

Le corps, quel étranger

Elona se souvenait de cette période comme si elle s'était passée hier. Elle avait beau avoir 20 ans et les actes avaient beau s'être produits il y a des années, ils restaient accrochés à elle comme une ombre à un corps. Elle trouvait incroyable la manière dont son corps avait pu être son meilleur allié et son pire ennemi, la manière dont elle avait dû réapprendre à habiter son propre corps et l'aimait jour après jour. Il avait fallu des années à Elona pour comprendre et accepter ce qu'il s'était passé, et voilà comment tout s'est déroulé.

8 ans

Huit ans. Bel-âge non ? Un âge innocent où la vie n'est faite que de « Qu'est ce qu'on mange ce soir ? », « Tu veux faire un jeu avec moi ? ». Mais pas pour Elona. Elle n'avait pas eu cette chance de vivre comme les autres enfants une enfance insouciante où rien n'est compliqué, où le plus gros stress est de réciter sa poésie devant toute la classe. Son innocence et sa joie s'étaient éteintes une soirée d'hiver. Une soirée qui, à première vue, semblait comme les autres, mais où l'intimité d'une si jeune fille avait été volée. Où les mains avaient pris à une enfant toute sa confiance, son innocence et par-dessus tout, sa joie.

Après ça tout avait été différent. Comment parler ? Comment expliquer et à qui ce qu'il s'était passé ? Non. Elona ne pouvait rien dire et avait décidé de continuer de vivre avec ce secret qu'elle ne dirait jamais à personne. Pourtant, à chaque fois qu'elle voyait son corps innocent, elle ne comprenait pas ce qui avait pu se passer.

12 ans

Douze ans. Le collège, les devoirs, les premières sorties entre copains et les rires. C'est ce qu'Elona vivait, jusqu'à cette après-midi où tout avait basculé. Encore une fois. Son secret ne pouvait plus le rester, il courrait dans sa tête jour après jour, nuit après nuit, heure après heure, il était comme des poux qui restaient dans sa tête et dont elle ne pouvait pas se débarrasser tout seule. Alors, pour le faire comprendre, elle l'avait écrit avec ses propres mots et l'avait montré à sa mère. Mais ce secret ne pouvait pas rester entre elles deux. La mère d'Elona avait été obligée d'en parler malgré les supplications de sa fille de ne pas le faire. C'était pour son bien, pour sa sécurité, pour que plus jamais une telle chose n'arrive de nouveau. Un commissariat, des pleurs. Des questions, des pleurs.

Des détails, des pleurs. Elona avait dû tout expliquer, tout expliquer à cet homme qu'elle n'avait jamais vu, en qui elle n'avait aucune confiance et qu'allait-il se passer maintenant ? Tout cela ne pouvait-il pas s'arrêter ? Pourquoi tout cela lui était arrivé à elle ? Elle n'avait rien demandé à personne. Après ça, un rendez-vous : Gynécologue. Mais qu'est ce que ce métier ? Elona n'en n'avait aucune idée. Pourquoi devoir subir à 12 ans un tel rendez-vous ? Et pour ne rien arranger, c'était un homme. Il n'avait beau faire que son travail, il restait un homme et Elona n'avait eu aucune personne pour l'accompagner. C'était comme ça, personne ne devait influencer ses paroles, alors personne ne pouvait lui tenir la main. Elle avait senti son corps se raidir après cela. Trop de larmes avaient coulé, elle voulait seulement se détacher de son corps et de tout ce qu'elle ressentait.

Un matin. Un procès. Cela avait long mais le jour était enfin arrivé et Elona s'était réveillée sans aucune envie de pleurer, sans aucun stress et surtout, sans envie d'arracher la peau de son corps ou de ses propres cheveux. Non, elle se sentait bien. Elle avait réussi. Comment ? Elle n'en avait aucune idée mais cela ne comptait pas, elle se sentait mieux et c'est tout ce qui comptait. C'était la première fois en plusieurs années qu'elle avait un sourire naturel aux lèvres, qu'elle parlait ouvertement et prononçait la phrase « Tout va bien. » Aujourd'hui tout était terminé et même la psychologue qu'on conseillait à Elona de continuer à voir lui semblait inutile. Tout allait réellement bien et elle ne ressentait aucun besoin de parler de quoi que ce soit. La vie pouvait visiblement reprendre son train normalement.

16 ans

Seize ans. Lycée, première et bientôt le commencement des épreuves du baccalauréat. Tout se passait bien. Le collège s'était bien passé pour Elona. Certaines choses avaient changé, c'est vrai, mais elle avait eu une scolarité comme les autres et peu de personnes connaissaient son secret, qui ne la faisait plus souffrir. A vrai dire, elle n'y pensait jamais, cela faisait des années, depuis ce procès, qu'elle n'avait pas fait un seul cauchemar ni n'avait eu de problèmes à voir son corps. Elle avait eu son brevet et cette deuxième année au lycée se passait très bien, elle avait des amis, elle faisait du sport et avait des projets d'avenir. Pourtant, quelques semaines avant les épreuves, Elona commençait à ne plus apprécier les contacts physiques. Chaque main sur son épaule, chaque étreinte, chaque bisous, peu importe la personne dont il provenait, était pour elle extrêmement désagréable. Elle ne pouvait s'empêcher de repousser chaque câlin et de se décaler dès que quelqu'un touchait son bras. Elle qui avait toujours adoré ça, elle qui était si tactile,

que se passait-il ? De plus, cela faisait quelques nuits que certains cauchemars apparaissaient. C'était des enlèvements, des bâtiments en feu dans lesquels elle était bloquée et elle ne les comprenait pas. Son entourage ne comprenait pas non plus ce qu'il se passait dans la tête d'Elona. Elle se renfermait sans raison apparente et avait changé. Mais comment expliquer aux autres ce qu'on est incapable de comprendre soi-même ? Les sensations de ne pas être la propriétaire de son propre corps étaient revenues et cela donnait à la jeune fille des envies de se blesser. Sa souffrance intérieure devenait de plus en plus forte et la seule solution qu'elle trouvait pour ne plus la ressentir était de souffrir extérieurement, de voir sa douleur avec de vraies marques, car cette souffrance là, elle pouvait la comprendre. Pourquoi son corps lui faisait-il ça ? Tout allait bien, pourquoi elle détestait autant son corps, pourquoi elle ne se sentait plus chez elle dans sa propre peau ? Son âme avait l'air de s'être détachée d'elle et cela la faisait énormément souffrir, au point de ne plus parler aux autres, de ne plus sourire, et de pleurer chaque soir.

Elona était cependant plus mature que lorsqu'elle avait douze ans. Elle savait que quelque chose n'allait pas et qu'elle ne pouvait pas ne rien faire. Il fallait qu'elle essaie d'expliquer cela à quelqu'un. Alors elle était allée voir l'infirmière de son lycée et lui avait expliqué sans trop de détails sa situation. L'infirmière lui avait alors conseillé un centre gratuit où des psychologues aidaient des personnes comme elle. Cependant, sa mère devait être au courant et l'accompagner car elle restait mineure. Elle n'en avait aucune envie car tout allait si bien depuis quatre ans, elle n'avait pas envie de faire de peine à sa mère qui l'avait déjà tant épaulée. Mais la mère d'Elona était là dans chaque situation, bonne ou mauvaise. Elle avait compris sa fille et était même heureuse de savoir qu'elle voulait se faire aider, elle ne s'était pas repliée sur elle-même comme elle le faisait depuis quelques semaines.

16 ans – 18 ans

Deux années. C'est le temps qu'il avait fallu à Elona pour aller mieux. Au début, tout était difficile. La psychologue était très gentille et compréhensive mais la jeune adolescente avait du mal à se confier. Lors du premier rendez-vous, c'était la mère d'Elona qui avait expliqué son passé, ses traumatismes ainsi que son quotidien depuis quelques semaines. La jeune fille n'avait pas fait de liens directs entre son passé et son présent, pourtant, quand elle avait entendu sa mère énoncer les faits, cela lui avait redonné envie de se faire du mal. C'était au fil des rendez-vous et des questions/réponses avec la psychologue qu'Elona commençait à comprendre sa souffrance. Elle avait commencé par raconter ses

cauchemars, elle n'avait pas réalisé le lien qu'ils pouvaient avoir avec sa peur des hommes qu'elle avait enfouie tout au fond d'elle. Elle poursuivait avec le rapport qu'elle avait avec son corps, elle qui était si tactile, pourquoi ne supportait-elle plus aucun contact ? Tout avait pris beaucoup de temps. Deux années, c'était long. Pourtant à chaque sortie de rendez-vous, Elona avait l'impression de retrouver son corps, de le comprendre, et de l'aimer, rien qu'un tout petit peu plus, chaque jour. Une question lui tournait en tête et elle l'avait alors énoncée à sa psychologue : Pourquoi maintenant ? Tout allait très bien pendant des années et aucun problème n'apparaissait avec son corps ou son esprit, alors, pourquoi ? Et c'était cette réponse qui avait tout fait comprendre à Elona, c'était cette réponse qui l'avait réconciliée avec son corps. La psychologue lui avait expliqué que, lors de ses douze ans, son cerveau l'avait protégé. Le traumatisme des actes immondes qu'elle avait subi, les interrogatoires, le rendez-vous chez un gynécologue et le procès, cela faisait trop pour une enfant. Ces moments étaient trop lourds pour une petite fille, elle lui avait expliqué que quand le cerveau subit trop de choses en trop peu de temps, choses qu'il n'est pas totalement capable de comprendre, il se met en sécurité. C'est ce qu'avait fait le sien, en mettant tout de côté et en lui redonnant la joie de vivre qu'elle aurait toujours eu sans ces événements, son corps et son esprit l'avait protégé pour qu'elle aille bien, comme si rien ne s'était passé. C'était pour cette raison qu'Elona n'avait pas eu besoin de parler avec un professionnel après le procès, pour cette raison qu'elle se sentait bien dans son corps. Mais même si c'était très fréquent après un traumatisme, il fallait guérir tout ça. Un jour ou l'autre, un événement aurait fait qu'Elona aurait souffert de nouveau de ses traumatismes. Cinq, dix ou trente ans après, il y aurait eu un moment où tout serait revenu. Dans son cas, Elona estimait que le stress du baccalauréat pouvait être la source, et sa psychologue acquiesçait. Un tout petit élément pouvait être la cause de beaucoup de choses. Elona continuait de parler et elle se sentait de mieux en mieux. Petit à petit, le cauchemar où elle était dans un immeuble en feu s'était transformé en un immeuble en feu qu'elle voyait de l'extérieur et qu'elle aidait à éteindre. Elle avait réalisé tout ce qu'elle avait subi et comprenait à quel point elle avait pu en souffrir. Mais aucune blessure n'était impossible à cicatriser. Certaines pouvaient prendre plus de temps, se rouvrir, mais elle finissait par cicatriser entièrement. Et ces cicatrices devenaient sa force. Son corps devenait une œuvre d'art. Il était unique, beau et admirable. Non pas aux yeux des autres mais aux siens. Son corps et son esprit étaient devenus ses meilleurs alliés car elle avait appris à les écouter et à les aimer.

20 ans

Elona avait 20 ans désormais. Elle trouvait toujours aussi incroyable la manière dont son corps l'avait protégé de douleurs trop grandes pour elle. Elle adorait la manière dont elle l'avait découvert, depuis ses seize ans, grâce à chaque rendez-vous avec sa psychologue. Grâce à elle, Elona avait pu guérir, redevenir la fille qu'elle était, tactile, bavarde et aimante. Elle aimait chaque facette de son corps, car chaque cicatrice lui rappelait qui elle était et voulait devenir. Elle était devenue qui elle était.

Le corps, quel étranger...