

La tête à l'envers

Nathalie Bertron



roman

Nathalie Bertron

La Tête à l'envers

© Nathalie Bertron, 2022

ISBN numérique : 979-10-405-1344-5

Librinova”

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 mes amies de cœur,
à leur vulnérabilité,
à leur profondeur,
à leur authenticité.*

Chapitre 1

J'ai la tête à l'envers.

Cela fait deux heures que je suis allongée sur ce lit d'une raideur carcérale, dans un box exigu de l'infirmierie. Derrière la cloison, j'entends les spasmes bruyants de quelqu'un qui vomit. Charmant.

Bienvenue au club des éclopés de l'entreprise !

Tout est plus blanc que blanc autour de moi, comme pour signifier que ce lieu est bien propre et exempt de toute impureté, jusqu'à la lampe qui trône sur la table de chevet. Je trouve ça terriblement angoissant. Ça fait contraste avec ma peau couleur caramel.

Ce blanc et cette vague odeur de désinfectant me rappellent l'hôpital de Montpellier. C'est comme une madeleine de Proust mais en version désagréable.

La porte s'ouvre et l'infirmière de garde entre. « *Bonjour ! Alors on a eu des petits soucis ?* » Je lui réponds d'un vague sourire triste. Je ne relève pas le « on », qui a le don de m'exaspérer en temps normal, adepte que je suis de l'élégance linguistique. Elle a de la chance : je suis encore dans le cirage.

Pendant qu'elle prend ma tension, j'observe son visage. Elle est brune, elle doit avoir une quarantaine d'années, quelques cheveux gris commencent à décolorer ses tempes. Elle porte des lunettes rose fuchsia, ce qui témoigne d'une certaine joie de vivre ou, a minima, d'une volonté affichée de mettre de la couleur dans sa vie.

« *Douze cinq. On dirait que ça rentre dans l'ordre* », dit-elle en gardant ma main dans la sienne. Son contact est doux, chaud, rassurant. Sa voix est réconfortante. Son léger accent méridional laisse entrer un rayon de soleil dans la pièce. « *Il faut vous hydrater régulièrement, je vous ai laissé un verre et une carafe* ».

« *Pouvez-vous me passer mon sac à main s'il vous plaît ?* »

L'avenante infirmière me le tend en souriant et s'éclipse discrètement de la pièce.

Je retrouve mon smartphone. Blandine m'a envoyé un SMS ce matin : « *Coucou Inès, tu n'oublies pas qu'on va à la piscine ce soir ? On part du boulot ensemble ?* »

« *C'est raté ma Blandine, je suis à l'infirmierie, j'ai fait un malaise. Je te rappelle tout à l'heure. Bisous* »

Je pose le téléphone sur la table de nuit et je fonds en larmes. Je ne sais pas pourquoi je pleure. Pour rien et pour tout à la fois. Purée, quand est-ce que je vais me sortir de ce borborygme ? J'ai l'impression constante d'être à côté de la plaque. Je me demande pourquoi je suis née dans cette époque qui ne me convient pas. L'époque de la vitesse, de la finance, de la miniaturisation, des robots et des burn out. Je me sens tellement décalée. Mon Dieu, renvoyez-moi à la Belle Epoque, au Moyen Âge, ou, mieux, à l'Antiquité !

J'essuie mes yeux et me mouche abondamment. Il faut que je remette de l'ordre dans mes pensées. Comment ai-je atterri ici ?

Je peine à retracer ma matinée. Je me souviens que je me suis levée tôt malgré moi, bien avant que l'alarme de mon téléphone ne se déclenche, et qu'il faisait encore nuit quand je suis arrivée au bureau. Là j'ai retrouvé mon collègue Richard, le plus matinal de l'équipe. Vers 8h00 nous nous sommes retrouvés à la machine à café. C'est notre rituel avant de foncer retrouver nos tableaux *excel*. Je ne me rappelle pas exactement ce qu'il me racontait mais je sais que je riais de bon cœur quand soudain, ce fut le néant, jusqu'à ce que je me réveille ici, avec la bouche pâteuse, une migraine atroce et une sensation de vide sidéral.

Sur la chaise près de la porte, je reconnais mon pantalon gris clair, maculé d'une grande tâche brune – de café, celui que je tenais dans ma main lors de mon malaise. J'ai mon pull rouge sur moi, il est propre – tant mieux. Mes jambes sont recouvertes d'un drap blanc.

Cela fait plusieurs nuits que je ne dors pas. Enfin, je dors deux ou trois heures puis je me réveille au milieu de la nuit et ensuite, impossible de refermer l'œil. Quand c'est comme ça, mon cerveau met le turbo. Il tournicote comme un hamster dans sa roue lancée à vive allure et ressasse divers scénarios. Les deux thèmes du moment sont mon aversion pour mon travail et le nécessaire changement de vie qui en découle. Car depuis plusieurs mois, je me sens à nouveau épuisée et désorientée, je n'arrive pas à suivre le rythme infernal du boulot et je sais au fond de moi qu'il faut que je quitte à tout prix ce job.

C'est une question de vie ou de mort.

Ma vie part à vau-l'eau depuis des années. Je ne me sens plus du tout à ma place. J'ai fait un grave burn out, dont je garde encore des séquelles importantes. J'ai mis des années à me reconstruire ; je n'y suis pas totalement parvenue. Je crois pouvoir affirmer que j'ai vu la moitié des psychologues de la ville et la quasi-totalité des praticiens en médecines douces. Une grande partie de mon maigre salaire a été engloutie par mes tentatives désespérées d'aller mieux. C'est comme une fuite en avant. Pour quel résultat au final ?

Je suis dans un tel état de fatigue chronique que je n'arrive plus à prendre la moindre décision. Mes circuits neuronaux sont brouillés. Sensation d'impuissance. Je dois me rendre à l'évidence : la compta, ce n'est pas pour moi, pas plus que la logistique, qui m'est sortie par les yeux dans ma précédente fonction. C'est l'antithèse absolue de ce que je suis au fond de moi.

Après ma double maîtrise d'allemand et d'anglais, le débouché naturel aurait été de devenir interprète ou traductrice. Je ne me voyais travailler ni des heures enfermée dans une cabine, ni dans un bureau à traduire des textes au kilomètre. J'avais trop besoin de contacts humains. Comme je manquais cruellement d'imagination, le modèle parental m'a semblé sécurisant et j'ai choisi de suivre une ligne déjà toute tracée, celle du salariat en entreprise. Je me suis autopersuadée que ce serait ma planche de salut et que mon expertise en allemand et en anglais serait certainement un atout chez MediaCo.

Je faisais une fixation sur cette société car elle était une des rares, d'envergure internationale, à avoir son siège à Angers, ville que j'affectionnais particulièrement et où j'avais fait mes études, à la « Catho ». Pour moi, il n'était pas question de redescendre m'installer à Montpellier. J'avais besoin de garder une bonne distance géographique entre ma famille et moi, pour respirer.

Mais je n'ai pas réussi tout de suite à entrer dans le Saint des Saints. Mes premières tentatives se sont soldées par plusieurs refus car j'avais un profil qui leur semblait trop orienté « harmonie et plaisir » et pas suffisamment « conformité et action », selon la méthode de profilage psychologique utilisée par le service des ressources humaines. Je ne voulais pas en démordre et j'ai persévéré parce que cette boîte était l'eldorado où je pourrais certainement m'épanouir et être confortablement rémunérée.

J'ai été engagée à ma quatrième candidature, sur un poste de formatrice. Quand le recruteur m'avait demandé comment il se faisait que j'insiste à ce point pour me faire embaucher chez eux, je lui avais répondu avec assurance, les yeux dans les yeux : « *Ma place est ici et nulle-part ailleurs* ». Interpellé et séduit par tant de motivation, il s'était enfin décidé à me faire confiance, en me faisant miroiter une carrière prometteuse sur laquelle j'aurais la main : il suffisait de bien travailler et d'atteindre ses objectifs. Les personnes consciencieuses évoluaient rapidement dans cette structure encline à détecter les talents et à les promouvoir.

Sur ces belles paroles, je suis allée tête baissée me jeter dans la gueule du loup.

Au début, j'ai vécu une expérience très enrichissante. Je dispensais des

formations dans mes trois langues et je me déplaçais souvent dans nos filiales en Europe et aux États-Unis. Mais trois ans plus tard, le service formation a été démantelé et « externalisé », mettant sur le carreau une bonne trentaine d'employés. Après cela, j'ai atterri à la logistique puis, il y a quatre ans, à la compta : l'ultime punition.

Blandine me dit souvent qu'avec mes aptitudes pour les langues, les arts et les relations humaines, je serais davantage à ma place comme guide touristique, conservatrice de musée ou même employée d'une ONG. *“Tu es une artiste et une humaniste, ma poulette”* ! En tout cas certainement pas comptable chez MediaCo, le summum de l'ennui et de l'extinction de toute étincelle de feu sacré. Une boîte de BTP, même leader sur son marché, ce n'est pas franchement sexy et c'est un milieu très machiste, où les femmes sont assez mal considérées et ont un mal fou à percer le « plafond de verre ».

J'aurais dû à ce moment précis prendre mes jambes à mon cou et trouver une mission ailleurs, dans le domaine de la formation. Mais je n'avais pas envie de me remettre sur le marché de travail et de dépenser de l'énergie à « me vendre ».

Choisir, c'est renoncer.

En choisissant MediaCo, j'ai renoncé à moi-même et à mes aspirations profondes. Hélas, j'ai mis des années à en prendre conscience, aveuglée que j'étais par le confort que procure une activité salariée, par la promesse d'une sécurité de l'emploi illusoire. Comme si le sens de ma vie était l'argent que je recevais et la position sociale qui en découlait. Comme si les gens qui comptaient dans ma vie étaient ces dirigeants que je servais au-delà du raisonnable.

En réalité, je reste tapie aux oubliettes par peur de me retrouver en précarité, cette peur omniprésente, paralysante, entretenue depuis des décennies par ma famille mais aussi la société tout entière. On vit une époque formidable où on peut du jour au lendemain se retrouver dans une file d'attente aux Restos du Cœur et vivre dans sa voiture, même quand on a un boulot fixe. Cette idée me terrorise.

Je suis emprisonnée dans ce travail dont je ne peux pas m'affranchir car c'est grâce à lui que je “gagne ma vie”, selon l'expression consacrée. Comme dirait Blandine, qui est une grande sage qui s'ignore, *“on gagne sa vie à la naissance, après on ne devrait pas avoir à trimer comme une esclave pour manger”*.

Au fond, elle a raison. Qu'ai-je fait pour être ainsi condamnée aux travaux forcés jusqu'à ce que mort s'ensuive, au mépris des besoins profonds de mon être, au risque de me perdre sur un chemin qui n'est pas réellement le mien ? Le

tout au bénéfice de qui ? Pourquoi ? Pour qui ? Pour quoi ?

Voilà les questions existentielles qui me saisissent tandis que je sens la nécessité absolue de réviser intégralement tous mes modes de fonctionnement. Ce n'est pas la première fois que je m'interroge et même que je commence à me mettre un peu en danger pour me sentir vivante.

L'année dernière j'ai pris un congé sabbatique de six mois pour aller marcher sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle. J'avais ressenti l'urgence de faire cela. C'était une manière de prendre de la distance avec mon quotidien et de réaliser un projet qui me tenait à cœur. Ce fut une grande et belle expérience, riche de rencontres et d'émotions. Sur le coup, cela m'a fait du bien, même si c'était financièrement compliqué. Mais trois semaines après la reprise du travail, j'étais déjà en alerte rouge, avec le sommeil cassé et le moral en berne.

Maintenant mon corps me dit STOP. Une fois de plus.

J'aimerais ne plus jamais entendre parler de cette boîte ni de ce boulot ingrat. Recevoir chaque mois le strict nécessaire pour vivre décemment sans avoir à souffrir, à renier ma nature profonde. J'aimerais consacrer mon temps et mon énergie à ce qui me fait vibrer et à ceux que j'aime. Pouvoir déployer qui je suis vraiment et offrir ma générosité au Monde.

L'infirmière revient à mon chevet. Tout en gardant son visage avenant et son regard doux, elle me remonte les bretelles lorsque je lui avoue que je n'ai pas consulté mon docteur récemment :

« Votre corps a parlé, il faut impérativement que je vous l'écoutez, sinon vous risquez gros ».

Je passe sous silence mes douleurs abdominales chroniques. Cela ne regarde pas la médecine du travail. Oui, mon corps me parle. Il me dit qu'il faut que j'aille voir mon généraliste pour me faire arrêter plusieurs semaines.

Sauf que je ne veux pas mettre les pieds chez mon généraliste. Si je me retrouve en arrêt maladie, mes collègues vont passer un sale quart d'heure. Finie la belle époque où on prenait des intérimaires. Maintenant, quand quelqu'un est absent, les autres doivent absorber sa charge de travail.

Si je m'arrête, ils vont me maudire. Si je ne m'arrête pas, c'est moi qui vais droit dans le mur.

Je veux rentrer chez moi, me mettre au lit et réfléchir en grattouillant la tête de Pacha. Quand je suis en connexion avec lui, les idées me viennent plus facilement. Tout est plus fluide.

Je tente de m'asseoir sur le bord du lit. Je me ravise. J'ai le tournis. L'infirmière prend à nouveau ma tension. *« Il faut vous faire arrêter, Madame*

Merle. Ne vous préoccupez pas du reste. L'entreprise continuera de tourner. Votre tension est remontée mais vous allez rester au calme une petite heure avant de rentrer tranquillement chez vous ».

Oui, j'irai voir mon médecin mais juste pour ça : un court arrêt maladie. Une semaine maximum, cela devrait suffire à me reposer et décider de la suite. Je ne lui dirai rien d'autre. Pas question de faire des batteries d'examens ou de prendre des médocs ! Mon corps refuse toute "chimie lourde".

Je souris à cet abus de langage. J'adore théâtraliser la vie : forcer le trait donne du relief à l'existence.

Qu'à cela ne tienne, je lâche prise et je me rallonge pour me reposer quelques minutes avant d'appeler mon médecin. Il va être surpris de me voir, ça fait presque trois ans que je suis aux abonnés absents.