



*PAULA TUTRINNE*

*PAROLES  
D'UNE FEMME  
(QUI S'EST) LIBÉRÉE*

Paula Tutrinne

Paroles d'une femme  
(qui s'est) libérée

© Paula Tutrinne, 2022

ISBN numérique : 979-10-405-0981-3

**Librinova**”

[www.librinova.com](http://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.

# PROLOGUE

Il paraît qu'écrire ce que l'on a sur le cœur, cela fait du bien. Plutôt que de glander au lit un samedi après-midi, plutôt que de lire un bouquin ou préparer ma journée de travail du lendemain, je me suis dit “pourquoi pas ?”

Être une fille, c'est compliqué, tout le monde le sait. Et je n'ai pas la prétention de me croire si différente des autres, mais je pense que, si j'avais pris un meilleur départ, je serais un être un peu plus rationnel.

Je crois que tout a commencé quand j'ai été poussée, par l'amour des livres, vers les Arlequins. Vous savez, ces bouquins à l'eau de rose que tout le monde critique ? Je les trouvais un chouïa niais mais j'aimais quand même les personnages et les “happy-endings.” C'est à ce moment-là que j'ai fait le lien entre les hommes (grands, poilus, sexes masculins et non pas les être humains sur cette planète, évidemment) et le prince charmant. Celui qui est sexy, gentil, gentleman, amoureux, fidèle, intelligent et beau intérieurement (rappelez-vous de “La Belle et la bête”, dessin animé dans lequel la beauté intérieure gagne et bla bla bla, et bien sûr à la fin il se transforme en beau mec.)

Quelle ne fût pas ma surprise quand, adolescente, j'eus mon premier “vrai” amour (oui, oui, j'ai eu d'autres mecs avant mais ils n'étaient pas l'unique, “the one”) et que deux ans plus tard, j'en ressortais avec un cœur brisé. Eurgh, j'avais rencontré l'Homme et j'avais perdu la croyance en Monsieur le prince charmant. Et puis les années étudiantes défilent, le début de l'indépendance et la sortie du cocon familial permet de faire d'autres rencontres, d'y croire de nouveau, une fois, deux fois, mais rien n'y fait. Tous des connards !

C'est là que LA pensée me traverse : “peut être qu'ils ne sont pas le problème, peut être que ... hé merde ! C'est peut être moi la connasse...”

Me voici, aujourd'hui à 26 ans, célibataire avec déprime occasionnelle du dimanche à me demander “mais qu'est ce que je peux bien faire de travers pour

ne toujours pas avoir mon début de Happy-Ending ?” Là, c'est sûr, 6 ans après ma terrible rupture qui me laissa vulnérable et brisée, j'ai eu tout le loisir de rencontrer des tas de gens. Ils m'ont tous appris quelque chose : soit que je faisais une grosse bêtise et dans ce cas, comme on dit, “on apprend grâce aux erreurs qu'on commet”, soit ils ont pu m'apporter un plus qui m'a fait grandir, mûrir ou réfléchir sur moi même.

**Partie 1 :**  
**19 – 26 ans**

# 1

## Le ça, le moi et le surmoi

*« Je pense juste qu'une femme ne devrait pas porter certaines choses. Comme les attentes et les jugements des autres personnes par exemple. »* Megan Rapinoe

Une chose est sûre, j'ai une personnalité singulière. Je ne me réfère pas aux remarques masculines telles que "Ah toi t'es différente des autres." On sait toutes que cette réplique est dite à chacune pour qu'on se sente supérieure et plus intéressante que les autres. Non, là je me réfère au combat quotidien qui a lieu entre les trois parties de mon cerveau. Il y a "moi", une femme souriante, qui adore rire, lire et faire du sport mais qui a très peu de filtre quand elle parle. Tous les sujets de conversation y passent, parfois la franchise plaît, d'autres fois beaucoup moins. Ce "moi" adore aussi les vêtements et les escarpins à hauts talons.

— Ah, c'est ... différent...euh... excentrique ! Je ne mettrais pas ça, mais ça te va bien à toi !

Cette phrase, je l'ai entendue un nombre incalculable de fois. Mais la plus célèbre reste celle que ma mère et ma sœur me lançaient toujours :

— Tu vas pas sortir comme ça quand même ! ?

Haha. J'en ris encore aujourd'hui ! Et c'est là que Freud entre en jeu avec son "surmoi". C'est un peu comme un filtre, je reste moi même mais je fais quand même attention aux codes de la société qui m'entoure. Et c'est là que la bagarre démarre dans mon cerveau. J'ai envie de faire ce que MOI je veux, malheureusement cela ne fait pas toujours partie des choses acceptables.

— Trop court ! Ne laisse pas dépasser tes chaussettes voyons ! Trop décolleté ! Tu vas savoir marcher avec ces chaussures ! ? Ces deux couleurs là ne vont pas ensemble !

Non mais sérieusement... qui a écrit ces règles ? Qui décide de ce qui est acceptable ou pas ?

Il faut donc faire un choix : être complètement soi-même et accepter le regard des autres, le jugement, la critique et parfois le rejet ou bien se plier aux règles de notre société, entrer dans le moule et prier pour être accepté par les pairs. Je considère être dans un entre-deux. Je m'habille de façon très neutre au travail mais quand je sors, je m'autorise des petits extras. J'ai des conversations très sérieuses avec les gens extérieurs à mon cercle personnel, par contre, je ne mets aucun filtre avec mes amis et ma famille proche.

Réflexion à moi-même : "Ah, c'est peut être pour ça que tu as très peu de véritables amis !"

Aucun intérêt à être faux avec les gens que j'apprécie réellement. Après tout, quand on aime, on accepte la personne comme elle est.

On en vient à la bataille entre le "surmoi" et le "ça". J'ai rencontré un tas d'hommes dans ma vie mais cela doit rester secret. On est tous conscient de la différence entre les hommes et les femmes. Si je voulais résumer ce cliché, cela donnerait :

— J'ai chopé 10 meufs ce mois-ci !

— Wow, t'as géré mec !

— J'ai chopé 10 mecs ce mois-ci !

— Grosse pute.

Alors oui, les rencontres avec des hommes, on en parle aux copines, mais seulement celles dignes de confiance. Les autres cracheront dans mon dos, dès qu'elles en auront l'occasion. Rien de pire que d'avoir une sale réputation qui me colle à la peau. La société, les hommes, les autres femmes feront tout, consciemment ou pas, pour me faire culpabiliser, me faire penser que je vauds moins que les autres car je fais des choses jugées "dégradantes". C'est faux. La vie est faite d'expériences, et mon corps m'appartient. Longtemps j'étais coincée dans un cercle vicieux :

J'ai couché avec un mec parce que j'en avais envie → Les gens vont penser que je ne suis pas sérieuse → Aucun mec ne voudra d'une vraie relation avec moi → Je vais donc me pencher vers ceux qui ne veulent que des aventures → J'ai couché avec un mec parce que j'en avais envie → etc ...



Le “surmoi” veut me protéger de la société et des jugements mais le “ça” veut s'amuser, faire des expériences, sortir, rencontrer des gens, boire trop d'alcool et bien sûr s'épanouir sexuellement. J'étais donc la première personne que je devais apprendre à connaître pour avancer sereinement dans la vie. J'ai appris à vivre avec un combat quotidien entre ces trois parties de moi même. L'un prend parfois le dessus sur les deux autres et vice versa mais ce qui est sûr, c'est qu'il y a des choses qui sont restées secrètes jusqu'à aujourd'hui.

Voici mon histoire à travers les personnes qui sont entrées dans ma vie, les unes après les autres. Certains n'ont été que de passage, d'autres y resteront probablement à jamais. Pas de tabous, seulement la vérité.

**19-20 ans**