
UNE
PANDÉMIE
DE
BIENVEILLANCE
LORELEÏ NOTE

Loreleï NOTE

Une pandémie de Bienveillance

© Loreleï NOTE, 2026

ISBN numérique : 979-10-439-2097-4

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.

Chapitre 1

– Vous avez été choisi –

Bronte, Sydney, Nouvelles Galles du Sud, Australie.

𝄢 Soan

Il est 7h15 du matin. Ma session de surf s'achève. Ma planche sous le bras, je remonte la plage pour récupérer ma serviette. Je la plante à la verticale dans le sable, me sèche rapidement et commence à enlever ma combinaison. C’est à ce moment-là qu'un vrombissement déchire le silence matinal.

Je lève les yeux. Juste au-dessus de ma tête, un petit avion enchaîne les acrobaties, laissant derrière lui de longues traînées blanches. Intrigué, je suspends mon geste, ma combinaison à mi-corps. Les lettres commencent à prendre forme dans l'azur : « U... 'Ve... BIN... »

Je m'assois sur le sable, le regard rivé au ciel, pour attendre la fin du message : « ... CHOSN ». Vous avez été choisi.

Aussi vite qu'il est apparu, l’appareil vire de bord et disparaît à l'horizon. Le silence retombe. Je reste immobile, les yeux levés, guettant un signal, un second passage, n'importe quoi. Rien. C'est absurde. Je balaie la plage du regard : elle est totalement déserte. Pourquoi un avion délivrerait-il un tel message à une heure pareille, sans le moindre public ? Un vol d'entraînement, peut-être ?

Faute d'une meilleure explication, je m'en tiens à cette hypothèse rationnelle, sans parvenir pour autant à chasser ce sentiment d'étrangeté.

Ma serviette sur les épaules et ma planche sous le bras, je prends le chemin du retour. Ma maison surplombe la plage ; un sentier dérobé mène directement au fond du jardin. En poussant le petit portail en bois blanc, je jette un dernier regard vers le ciel. Du message, il ne reste déjà plus que de minces traînées gazeuses qui se dissolvent dans l’azur.

Je hausse les épaules, entre chez moi et file directement sous la douche. Sous le jet d’eau chaude, mon esprit tourne à plein régime. Impossible d'oublier la scène qui vient de se jouer. C'est quoi ce bordel ? Un drôle de pressentiment me titille, sans que je parvienne à savoir s’il est bon ou mauvais.

Une fois séché, j'enfile une tenue confortable et descends à la cuisine. Après une session de surf, j'ai toujours une faim de loup. Au pied de l'escalier, mon regard se pose sur le courrier de la veille, encore scellé sur la console de l'entrée.

Je le ramasse au passage. Je pose machinalement les enveloppes sur le plan de travail et lance mon café.

Pendant que la machine ronronne, les gestes s'enchaînent en pilotage automatique. Je glisse deux tranches de pain dans le grille-pain, extirpe le jus d'orange du réfrigérateur et attrape des fruits dans le panier, les jette avec le jus d'orange dans le blender que je mets en route. Profitant du vacarme vibrant du robot, je saisis une fraise, belle et charnue, et la croque à pleines dents tout en commençant à examiner le courrier.

Une enveloppe noire, totalement vierge, glisse du tas que je suis en train d'éplucher. Je fronce les sourcils et éteins le blender. Je décachette l'enveloppe et en sors un carton d'un noir brillant, bordé de fines lignes dorées. Aussitôt, je m'étouffe. Le morceau de fraise passe de travers. Je crache et tousse pour survivre à ce stupide accident domestique, les yeux rivés sur le carton que je viens de retourner.

Une inscription y est gravée en lettres d'or : « VOUS AVEZ ÉTÉ CHOISI ».

Je lâche la carte comme si elle venait de me brûler les doigts. *Qu'est-ce que... c'est quoi ce bordel ?*

Une vague de panique me submerge. Mes doigts picotent, mon estomac se noue avec cette sensation vertigineuse de rater une marche dans un escalier sombre. Mon pouls s'emballe, ma respiration devient courte. Un frisson parcourt ma colonne vertébrale, tandis que mes jointures blanchissent sous la pression de mes poings serrés, dans un mélange de colère et d'angoisse.

Mes yeux balayent la cuisine sans savoir quoi chercher de précis ; l'indice d'une intrusion, peut-être. J'ai toujours pris des précautions pour préserver ma tranquillité et mon anonymat. *Comment quelqu'un a-t-il pu trouver où je vis ?* Je me dirige rapidement vers une des fenêtres de la cuisine qui, un peu à l'abri de la végétation, me donne une vue unilatérale sur le jardin. Ces fenêtres ogivales au vitrail coloré ont le double avantage de fournir une lumière irisée atypique et de pouvoir voir sans être vu. Ça a le mérite d'avoir plus de classe esthétique qu'un judas ou une caméra.

Je ne distingue rien d'étrange ou d'alarmant. Pas de mouvement suspect, la grille est bien fermée. Par souci de rigueur, je fais le tour des pièces pour vérifier que toutes portes et fenêtres sont bien fermées. Rien. Personne. Les verrous n'ont pas bougé. Je relâche enfin la pression.

— Oooouuuuh !!! Pffff !!!

Je soupire bruyamment pour ordonner à mon cerveau de cesser immédiatement ce chaos émotionnel. Je reviens vers l'îlot de la cuisine, me sert

un verre de smoothie et le descends d'un trait, comme d'autres prendraient un shot de vodka. Et là, tout à coup, me vient une image qui désamorce ma paranoïa : le grand Soan, idole consacrée, paniqué par un morceau de carton noir dans sa cuisine. *Si les tabloïds me voyaient avec mon smoothie à la main, buvant pour oublier, comme si ma vie en dépendait, je pourrais dire adieu au mythe ... et à ma carrière, tiens !*

Je laisse la carte à l'abandon sur le comptoir. Je récupère mes toasts, ma tasse de café, le miel et les couverts, que je dispose cérémonieusement sur un plateau. « *Décision est prise : je reprends le contrôle et j'oublie ces conneries pour l'instant. Si c'est pas trop demander, j'aimerais prendre mon satané petit-déjeuner en paix ! »*

Je pousse la porte, traverse la terrasse et descends les quelques marches qui mènent au jardin, tout en marmonnant un ultime juron contre ce maudit bout de carton, venu bousculer ma quiétude matinale. Je pose le plateau sur la table en fer forgé blanc un peu plus brusquement que je ne l'aurais voulu et m'assieds sur la chaise assortie. Le confort de la galette d'assise ronde et vivement colorée – souvenir d'un voyage en Inde —, et la douce fraîcheur de l'herbe sous mes pieds nus m'offrent un répit salvateur. Je ferme les yeux et prends une profonde inspiration afin d'évacuer ma contrariété. Objectif : recentrer mes sens dans le moment présent et profiter de mon petit-déjeuner.

Je respire l'odeur du café, mêlée à celles du jardin : arbres, fleurs et plantes aromatiques. J'inspire et expire lentement, tentant de retrouver la sérénité qui m'accompagne habituellement à cette heure matinale. Je porte mon regard vers l'océan en contrebas, puis m'applique à étaler le miel sur mes toasts avec une précision cérémoniale.

Enfin, je goûte. Mon café, mon toast. Et finalement, la détente s'invite à nouveau à ma table.

Toutefois, je me berçais d'illusions en espérant oublier ces deux événements aussi déroutants qu'incongrus. Ce message, identique mot pour mot, et reçu deux fois en l'espace d'une trentaine de minutes, ne peut pas être une coïncidence. *M'est-il destiné personnellement ? Et si oui, qu'est-ce que cela veut dire ? Dans le cas contraire... alors quoi ? Est-ce une publicité pour un gourou New Age ? L'ouverture événementielle d'un nouveau club en ville ? Ou quoi encore ?* Tout ce que je peux affirmer, c'est que cela me questionne sérieusement. Je finis rapidement mon petit-déjeuner. Puis, je décide d'appeler mon agent pour mener ma petite enquête.

— Hey, Becca, c'est Soan. J'ai une question : est-ce qu'à ta connaissance, un

évènement spécial et médiatique se prépare ?

— Salut Soan. De quoi parles-tu ? Non, je n'ai pas d'infos particulières. Pourquoi ?

— Ok, donc, tu n'as pas reçu une enveloppe noire avec un carton d'invitation à l'intérieur ? demandé-je en éludant sa question.

— Non, mais... Qu'est-ce qui se passe ?

— Ok, ça ne fait rien, ne t'embête pas ! Merci quand même, je te rappelle.

Et je raccroche sans lui laisser le temps de répondre. Je rentre dans la cuisine, mon plateau en main, nettoie la vaisselle tout en continuant à retourner le problème dans tous les sens. Puis, je me dirige en hâte vers la bibliothèque et allume mon ordinateur. Je saisis la phrase « vous avez été choisi », dans la barre de recherche.

La Toile ne me renvoie que des critiques de bouquins, synopsis de films, slogans publicitaires ou articles religieux. Rien qui n'ait le moindre rapport avec ce mystérieux morceau de carton noir. Je tente une autre recherche combinant l'avion et l'inscription céleste : chou-blanc.

Frustré, je fixe l'écran de mon PC, comme si j'espérais qu'il cède à ma ténacité et m'offre enfin une explication rationnelle. La vibration de mon téléphone me sort brusquement de ma léthargie. Le prénom de Roxane s'affiche. Mon ex-femme. Elle est partie avec nos enfants en Nouvelle-Zélande pour les vacances. Malgré le divorce, notre relation est restée très amicale ; nous avons toujours priorisé le bien-être des petits.

Je décroche. Après les banalités d'usage et les nouvelles de leur séjour, elle décèle immédiatement mon malaise.

— Soan… Tu as l'air préoccupé. Tout va bien ?

— Oui, je réponds après une légère hésitation.

— Menteur. Qu'est-ce qui se passe ?

Je lui raconte alors les récents événements. Roxane perçoit la préoccupation sous-jacente dans ma voix.

— Détends-toi, c'est probablement un coup de pub. Dans un cas comme dans l'autre, soit tu n'en entendras plus parler, soit tu en sauras plus dans les jours qui viennent.

Elle utilise cette voix apaisante et raisonnable qui sait si bien faire redescendre la tension dans mes épaules. Un vrai massage verbal.

— Tu devrais sortir pour te changer les idées ou te remettre à ton projet d'écriture, enchaîne-t-elle. Fais quelque chose pour t'occuper l'esprit, sinon tu

vas ruminer et tourner en boucle. Et tu sais pertinemment où ça te mène… Bon, allez, on se reparle bientôt. Les enfants t'embrassent. Ils sont partis en randonnée, mais ils t'appelleront demain. Bonne journée, Soan. Et pense à ce que je t'ai dit.

— Oui, merci Rox. Bonne journée à toi aussi.

Je raccroche, un peu plus serein. Je décide de suivre son conseil et tente de me focaliser sur mon texte, mais l'inspiration me fuit. Impossible de rester concentré. Ces quatre mots dorés vampirisent mon esprit.

Finalement, je choisis de sortir pour aller marcher sur la plage. Sur le chemin du retour, l'estomac dans les talons, je m'arrête pour déjeuner dans un petit restaurant au bord de la route.

Lorsque j'entre, une clochette tinte délicatement au-dessus de la porte. Il ne faut pas trente secondes pour que l'atmosphère décontractée du lieu se fige. Et moi avec. Un frisson de malaise me traverse. D'abord un, puis deux, puis trois clients tournent mécaniquement la tête dans ma direction. Leurs regards se fixent sur moi. Ils me reconnaissent. Comme une traînée de poudre, l'information se propage dans un silence de bibliothèque. Les têtes pivotent, les coudes se bousculent pour inciter le voisin à regarder. Le scoop s'ébruite sans un mot, dans un mutisme de plomb.

Instinctivement, j'ajuste mon Stetson pour ombrager mon visage, je baisse la tête et rentre les épaules. Quel optimisme naïf... Mon corps se tend à mesure que s'effondre mon projet de déjeuner incognito. Tel un sonar sous-marin, mes yeux scannent la salle, évaluant mes chances entre la fuite et le combat, tandis que ma main gauche amorce une danse épileptique le long de ma cuisse.

C'est à ce moment-là qu'elle s'approche, coupant court aux regards indiscrets.

La serveuse me tend le menu avec un sourire qui n'a rien de commercial. C'est une femme d'âge moyen, gironde, mais qui se déplace avec la légèreté surprenante d'une danseuse. Ses yeux marron clair, presque dorés, plantent dans les miens un regard d'une grande lucidité, immédiatement rassurant.

— Bonjour et bienvenue !

Elle s'incline légèrement, esquissant l'amorce d'une révérence pour m'inviter à la suivre vers une table plus isolée.

— Par ici, monsieur, dit-elle d'une voix légèrement rauque.

Un accent français. Sa bienveillance et son calme agissent instantanément comme un bouclier entre la salle et moi.

Voyant le début du service se mettre en place, je n'essaie pas d'engager la conversation, mais je l'observe attentivement. Sa présence dans ce restaurant

m'intrigue. Ici, le personnel étranger est habituellement constitué de jeunes étudiants ou de backpackers en congé sabbatique. Elle, elle ne ressemble ni à une locale, ni à une touriste. Elle semble à la fois déplacée et parfaitement à sa place.

Mais le plus stupéfiant reste la simplicité de son attitude à mon égard. D'ordinaire, les gens – même les étrangers – finissent toujours par me reconnaître. Il y a immanquablement un changement de comportement, un micro-indice qui les trahit. Chez elle, rien. Pas l'ombre d'une réaction autre que celle d'une professionnelle qui accueille un client. Pas d'œil rond, pas de sourcil relevé, pas de mouvement suspendu, pas de bouche en « O ». Rien. Si ce n'est un éclair de perspicacité fugace dans son regard, qui l'a immédiatement conduite à m'attribuer une table en retrait, à l'abri des curiosités appuyées.

En captant la tension de la pièce, elle a fait le choix de se moquer de l'excitation générale pour se focaliser uniquement sur mon inconfort. Elle m'a simplement offert ce regard bienveillant, une invitation muette à m'asseoir, et une attention en tout point identique à celle qu'elle offre à chaque client franchissant la porte au son cristallin de la clochette. C'est la posture qu'elle a choisie d'adopter : ce don rare de vous donner le sentiment d'être vu, de compter. Un hochement de tête et un sourire reconnaissant de ma part scellent notre accord muet.

Mais il est tout aussi bien possible qu'elle ignore que je suis un acteur célèbre. Et je dois admettre que c'est sacrément rafraîchissant d'être traité comme n'importe qui, pour une fois.

𝄞 *Moïra*

Il n'y a pas encore beaucoup de monde à cette heure. Je papillonne de table en table lorsque le carillon de l'entrée retentit. Je me retourne et je le vois entrer. Il a l'air mal à l'aise, les épaules légèrement rentrées, un Stetson vissé sur la tête et des lunettes de soleil aux verres fauves translucides. L'homme est beau, impressionnant.

Tel un radar en alerte, son regard balaie les profondeurs de la salle à la recherche d'un coin tranquille.

C’est à cet instant que je perçois la cassure. Une effervescence monte en puissance à mesure que les clients l'identifient. Dans un silence monacal, les regards convergent, les coudes s'enfoncent discrètement dans les côtes des plus distraits. Une onde bourdonnante sature l'air, témoignant d'une tension palpable.

Et là, je la vois. Son appréhension.

Trahie par sa pomme d’Adam qui tressaute, le pincement furtif de ses lèvres qu’il humecte aussitôt du bout de la langue. Sa main gauche tressaille nerveusement à plusieurs reprises le long de sa cuisse tandis que son regard me cherche. Il semble pester intérieurement contre lui-même, réévaluant à la baisse ses chances de passer inaperçu. Devant son hésitation, j’attrape l'audace par le bras et m'empresse de l'accueillir, arborant mon sourire le plus chaleureux.

— Bonjour et bienvenue !

Je masque la moindre trace de surprise.

— Par ici, monsieur. Ma voix se fait feutrée pour l’inviter à s’isoler.

D'un geste ample du bras, paume vers le haut, je l'invite à me précéder vers un box en retrait au fond de la salle, non loin des cuisines et de la sortie de service. Juste au cas où une évacuation discrète s'avérait nécessaire. Je reçois sa gratitude muette : un regard pénétrant, un hochement de tête appuyé et un sourire reconnaissant. Il s’installe, dépose son Stetson sur la banquette à sa gauche avant de déployer le menu.

Je dépose une carafe d’eau fraîche, esquisse une légère révérence et me retire pour m'occuper des autres tables.

Cet échange muet, d’une incroyable éloquence, me laisse la sensation d'une connexion presque surnaturelle. Un frisson me parcourt l'échine. Mon pouls s'accélère. Une bouffée de chaleur soudaine m’oblige à me réfugier dans la réserve pour m’éventer, les joues en feu.

— Les aléas de la « vieilleté »... me murmuré-je avec un sourire amusé.