

Sandrine Deluard

INCONSOLABLE ET HEUREUSE

Et si tout était en nous ?



Sandrine Deluard

Inconsolable et heureuse

Et si tout était en nous ?

© Sandrine Deluard, 2024

ISBN numérique : 979-10-405-4999-4

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.

« Il ne faut pas se consoler, la vérité c'est d'être inconsolable et heureux »

Henry Bauchau

À mes enfants, vous êtes mon courage, mon bonheur, mes essentiels.

PARTIE I :
L'ANNONCE

Chapitre 1

Julien, le 20 janvier 2022 à Paris

*« Les autres mettent des semaines et des mois pour arriver à aimer.
Moi, ce fut le temps d'un battement de paupières »*
Albert Cohen

Il est 3h35 exactement quand d'un bond, suffoquant, transpirant, Julien se réveille. Ce cauchemar, il l'a déjà fait souvent mais jamais avec une telle intensité, un tel sentiment de réalité. Ils sont là, ils l'encerclent, menaçants... Il est seul, totalement seul. Le feu qu'il avait fait pour préparer son dîner et se réchauffer avant de s'endormir s'est éteint. Plus rien, pas une braise pour apporter la moindre lueur, uniquement cette nuit intense que seule la forêt dans son extrême densité sait créer. Tous les yeux brillent dans la nuit, perçants à faire défaillir. Surtout ne pas bouger, ne pas respirer, Julien sent son cœur s'emballer, des gouttes de sueur perler sur son visage et en même temps un froid glacial s'emparer totalement de son corps et de son esprit, figés. Il se surprend même à penser... « peut-être est-ce cela une sueur froide ? » ... Loufoque cette pensée à ce moment précis !

Ils sont huit, dix, douze, plus peut-être impossible de compter. Lentement ils s'approchent, les loups vont attaquer, ça en est fini de cette vie... Non, impossible, pas maintenant, pas déjà, pas comme ça. Julien doit s'enfuir il fait un cauchemar, il le sent... Grâce à la force de son esprit, il parvient à se réveiller... Juste avant l'attaque.

Julien se dirige machinalement vers la salle de bains pour s'asperger le visage d'eau froide puis, tout aussi machinalement, descend dans la cuisine se servir un verre de lait. Ce rituel il le connaît désormais si bien, ces cauchemars suivis d'insomnies qui l'assaillent depuis quelque temps, plus précisément, depuis qu'il est sorti miraculé du mois passé en réanimation après l'accident. Il y a été tellement heureux dans cette cuisine, il y a si bien dormi dans ce lit... Avant.

Heureusement, Charles est là, il dort profondément... Pas question de lever une oreille et encore moins une patte en plein milieu de la nuit ! Charles, son chien adoré, son golden retriever tant espéré, dix mois d'amour et d'attention, trente kilos de douceur et de clowneries au quotidien. Mais là, il est trop tôt, Charles dort et de son calme, comme souvent, apaise l'angoisse de Julien. Il l'a lu récemment d'ailleurs, les animaux ont le pouvoir de calmer les stress et autres

anxiétés de leurs maîtres, juste par la synchronisation de leur respiration et leur aptitude hors norme à profiter de l'instant présent. Des chercheurs de l'université de Lincoln au Royaume uni ont pu démontrer l'effet de la présence et de l'interaction avec un chien pendant vingt minutes sur la diminution du cortisol dans l'organisme d'enfants.¹

Son verre de lait à la main, il pense à Emma, sa femme depuis 21 ans, celle qu'il a demandée en mariage lors du passage à l'an 2000 sur la terrasse d'une sublime maison surplombant la mer, juste au moment où le feu d'artifice a jailli dans la baie, comme dans le cœur et les yeux pétillants de celle qu'il appelle depuis le premier jour « son Amour avec un grand A ». Il a dû attendre d'avoir trente-sept ans pour sentir, comme il l'écrira plus tard, « *ce truc qui te frappe d'emblée et qui se renforce chaque jour encore un peu plus, l'espèce d'évidence qui t'évite d'avoir à te poser des questions. C'est elle, c'est maintenant et pour le reste de la vie.* ».

Cette nuit-là, en lui demandant de l'épouser, il lui offre un très beau rôle, celui de devenir la belle-mère de son fils, Maxime, qu'il a eu très jeune, elle apprendra à l'aimer profondément.

Elle dort, c'est son superpouvoir, même quand ça va mal, même quand la vie la bouscule, la chahute, elle parvient à dormir paisiblement puis se lève avec le sourire, toujours : « c'est la moindre des choses que l'on puisse faire au réveil pour célébrer la chance que nous avons d'être en vie, tu ne penses pas mon Amour ?

Penser chaque matin à cette première bénédiction ».

C'est un peu son mantra, elle le répète inlassablement à Julien. Elle a probablement raison... mais pour Julien, ce genre de pensée dès le matin, ce n'est pas ce qui lui vient en priorité. Pour lui, la vie est un combat ou a minima, une compétition, il faut lutter pour avancer, pour créer, pour embarquer les équipes, pour innover, donner de l'impulsion, faire de beaux projets et surtout, avant tout, par-dessus tout, protéger sa famille.

Sa famille, le centre de sa vie, sa priorité absolue, celle qu'il a créée, son cocon intime dans lequel il se sent si bien.

Son verre de lait est terminé, il pense à ses projets justement, ce sera pour bientôt, dans dix-huit mois il pourra lever le pied et profiter enfin des deux seuls luxes qu'il considère vraiment dans la vie : le temps et l'espace. Ils quitteront enfin Paris, cette ville qu'il déteste, qui l'opprime, où il fait toujours gris, où les gens aussi finissent par devenir gris, stressés, désagréables... là encore Emma a une autre vision, même si tout comme lui, elle préfère leur Provence, elle

s'applique à tenter des incursions dans le mental de son Homme : « et si, puisque nous sommes là, dans cette ville, nous faisons le choix de voir ce qu'elle apporte de beau, de bien, de bon ? Juste pour être un peu plus heureux, ici et maintenant... ? »

Choisir où poser son regard, c'est un leitmotiv chez Emma et Julien admet volontiers qu'elle le fait très bien.

Mais lui, ce n'est pas son truc, quand il n'aime pas, il n'aime pas, c'est comme ça !

En même temps, Emma a épousé un ours, elle le sait, et Julien est certain qu'elle l'aime tel qu'il est, un peu « bougon » de temps en temps et puis... pourquoi changer à son âge ?

Sa vie, il l'a consacrée essentiellement à son travail, à sa carrière fulgurante de self-made-man. Julien est CEO d'un grand groupe dont la mission est la santé.

Il est reconnu pour être un immense leader, charismatique, visionnaire, toujours une idée d'avance, la pensée en ébullition, le challenge permanent chevillé au corps.

Il embarque les hommes avec force et conviction. Il est capable de déployer toute son énergie dans une seule réunion, comme si sa vie et celle de tous dans l'entreprise en dépendaient. Au fil des années, ce fonceur a appris à écouter, à observer à décrypter, à accompagner, à développer l'humain avec une insatiable curiosité. Il aime tellement son rôle de meneur, il aime tellement ses équipes.

Simplement depuis sa rupture d'anévrisme, il a du mal, il ressent de l'épuisement, la récupération sera très longue, tous les médecins le lui ont annoncé. Il rêve de passer à autre chose, de souffler, de profiter, ce n'est quand même pas rien d'être « miraculé », peut-être cela vaudrait-il la peine d'honorer ce statut ?

Bientôt, dans quelques mois... en attendant il faut tenir encore un peu, loupes ou pas dans les cauchemars.

C'était le vendredi 1er juillet 2021, il était en plein conseil des actionnaires où il était arrivé éreinté, heureusement, il avait quelques bonnes nouvelles à annoncer et cette perspective lui apportait sa dose nécessaire d'adrénaline.

Ce soir, il s'offrirait une pizza quatre fromages avec un supplément gorgonzola chez Andréa, leur chef Sarde préféré, leur « cantine » voisine. Ce 1er juillet s'annonçait comme une fête, Romy, sa fille adorée, étudiante à Madrid rentrait en France l'après-midi même pour les vacances d'été. Hugo, son grand tant aimé, étudiant en médecine, serait aussi là ce soir. Se retrouver tous les

quatre, enfin réunis, méritait bien une quatre fromages avec supplément gorgonzola !

À 10 heures ce matin-là, alors que Julien présentait ses slides avec sa conviction habituelle, il s'est affalé sur le bureau, plus de son, plus d'image, black-out total... Il ne se souviendra ni de ce moment ni des jours qui suivront jusqu'au 25 juillet, date où, défiant tous les pronostics, il pourra retrouver le chemin de sa maison, la douceur de son foyer, les câlins de son Charles qui aura fêté ses quatre mois sans son maître et l'amour absolu des siens... émerveillés par ce retour inespéré.

Au début Julien n'a rien voulu savoir de ce mois de vie effacé de sa mémoire, il n'en avait pas le courage, quelque chose en lui se fissurait dès qu'une parole relatant ces moments en réanimation était prononcée... et puis un jour, il a demandé à Emma et à leurs enfants, Hugo et Romy de lui raconter.