

The book cover features a painting of a young woman with dark hair in a bun, wearing a white t-shirt and blue jeans, seen from behind. She is looking into a large, ornate, oval-shaped mirror. The reflection in the mirror shows a vast, surreal landscape with a winding river, distant mountains, and a sky with soft, pastel clouds in shades of blue, purple, and pink. The overall style is painterly and evocative.

# NOS FUTURS COMPOSÉS

Eugénie Aurange

EUGÉNIE AURANGE

# NOS FUTURS COMPOSÉS

© Eugénie Aurange, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-9143-6

# Librinova”

[www.librinova.com](http://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 Louise.

À la force de ton jeune courage,  
et à tous tes futurs que tu es en train  
de composer sous mes yeux éblouis.

Zoé

4 janvier 2024

Aujourd'hui j'ai pris une grande décision : démarrer ce journal de bord. Je vous explique !

C'était le forum des métiers au lycée (je suis en seconde et tout le monde s'est mis dans la tête qu'il faut ABSOLUMENT que l'on choisisse notre futur métier dès que possible, ce qui me paraît aberrant, mais passons). Nous avons donc eu droit à un défilé de parents en bonne et due forme, qui parlaient de leur métier comme pour nous convaincre de ne surtout pas le faire, et qui avaient l'air aussi ravis d'être là que des ados dans une maison sans Wi-Fi. Ils utilisaient un vocabulaire clairement non accessible aux moins de 40 ans, et des « vous voyez, quoi » dans toutes leurs phrases... *bin non justement on ne voit pas trop, et on n'a pas envie de voir.*

Je ne comprenais pas un mot sur deux, j'ai pensé que j'étais débile. C'était l'angoisse. Franchement, ils auraient voulu nous dégoûter de travailler plus tard, ils ne s'y seraient pas pris autrement. J'ai failli lever la main pour leur dire que

toutes façons, avec l'intelligence artificielle, leurs métiers auraient disparu dans dix ans, donc que ce n'était pas la peine de trop se fatiguer à nous expliquer. Mais après on m'aurait encore dit que je faisais du mauvais esprit, alors je n'ai rien dit (enfin je l'ai dit à Hortense qui était assise à côté de moi parce que c'était marrant quand même).

Après la réunion dans la grande salle, chaque parent devait s'installer à une table dans la cantine, et attendre qu'on vienne poser nos questions. Il y avait la queue au stand du père d'Oscar, qui présente le double avantage de travailler pour le PSG et d'être vraiment très beau (son père, hein, pas Oscar). Je ne sais pas bien lequel des arguments rameutait le plus de monde, mais toutes mes copines s'agglutinaient comme des mouches autour de lui, gros succès, bravo !

N'étant sensible à aucun de ces deux arguments, j'ai passé mon chemin et j'ai repéré la mère d'Achille, assise toute seule à une table. Elle est psychologue, et accessoirement très sympa, douce et calme. En discutant avec elle de son métier, j'ai appris qu'au-delà de recevoir les patients en thérapie, elle menait des travaux importants de recherche sur plein de domaines, pour mieux accompagner ses patients, mais aussi pour faire avancer la connaissance humaine sur le fonctionnement du cerveau, la gestion des émotions, ou les relations entre les personnes.

Depuis quelques mois justement, elle mène des travaux de recherche sur l'impact du « journaling » sur la psychologie sociale (j'ai retenu tous les mots !). Elle m'a expliqué que des chercheurs pensent que la santé des gens et l'équilibre des familles pourraient s'améliorer si chacun tenait un journal intime. Un vrai, hein, pas un relevé d'autosatisfaction, ou un miroir de Blanche-Neige pour se renvoyer l'image qu'on voudrait donner. Non, un vrai, rien que pour soi, tout

plein de sincérité et sans aucun tabou (elle a insisté sur ce point). J'étais scotchée, parce que ça paraît simple, mais personne ne le fait. C'est vrai, en fait, quand on y pense, c'est hyper genré comme truc : totalement tabou d'avoir un journal intime si on n'est pas une jeune fille, ou en tous cas une fille. C'est comme un aveu de faiblesse. Même moi, qui suis pourtant plutôt dans la cible, je ne suis pas certaine de pouvoir l'assumer, alors mes parents !

Ça m'a fait rire de les imaginer sortir leur petit carnet rose de sous leur oreiller, prendre leur stylo en cachette et confier leur peine de cœur style « Zoé n'a pas fait ses devoirs aujourd'hui je suis très contrariée bouhhh » !

Plus je l'écoutais me vanter cette pratique (à un moment j'ai vraiment cru qu'en fait elle vendait des carnets pour arrondir ses fins de mois, et qu'elle allait les sortir de derrière le bureau), plus je me disais « mais c'est vrai », et ça me donnait clairement envie. Je sentais une petite flamme dans ma poitrine qui me réchauffait doucement, ça ressemblait à de l'espoir. Parce qu'en ce moment, ça ne va pas très fort pour moi. Alors cette petite fenêtre ouverte, là, ça m'a fait du bien.

Donc ce soir, au dîner, pour une fois j'ai eu quelque chose à répondre à la question quotidienne de mon père « Alors, les filles, cette journée ? ». En temps normal, c'est ma sœur qui s'y colle, mademoiselle parfaite raconte sa journée parfaite, comme c'est dur ses études de médecine halala, et gentil Papa sourit à sa fille parfaite. Je ne sais pas pourquoi elle se donne du mal à raconter, en vrai mon père il pose la question mais j'ai pas l'impression qu'il écoute la réponse. C'est un truc de daron, ça, poser des questions et s'en foutre des réponses. Juste pour meubler. Bref. Là, j'ai pas laissé à Agathe le temps d'ouvrir la bouche. J'ai pris mon petit courage dans mes petites mains et j'ai raconté ma journée, enfin

surtout le journaling. Je n'y suis pas allée avec le dos de la cuillère, hein, tant qu'à faire je me suis lâchée. Je me suis surprise moi-même à réussir à faire un argumentaire construit (dommage que je ne sois pas notée parce qu'en vrai j'aurais cartonné). J'ai parlé avec mon cœur. J'ai parlé d'un refuge, d'une zone d'absence de jugement et de liberté totale. Franchement je pense que j'aurais pu convaincre un régiment de footballeurs dopés aux hormones mâles de tenir un journal à cœurs roses. À un moment j'ai cru que c'était moi qui devais vendre les carnets !

Rien que pour voir leurs têtes, ça valait le coup de se donner du mal. Franchement c'était hilarant.

Mon père est resté figé la bouche ouverte et la fourchette en l'air pendant tout mon monologue. J'ai limite eu peur qu'il en oublie de respirer.

Agathe m'a balancé une vanne en mode « Ha mais en fait elle parle », mais je voyais bien que je l'avais touchée, je la connais quand même miss parfaite, j'avais l'impression qu'elle était ébréchée comme un vieux vase, toute fragile et tremblante d'un coup. J'ai presque cru un moment qu'elle allait pleurer, mais ça c'est mon côté *Drama Queen*, j'en rajoute peut-être un peu à mon succès de scène.

Ma mère me regardait comme si j'avais annoncé que je voulais devenir médecin humanitaire au Gabon ET que je voulais changer de sexe... Je la voyais regarder tour à tour ma tête et mon assiette, et se demander si ce qu'elle avait mis dans la quiche y était pour quelque chose dans ce revirement subit, c'était hyper drôle.

Sur ma lancée, j'ai fini en leur disant que de toutes façons je ne savais pas pourquoi je me donnais du mal à expliquer à cette famille *tellement* genrée les bienfaits de l'écriture intime, aucune chance de les convaincre vu leur score stratosphérique sur l'échelle de Richter des préjugés, des stéréotypes et des clichés. Estocade finale !

J'ai replongé dans mon assiette comme si de rien n'était. Et j'ai savouré. (Ma victoire, hein, pas la quiche, qui du coup était froide).

Victoire parce que j'ai appris que parler pendant le dîner était en fait dans mes cordes. Que si le sujet m'intéresse, je peux convaincre. Qu'il y a des sujets qui m'intéressent (grande découverte, vraiment). J'ai aussi réussi à utiliser des mots de vocabulaire que je ne pensais même pas connaître, et sans me tromper. Franchement je suis fière de moi.

Si je suis sincère trois minutes (c'est le but donc allons-y), je crois que j'ai fait ça pour me donner le courage à moi-même de le démarrer, ce journal. Pour me convaincre moi-même, plus qu'eux trois. Parce qu'après ça, je ne peux pas décemment ne pas le faire. Or *ne pas faire*, c'est ce que je fais de mieux en général.

Donc, journal, me voilà. On va bien s'entendre toi et moi, j'en suis sûre. Ne me juge pas trop vite. Et prépare-toi à tout entendre, j'ai 15 ans et niveau prise de tête et mal-être, je suis au top.

Zoé

5 janvier 2024

« *Mais qu'est-ce qu'on va faire de toi ?* » : Cette phrase ponctue les paroles de mes parents comme une virgule. Comme un refrain à tous nos échanges, quel que soit le sujet ou l'ambiance. D'aussi loin que je me souviens, ils m'ont toujours répété cette phrase, comme un mantra, si bien que j'en ai perdu le sens, comme ces chansons écoutées tellement en boucle qu'on ne comprend plus les paroles.

Eux, ça les saoule que je dise « flemme » vingt fois par jour. Moi, ça me saoule qu'ils me répètent « qu'est-ce qu'on va faire de toi ? » à toute occasion. Un partout, balle au centre. Sauf que moi, en plus de me saouler, ça me blesse.

J'ai fait attention ces derniers temps, ils peuvent me dire ça parfois sur un ton humoristique, parce que je fais l'idiote ou sors une blague un peu douteuse (mais drôle hein !). Ils peuvent aussi me le dire de manière plus sérieuse, presque grave, et ça sonne comme une sentence. Si mes parents ne s'entendent plus