

A stylized illustration of a plant with large, vibrant orange and yellow flowers and dark green leaves. The background is a solid light blue. The text is overlaid on the central part of the image.

**RIEN NE
NOUS EST
DONNÉ
POUR NOUS
ÉCRASER**

LA TCHIPIE

La Tchipie

Rien ne nous est donné
pour nous écraser

© La Tchapie, 2018

ISBN numérique : 979-10-262-2209-5



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.

*À ma mère
À ceux qui m'aiment
À ceux qui me lisent régulièrement*

PROLOGUE

Ce livre est dédié aux suicidaires, aux dépressifs, à ceux qui se sentent happés par la folie, à ceux qui ont une boule au ventre le matin et de la haine trop plein le cœur. À ceux qui détestent leur famille, se sentent détruits par les secrets, les non-dits, et l'apocalypse sentimentale.

À celle et à celui qui savent qu'il existe autre chose que « ça ».

Je te souhaite d'arriver à mettre de la lumière dans les coins sombres de ton existence, de parvenir à redonner de la chance à l'amour dans ta vie, d'oser faire part de tes désirs sans te laisser être écrasé·e par la peur. Je te souhaite également d'être écouté·e, entendu·e et choyé·e dans ce qu'il y a de plus intime, beau et délicat en toi.

Puissent ces mots t'aider à éclairer ta peine pour mieux la transformer, te faire sourire à nouveau devant ton miroir, t'aider à penser à autre chose qu'à la douleur que tu as en te réveillant. Je te souhaite d'oser te réinventer comme toi seul·e en est capable. Puisses-tu laisser le merveilleux dans la banalité du quotidien, t'enlacer, t'embrasser, te chérir, te guérir.

Tout est possible dans tes mains, surtout le meilleur.

« Rien ne nous est donné pour nous écraser », phrase prononcée par Christiane Singer dans le cadre de l'émission Racines.

IL SE PASSERA TOUJOURS QUELQUE CHOSE APRÈS

Quand une porte se ferme, une fenêtre s'ouvre.

Souviens-toi,

Il se passera toujours quelque chose, « après ».

Même quand nous avons l'impression que notre âme est brûlée.

Même quand nous croyons avoir perdu ce quelque chose qui nous rendait lumineux.

Même quand nous croyons que la vie nous a punis.

Il se passera toujours quelque chose, « après ».

Toujours.

Donnons-nous le temps de laisser à nouveau la Vie faire son travail,

Donnons-nous le temps de laisser les nouvelles fleurs émerger de la terre que nous croyions ravagée. Détruite à jamais.

Donnons-nous le temps de les apprivoiser.

Donnons-nous le temps de les aimer, de ne pas regretter

Celles qui autrefois embellissaient notre chez-nous.

Il se passera toujours quelque chose, « après ».

Toujours.

LA DISPUTE

Un soir, je me suis disputée avec quelqu'un que j'aimais. À un moment, je lui ai posé la question fatidique : « Est-ce que tu m'aimes, oui ou non ? »

La réponse a sonné comme je m'y attendais : « Non ».

Suite à quoi, j'ai coupé court à la conversation.

Puis, je me suis endormie effondrée. Je n'avais pas besoin d'entendre un « je t'aime » mais d'être rassurée sur les liens qui nous unissaient.

Tout partait en fumé.

Une nuit de cauchemars s'est ensuivie.

Le lendemain matin, au réveil, m'attendait le message d'une amie me disant qu'elle pense à moi.

Et alors qu'elle ne me l'avait jamais dit, elle a terminé son très joli message par :

« Et surtout, n'oublie pas que je t'aime ».

Mon cœur s'est fendu en deux.

Quelques fois, nous courons derrière un amour qui ne nous nourrit plus.

Mais, une petite étoile quelque part veille, nous console, et nous incite à continuer à nous préparer au meilleur.

Si vous avez envie de dire « je t'aime » à quelqu'un aujourd'hui, allez-y.

POUVOIR PERSONNEL

Si jamais tu baisses les bras
La vie baissera également les bras pour toi
Il n'est pas toujours simple de vivre
Mais, il existe un petit quelque chose
Que l'on nomme
Pouvoir personnel
Qui te permet parfois
Alors que tu es à bout de souffle
Alors que tu es épuisé·e
Alors que tout semble chaotique
De prendre une décision salvatrice
Un rendez-vous qui changera tout
D'appeler telle ou telle personne
De ne pas décrocher le téléphone
Ou au contraire...

De porter plainte
Un petit quelque chose
Infiniment silencieux
Et infiniment précieux

Qui te permet
Du jour au lendemain
De changer de vie
De voie
De choix.

La balle est souvent dans ton camp
Pour vivre « autre chose »
Encore faudrait-il la saisir.

ABANDONNÉE

Quand on a été abandonnée par son père ou qu'on a le sentiment d'avoir été abandonnée par son père, on ne *devrait* pas avoir peur d'être abandonnée par un autre homme.

On *devrait* savoir, par cet abandon originel, par cet abandon de l'homme à qui nous sommes liées à vie, que certaines personnes sont plus fidèles à elles-mêmes, à leurs qualités et à leurs infirmités, qu'elles ne le sont à l'amour qu'elles devraient porter à ceux qui les aiment sans condition. Leurs enfants. On *devrait* savoir, par cet abandon originel, que nous ne devons fidélité ultime qu'à nous-même, que le sacrifice de soi ne peut et ne doit en aucun cas être la réponse pour faire survivre un couple, une famille, un amour, l'espoir d'être réellement aimée. On *devrait* savoir, par cet abandon originel, que les faibles de cœur, les infirmes de l'âme, les maltraitants des sentiments, ne méritent pas notre haine, mais un regard plein de compassion. Dans la mesure de nos possibles.

Un jour la vie finira bien par demander des comptes. Ce jour-là, il faudra savoir répondre :

Comment as-tu aimé ?

Pourquoi t'es-tu fait haïr ?

Tes choix en valaient-ils le coup ?

Pourquoi es-tu seul sur ton lit de mort ?

Où sont passés ceux qui devraient te serrer dans leurs bras ?

Pourquoi ne sont-ils pas préoccupés par toi ?

Fallait-il que tu fasses souffrir ta fille, ton fils pour que tu puisses peut-être être heureux dans ta vie ?

Si tu n'as pas été capable d'aimer et de soigner ton propre sang, comment peux-tu te laisser croire que tu t'aimes toi ? Tu n'es même pas capable d'aimer et de choyer tes propres fruits. Si tes enfants ne te sont pas réellement précieux mais qui peut réellement l'être ?

Ah, une autre femme.

Un match de foot.

Tes amis ?

D'accord.

On voit où est placé ton cœur : dans tout ce qui n'est pas toi.
Et tu penses toujours que la faille au cœur est portée par les autres ?

Ce n'est pas parce que nous ne sommes pas « bien » que nous ne sommes pas aimés.

C'est parce qu'ils ne veulent pas réellement se laisser aimer, aimer, et être aimés qu'ils n'arrivent pas à simplement se donner la peine d'aimer « bien ».

Alors, sèche tes larmes, secoue ta jupe, brosse tes cheveux, remets ce rouge à lèvres et va vivre ta vie sans te laisser immobiliser par cette boule au ventre.

Tous les hommes ne sont pas pareils.

Certains, et ils sont nombreux, savent aimer et aimer bien.

Certains, et ils sont nombreux, savent donner ce dont leur propre père les a privés.