



REGARDS SUR LE MONDE

Volume 2



Un jus d'orange s'il vous plait

Nous voilà arrivés, dans notre café préféré un endroit reposant avec une nourriture absolument merveilleuse.

Je suis mes amis à notre table habituelle, place habituelle : trois amis d'un côté, moi et ma meilleure amie Lucie de l'autre. Je connais Lucie depuis la maternelle, on ne s'est jamais quitté depuis le jour où elle m'a renversé son pot de peinture sur mon tee-shirt Mario préféré.

Malheureusement, je sais que derrière son magnifique sourire se cache une âme brisée.

Le serveur vient prendre notre commande, même s'il doit la connaître par cœur à force de nous voir ici : trois limonades, un coca et pour Lucie, le jus de fruit le moins calorique, j'ai nommé : le jus d'orange. Sa boisson de prédilection a longtemps été l'eau pétillante, beaucoup moins calorique que les jus de fruits. Mais elle s'est vite rendu compte que son ventre gonflait avec les bulles, sans compter les regards interrogateurs de plus en plus persistants. C'est vrai que ce n'est pas banal de voir une jeune fille de 15 ans boire tous les jours de l'eau pétillante...

Nos boissons arrivent, j'aperçois les bras frêles et tremblants de Lucie attraper à contre-cœur ces pauvres 75 calories. Je sais très bien qu'elle prépare mentalement son voyage aux toilettes pour vomir la seule énergie qui se trouve dans son corps.

J'ai compris que Lucie avait des troubles du comportement alimentaire le soir du Nouvel An : elle me l'a annoncé à moitié bourrée, tout ça à cause des remarques intempestives sur son corps de la part de sa famille.

Lucie ne mange plus, ou du moins ne garde plus de nourriture plus de 30 minutes dans son corps. Ses journées sont toutes les mêmes : un shot de vinaigre de cidre au réveil pour brûler les graisses, un verre d'eau au petit déjeuner ; ensuite, passage obligatoire devant le miroir pour « voir l'étendue des dégâts ». Arrive le déjeuner : une petite pomme, c'est son péché mignon : brûle-graisse et coupe-faim, que demander de plus ? 18h sonne, l'heure des tartinades de crèmes minceur en tout genre. J'en ai découvert une collection sous son lit durant son sommeil... Avant de dormir, les toilettes l'appellent inévitablement ; alors en apercevant son énorme silhouette dans le miroir de la salle de bain, elle se fait vomir jusqu'à ne plus sentir son propre corps.

Je suis au courant de tous ses secrets, je sais qu'elle se cache sous des pulls de son père, je sais que la nourriture n'est devenue qu'un nombre de calories à supprimer, mais je sais qu'un jour elle retrouvera le droit chemin et se rendra compte qu'elle n'a plus que la peau sur les os, que la prochaine étape est sa transformation en oiseau qui s'envolera à tout jamais dans le ciel...

Moi, je crois en elle, et je ferai tout pour l'aider.

Quelques mois ont passé, rien n'a changé jusqu'à lundi dernier où j'ai eu un déclic : c'est en rentrant des cours, dans le métro bondé de 18h07. Je pensais que le trajet allait se dérouler comme d'habitude : la vieille dame assise avec sa boîte de gâteaux et son sourire bienveillant, cette petite fille jouant et chantant avec sa grande sœur, ces garçons regardant avec insistance les étudiantes... toutes ces personnes réunies qui allaient descendre respectivement aux arrêts 8, 3, 5, et nous au 10^{ème}. Mais tout a basculé à l'arrêt numéro 6, quand le coup de frein du métro, pourtant pas si puissant que ça, a fait tomber Lucie, qui a roulé le long du wagon comme une feuille morte emportée par le vent. Elle n'est arrivée à se relever, les larmes aux yeux, que 10 minutes plus tard, à cause de son corps complètement vide d'énergie.

Cet accident m'a fait réaliser que l'anorexie était bien plus forte et allait emporter Lucie bien plus tôt que ce que je ne pensais. Elle avait besoin d'aide maintenant !

Durant plusieurs semaines, j'ai pris tout mon temps libre pour faire des recherches sur l'anorexie. J'ai regardé plusieurs films traitant du sujet, emprunté des livres à la bibliothèque, recherché plusieurs sites et trouvé quelques associations comme « Association autrement », qui propose des groupes de parole pour le malade et les parents, avec des patients guéris de TCA et des spécialistes ; ou encore « Vaincre l'anorexie et la boulimie » qui peut diriger vers des médecins, psychologues, diététiciens et autres avec une réadaptation alimentaire. Je suis aussi tombé des nues en voyant ces chiffres : 30.000 personnes souffrent d'anorexie en France et 220.000 de boulimie, avec 1 à 2 personnes sur 10 qui ne survivent pas ! Mais alors pourquoi des troubles aussi fréquents chez les hommes et les femmes sont aussi peu connus de la population ?

Faire toutes ces recherches m'a permis de mieux comprendre Lucie, bien que chaque malade soit différent et que je ne pourrai jamais vraiment la comprendre. Je me suis aussi rendu compte grâce aux films que seule Lucie pouvait se sauver. On ne peut sauver quelqu'un qui ne veut pas être sauvé ou qui ne se sent pas en danger. Son corps, sa bataille. Le combat se passe entre son corps et son cerveau. Mais nous pouvons la soutenir. Et je vais la soutenir. Par exemple, en lui changeant les idées, en l'aidant dans des tâches qui sont devenues difficiles pour elle, comme porter des sacs, et aussi en lui suggérant progressivement de l'aide de spécialistes mais sans la forcer, la démarche doit venir d'elle seule.

Le grand jour est arrivé, j'ai donné rendez-vous à Lucie dans le parc à côté du lycée pour lui proposer une aide extérieure. Je suis arrivé en avance pour réfléchir aux arguments et aux tournures de phrase que j'allais utiliser pour ne pas la briser plus qu'elle ne l'est déjà, ou la faire fuir. Je la vois arriver au loin et la panique me gagne complètement. Je ne sais plus quoi dire, ni quoi faire. Alors je reste debout, paralysé devant elle, aucun son ne pouvant sortir de ma bouche.

« Ça va Killian ? On dirait que tu as vu un fantôme ! Ne me dis pas que je suis ce fantôme ?

_Je... non, non... Viens t'asseoir, il faut que je te parle de quelque chose... »

Deux options s'offrent à moi : la première, ne pas tourner autour du pot pour lui créer un électrochoc. La deuxième, la pousser à demander elle-même de l'aide grâce à des discussions et des questions.

« Alors voilà, depuis maintenant deux mois, je n'en peux plus de te voir te détruire sans t'en rendre compte. J'ai envie de te secouer, te pincer, te frapper pour que tu reviennes à la réalité. Il faut que tu te rendes compte dans quel été tu es. Tu ne pourras pas t'en sortir bien longtemps en continuant comme ça. La vie n'est pas un film Lucie, tu ne vas retrouver goût à la nourriture du jour au lendemain après avoir frôlé la mort et survécu miraculeusement ! Non, tu vas juste mourir et je ne l'accepte pas et je sais que toi non plus. Tu ne peux pas finir ta vie comme ça, un avenir t'attend, un métier, une famille, des amis... Alors si tu me le permets, j'aimerais t'aider. »

Nous discutons pendant de longues heures : je lui expose mes arguments, elle les rejette jusqu'à ce qu'elle finisse par craquer et accepter. D'abord dans le déni, elle s'est rendu compte du ravin dans lequel elle est tombée.

« Je veux vraiment m'en sortir, tu as raison, je ne me rends compte que maintenant de ce que je fais. Je pensais ressembler à toutes ces filles dans ces pubs, mais j'ai juste l'air d'un cadavre. Je ne veux pas mourir maintenant, Killian. Si tu as une idée pour m'aider à me sortir de là, alors je t'écoute.

_J'avais très peur de ta réaction mais je suis sincèrement soulagé et heureux ! Je vais te soutenir et t'aider du mieux que je peux. J'ai fait de nombreuses recherches ces derniers temps et j'ai trouvé une association qui peut te permettre de rencontrer une ancienne malade qui peut t'expliquer comment elle s'en est sortie et avec qui ! Elle s'appelle Victoria, elle a notre âge et elle serait ravie de te rencontrer !

_Je n'ai même pas les mots tellement je suis touchée et reconnaissante pour tout ce que tu as fait ! Je ne te remercierai jamais assez, vraiment merci beaucoup ! J'ai hâte de rencontrer cette battante ! Mais j'ai peur que ce soit difficile, de ne pas y arriver... Je ne peux plus remonter maintenant, je suis tombée trop bas...

_Ne t'inquiète pas, tu es une guerrière, je le sais. Pendant 3 mois, tu essayes. Si ça ne marche pas, tu feras ensuite ce que tu veux. Je te demande juste d'essayer et je ne t'abandonnerai en aucun cas.»

Les oiseaux ont arrêté de chanter, les enfants sont rentrés chez eux et le soleil est bien bas dans le ciel quand Lucie se met à pleurer de joie. Je la prends dans mes bras, pleurant moi aussi ; je la sens renaître. Une lueur d'espoir est apparue.

La fin n'est devenue qu'une infime option.

Alice B.

« Mais vous étiez amoureuse, non ? »



Saviez-vous qu'en France, il y a environ neuf viols par heure, soit deux cent cinq par jour et soixante-quinze mille par an ? Non ? Et bien c'est le cas, et j'en fais partie.

Il existe des milliers de romans dans le monde. Je ne vous parle pas de roman d'aventure ou de science-fiction, non, je vous parle de roman d'amour. J'en ai moi-même dévoré des centaines, et ils se rejoignent tous sur un point. La plupart d'entre eux proclament que l'amour est le centre de l'univers, qu'il est le remède à toutes nos peines et qu'il est indispensable à notre survie. Je les ai toujours crus, espérant que cela m'arriverait aussi. Qu'un jour, ce serait mon tour.

Grossière erreur ! Toutes ces histoires sont fausses, l'amour n'est qu'un fantasme qui n'existe que dans les pages de vieux livres dépassés.

Je m'appelle Gwen, j'ai dix-huit ans et aujourd'hui, j'ai décidé de vous raconter mon expérience de l'amour.

A cette époque, j'avais seulement quatorze ans et je vivais dans un petit village en banlieue parisienne. J'étais en quatrième et je commençais à penser à mon avenir, mais aussi à l'amour, et surtout à Lucas : un beau blond aux yeux ténébreux d'une vingtaine d'années.

Je l'avais rencontré lorsque j'étais petite, ou plutôt j'avais rencontré sa sœur, Emma. On était très proche toutes les deux, je la voyais tout le temps. Tous les vendredis soir, elle et sa famille venaient manger au restaurant de ma mère qui était amie avec la sienne. On jouait tous les trois sur la terrasse, je mangeais avec eux, et une fois que l'on avait fini, j'allais de temps en temps dormir chez elle. Mais la voir elle, c'était voir son frère, Lucas, par la même occasion. Cela a duré des années et plus on se voyait, plus on se rapprochait lui et moi, petit à petit je tombais amoureuse de lui. Cette année-là, pour les vacances de printemps, ils m'ont invitée chez leur tante pour les vacances. Je me souviens avoir eu un très mauvais pressentiment avant de partir et même d'avoir eu du mal à laisser ma famille. Il faut dire que quand que je les quitte, il se passe toujours quelque chose, et puis je suis très attachée à eux. J'ai décidé d'ignorer mon pressentiment, pensant que c'était juste l'angoisse de la séparation. Je suis montée dans la voiture et l'on est parti. Plus je m'éloignais d'eux, plus la boule dans mon ventre grossissait et m'empêchait de respirer.

Quatre heures plus tard, nous sommes arrivés. Ce fut le pire séjour de ma vie ! Le premier jour tout s'est bien passé. On est allé faire les magasins tous ensemble et en revenant, Denise, leur tante, nous avait préparé un vrai festin. Mais c'est le deuxième jour, quand leurs parents sont partis, qu'a commencé ma descente en enfer.

Ce soir-là, Emma et moi sommes allées dans la chambre de Lucas. On a passé la soirée à discuter, à rigoler, à jouer aux jeux de société. Puis, quand on n'a plus eu de sujet de conversation, on a décidé de regarder des vidéos YouTube. Au bout de la quatrième, Emma a commencé à s'endormir alors elle est partie se coucher. Si seulement j'avais fait pareil. Je m'en suis rendu compte quand les mains glacées de Lucas sont venues se poser sur mon épaule. Sur le coup, je suis restée interdite, surtout que c'était plutôt agréable. Je l'aimais et ce moment d'intimité était pour moi quelque chose d'inespéré et de magique.

Enfin jusqu'à ce que ses mains descendent le long de mon thorax, et se glissent dans mon soutien-gorge. Je revis encore la scène aujourd'hui.

Chaque parcelle de ma peau touchée par ses doigts laisse place à la chair de poule. Ma tête est lourde et je lutte pour ne serait-ce que bouger ou prononcer une parole. Il se retourne afin de me dominer et soulève mon tee-shirt pour venir poser sa bouche sur mon ventre. Je suis tétanisée. Il arrive à ma culotte, et me la retire. J'arrive finalement à bouger mes bras et essaie de le repousser mais il les attrape avant que je n'aie réussi et les plaque sur le matelas.

Il me fait mal ! Mais ça ne fait que commencer. Ce supplice dure plusieurs minutes jusqu'à ce que mon cerveau se mette sur off. Je ne ressens plus rien, c'est comme si j'étais hors de mon corps, attendant la fin. Puis plus rien.

J'ai appris plus tard que ce mécanisme porte un nom : l'état de dissociation.

Je me réveille, allongée par terre, sans savoir ce qui s'est passé et je vois Lucas, dormant paisiblement dans son lit. Je tremble, il fait noir et j'ai envie de vomir. Je me précipite aux toilettes, mon corps est totalement endolori. Je pleure sans savoir réellement pourquoi, tout ce que je ressens, c'est un vide, un vide sidéral dans mon esprit, comme si je n'étais plus maître de mon corps. Je n'ai plus de force et je m'endors assise contre le mur.

Je me réveille une seconde fois, mais cette fois-ci il fait jour. Tout me revient. Était-ce un rêve ? Non ! Ça tourne en boucle dans ma tête et je ne sais pas quoi faire pour que ça s'arrête ; ça devient insupportable. Je me lève et me dirige vers la chambre où dort encore Emma. Je ne sais pas quoi faire, je me sens sale. Je me dirige vers la salle de bain, monte dans la baignoire, allume l'eau sans même enlever mes vêtements et laisse couler mes larmes.

Je retire doucement mes habits pour découvrir mon corps couvert de bleus. Je prends immédiatement un gant et du savon et frotte, frotte jusqu'au sang. Comme si ça allait les faire disparaître, comme si tout ce qui s'était passé allait s'effacer. Plus j'essaie de tout oublier, plus j'y pense. J'ai dû rester une bonne heure jusqu'à ce que Denise vienne toquer à la porte pour demander si tout allait bien. Je saute hors de la baignoire

et lui réponds que oui. Je cours jusqu'à ma chambre pour aller chercher des vêtements propres, priant pour qu'Emma dorme encore.

Je rejoins Denise dans la cuisine où elle a déjà installé le petit déjeuner. Je n'ai pas faim et la simple idée de manger me retourne l'estomac. Je me lève, Denise me demande une seconde fois si je vais bien mais je lui réponds que je suis nauséuse et préfère aller me recoucher. Mais en remontant, je tombe nez à nez avec Lucas. Il me fixe, et soudain, sans même pouvoir me contrôler, ma main rencontre sa joue à pleine puissance et je pars en courant dans ma chambre décidée à ne plus jamais le croiser. Je ne l'ai plus jamais revu après ça d'ailleurs.

J'ai passé tout le reste de la semaine au lit, sans que cet acte ne m'ait ne serait-ce qu'un peu soulagée. Durant cette période, j'ai ressenti une vague d'émotions contradictoires comme l'euphorie d'être avec ma meilleure amie et la dépression, la culpabilité et la colère ou la haine et le désespoir. Je me posais aussi une tonne de questions...

« Est ce que ça s'est vraiment passé ? Est-ce que c'est de ma faute ? Est-ce que j'ai fait ou dit quelque chose qui aurait pu le laisser penser que j'étais d'accord ? »

Je ne sortais même plus de la chambre, ne parlais plus à Emma et touchais à peine aux plateaux repas que sa tante m'apportait. Alors ils ont appelé ma famille et mon père, Paul, est venu me chercher.

Lorsque je suis rentrée chez moi, Léna, ma grande sœur, a tout de suite vu que quelque chose n'allait pas, et m'a dorlotée toute la semaine suivante jusqu'à ce que je craque et lui avoue tout. S'en est suivi l'aveu à mes parents dont la première réaction a été de me demander si je mentais ou si je n'avais pas fait quelque chose pour ça, ce qui m'a totalement brisée. Puis j'ai subi une longue série d'exams à l'hôpital, tous plus inutiles et désagréables les uns que les autres puisque cela faisait déjà deux semaines que ça s'était passé. Et pour finir une plainte pour viol sur mineur pour laquelle j'ai été interrogée plus de cinq longues heures. C'est là que ce que je redoutais le plus est arrivé : ma mère et moi avons perdu nos meilleures amies à tout jamais.

Le lendemain de ma plainte, Lucas a été arrêté dans son lycée devant tous ses amis sans même que ses parents ne soient au courant. A l'heure qu'il est, toute sa famille doit nous détester.

Et me voilà, le 10 janvier 2023, plus de trois ans après, venant de rentrer chez moi après un procès de plusieurs jours, où l'avocat de Lucas m'a humiliée et fait passer pour la coupable. Je me sens brisée. Toutes ces années perdues pour qu'il soit innocenté. J'ai littéralement tout perdu dans cette histoire.

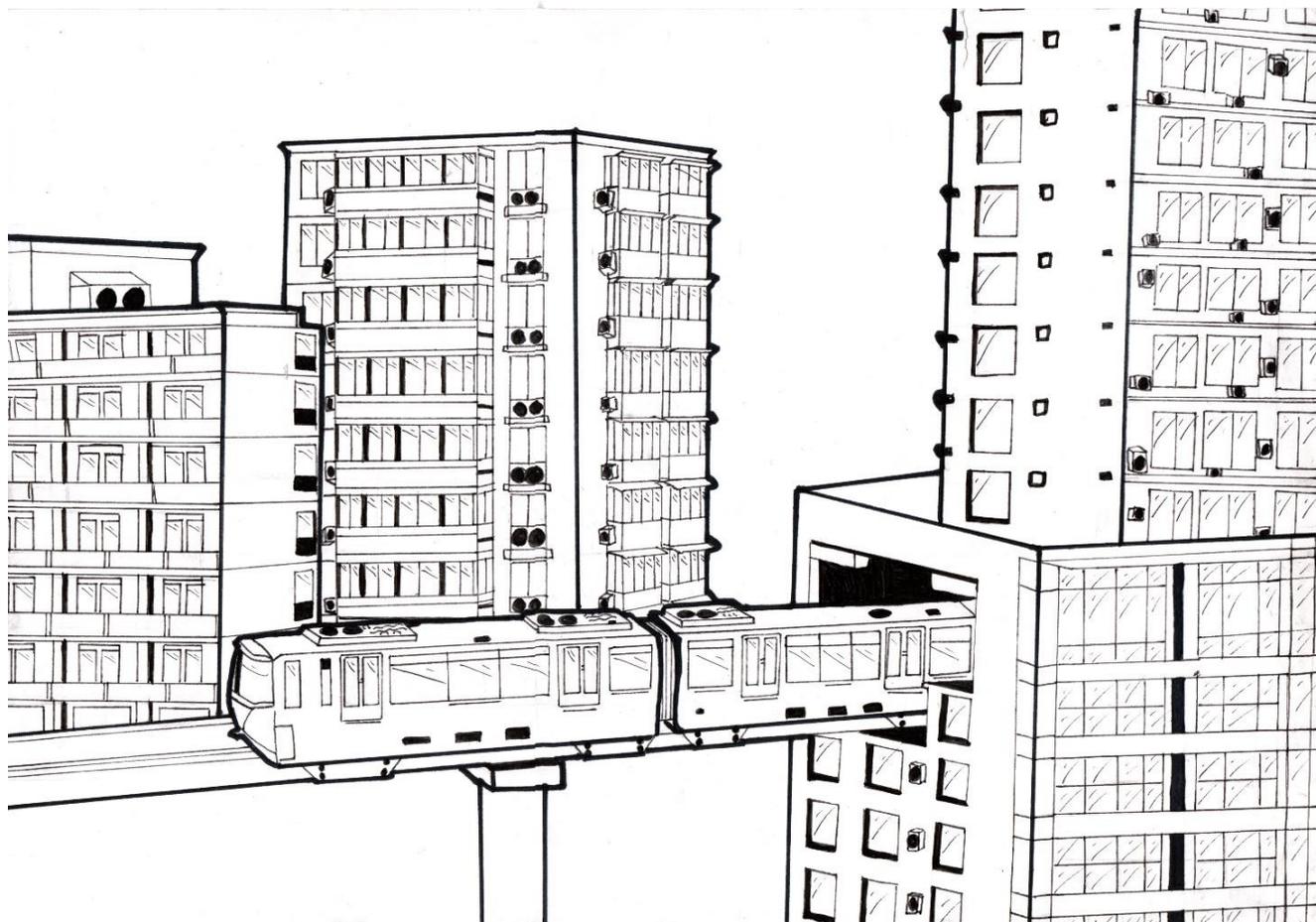
Mon avocate m'avait dit que le défenseur de Lucas allait certainement essayer de me détruire, de tout faire pour que ce soit de ma faute et, malgré le fait que j'y aie été préparée, je n'ai pas su y faire face.

Pendant l'audience, son avocate m'a posé une question, la même que les policiers auparavant :

« Mais vous étiez amoureuse, non ? » Et tout ce que j'ai su répondre c'est « oui ». En y repensant, je me rends compte que je n'aurais pas dû répondre ça. Car que ce soit bien clair, ça n'a rien à voir. Personne ne mérite ça et rien n'excuse un acte aussi atroce ! Le viol, ce ne sont pas quelques minutes de traumatismes. C'est une mort lente et douloureuse, pire qu'un cancer en phase terminale. Et aujourd'hui, je m'y abandonne.

L. L.

Les hommes du métro



Ce n'était pas la première fois que Nicolas rentrait chez lui en métro, mais cette fois-ci, il y avait quelque chose de différent : comme un goût d'amertume, du fait de son licenciement un peu plus tôt dans la journée pour un motif sans que ni tête. Cela provoquait chez lui une émotion unique et jamais ressentie auparavant, un mélange de rage et d'embarras. Il était bien décidé à retrouver sa dignité, son honneur, et c'est lorsqu'il aperçut une belle jeune femme à l'autre bout de la rame qu'une idée lui traversa l'esprit.

Julie sentit un regard se poser sur elle, « rien de grave » se dit-elle », « j'ai l'habitude ». Mais elle ne savait pas encore que cela irait bien plus loin qu'un regard insistant cette fois.

Amir était chargé de deux gros sacs de courses en relevant la tête de son téléphone, il remarqua qu'un jeune homme regardait une femme d'un œil pervers mais cela ne l'inquiétait pas plus que ça. Par mesure de sécurité, il se plaça entre le jeune homme et sa cible puis se reconcentra sur son téléphone.

Julie remarqua ce geste.

Sur le coup, Nicolas ne comprit pas ce pseudo geste héroïque. « Il n'y a rien de mal à se rincer l'œil de temps en temps » marmonna-t-il, plusieurs passagers l'entendirent et commencèrent à lui jeter des coups d'œil discrets, ce qui l'énerma encore un peu plus. Il échappa à la surveillance d'Amir et réussit à se rapprocher de sa « dulcinée ». Il était maintenant temps de passer aux choses sérieuses. Il avait déjà assisté à une scène similaire : un homme draguait une femme qui lui était parfaitement inconnue de manière assez insistante et c'était concluant ! Il essaya donc cette approche à son tour, avec des questions du genre « t'habites où », « t'as quel âge ? », etc ...

Julie décida d'ignorer ce comportement, ce qui le mit en rogne.

« EH ! Pourquoi tu me réponds pas !? »

Julie chercha de l'aide en regardant les autres passagers mais ils détournaient tous le regard. Même le jeune homme de tout à l'heure ne pouvait pas l'aider puisqu'il était de dos : personne ne pouvait l'aider. C'est alors qu'elle décida de prendre les choses en mains, elle donna un coup de sac au jeune homme de tout à l'heure, espérant qu'il réagirait.

« Salut Nabil ! Je pensais pas te voir ici ! »

Amir n'assimila pas tout de suite mais lorsqu'il vit l'homme derrière elle, il comprit tout. C'est alors qu'une étrangement longue discussion s'engagea entre les deux inconnus. Juste le temps que l'homme lâche l'affaire.

Mais pour Nicolas, cette gêne n'était que temporaire, l'un d'eux finiraient bientôt par se séparer de l'autre !

Cinq minutes plus tard, Julie descendit du métro, heureuse de savoir que cette mésaventure était maintenant derrière elle. « Quel cas social ce mec ! » ; C'est alors qu'elle entendit un couinement de chaussures derrière elle suivit d'un « Salut », d'une voix mesquine et inquiétante.

Amir lui, savait qui était à l'origine de ce bruit, « l'homme du wagon » ! C'était maintenant comme ça qu'il l'appellerait.

« Toi aussi tu descends ici ? » dit Nicolas, « C'est fou les coïncidences quand même », « le monde est si petit », « On en a de la chance ... ». Il avait un sourire narquois et fier de soi et sa grande main fine et lugubre était posée sur l'épaule de Julie ...

Il se réveilla, allongé sur le carrelage de la station, le crâne dans une flaque de sang. Il essaya de se souvenir de ces derniers instants avant de mourir, mais rien, le vide total, exceptés des couinements de chaussures et un choc à l'arrière du crâne. IL comprit qu'il avait échoué, c'est ainsi que des dizaines de questions se bousculèrent dans sa tête. Il ne comprenait pas, il avait pourtant tout fait comme il fallait. Il en remit son existence même en question, « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi ? ».

Julie elle se souvenait, c'était son sauveur, qu'elle nommerait maintenant « l'homme du métro », qui l'avait sauvée en frappant son harceleur. Elle savait que frapper n'était pas la meilleure des solutions, mais elle s'en fichait, elle avait eu si peur !

Amir aussi s'en fichait, rien ne comptait, pas même ses courses abandonnées dans le métro. Il savait qu'il avait fait le bon choix : il se sentait comme les héros de ses comics et n'attendait rien en retour, comme eux.

Lenny P.