

COUJRONNÉE PAR MES CICALRICES



ISELA VALOMBRA

Isela Valombra

Couronnée par mes cicatrices

Du silence à la souveraineté

© Isela Valombra, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-8899-3

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.

Toute ressemblance avec des personnes réelles, vivantes ou décédées, est purement fortuite. Les événements, lieux et personnages décrits peuvent avoir été modifiés pour les besoins de la narration.

« j'ai cessé de vouloir guérir à tout prix. J'ai appris à régner avec mes blessures »

Prologue

Il m'a fallu des années pour comprendre que survivre, ce n'est pas vivre.

Pendant longtemps, j'ai avancé la tête haute, le cœur cabossé, les mains pleines de responsabilités, d'enfants à élever, d'hommes à aimer, de silences à avaler.

On m'a souvent regardée comme une femme forte.

Mais la vérité, c'est que j'étais surtout une femme en guerre.

En guerre contre l'abandon, contre le rejet, contre le manque.

En guerre contre moi-même parfois, quand je rêvais d'autre chose sans oser y croire.

Aujourd'hui, je n'ai plus besoin de prouver quoi que ce soit.

Je suis là. Vivante. En paix, ou presque.

Ce livre n'est pas un cri de douleur. C'est un chant de résilience.

Une offrande à toutes celles qui ont aimé trop fort, trop tôt.

À celles qui ont tenu bon.

À celles qui veulent se souvenir pour mieux s'envoler.

Ceci est mon histoire. Pas parfaite. Mais entière.

Et si tu lis ces lignes, sache que tu n'es pas seule.

Je t'écris comme on tend la main à sa sœur tombée au combat.

Chapitre 1 : L'Enfance à Contre-Courant

Entre éclats d'amours et faille invisible

Je suis la cadette, prise entre deux frères. Une fille au milieu, à la fois protégée et seule dans son genre.

Mon grand frère était déjà un mystère. Absent, même lorsqu'il était là. Il nous aimait peut-être, sûrement, en silence. Mais jamais il ne s'est vraiment interposé, jamais il ne s'est levé pour nous et ça, pour moi, la femme-amour que je suis devenue, ça a toujours été une trahison sourde.

Avec le temps, son silence est devenu distance, son retrait une forme d'égoïsme. Ce genre de comportement que je n'ai jamais toléré. Pas chez ceux qui prétendent aimer.

Et pourtant, avant que le cocon n'explode, ma vie était un bonheur simple, coloré, chaleureux. Une maison pleine de sourires, de plats qui mijotent, de musiques qu'on fredonne.

Mes parents étaient de bons vivants, des enfants-rois devenus amants. Ils aimaient raconter leur concert de Bob Marley comme d'autres parlent d'un mariage sacré. Les fêtes de famille étaient somptueuses, toujours remplies de rires, de chaleur et d'un amour qui s'exprimait surtout par les gestes et les cadeaux.

Les Noël's étaient féériques. Dans ces moments-là, je ne manquais de rien – ni de rires, ni de magie, ni d'attentions. Il y avait ce grand-oncle, un farceur tendre, qui m'offrait des chewing-gums à chaque visite. Toujours en mangeant la moitié du paquet devant moi, juste pour me contrarier. Et moi, du haut de mes quelques années, je bouillonnais... jusqu'à ce qu'il sorte discrètement un deuxième paquet de sa poche, celui qui apaisait ma colère d'enfant et faisait renaître le sourire.

Oui, j'ai été aimée. À leur façon. Par une famille qui savait donner sans toujours dire. J'ai grandi dans le confort matériel, mais aussi dans une forme de tendresse timide, déguisée parfois sous les rires ou les cadeaux.

Je suis le fruit de deux enfants gâtés, devenus parents sans jamais vraiment cesser d'être les enfants qu'ils étaient. Et pendant un temps, c'était beau. Vivant. Doux.

Mais l'enfance, parfois, ne dure pas.

J'étais la petite du milieu.

Celle qu'on ne laissait pas toujours entrer dans la chambre quand les parties de

Nintendo battaient leur plein. Mon grand frère, c'était ce héros silencieux, ce mur que je voulais escalader, ce mystère que je voulais comprendre. Mais il restait fermé. À double tour. Il nous aimait, j'en suis sûre. Mais son amour était muet, désengagé, comme si le monde lui appartenait seul et qu'il n'avait de comptes à rendre à personne.

Ce détachement s'est figé avec les années. Il est devenu une constante : il vit, il passe, mais il ne protège pas. Pour moi, c'est un abandon que je ne peux ni excuser ni ignorer car je suis faite de liens, et lui, de distance.

Puis est arrivé ce petit frère.

Un souffle neuf, une évidence. J'ai su, dès son premier cri, que je ne le laisserais jamais seul. Je me suis fait une promesse, une de celles qu'on ne trahit pas : le protéger, toujours. Et je l'ai fait.

Avec douceur, et parfois avec une violence que je ne contrôlais pas. Car je suis feu et glace. Ma colère est une déflagration, un tsunami. Mais mon amour, est tout aussi vaste, tout aussi indomptable.

Je l'ai vu grandir avec fierté, avec cette joie étrange d'être témoin et pilier à la fois. Il m'admirait. Il me disait souvent qu'il aurait voulu avoir mon caractère, cette force qui ne tremble pas. Il ne savait pas, à l'époque, que mes forces étaient nées de mes peurs, et que c'est en tremblant que j'ai appris à tenir debout sans vaciller.

J'ai souvent pris une place qui n'était pas la mienne. Ou peut-être que si. Je lui payais des cours particuliers, je colmatai les manques, je l'encourageais.

J'étais cette sœur-maman qui agit sans trop réfléchir, mais toujours avec le cœur en avant. Je voulais qu'il réussisse. Qu'il aime notre mère sans voir ses failles. J'ai maquillé l'absence, j'ai adouci l'ombre, j'ai mis de la lumière là où elle peinait à entrer.

Être élevée par une femme-enfant, ce n'est pas un conte doux. C'est une leçon d'équilibre constant. On grandit trop vite. On apprend à taire ses besoins, à éteindre sa propre lumière pour éviter d'en faire trop. Et surtout, on devient impassible, parce qu'il faut tenir, parce qu'il faut rassurer, parce que quelqu'un doit porter le poids invisible de la maison.

De cela, je n'avais pas encore conscience. Mais mon âme, elle, le savait. Et très tôt, j'ai été attirée par l'extérieur, par ce qui vibrait, par ce qui riait. Parce qu'à la maison, les rires s'étaient faits rares. Alors j'ai marché vers les autres, vers les possibles, vers les rencontres. La lumière m'appelait, j'avais besoin de vivre.

Chapitre 2 : La naissance du silence

Quand le monde bascule à huis clos

Oh, sentiment de liberté, quand tu nous tiens...

Je n'ai jamais été une enfant privée.

Je connaissais les règles. Je les respectais. C'était presque naturel chez moi : cette conscience des limites, cette capacité à jongler entre les attentes des autres et mes propres désirs. J'ai très tôt compris que la liberté se méritait. Qu'elle se glissait mieux dans les pas silencieux de la discipline.

Alors, j'ai grandi avec cette idée chevillée au corps : être irréprochable pour rester libre.

Au lycée, je combinai les cours et le travail, sans me plaindre, sans faillir. Le monde s'ouvrait à moi, et j'avais soif de le vivre. Les amis devenaient une seconde famille. Je riais, je sortais, j'explorais. Et dans ce cercle nouveau, j'ai rencontré un frère de cœur, un grand frère comme j'aurais voulu en avoir un de sang.

Il se souciait de moi. Me demandait comment j'allais. Me protégeait à sa façon.

Pour la première fois, je sentais qu'on veillait sur moi, sans que je doive porter le monde en retour. Ce lien m'a comblée. Il m'a encouragée. Il m'a renforcée. Il m'a aussi rappelée que la tendresse masculine pouvait être douce et constante, sans intérêt caché. Mais même les plus belles fratries se disputent parfois. Notre première dispute a été un choc. Une faille dans un monde que je pensais invincible. On ne s'est pas crié dessus. Non. C'était un silence. Un froid. Une absence. Et moi, je l'ai portée seule, cette distance. Je n'ai rien dit. Je ne voulais pas que notre groupe comprenne. Je voulais préserver l'image, protéger le lien, même s'il était déjà brisé de l'intérieur.

Certains ont compris, malgré tout. Et ils ont tout fait pour nous rapprocher à nouveau.

Et ça a marché. En apparence.

Mais avec le recul, je ne sais pas si je dois les remercier. Nos amis, avec leur insouciance joyeuse, ont tout orchestré. C'est lui qui devait conduire l'un des véhicules, et moi, naturellement, sa copilote. Tout le monde souriait. Tout le monde voulait croire au retour de l'harmonie.

La nuit avançait. L'ambiance était légère.

Il me propose de visiter les lieux – un hôtel privatisé pour l'occasion – sous

prétexte d'échanger enfin, à cœur ouvert. Et moi, je dis oui. Intérieurement, je suis soulagée, presque heureuse. Mais je reste droite. Ma posture, toujours. Je ne me suis jamais autorisée à trop montrer. Pourtant, j'avais confiance... Quelle erreur juvénile.

Dans la pénombre du premier étage, ce qu'il restait de notre lien s'est brisé à jamais. Je voulais m'éloigner, me défaire de ce faux frère devenu prédateur. Mais ma tête a rencontré le sol avant que ma volonté ne rencontre sa sortie. Et dans ce moment suspendu, il a franchi la ligne que je ne croyais même pas possible entre nous. Il a saccagé un territoire sacré. Il a forcé la porte d'un temple qui ne lui appartenait pas.

Il m'a ramenée à ma condition de femme, là où le rapport de force n'existe plus vraiment. Ou plutôt, il existe, mais il ne se discute pas : il s'impose, brutalement, définitivement. En tentant de remettre mes vêtements, il a lâché :

« Tu vas porter plainte ? »

Je suis restée figée. Une statue creuse. Une voix étouffée. Une absence dans ma propre chair. Il m'avait volé plus qu'un instant : il m'avait appris la leçon la plus amère de ma vie —ne jamais faire confiance.

Mais la nuit ne s'arrêtait pas là. Il fallait redescendre, reprendre ma place, sourire, faire semblant. Mon masque s'est remis en place sans que je le veuille. Mon masque s'est remis en place sans que je le veuille.

Si seulement j'avais eu mon permis...

J'aurais fui. Pris le volant, traversé la nuit, échappé au retour, au silence, au vide. Mais je n'avais que mes jambes pour m'éloigner. Et elles ne m'ont menée nulle part. J'ai tenté de me dérober, de ne pas remonter en voiture avec lui. Mais les autres ne pouvaient pas comprendre ce que moi-même je n'arrivais pas à crier. Alors j'ai fait ce que je savais faire : composer. J'ai souri. J'ai tenu debout. J'ai encaissé.

Je n'ai pas dormi pendant des jours.

Cet événement a marqué un tournant invisible mais radical.

Ce soir-là, une partie de moi est morte. Et une autre est née.

Réussir pour oublier

Une fille différente, moins naïve, moins accessible, moins douce peut-être – mais plus forte dans ses silences. À chaque remarque sur mon changement d'attitude, j'ai menti.

À chaque sourire que l'on attendait de moi, j'ai répondu par un éclat de rire aussi violent que la détresse que je ressentais. Je me suis mise à fumer des joints. Pas pour faire comme les autres, non. Pour m'éteindre doucement, pour flotter