

BRISER LES CHÂÎNES DU SILENCE

Le monstre que personne ne voyait



Coleene Castillo

Coleene Castillo

Briser les chaînes du silence

Le monstre que personne ne voyait

© Coleene Castillo, 2026

ISBN numérique : 979-10-439-0432-5

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

À toutes celles qui se sont tues trop longtemps.

À ma mère, mon pilier inébranlable.

À ma sœur, ma guerrière.

À ma famille et mes amis, qui ont toujours été là.

Et à moi. Parce que j'ai tenu.

Note de l'auteure

Ce récit est vrai. Chaque mot, chaque souvenir, chaque larme rapportée ici appartient à ma vie réelle. Je n'ai rien inventé, rien embelli, rien adouci.

J'ai écrit ce livre depuis des nuits où le vide m'appelait, depuis des matins où je ne savais pas encore si j'allais tenir la journée. Je l'ai écrit parce que c'est tout ce que je savais faire : écrire pour survivre.

Si vous lisez ces pages et que vous vous reconnaissez dans mon histoire, sachez ceci : vous n'êtes pas seule. Ce que vous avez vécu à un nom. Et votre voix compte – même brisée, même tremblante, même murée dans un silence qui pèse des tonnes.

Ma voix a compté.

La vôtre aussi.

Préface

Je m'appelle Coleene, et il fut un temps où ma vie était teintée d'innocence, où chaque journée résonnait de rires insouciantes. Mais cette quiétude fut ébranlée par des ombres insidieuses, des ténèbres qui se sont infiltrés dans les recoins de mon existence.

Il était autrefois mon beau-père, une figure qui aurait dû représenter la sécurité et la bienveillance. Cependant, ses actes ont rompu le tissu de ma réalité, plongeant mon monde dans une obscurité déchirante. La douleur, la honte, la trahison – ces émotions tourbillonnaient en moi comme une tempête dévastatrice.

Ce n'est pas facile d'exprimer la douleur indicible de la trahison, de la violation de la confiance la plus fondamentale. Chaque mot que je choisis résonne comme une tentative de comprendre l'incompréhensible. Les souvenirs, souvent flous, émergent comme des cauchemars dans les moments les plus inattendus.

Pourtant, ce récit n'est pas simplement une plongée dans les ténèbres. C'est aussi l'histoire de ma résilience, de ma lutte pour retrouver la lumière. Dans chaque larme versée, dans chaque étape vers la guérison, je découvre la force qui sommeille en moi. Ce n'est pas un récit de victime, mais plutôt une ode à la survie, à la renaissance d'une jeune femme déterminée à transcender les cicatrices du passé.

Ce livre n'est pas une accusation. Ce n'est pas non plus un acte de vengeance. C'est quelque chose de bien plus fragile et de bien plus puissant à la fois : c'est La vérité. Celle que j'ai portée seule pendant trop longtemps, celle qui a failli m'engloutir, et celle qui, finalement, m'a sauvée.

Si ces pages peuvent aider une seule personne à se sentir moins seule, si elles peuvent donner à une seule voix brisée le courage de s'élever, alors toute cette douleur d'écrire aura eu un sens.

Ce livre est pour moi. Mais il est aussi pour vous.

Chapitre I – Mes premières pages

Mon histoire débute dans une famille où le deuil et l'amour vivaient sous le même toit. Mon père est décédé avant que je ne puisse prononcer son nom. Pas de souvenirs nets, pas de voix que je pourrais reconnaître. Juste des photos jaunies, et dedans, un homme qui me tient dans ses bras avec un sourire doux. C'est tout ce qu'il m'a laissé. C'est peu. Et pourtant, ça m'a manqué toute ma vie.

Ma mère, elle, est restée. Et c'est là que commence vraiment mon histoire.

Elle s'appelle Isabelle. Veuve jeune, avec deux petites filles sur les bras, elle n'a pas eu le luxe de s'effondrer longtemps. Elle a relevé la tête et elle a avancé. Pas parce que c'était facile. Parce qu'elle n'avait pas le choix, et parce qu'elle nous aimait.

Ma mère n'était pas parfaite. Elle était ferme, parfois dure. Mais juste. Elle nous a appris à nous tenir droites, à ne pas nous plaindre pour rien, à regarder les choses en face. Derrière cette carapace, il y avait un cœur immense.

Ma mère a été ma bouée.

Dans les moments où tout semblait trop lourd, trop grand, trop difficile à porter – elle était là. Pas toujours avec les bons mots. Parfois sans dire grand-chose. Mais là, physiquement, vraiment là.

Elle nous a portées, ma sœur et moi, bien au-delà de ce qu'une seule personne devrait avoir à porter. Elle a absorbé nos peurs, nos colères, nos chagrins. Elle a encaissé sans jamais nous faire sentir que c'était trop.

Et au milieu de tout ça, il y avait les câlins. Des milliers. Des câlins du matin, des câlins du soir, des câlins qui ne servaient à rien d'autre qu'à dire *je suis là, tu es en sécurité*.

Il y avait les "je t'aime" glissés entre deux portes, chuchotés avant de dormir, répétés jusqu'à ce qu'on y croie vraiment. Jusqu'à ce qu'ils deviennent le sol sous nos pieds.

C'est ça, ma mère.

Pas une héroïne de roman. Une femme vraie, avec ses forces et ses failles, qui a choisi chaque jour de se lever et de nous aimer du mieux qu'elle pouvait.

Nous étions trois. Elle, ma grande sœur Allison, et moi. Un petit noyau serré contre vents et marées.

Un an après la mort de mon père, Allison tombe malade. Elle a quatre ans. Le diagnostic tombe comme un coup : leucémie.

Moi j'en ai deux. Je ne comprends pas vraiment ce qui se passe, mais je sens que quelque chose de grave a changé dans notre maison. Les visites à l'hôpital, les aiguilles, les couloirs trop blancs – tout ça s'imprime en moi sans que je puisse mettre des mots dessus.

Allison, elle, se bat. Avec ses boucles d'or et ses yeux vifs, elle affronte tout ça avec une force qui dépasse son âge.

Elle devient, sans le savoir, mon premier modèle de courage.

Et puis, lentement, la rémission arrive. Les nuages se lèvent un peu.

On a traversé tout ça ensemble, ma mère, ma sœur et moi. Et malgré tout – malgré le deuil, malgré la maladie, malgré les nuits difficiles – mon enfance a aussi été remplie de rires. Ma mère savait faire ça : transformer les moments lourds en quelque chose de vivable. En quelque chose d'aimé.

C'est dans cette famille-là que j'ai grandi. C'est de là que je viens.

En ce qui concerne la scolarité, j'ai tout de suite aimé ça.

Pas par obligation, pas pour faire plaisir à ma mère – même si ses yeux qui s'illuminaient devant mes carnets de notes y était sûrement pour quelque chose. Non, j'aimais apprendre parce que chaque nouvelle chose que je découvrais avait le goût d'une petite victoire. Les mots, les chiffres, les histoires qu'on nous racontait – tout m'attirait. J'étais de celles qui lèvent la main avant même que la question soit finie.

Les premières étoiles dans les cahiers, je les collectionnais comme des trésors. Ma mère les regardait avec ce sourire discret qu'elle avait quand elle était fière mais qu'elle ne voulait pas trop le montrer. Ce sourire-là, je le cherchais. Il me

donnait envie de recommencer, d'aller plus loin, de faire mieux.

Mes enseignants ont compté pour moi. Certains plus que d'autres. Il y en a qui ont su voir quelque chose en moi et qui ont pris le temps de l'alimenter. Un mot d'encouragement au bas d'une copie, une remarque bienveillante devant la classe – ces petites choses ont construit quelque chose en moi. Une confiance fragile, mais réelle.

Et puis il y avait les amis. J'en avais beaucoup. J'étais de celles qu'on aimait bien, sans trop savoir pourquoi – peut-être parce que je riais facilement, peut-être parce que j'écoutais vraiment. La cour de récréation était mon royaume. Les jeux, les secrets chuchotés, les fous rires pour des bêtises qu'on avait déjà oubliées le lendemain – c'était ma vie, et je l'aimais.

À la maison, c'était pareil. Notre maison résonnait souvent. De musique, de disputes de rien du tout, de rires surtout. Ma mère cuisinait, ma sœur et moi on traînait dans ses pattes, et les repas du soir étaient des moments où on se retrouvait vraiment. Pas de grands discours. Juste nous trois, autour de la table, à parler de notre journée. Ces moments-là semblaient ordinaires. Aujourd'hui je sais qu'ils ne l'étaient pas.

Mon enfance a été traversée par des drames, c'est vrai. La mort de mon père. La maladie de ma sœur. Des absences, des manques, des questions sans réponse. Mais ces drames n'ont pas tout pris. Il restait de la place – beaucoup de place – pour la joie. Pour les matins où on n'avait pas envie de se lever et où ma mère tirait la couette en chantant faux. Pour les étés qui semblaient ne jamais devoir finir. Pour les petits bonheurs de rien, ceux qu'on ne voit pas sur le moment et qu'on mesure seulement des années après.

Aujourd'hui, quand je repense à cette période, je ne vois pas d'abord la douleur. Je vois une petite fille entourée, aimée, vivante.

Chapitre II – L’homme aux promesses

J’avais quinze ans quand il est entré dans nos vies.

Depuis toujours, je portais en moi ce manque – discret mais constant, comme une douleur sourde qu’on apprend à ignorer sans jamais vraiment y arriver. Je regardais les familles de mes amies avec leurs pères, leurs disputes du dimanche, leurs câlins du soir, et quelque chose en moi aspirait à ça. Pas grand-chose. Juste ça – un homme à la maison qui m’appellerait sa fille et qui le penserait vraiment.

Alors quand David est apparu, j’ai cru que c’était lui.

Je veux écrire son nom ici.

David.

Je veux l’écrire parce que pendant des années, ce nom m’a collé à la gorge.

Je ne pouvais pas le prononcer sans que quelque chose en moi se contracte, sans que la peur remonte d’un coup, intacte, comme si le temps n’avait rien effacé du tout.

Son nom avait ce pouvoir-là sur moi – celui de me ramener en arrière en une fraction de seconde, de me faire redevenir celle que j’étais quand j’avais peur de tout, peur de lui, peur de ma propre voix.

Alors je l’écris. Lentement. Délibérément.

David.

Parce que j’ai le droit de le dire. Parce que ce nom ne m’appartient pas à moi – il lui appartient à lui, avec tout ce qu’il a fait. Parce que le taire, c’était encore lui laisser quelque chose. Et je ne veux plus rien lui laisser.

Mais je vous préviens : c’est la dernière fois dans ce récit que je l’appellerai par son nom.

Plus tard, quand viendra le temps de raconter ce qu’il m’a fait, il me sera