoi elle s'était portée volontaire, elle réalisa sa méprise.

- Vous allez à quel étage ? demanda-t-elle, subitement moins enthousiaste.
- Au troisième étage. Merci, mademoiselle.

Forcément, songea Louise, contrariée, ça devait être le dernier étage ! De toute façon, je suis déjà en retard, alors un peu plus ou un peu moins... Elle souleva la

première valise qu'elle bloqua sous son bras droit et empoigna la seconde, de sa main gauche, par une minuscule poignée en cuir.

Sous le poids du paquetage, elle manqua de perdre l'équilibre. Elle oscilla, mais parvint, par un quelconque prodige, à se maintenir debout tandis que la vieille dame l'avait déjà devancée dans la montée des marches.

Mais, qu'est-ce qu'il y a là-dedans ? s'énerva Louise moins à l'encontre de cette inconnue que d'elle-même. Encore une fois, elle n'avait pas su dire non, et elle se retrouvait à porter un fardeau qui n'était pas le sien.

Louise s'engagea, telle un sherpa, sur la pente tortueuse de l'escalier en colimaçon, tapant bruyamment du pied chaque marche de son ascension. La poignée en cuir ne tarda pas à lui scier les doigts ; quant à l'autre valise, elle avait beau la plaquer contre elle, celle-ci lui glissait entre les mains comme une anguille entre les rochers.

Essoufflée, le cœur battant, elle s'arrêta à mi-chemin pour reprendre haleine, hors d'état de continuer à monter ou descendre.

— Tout va bien ? l'interrogea la vieille dame qui s'était aisément hissée jusqu'au sommet du dernier étage.

— Oui... répondit Louise ne pouvant plus ignorer sa mauvaise condition physique.

— Vous êtes sûre ?

— Oui ! répéta-t-elle tout en examinant son coude écorché.

— Donnez-m'en une, exigea la vieille dame, alors qu'elle venait de réapparaître devant Louise.

— Mais, vous...

... vous ne pouvez pas, spécula Louise, immédiatement contredite par cette dernière. Sous ses yeux ébahis, la vieille dame la dépouilla de l'une de ses malles et remonta les marches d'un pas assuré, lent, presque aérien.

— Demander de l'aide n'est pas une preuve de faiblesse. Au contraire, je pense que c'est un acte de courage.

— C'est pas ça, mentit Louise. Mais vous êtes une personne âgée. Enfin, je veux dire... Je n'allais pas vous demander de porter quoi que ce soit.

— Même si c'est trop lourd pour vous ?

— ...

Louise ne sut quoi répondre. Être responsable de tout et de tout le monde, qui le lui rendait bien par ses incessantes sollicitations, lui était devenu rien moins que normal. Elle assumait de plus en plus de responsabilités, égales au poids énorme de ces malles, que ses frêles épaules supportaient de moins en moins.

— Vous habitez dans l'immeuble depuis longtemps ? éluda Louise.

— Je suis seulement de passage.

De passage... de passage, ironisa-t-elle tout en soupesant sa valise.

— J'aurais dû opter pour un bagage plus mince, expliqua-t-elle à Louise qui rougit aussitôt à la seule pensée que cette femme puisse être télépathe. Un voyage, c'est comme la vie. Il faut profiter de chaque instant et voyager léger, n'est-ce pas ?

— Quel est votre appartement ? s'empressa-t-elle de lui demander sans prêter attention à sa dernière phrase.

— Oh, je vais me débrouiller. Vous pouvez déposer ça là. Merci... ?

— Louise. Je m'appelle Louise. J'habite au premier étage.

— Enchantée Louise. Moi, c'est Tara, précisa-t-elle en lui tendant la main.

Louise redescendit les marches. La journée commençait, et, comme elle en avait l'habitude depuis plusieurs semaines, elle était exténuée.



PETIT PAS 1 : Quel est le poids de votre monde ?

2

— *Demander de l'aide n'est pas une preuve de faiblesse. Au contraire, je pense que c'est un acte de courage.*

Ce matin-là, Louise n'était pas parvenue à se lever. La nuit avait transformé son lit en une plage de sable à marée haute, sur laquelle son corps était échoué. Immobile, elle ne sentait que sa tête lourde, engourdie par le ressac de ses pensées : sois forte... Dépêche-toi... Je ne peux pas... Fais un effort... Je ne peux plus... Qu'est-ce qu'ils vont penser de moi ?

Le dos plaqué contre son matelas, Louise planta ses ongles dans la mousse, seule la raccrochant à la réalité. Les minutes s'écoulèrent, interminables. C'est alors au prix d'un effort colossal qu'elle souleva sa tête et roula sur le flanc gauche. Le regard perdu dans le vide, telle une naufragée, elle rêvait d'un autre ailleurs.

Ce cauchemar devait cesser. Elle rassembla ses dernières forces et, par une impulsion inouïe donnée à ses jambes, se hissa sur ses deux pieds. Enfin debout, elle tituba jusqu'au téléphone pour appeler son médecin. Elle s'entendit préciser qu'il s'agissait d'une urgence ; un rendez-vous fut fixé entre deux patients, deux heures plus tard.

Arrivée dans la salle d'attente, Louise jeta un regard circulaire autour d'elle. Assise sur les genoux de son père, une petite fille toussotait à intervalle régulier, comme une locomotive à vapeur. Là, c'est évident ! s'agita Louise. Yeux fiévreux, toux... mais moi ? Qu'est-ce que je vais lui raconter ? Docteur, je n'ai pas réussi à me lever ce matin... Un peu léger pour justifier une urgence !

— Louise ? l'apostropha le médecin.

— Oui, acquiesça-t-elle.

— Qu'est-ce qui vous amène ? lui demanda-t-il, une fois installés face à face dans son cabinet.

— Eh bien, je... je ne sais pas, répondit-elle, honteuse d'accaparer un médecin pour si peu. Je ne comprends pas ce qui m'arrive. Il y a quelque chose qui cloche, expliqua-t-elle, soudainement secouée de sanglots.

— Comment vous sentez-vous ?

— Je pense que... commença Louise avant d'être interrompue.

— Je ne vous demande pas ce que vous pensez. Je vous demande ce que vous ressentez.

— Eh bien, je... je me sens fatiguée.

— Êtes-vous fatiguée à certains moments ou toute la journée ?

— Dès le matin. Et je... j'ai mal partout, hoqueta Louise dont les larmes redoublèrent.

— Vos douleurs sont-elles localisées ?

— Je n'en sais rien.

— Bien. Déshabillez-vous et installez-vous sur la table d'auscultation.

— Votre tension est basse. Il faut vous reposer. Vous travaillez toujours autant ?

— J'ai beaucoup de choses à faire, se justifia Louise sans répondre à la question.

— Quelle est une journée type ? 8 heures – 19 heures ?

— Non, je commence plutôt entre 9 heures et 9 heures 30. J'ai du mal à me lever en ce moment.

— Et vous finissez vers quelle heure ?

— ...

— Louise ?

— Je ne sais pas... 22 heures ?

— Je vais vous arrêter, se prononça-t-il, provoquant une accélération subite, et inévitable, de son rythme cardiaque.

— M'arrêter ? c'est-à-dire ?

— Un mois pour commencer.

« Un mois pour commencer » résonnait comme une sentence, absolument inintelligible pour Louise. Commencer quoi ?

— Non, vraiment, je pense que ce n'est pas la peine, dit-elle en s'imaginant pouvoir faire appel de sa décision. C'est juste une fatigue passagère. Des dossiers m'attendent et Marc...

— Marc ?

— C'est mon manager, indiqua-t-elle. Et des vitamines ? Vous ne pouvez pas me prescrire des vitamines ?

— Louise, ce dont vous avez besoin, c'est de repos, confirma-t-il en lui tendant son arrêt de travail. J'aime à dire que celui qui ne prend pas le temps de se soigner devra prendre le temps d'être malade. Revenez me voir dans un mois.

Louise rechignait à s'emparer de la feuille de soins lorsque le motif qu'il avait renseigné lui gifla le visage : « Dépression secondaire à la suite d'une souffrance au travail ». Mise K.O. par le choix de ces mots dont les lettres tournoyaient devant ses yeux, encore et encore, elle resta assise plus de dix secondes avant de pouvoir retrouver la sortie du cabinet médical.

De retour chez elle, Louise abandonna la feuille sur un coin de table. Elle avait besoin de parler à quelqu'un et choisit d'appeler Marc. Sa ligne était occupée. Déçue, elle laissa un message sur le répondeur. Soudain seule face à elle-même, elle éprouva une terrible angoisse et se mit à pleurer sans parvenir à noyer sa détresse.

*

Les jours suivants, une avalanche de symptômes la rattrapèrent : fatigue, douleurs musculaires, troubles digestifs, insomnie, etc. Malgré eux et contre l'avis de son médecin, Louise voulait à tout prix s'occuper. Faire quelque chose, n'importe quoi, plutôt que cette mise en arrêt forcée.

Depuis toujours, elle avait cumulé les activités comme des bons points ; dix bons points égalaient une image sur papier glacé, reflet de l'ego. Fièvre, elle avait régulièrement amélioré son score aujourd'hui au plus bas.

Résolue à remonter son ego au classement, elle s'activa toute la matinée. Entre deux occupations, elle s'accorda un répit qu'elle jugeait bien mérité pour bouquiner. Captivée par un passage de son livre, elle voulut le relire à haute voix lorsque sa respiration vacilla, comme la flamme d'une bougie risquant de s'éteindre, parce qu'elle avait été soufflée par une bouffée de vantardise.

Louise paniqua. Qu'est-ce qui m'arrive ? s'alarma-t-elle. Ça ne peut pas s'arrêter là, pas comme ça... Elle respira le plus lentement possible pour retrouver son calme. Une fois apaisée, elle dut se rendre à l'évidence : elle n'était pas invincible.



PETIT PAS 2 : Une voix m'a dit...

3

Opressée dans son appartement, Louise chaussa ses baskets. Elle avait besoin de prendre l'air. Elle habitait le quartier depuis qu'elle avait commencé à travailler, sept ans plus tôt. Pourtant elle n'avait jamais mis les pieds, ne serait-ce qu'un orteil, dans l'un de ses jardins publics.

Un parc relativement grand se trouvait à quelques mètres de son domicile. Ce matin-là, elle décida d'en faire le tour d'un pas rapide jusqu'à ressentir un violent point de côté. La douleur s'atténua rapidement, mais restait sur ses traces, guettant toute réapparition de son empressement qu'elle assaillait pour lui intimer d'arrêter de courir comme une dératée.

Louise n'eut pas d'autre choix que de ralentir son allure. Boudeuse, elle foulait de ses pieds le gravier de l'allée principale lorsqu'elle remarqua un papillon bariolé, posé sur l'un des cailloux. Elle s'en approcha délicatement, mais il s'envola, l'incitant à lever la tête.

Soudain, elle se mit à observer les brins d'herbe, fragments d'un vert électrique, le massif de fleurs composé de coquelicots, aux pétales aussi flamboyants que chétifs, rassemblés au pied d'un arbre intrigant. Celui-ci n'était pas haut, peut-être mesurait-il sa taille. Néanmoins, ses branches, recouvertes de feuilles, s'étendaient sur des mètres et des mètres, barrant l'accès au promeneur.

Eh bien, en voilà un qui s'étale de tout son long ! s'amusa-t-elle avant de se rappeler la triste réalité. Elle avait pour seule compagnie celle de cet arbre tandis que d'autres allaient travailler. Aucun « actif » à perte de vue... soupira Louise, subitement maussade.

Elle rebroussait chemin lorsqu'elle entendit crier son prénom, une fois puis deux. Louise se retourna et repéra une vieille dame assise sur un banc, qui agitait la main. C'était la dame aux valises, Tara.

— Bonjour, répondit Louise avec un petit signe de la main pour s'éviter de la rejoindre.

— Bonjour Louise, venez. Venez vous asseoir à côté de moi, insista-t-elle, alors qu'elle tapotait une place imaginaire sur le banc.

— Bonjour, réitéra Louise, arrivée à sa hauteur.

— Ne restez pas debout. Asseyez-vous.