

Dohna Pancet

*Pour « de vrai »,
pour « de vie »...*



Journal d'une reconstruction

*« Écrire, c'est dessiner une porte sur
un mur infranchissable, et puis l'ouvrir. »*
Christian Bobin

*« Le changement est une porte
qui ne s'ouvre que de l'intérieur »*
Tom Peters

Table des matières

Prologue

Première partie : la boîte aux *oubli-lettres*

Avant-propos

Décision

Silence, ça tourne

Mini-genèse

Juste quelques mots...

Ligne de conduite

Chut !

Déranger les pierres

Fête des *amireux*

Deux semaines

Même si cela va sans dire...

Dix-huit

Trois semaines

Déranger les pierres (bis)

Méli-mélo de mots

Juin 2020

Juillet 2020

Août 2020

Septembre 2020

Novembre 2020

Décembre 2020

Janvier 2021

Février 2021

Un mois

Pause ?

Décision (bis)

Si j'osais...

Same player shoots again

Cinq semaines

Bulle de bien-être

Partage

Paix

Éclairage

Veille de week-end

Sept semaines et demi (entre cœur et raison)

Dimanche

Je ne devrais pas te dire

Décision (ter)

Un mot de toi et...

Matin fatigue

Deux mois

Révélation

Constat pas aimable

Et maintenant ?

Deuxième partie : la résilience

Et après ?

Oui, et après ?

En chemin...

Sur ma route

C'est quand que j'vais où ?

L'écharde du silence

Show must go on

Tout à trac en vrac
Grain sans brin de bonheur

Art-mistique

Inexplicable mieux-être

Ultime escale

La vita è bella

Épilogue

Florilège de citations « parlantes »

Table des matières

Prologue

Au moment où j'écris ce prologue (février 2021), j'ignore encore la teneur de ce livre. J'ignore également s'il sera édité ou pas. Et dans le cas positif, si cela se fera dans un cadre public ou privé.

Toutefois, pour une meilleure compréhension de l'histoire qui suit, il me semble indispensable de fournir quelques précisions au niveau de la chronologie des événements qui ont précédé et suscité l'envie, autant que le besoin, d'écrire ce livre.

Tout commence le 28 septembre 2019 au matin. C'était un samedi d'automne. Je me sentais triste. Comme souvent. Ma vie ronronnait, sans réels problèmes, ni à-coups, ni relief, dans un quotidien terriblement... quotidien. J'arpentais depuis tant d'années un désert affectif dont je connaissais chaque recoin, chaque grain de sable !

Pourquoi ce matin-là, ai-je eu envie de contacter Nicolas sur *Facebook* ? Mystère et boule de gomme. J'avais gardé un excellent souvenir de ce copain de fac, camarade d'une maîtrise passée quarante-deux ans plus tôt, et ami d'un certain Jérémy, mon amoureux du moment. Sans trop y croire, j'ai demandé Nicolas en ami. Le hasard, (ou bien est-ce le destin ?) a voulu qu'il accepte aussitôt. Quand les « choses » doivent se faire, elles se font... Et inversement.

Très vite, une superbe relation amoureuse éclot entre Nicolas et moi. Le lien se tisse dans un cadre strictement virtuel, car nous résidons à plusieurs centaines de kilomètres l'un de l'autre, et ni lui ni moi ne sommes libres

(mariés et « las » de nos couples respectifs). Cette virtualité n'empêche pas les sentiments de naître, grandir et s'exprimer de façon extrêmement intense.

Cette période idyllique semble presque irréelle.

Mais, car il y a forcément un « mais », tout se précipite...

Alors que la date de nos retrouvailles pour « *de vrai* » approche, Nicolas ayant prévu de descendre (sans son épouse) dans le Sud à la mi-janvier afin de rendre visite à son frère, tout bascule le dimanche 5 janvier 2020.

Ce jour-là, sans aucun signe avant-coureur, Nicolas met fin à notre relation de façon brutale et unilatérale. Sans autre explication qu'un mail sec de recul, prétextant en quelques mots qu'il est plus raisonnable d'en rester là.

Après trois mois d'échanges amoureux et intenses, cette rupture imprévisible déferle sur moi tel un tsunami dévastateur.

Et après ?...

Pour clarifier cet « après » chaotique, les pages suivantes résument succinctement les événements survenus au cours de 2020 et au début 2021 selon quatre périodes bien distinctes.

Pour une meilleure compréhension, les réactions de Nicolas sont encadrées, sur fond gris.

Période 1 : janvier - juillet 2020 : attente et silence(s)

- Au cours des six premiers mois de l'année 2020 (perturbée à plus d'un titre), j'envoie à Nicolas une dizaine de mails, les autres media de communication (*SMS, Messenger, Facebook, WhatsApp...*) m'ayant été fermés sans explication. Dans ces messages, je lui demande (quémande ?) des explications et tente en vain une réconciliation.

- Le 9 juillet, excédée par son absence de réaction, je lui envoie une lettre de mise au point par voie postale.

- Le 25 juillet, après réception de cette lettre, **il** finit par « réagir » en retirant mon statut d'« indésirable » sur *WhatsApp*, sans pour autant me contacter ni répondre aux rares messages que je lui adresse alors via cette application.

Période 2 : août - septembre 2020 : brève éclaircie

- Je lui adresse une poignée de nouveaux mails pour tenter, une fois encore, de rétablir le contact.

- Le 6 septembre, soit exactement huit mois après son mail de rupture, **il** brise le silence et m'envoie un message sur *WhatsApp*, promettant de m'écrire les jours suivants... **il** ne tiendra pas parole.

- Le 19 septembre, après plusieurs échanges sporadiques et un message vocal dans lequel j'insiste pour avoir une explication, **il** me claque la porte au nez en opposant le mot « **Fin** » à ma demande.

Période 3 : novembre 2020 - février 2021 : allers-retours brouillons

- En novembre, je reprends contact en lui adressant plusieurs mails, encore et toujours dans l'optique de rétablir un contact amical.

- Le 15 décembre, je lui envoie une cybercarte pour son anniversaire. Mon attention restera sans retour d'aucune sorte.

- Le 22 décembre, accablée par son attitude que je juge méprisante et inacceptable, je lui envoie un mail de rupture dans une tonalité apaisée.

• Le 25 décembre (jour de Noël), **il** m'adresse un message sur *WhatsApp*. Message surprenant (incongru ?) auquel je réponds sobrement, mais qui restera sans suite de sa part.

• Le 3 janvier (soit un an presque jour pour jour après la fin de notre relation), irritée par l'absurdité de la situation, je lui envoie un nouveau mail de rupture, plus virulent que le précédent.

• Du 16 janvier au 3 février, je fais volte-face et lui écris afin de renouer sur un mode amical.

• Après mon ultime mail du 3 février, je cesse de lui adresser quoi que ce soit. Dans la foulée, je démarre ce livre.

Période 4 : février 2021 - ??? 2021 : le livre

J'ignore la date de fin et le contenu de cette quatrième séquence qui s'écrit *en live* dans les pages de ce livre que je vous invite à découvrir.

Première partie : la boîte aux *oubli-lettres*

Une singulière correspondance à une voix



Avant-propos

J'ai toujours aimé commencer par la fin. Aussi, pour débiter ce livre singulier, cher Nicolas, je te livre ce que j'avais écrit en conclusion du prologue du journal que j'avais tenu lors de ton trek au Népal en novembre 2019 :

« Quand je te dis : Nico, je t'aime à en mourir. Ne t'inquiète. Je suis seulement sérieuse. Très sérieuse... »

J'étais effectivement très sérieuse et t'aimais au-delà de toute raison.

Puis, dans un mail intitulé : « *Cœur à cœur* » que je t'avais adressé le 24 mars 2020, je te disais en substance :

« ... Oui, Nicolas, je t'ai aimé. De façon déraisonnable, très certainement. Tu as été le support de l'Amour qui me fait si cruellement défaut depuis tant d'années.

Ce fut un amour virtuel qui a puisé sa réalité dans mon cœur.

Je t'ai aimé à un point que je ne pouvais pas soupçonner.

Je t'ai aimé au point de te consacrer un livre (« Notre trek au Népal ») que je comptais t'offrir pour ton anniversaire. Un livre que je pensais te donner lorsque nous aurions dû nous retrouver...

Oui, Nicolas, je t'ai aimé. Vraiment. Sincèrement. Aveuglément. Inconsciemment... »

J'étais effectivement très sincère et t'aimais **encore** au-delà de toute raison.

Aujourd'hui, 5 février 2021, soit environ un an plus tard, mes sentiments sont certes moins exacerbés, mais ils ont résisté à l'usure du temps et aux aléas de la vie.

Je suis à nouveau très sérieuse et sincère quand j'affirme t'aimer **encore** et **toujours** au-delà de toute raison.

PS : Parce que cette pensée reflète parfaitement mon intime conviction, je te l'offre ici.

*« Je crois qu'il y a des êtres destinés l'un à l'autre.
Un appel des corps, un appel des cœurs.
Un secret chuchoté au creux de la nuit. Une promesse de
vie...*

*Je crois qu'il y a des êtres que tout réunit.
Au-delà des apparences et des idées reçues.
Au-delà de tout ce qui existe et qui n'existe pas.
Je crois qu'il y a des êtres faits pour s'entendre.
Sans un mot, même. S'entendre et se comprendre.
Langage d'âmes.*

*Je crois qu'il y a des êtres faits pour se trouver.
Se retrouver. Et ne plus se quitter.
Des êtres faits pour découvrir l'amour ensemble.
Se le rappeler, ensemble.
Des âmes qui se souviennent comme elles s'aiment...
Je crois qu'il y a des âmes destinées l'une à l'autre.
Je crois que nous avons rendez-vous... »*

Samuel Benchetrit

Décision

Vendredi 5 février 2021, 17h47

Bonsoir Nicolas,

Ceci est le premier mail que je ne t'enverrai pas sciemment. J'ai pris cette décision hier soir, à l'issue d'une conversation téléphonique avec Marie, mon amie de Paris.

Au cours de ce coup de fil, Marie m'a suggéré une idée qui m'a séduite parce que sa mise en œuvre sera sans nul doute réparatrice. De façon quasi miraculeuse, cette perspective a remis les pendules à l'heure. D'autant qu'il devenait urgent de réparer mon horloge interne aux allures de girouette affolée. En effet, ces derniers temps, au gré de mes réflexions brouillonnes et cycliques (allez, je lâche le mot : obsessionnelles) je n'arrêtais pas d'avancer, de reculer, puis de réavancer avant de re-reculer...

Les oscillations erratiques du yoyo danseur de cha-cha-cha endiablé qui squattait ma tête commençaient à sérieusement me fatiguer, et à m'inquiéter. J'avoue même avoir eu des doutes au sujet de mon intégrité mentale vacillante.

Pour revenir à l'idée en question, elle est très simple. Elle consiste à t'écrire *ad libitum*. Autant que mon cœur m'y poussera. Autant que mon envie m'y incitera. En toute transparence, comme je l'ai toujours fait depuis le début de notre « relation » (seize mois maintenant). Mais... Et ce « mais » est essentiel, ne plus **RIEN** t'envoyer... Rester dans le silence. Un silence qui saura se montrer élégant,

respectueux vis-à-vis de toi, et surtout satisfaisant pour nous deux. Un silence gagnant-gagnant, en somme.

Je pourrai ainsi continuer à te confier mes ressentis les plus intimes sans inhibition, ni gêne, ni culpabilité. Je n'aurai pas (plus) à me réfréner. Car **I'**écrire m'est indispensable. Sinon j'accumule refoulements et frustrations.

De ton côté, tu te sentiras certainement mieux car mes mots ne viendront plus parasiter ta vie, ni t'importuner d'une quelconque manière.

Bien sûr, cette idée-là n'est pas nouvelle. Depuis que je t'écris dans le vide, c'est à dire depuis plus d'un an que tu ne réponds plus à aucun de mes mails, je l'ai déjà mise en pratique à plusieurs reprises.

Cependant, la situation étant arrivée à maturité, et la mise en œuvre de ladite idée entrant dans le cadre d'un projet plus vaste, j'y ai adhéré sans l'ombre d'une hésitation.

Le projet consiste à déposer l'ensemble des messages-lettres-mortes que j'écrirai au cours des mois à venir dans un dossier baptisé : « boite aux oubli-lettres ». Ainsi, au moment opportun (j'ignore vraiment quand), je les réunirai sous forme de recueil épistolaire à une voix qui ressemblera à une sorte de journal intime sur le thème de l'amour inconditionnel. Selon les circonstances, je pourrai même l'éditer, que ce soit publiquement ou en privé. L'avenir me guidera dans ce sens. Ou pas.

Marie pense que ce sera un chef-d'œuvre... Plus exactement **MON** chef-d'œuvre (*sic*), car il sera le reflet sincère et authentique de mes ressentis les plus profonds.

Voilà, je vais en rester là pour aujourd'hui.

Je t'embrasse, cher Nicolas. Bonne soirée.

Dohna (en phase apaisement)

PS : En fait, sous cette nouvelle forme, je t'adresse mes messages à un niveau plus subtil. Mes mots parlent désormais à ton âme.



Silence, ça tourne !

Samedi 6 février 2021, 10h59

Bonjour Nicolas,

Le dernier mail que je t'ai envoyé pour « *de vrai* » date du 3 février. Cela fait tout juste trois jours. Trois jours que ma cure de silence a démarré.

On dirait une captive, une addict en manque qui tient coûte que coûte et s'accroche en comptant les jours qui la séparent de la dernière dose du poison qui l'emprisonnait. Ou bien est-ce de la prison qui l'empoisonnait ?

En fait, mon expérience dans le domaine me permet d'affirmer que la période la plus éprouvante à surmonter est celle du sevrage. J'ai été addict au jeu (machines à sous) durant plusieurs années ; j'ai arrêté d'aller au casino le samedi 22 avril 2017, veille du premier tour des élections présidentielles. Pourquoi ce jour-là précisément ? Aucune idée. Un déclic magique, peut-être ? Plus sûrement, un ras-le-bol insupportable. Cela fait presque quatre ans. Quatre ans que je tiens bon. Désormais, le jeu ne présente aucun attrait à mes yeux, et le fait d'avoir renoncé à toute forme de jeu de hasard et d'argent ne me torture plus du tout.

Je reviens à ce que je considère comme mon « addiction » actuelle, à savoir le besoin irrésistible de t'écrire et de garder le contact avec toi. Comportement caractéristique d'une dépendance affective.

Depuis plus d'un an, j'ai tenté de multiples recettes pour m'éloigner de toi et me défaire de l'envie irrationnelle, incongrue autant que saugrenue, de rétablir le lien.

L'indifférence feinte (est-il besoin de préciser ?), le contact alibi (fête, anniversaire...), le contact pulsionnel, la lettre de rupture, les messages vocaux (doux, cassants, agacés...), les mails de diverses tonalités (mises au point, règlements de comptes, renoncement, réconciliation, tendresse, amour). Et j'en oublie certainement. Toutes mes tentatives se sont avérées vaines. Je me sens toujours tenaillée.

L'ultime solution est donc celle que j'expérimente à présent. Puisque je ne peux pas me passer du fait de t'écrire, je le fais. De toute façon, refouler l'envie ne fait que la décupler. Je t'écris comme si j'allais t'envoyer ces mots. Sans filtre. Avec toute la sincérité et l'amitié amoureuse que je ressens pour toi. La seule chose que je ne m'autorise pas (plus) est d'appuyer sur la touche : « *Envoi* »... Et, crois-moi, ce n'est pas rien.

Toutefois, la perspective de composer un recueil incluant l'ensemble de ces « *oubli-lettres* » me fait tenir. D'autant que je t'informerai sans doute de cette publication dont je t'enverrai probablement un exemplaire...

Mais chaque chose en son temps.

Sur ce, je réintègre ma réalité. Je t'embrasse tendrement. Belle journée à toi. Ici, sous la luminosité d'un ciel orangé, le mimosa du voisin est majestueux.

Dohna (ton amie qui t'aime pour « *de vie* »...)

PS : Extrait quasi prémonitoire du dernier mail intitulé : « *Carpe diem* » que je t'ai envoyé il y a trois jours :

« *Je ne présage en rien de l'avenir. Il se peut qu'un jour, la flamme intérieure s'éteigne d'elle-même. Sans prévenir.*

Je cesserai alors de te dire et de t'écrire. Moi aussi, sans prévenir... »

En fait, je t'ai prévenu de manière déguisée et subliminale, que tu ne recevrais plus rien. La flamme