

Futiles Plaintes

Jérémiades pénibles

La sagesse est dans le silence

Chapitre#1

J'en ai marre ! Si je ne me maquille pas : je suis laide et les hommes me fuient ; si j'arrive à être belle, ils ne voient que mon physique !

Elle se plaignait devant son miroir : Je ne suis pas assez riche pour vivre confortable mais assez pour culpabiliser envers les enfants du Tiers-Monde.

Une femme apparut : Tu préférerais être belle ? Très riche ou très pauvre ? Elle la regarda bouche bée un moment, puis s'exclama : Vous êtes qui vous, hein ? Un truc magique ? Ah ! J'aurais même plus une vie normale, c'était déjà pas super, mais alors là... Oh ! C'est toujours sur moi que ça tombe ! Alors, l'autre eut un sourire narquois et lui dit : Je te conseille de te taire car ça pourrait s'avérer très dangereux ! Ce dont tu te plaindras se produira.

Puis elle partit.

L'autre resta interloquée, silencieuse.

Chapitre#2

Elle finit de se préparer en silence, ce qui ne lui était pas commun. Elle passa la journée sans rien dire. Le lendemain, tout le monde lui demanda pourquoi elle s'était tue, sans pour autant sans plaindre ; alors, elle réfléchit, puis répondit : Je viens de réaliser que je me plaignait souvent, c'était même devenu naturel, mais maintenant que je me suis calmée, je me sens mieux. C'était devenu comme une drogue et ça me détruisait. Répéter sans cesse mes malheurs leur donnait une place dans mon quotidien. Quand on me plaignait, j'en rajoutait : ravie ; et j'exagérais mes malheurs. Puis, quand je rentrais chez moi, je ne voyais qu'eux.

Elle passa la journée à contrôler ce qu'elle disait afin de s'empêcher de se plaindre.

Quand elle rentra chez elle, la femme apparut de nouveau et lui dit : Tu te sens mieux, n'est-ce pas ?

Comme neuve ! répondit-elle.

Chapitre#3

Je sais que tu as peur : tout ce changement ! Tu ne te reconnais plus dans les miroirs. Tu as envie d'être heureuse et tu le redoutes à la fois.

Je sens que cette étape sera... Elle s'arrêta, effrayé.

Oui, cette étape sera dure ; mais n'aie pas peur, le charme est rompu : tu peux parler librement.

Je crois que je vous attendais. J'avais besoin que l'on me sorte de...où...là...je ne sais pas comment l'exprimer.

Tu avais besoin que l'on change ta manière de voir le monde. Tu t'étais créé un personnage, une identité basée sur une réaction négative, tu te cherchais. Mais toi, tu es un corps et un esprit. Et cet esprit peut se modifier sans que tu perdes ton identité.

Maintenant, tu peux et tu sais être heureuse : il te suffit de vivre en profitant de chaque bonne nouvelle. Il te suffit d'oublier ce que tu n'aimes pas.

Je n'ai jamais voulu être quelqu'un qui se plaint. Je pensais qu'extérioriser mes malheurs

les feraient quitter mon intérieur.

Les malheurs ne sont pas des corps solides, ce sont des idées, des connexions entre neurones. Si tu en parles, tu refais le même parcours mental et, de la même manière qu'une rivière creuse son lit, tu rends ces malheurs évidents et plus profonds.

Chapitre#4

J'ai malheureusement peur que ce soit là ma nature profonde et que ce changement ne soit que provisoire.

Tu l'as dit toi-même : *malheureusement*. Tu viens de t'en créer un, oublies-le. C'est facile.

En suivant votre conseil, je ne pleurerai plus ?

Ce n'est pas mon conseil : je t'ai juste poussée à réfléchir, et je t'ai donné quelques indications pour que tu suives le fil de l'histoire. Tu es un être humain (du moins, tu le crois), et ta nature ne va pas changer. Tu ne cesseras pas de pleurer ; mais, lorsque ce sera fini, tu te diras : *Assez pleuré, il est temps de s'amuser, de rigoler ! ! !*

Florence Chamayou, 2001