

## Eliane : 2017

Ce serait son dernier été, elle le savait. La lumière caressante de l'été indien ne parvenait plus à repousser cette sensation de lassitude brumeuse qui envahissait désormais tout son être. Et puis, elle avait eu sa dose d'étés, presque une centaine. Son regard se posa au sommet de la colline, là où ceux qu'elle aimait reposaient, dans le petit cimetière niché derrière les vignes. À présent, ils l'attendaient, les bras ouverts.

Une des premières abeilles ouvrières à s'aventurer hors de la ruche ce matin-là passa devant elle, dessinant des spirales folles pour s'orienter, humant le nectar des fleurs du jardin, de son jardin. L'abeille, attirée par l'odeur de la peau tendre et saturée de cire d'abeille et de miel, virevolta un instant autour de la vieille dame.

— Bonjour, ma belle, dit-elle dans un sourire. Oh, ne t'inquiète pas, je ne vais pas t'abandonner tout de suite. Il y a encore du travail à faire.

Elle déposa son panier rempli de cadres près des ruches blanchies à la chaux puis ajusta le voile de protection de son chapeau aux larges rebords. Après avoir délicatement relevé le toit en pente de la première ruche, elle se pencha pour examiner la masse vrombissante de faux bourdons agglutinés autour de leur reine. Les réserves de miel avaient tenu tout l'hiver, la colonie commençait à prendre de l'ampleur.

Elle glissa les nouveaux cadres dans la boîte vide et la plaça au-dessus de l'essaim bourdonnant.

— Voilà, prenez vos nouveaux quartiers et faites-moi du beau miel d'été.

Méthodiquement, elle s'occupa tour à tour de chaque ruche. Après avoir terminé, elle s'arrêta quelques instants pour soulager son dos malmené par le poids du panier de cadres. Les nervures délicates des feuilles des acacias jetaient des confettis d'ombres dansantes sur les ruches. Dans quelques jours, les arbres seraient couverts de grappes de fleurs blanches telles des cascades d'argent, et les abeilles s'enivreraient de leur précieux nectar. Le miel d'acacia que l'on mettrait alors en pot serait un véritable concentré de soleil, doré et sucré.

Elle esquissa un sourire. Oui, elle en avait traversé, des étés... Un de plus, un seul, elle n'en demandait pas davantage.

## Abi : 2017

Je me suis perdue. Me voilà perdue au beau milieu de la France, comme dit la chanson que je n'arrive pas à me sortir de la tête tandis que je marche le long de la route. Je m'arrête un instant pour essuyer, d'un coup de manche, mon visage ruisselant de sueur. La route sinueuse qui borde un précipice offre un paysage dont je n'ai pas à me plaindre : un patchwork de champs verts et dorés s'étend à perte de vue, ponctué çà et là de bosquets aux tons veloutés. Le ruban de satin d'un cours d'eau serpente au creux de la vallée.

Le calme de cette journée ensoleillée au cœur du territoire français correspond parfaitement à l'idée que je me faisais de la retraite de yoga dont Pru m'avait parlé. Un soir, alors qu'on repliait nos tapis et remettait nos chaussures après la séance hebdomadaire du jeudi, Pru avait agité une brochure devant moi.

— Regarde, c'est exactement ce qu'il te faut, ça, Abi. Je te lis : « Au printemps, une semaine de yoga, de méditation et de pleine conscience dans la campagne française ».

Je m'étais abstenue de lui faire remarquer que, depuis deux ans, j'avais à peine quitté mon appartement et que, ces derniers mois, le trajet pour assister aux cours de yoga représentait ma seule sortie de la semaine. Enfin... à part les rendez-vous à l'hôpital avec l'équipe de kinés et de psychothérapeutes chargée de recoller les morceaux de mon être en lambeaux.

Mais cette retraite avait retenu mon attention. J'adorais la France. Ou disons plutôt que j'adorais l'idée que je m'en faisais parce que ce n'était pas comme si j'y avais déjà mis les pieds. Pas plus là-bas que dans n'importe quel pays étranger, d'ailleurs. Mais à l'école, le français était ma matière préférée, j'obtenais de bonnes notes et prenais un réel plaisir à me plonger dans le monde parfait de « Papa, Maman et Marie-Claude », avec leurs vies bien rangées telles qu'on nous les présentait dans les manuels. Et puis, il fallait absolument que je reprenne ma vie en main, ce qui commençait par sortir de chez moi. Voyager avec Pru me faciliterait la tâche. On avait tissé des liens autour d'une tasse de thé à la cannelle lorsqu'elle avait commencé les cours de yoga, pour l'aider à se remettre de son divorce. Son sens de l'humour me plaisait et elle ne passait pas son temps à cancaner, ce qui m'aurait vite agacée. J'en avais donc déduit qu'elle ferait une bonne compagne de voyage. On s'est mises d'accord, le soir même, on s'est inscrites toutes les deux et on a même réservé nos billets d'avion dans la foulée. Impossible de faire machine arrière, une envie qui m'a pourtant prise aux tripes la seconde où tout a été confirmé.

Et aujourd'hui, je me retrouve sur cette route goudronnée, brûlante. Ça m'apprendra à céder à une impulsion folle, tiens ! On s'en mord toujours les doigts. J'erre à travers les vignes en remontant la colline. Je trouve que toutes les parcelles de vigne se ressemblent, même s'il faut bien reconnaître que je suis entourée de beauté, avec cette lumière dorée sur les feuillages luxuriants, en contraste avec des pieds d'un bois qu'on dirait mort, aux veinures tourmentées.

Toute la beauté du monde ne saurait cependant me faire oublier ma colère envers Pru. Il faut que je ressasse, que je me sente encore un peu bouillonner intérieurement. Franchement, m'abandonner comme ça, elle exagère ! C'est ma psy qui serait contente : elle me répète à l'envi que la colère fait partie du processus de reconstruction. Donc, au moins, je ressens

quelque chose, c'est déjà ça. Quant à savoir si c'est un bon signe ou pas, ça...

Et dire que la brochure de la retraite parlait de sérénité et de réalisation de soi ! J'avance d'un pas lourd. Bon, en réalité, je n'en veux pas vraiment à Pru. Un tas de personnes, moi la première, auraient probablement fait la même chose. Comment refuser un bon bain et un bon matelas, avec en bonus un bel Hollandais pour vous tenir chaud au lit ? C'est tentant, évidemment. Voilà, je suis jalouse en fait, rien de plus. Mais j'ai le droit d'être vexée.

Elle l'a rencontré le lendemain de notre arrivée, dans la file d'attente des toilettes à midi. Elle a été rapide en besogne, la petite Prudence. Elle porte mal son nom, d'ailleurs. Apparemment, elle a tout de suite senti quelque chose passer entre eux. « Une âme sœur », m'a-t-elle dit textuellement en revenant s'asseoir près de moi. Je n'ai pas pu me retenir et j'ai rétorqué du tac au tac :

— Tu vois une âme sœur dans un type qui a eu le même besoin naturel que toi de se soulager après avoir ingurgité un plat de lentilles épicées ? Excuse-moi, mais il y a plus romantique.

— Il vient de prendre une chambre dans un gîte, pas très loin, m'a-t-elle répondu en ignorant ma remarque. Il paraît que c'est génial, là-bas, avec un jacuzzi et ta propre salle de bains.

— En effet, comparé à la douche en béton toute moisie, agrémentée d'un vieux pansement infâme resté collé dans un coin, il n'y a pas photo, je te l'accorde.

On était arrivées trois jours auparavant, en soirée. La plupart des autres étaient déjà installés, leurs tentes montées, leurs territoires marqués, ils avaient pris possession des lieux. Un des assistants, un type en tee-shirt déteint et crâne reluisant, nous a désigné l'endroit où planter notre tente. De toute évidence, il s'agissait du dernier emplacement disponible, celui dont on dit qu'il est « pratique pour aller aux

toilettes ». Monter la tente nous a pris un moment, on a galéré pour trouver comment fixer les tiges de la structure. Et comme le sol était dur comme de la pierre, pas facile d'enfoncer les petits pieux à coups de marteau. Finalement, on a réussi à assujettir trois tiges sur les quatre, la dernière étant clairement moins résistante. La corde de devant et celle de l'arrière étant bien tendues, on s'est dit que ça tiendrait. Il n'y a pas un souffle de vent, de toute façon. Le temps est magnifique : sur ce point, la brochure n'avait pas menti. Les nuits sont fraîches mais le soleil matinal réchauffe vite l'atmosphère et à midi, on étouffe déjà.

Soudain, je bondis. À quelques pas de moi, quelque chose bouge et j'aperçois un filament noir et jaune qui s'éloigne. Un serpent dans l'herbe. Ce sont les plus dangereux, il faut que je fasse attention. J'inspire profondément puis expire lentement, comme ma psy m'a appris à le faire lorsque je reconnais chez moi certains signaux de panique. *Calme-toi*. Il faut garder le contrôle, c'est ça la clé. Ne pas laisser ressurgir les souvenirs. Avec le temps, ça ira mieux. Voilà ce que tout le monde me répète en boucle.

En haut du plateau, la route redevient plate avant une nouvelle côte, plus douce cette fois-ci. Je marque une pause pour reprendre mon souffle, une main enroulée autour d'un fil qui dépasse de la couture de ma chemise. Je repars tranquillement, sans me presser. Un coup d'œil à ma montre me dit qu'il est 18 heures. Au centre, le dîner doit toucher à sa fin, les portions de riz et de ragoût de légumes, suivies d'un fruit, auront été englouties à l'heure qu'il est. On est tous au régime détox là-bas. Pour l'instant, ces plats très sains ont surtout pour effet de rendre les gens irritables, de générer des maux de tête et des flatulences en veux-tu en voilà, sans parler des haleines ignobles (ça, c'est toxique !). En tout cas, je suis prête à parier que personne ne va prendre de poids pendant ces vacances. À moins que Pru et son Hollandais ne passent leurs

soirées à bâfrer dans leur gîte cinq étoiles. Je les vois d'ici, au lit, champagne, chocolats et tout le tralala.

Je continue mon chemin, obsédée par l'image d'un bon gros sandwich au bacon. C'est le genre de chose dont la plupart des gens en stage intensif de yoga n'oseraient jamais parler, mais je suis bien convaincue qu'eux aussi y pensent pendant les séances de méditation où l'on est censé se vider l'esprit. Ou peut-être suis-je la seule, qui sait ?

Notre première soirée m'a un peu déstabilisée, à vrai dire. Après que nous avons installé la tente, un dîner a été servi. On a suivi les autres stagiaires de la retraite et on s'est installées à une table. On voyait bien que tout le monde s'observait, même si certains s'employaient à avoir l'air parfaitement cool et en phase avec les principes yogiques. Pru avait revêtu une sorte de caftan flottant, un truc qui ne lui ressemblait pas du tout. La bataille avec cette satanée tente m'avait donné chaud, je me sentais poisseuse mais je n'avais pas pris la peine de me changer, toujours fidèle à ma chemise et à mon jean, l'uniforme que je porte pour dissimuler les cicatrices de mes bras et de mes jambes. Au-dessus des sangles de mes sandales, je sentais les moustiques commencer à m'attaquer les chevilles.

Ce soir-là, dans la tente, Pru éclata de rire quand je lui demandai si on avait le droit de zigouiller les moustiques ou si ça contribuerait à un mauvais karma. Armée de mon spray anti-moustiques, je n'attendis pas sa réponse et préférai opter pour une nuit sans piqûres. Je ne parle même pas d'une nuit de sommeil, parce qu'avec le courant d'air glacial qui traversait la tente, les démangeaisons aux chevilles et la porte des toilettes qui claquait toutes les cinq minutes, je dus y renoncer. Lorsque le soleil s'est levé, j'étais épuisée et de mauvais poil. Je venais enfin de m'endormir quand le coq de la ferme d'à côté s'est mis à chanter.

Je passe devant une petite maison en bord de route. Soudain, un chien fait irruption devant moi en aboyant furieusement. La frousse me fait chanceler et dans mon cerveau, les plombs

sautent de nouveau. Panique. Dieu merci, entre le clébard et moi, il y a un grillage. Cet endroit est décidément dangereux, avec serpents et chiens enragés.

Les frottements de sandales ont fait naître une ampoule sous un de mes talons, il faut que je m'arrête pour desserrer la lanière de ma chaussure. Mes mains tremblent encore après la rencontre avec ce foutu chien. La peau est à vif, je vais m'amuser pour faire le chemin inverse et rentrer au centre à pied ! Je ne sais même pas où je suis ni la distance que j'ai bien pu parcourir. Sur la crête, on distingue une croix en fer forgé. Je la rejoins à cloche-pied et m'assois à son pied, dans l'herbe (après avoir vérifié qu'aucun serpent ne rôdait dans les parages). À côté du monument, il y a une pancarte : *Sainte-Foy-la-Grande : 6 km*, et un autre panneau, bleu celui-ci, avec une coquille jaune. Je reconnais le symbole indiquant l'itinéraire du pèlerinage dont Pru n'arrêtait pas de parler l'autre jour au petit déjeuner, guide de voyage en main.

Je repense à la discussion de ce matin dans la salle de méditation, sur le thème du karma : on récolte ce qu'on sème. J'ai dû me retenir pour ne pas jeter un regard noir à Pru, mais ça n'aurait pas été bon pour mon karma, alors j'ai préféré m'en tenir à la bonne attitude. Elle était assise deux rangs devant moi avec son Hollandais. Quand elle m'a fait signe de venir m'installer sur les coussins près d'elle, j'ai secoué la tête. *Non merci, épargne-moi ta pitié et je n'ai pas envie de tenir la chandelle, merci bien.* Les jambes croisées sur mon petit coussin violet, je n'ai pas tardé à avoir mal aux genoux et à ressentir des fourmis dans le pied. Pourtant, deux ans après un accident, on pourrait penser qu'avec toutes les séances de kiné et les exercices d'étirement, les choses se seraient remises en place. J'ai fermé les yeux pour ne plus voir Pru se retourner toutes les cinq minutes vers moi avec un grand sourire aux lèvres. Elle essayait sûrement d'être gentille, mais dans l'état d'esprit qui était le mien, je ne voyais qu'un sourire de suffisance.



Comment les gens font-ils pour rester assis sans bouger si longtemps ? Impossible de me sentir à l'aise dans cette position. J'ai commencé à m'agiter, physiquement et mentalement, à me mettre à cogiter, alors que j'étais censée me vider l'esprit. Pourtant, je n'ai aucune envie de me mettre à réfléchir.

Je commence à me dire que la méditation, ce n'est pas mon truc. Cet après-midi, on est partis en balade méditative, une balade en pleine conscience (et pas une balade d'introspection, comme je le fais, moi). Dans les prés qui entourent le centre, on apercevait un tas de personnes en pleine déambulation méditative, errant comme des zombies, concentrées sur chaque pas pour « rester dans l'instant présent », comme on nous l'avait recommandé. Les premières minutes se sont plutôt bien passées jusqu'au moment où j'ai croisé Pru flanquée de monsieur Pays-Bas, le tandem parfait. J'ai changé de direction et me suis engagée dans un petit chemin entre les arbres. D'un seul coup, la présence de ces gens qui marchaient au ralenti m'a paru insupportable. J'ai accéléré le pas pour laisser derrière moi la balade méditative.

Dans les bois, le soulagement a été instantané. Tout était plus frais, moins menaçant, moins exposé. Ça fait un moment que je n'ai pas eu de véritable crise de panique (merci les médicaments), mais là, j'avais bien senti ma gorge et ma poitrine commencer à se comprimer, ma tête commencer à cogner. Me retrouver enfin seule m'a fait du bien. Je n'ai pas l'habitude d'être constamment entourée de gens.

Je me demande combien de kilomètres j'ai parcouru. La borne ne m'aide pas franchement puisque je ne saurais pas du tout m'orienter. Bon, me voilà dégoulinante de sueur et avec une belle ampoule au talon. J'examine mon pied : une bulle opaque a gonflé sous la peau rouge. Pour penser à autre chose, je me venge sur un bouton de moustique à la cheville en le grattant sans retenue, jusqu'à faire couler le sang. Puis, adossée à la borne kilométrique, les jambes étendues, je contemple le paysage.

Des rangs de vigne partent dans toutes les directions et de-ci, de-là, les toits en tuiles rouges de quelques hameaux brillent sous le soleil de fin d'après-midi. Une légère brise souffle sur la colline à présent. C'est agréable, je relève le menton pour sentir l'air frais caresser mon cou trempé et mes joues en feu. Au moins, il n'y aura que de la pente à descendre maintenant. En suivant le sentier dans le sens inverse, je devrais retomber sur certains repères, voire une pancarte qui me confirmera la direction du centre.

En me mettant en route, je constate avec appréhension que d'énormes nuages noirs annonçant à coup sûr un orage se sont accumulés dans le ciel. Ils bougent tellement vite que je les vois tourner et se placer devant le soleil, transformant subitement la lumière dorée en un filtre d'un violet macabre telle une ecchymose. Un silence de mort est tombé d'un seul coup sur la campagne. Les mélodies d'oiseaux et les chants de cigales qui ont accompagné mon ascension ont cessé. D'une main posée sur la borne, je me redresse puis pose prudemment le poids de mon corps sur mon pied abîmé. J'ai intérêt à rentrer avant que l'orage n'éclate.

Soudain, le bruit d'un véhicule se fait entendre et une camionnette blanche s'arrête à ma hauteur. Contrairement à ce que j'imaginai, le chauffeur n'est pas un vieux Français à calvitie en chemise de corps mais une femme de mon âge, cheveux bruns noués en queue-de-cheval.

— Montez ! tonne-t-elle pour couvrir le bruit du moteur et des bourrasques de vent qui soulèvent déjà des tourbillons de poudre sur la route.

J'observe un instant le ciel désormais entièrement assombri. Est-ce qu'il y a des tornades dans cette partie du monde ? Je fais un vague signe dans la direction que je crois être celle du centre et m'adresse à la conductrice :

— J'allais juste vers...

Devant moi, les premières gouttes de pluie, lourdes, s'écrasent sur la route poussiéreuse. Celles qui tombent sur

mon visage sont tellement gelées que j'en ai le souffle coupé. Les épaules rentrées et les yeux fermés pour échapper à l'agression de la pluie, je saute dans la camionnette.

— Sara Cortini, ravie de vous connaître, me dit-elle en anglais. (*Mais comment se débrouillent-ils pour systématiquement repérer qui est français et qui ne l'est pas ?*) J'habite là-bas, venez vous mettre à l'abri chez moi et après, je vous ramènerai. Vous êtes où ?

— Au centre de yoga. Je m'appelle Abi Howes.

Sara fait un petit signe de tête, enclenche la première et la camionnette file sur le chemin rocailleux à toute allure pour arriver à destination avant que les éléments ne se déchaînent. Devant chez elle, on se précipite toutes les deux hors du véhicule en zigzaguant entre les gouttes grosses comme de la grêle, mais les quelques secondes qu'il faut pour rallier le perron de l'édifice en pierre suffisent à nous tremper jusqu'aux os. Autour de nous, je découvre un ensemble de bâtiments élégants perchés tout en haut de la colline.

— On est où, ici ? lui demandé-je tandis qu'elle referme la porte derrière nous et me passe une serviette pour que je m'essuie le visage et ma chemise.

— Bienvenue au château de Bellevue.