

Extrait de **Re naïtre chaque matin** de Mathilde Laguës

Enfin, c'est moi qui décide.

Chaque matin, je dois choisir de vivre, à nouveau. Entrer ou non dans cette vie. La refuser. La subir.

La traverser. La choisir.

Et même si, tous ces matins, j'ai eu peur d'y aller, je me suis blottie, j'ai refusé, reculé l'échéance autant que possible, en fin de compte, je l'ai fait. Tous les matins. Depuis ce jour où je suis née, j'ai refait ce choix, chaque jour. De sortir du monde des rêves, de quitter mon refuge, si futile, si dérisoire qu'il fut, et d'y entrer, dans cette vie. De les rencontrer, une à une, toutes les choses qui avaient été placées sur mon chemin. Le fait de reculer l'échéance, chaque matin, n'a rien changé.

J'ai rencontré, une à une, toutes ces trahisons, ces déceptions, ces solitudes. Je me suis coupée, piquée, blessée. J'ai saigné, j'ai cicatrisé. J'ai pleuré. J'ai crié. J'ai voulu mourir, encore et encore. J'ai espéré, et j'ai été déçue à nouveau. Et chaque matin, pourtant, je me suis levée, finalement, encore une fois. Et parfois, j'ai été récompensée. Dans tous ces matins, où ma vie faisait grève, il y a des jours où, après avoir risqué, encore une fois, de me piquer à la vie, de sortir de mon lit, j'ai nagé. Dans une eau délicieuse. Il y a des jours où j'ai dansé. Il y a des jours où j'ai ri. Où j'ai chanté. Il y en a même où j'ai eu des amis. Il y a des jours où j'ai oublié que j'étais seule, que j'étais sale, que j'étais moche, que j'étais blessée. Il y a des jours où je me suis sentie aimée. Il y a des jours où j'ai oublié mes cicatrices, mes plaies, et j'ai eu envie de jouer à la vie, encore un peu plus.

Enfin, tous ces matins-là, même s'il a été dur à faire, toutes les fois, je crois que j'ai bien fait de le faire, ce choix.

Alors peut-être, ce bébé terrifié, à l'intérieur de moi, qui ne veut pas sortir, qui ne sait pas qu'il y a une place pour lui, qui ne sait pas qu'il y a des mamans qui aiment, je peux lui tendre des bras chaleureux et accueillants, et essayer de le rassurer. Oui, la vie, ça pique souvent. Le matin, le risque qu'on court, c'est de se faire piquer encore une fois. Mais c'est aussi de sourire, encore une fois. Et peut-être que ça vaut le coup.

Chaque matin, j'ai le choix de vivre, à nouveau.

Danse ! de Anne Lucie Viscardi

Retrouver ma petite sœur Florence sur le parking de l'hôpital.

Rencontrer les médecins qui s'occupent de lui, évoquer la fin de sa vie, les soins palliatifs.

Nous amuser tout de même, car par 2 fois on nous demande si nous sommes jumelles.

Aller le voir dans sa chambre, cet homme pour nous à la fois père et agresseur.

Ressentir que j'ai vraiment fait un énorme chemin pour être capable d'être là sans colère ni agressivité, pour être capable de communiquer de vie à vie.

Comprendre que notre présence lui donne peut-être l'espoir de s'accrocher à la vie.

Alors que j'ai eu si souvent par le passé l'envie qu'il disparaisse... quand il nous demande notre avis, être capable de lui dire que c'est sa vie, ses choix, et que s'il décide de prolonger sa vie et potentiellement ses souffrances, lui réaffirmer que nos relations ne changeront pas, car le passé a existé.

Définitivement ressentir que son état neurologique, du fait de sa mauvaise hygiène de vie, biaise sa compréhension de la vie, de la situation et des conversations, et ce depuis des années.

Comprendre qu'il y a bien longtemps que je ne m'adresse plus à lui, mais au syndrome de Korsakoff (Alzheimer des alcooliques), sentir que quelque chose lâche en moi et que ce n'est pas négatif.

Réaliser qu'alors que je suis sortie d'amnésie traumatique concernant les viols subis durant son enfance, lui a peut-être oublié ce qu'il m'a fait.

Sortir de l'hôpital totalement épuisée.

Aller jusqu'à la plage après avoir raconté la journée à mes autres petites sœurs.

Mettre de la musique dans mes oreilles, lâcher un sanglot en m'imaginant danser face à la mer. Marcher jusqu'à la mer et danser face aux vagues, sans penser aux regards des gens, libre...

Décider de me poser dans ma voiture car je ne sens pas encore capable de conduire.

Parler avec ma Copinette et mon mari.

Débriefer au téléphone avec Florence. Avoir des sisters love de ouf et s'envoyer des messages d'amour.

Sur le chemin du retour m'arrêter pour manger seule au restaurant japonais.

Ne plus avoir la force de raconter cette journée et envoyer des messages pour dire que je dois recharger les batteries.

Etre tellement reconnaissante d'avoir reçu tous ces messages, toutes ces pensées.

Imaginer que je vais m'endormir vite et puis pas du tout.

Ecouter de la musique et me visualiser libre de danser dans sa chambre à l'hôpital.

Avoir identifié le prochain pas : la liberté totalement retrouvée sera dansée et chantée !

Putain de journée !

Tutoyer sa liberté même dans les moments où l'on semble faillir, où l'on a l'impression que la porte de la prison n'est pas totalement ouverte. #mercilavie

« Je suis maître de mon destin

Je suis capitaine de mon âme »

Robben Island