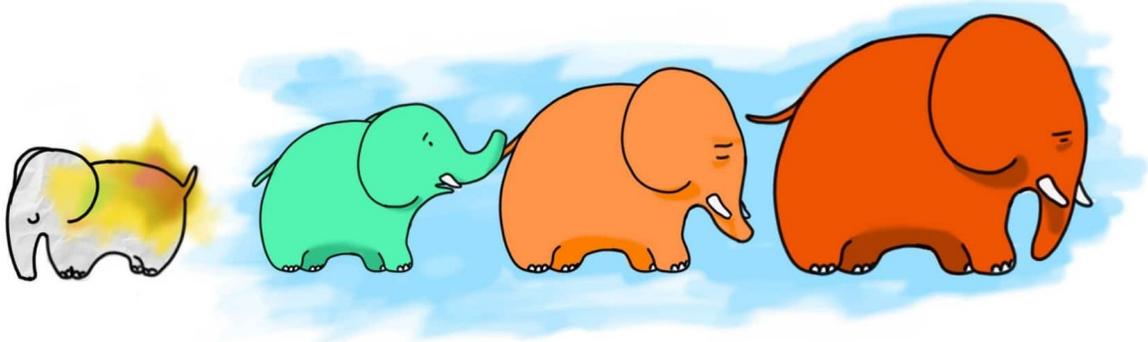


# Tout ce que j'ai laissé derrière *moi*

Recueil de textes



Aurélie Troquier

Aurélie Troquier

Tout ce que j'ai laissé  
derrière moi

© Aurélie Troquier, 2019

ISBN numérique : 979-10-262-3578-1

librinova 

Courriel : [contact@librinova.com](mailto:contact@librinova.com)

Internet : [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.

« Elle m'avait rendu si heureux, il était inévitable qu'elle finisse un jour  
par me faire de la peine. »

Joël Dicker - *Le Livre des Baltimore*

*« Je trouve que les éléphants ont toujours dégagé une grande sensibilité et une forme de mélancolie, ça correspond très bien à tes textes. Ils ont aussi ce côté enfantin, innocent, qui fait penser à l'enfance et au cheminement de la vie. Je trouve que c'est très doux et poétique, mais aussi vachement triste. »*

Alice Crouzery (akasappy sur Instagram), illustratrice de la couverture

Ce recueil, c'est

Pour toutes ces fois où je me suis attachée trop vite sans même m'en rendre compte.

Pour toutes ces fois où mon cœur s'est brisé davantage, incapable de recoller les morceaux qui restaient.

C'est pour toutes ces fois où j'ai cru ressentir de l'amour alors que je ne m'aimais pas moi-même,

Pour toutes ces fois où j'essayais de me remettre en question mais les sentiments étaient trop forts pour que ma pensée accepte la vérité.

C'est pour toutes ces fois où je me suis sentie mourir alors que ce n'était que le début de ma vie.

C'est pour toutes ces fois où la tristesse me descendait plus bas que terre, pour toutes ces fois où je me suis sentie incomprise, coupée du monde, prête à me jeter dans le vide en espérant tout de même être sauvée.

C'est pour toutes ces fois où le silence était terriblement bruyant, où les voix dans ma tête ne cessaient de discuter sans moi,

C'est pour toutes ces fois où j'ai ressenti la honte, la peur, la douleur.

Mais surtout,

Ce recueil,

C'est pour toutes ces fois où ça devenait trop difficile de continuer à vivre.

Quand la souffrance devint trop vive,

J'ai dû commencer à écrire pour survivre.

## Introduction

J'ai commencé à écrire parce que j'avais beaucoup trop de choses à dire. Ma timidité et ma peur de ne pas savoir exprimer à quel point j'avais mal m'empêchaient d'exprimer mes pensées à voix haute. Alors, j'ai commencé à coucher ces mots sur du papier. Quand la douleur était trop forte, quand les mots étaient pressés de sortir, bouillonnants dans mon esprit, je préférais écrire sur l'ordinateur pour m'alléger de ce poids.

Il m'arrivait souvent d'écrire les larmes aux yeux. Combien de fois je me suis réveillée en pleine nuit parce que je pensais trop à ce que je devrais écrire. Combien de fois mon mal-être m'empêchait de dormir, combien de fois j'ai été distraite en cours parce que je devais écrire, parce que je devais me vider de toutes ces émotions qui surgissaient devant moi. Combien de fois, au contraire, j'ai été trop concentrée face au monde qui tournait sans moi, face au temps qui s'écoulait lentement. Combien de poèmes entiers se sont créés et mélangés dans mes pensées sans que je puisse les écrire parce qu'ils étaient tellement plus beaux lorsqu'ils étaient lus à voix haute dans ma tête. Cette voix... je l'ai entendue bien trop souvent pour me répéter que « ça ne va pas, ça n'ira jamais plus », pour me demander « à quoi ça sert de continuer à vivre comme ça, à quoi ça sert de faire semblant d'être heureux quand on est triste à en mourir ? ».

Quand la douleur était moins vive il m'arrivait d'écrire pour me donner du courage. J'imaginai des situations que j'aurais tant aimé vivre. J'imaginai des conversations que j'aurais tant aimé entretenir. J'écrivais des mots, des discours adressés à une personne fictive et ces paroles, j'aurais tant aimé les entendre pour de vrai. Parfois je remplaçais le pronom « je » par « elle » pour parvenir à sortir mon esprit tordu de ce corps que je n'arrivais pas à accepter. Souvent je me donnais du mal pour écrire de longs

textes qui n'avaient rien à voir avec moi, mais c'était juste pour penser à autre chose le temps d'un instant. L'air rêveur, je me sentais différente, incomprise, je me sentais trop « facile » aux yeux des autres alors que j'étais une créature difficile à accepter, difficile à pardonner.

Je suis passée par différentes étapes. Sortie d'une relation toxique qui a duré deux ans, je pensais être plus forte que n'importe qui en arrivant au lycée. Sûrement encore un coup de l'univers, car malheureusement, je n'ai jamais été aussi faible. Le lycée, c'était un endroit pire que le collège. Personne ne m'avait prévenu que les adolescents pouvaient être aussi méchants et stupides mais j'ai compris avec le temps que je devais leur pardonner pour ces maladresses, ces insultes lancées, ces regards méprisants ; parce que nous étions tous dans une période de construction, nous étions à la fois enfants et jeunes adultes. Nous nous croyions les plus forts, pour tenir tête à nos parents, pour être le chef de la bande. Nous voulions être la plus belle fille du groupe, de la classe, du lycée, et nous voulions être vertueuses et respectables, sinon, nous aurions été cataloguées « faciles ». Il n'y avait pas de juste milieu.

L'adolescence, c'est tout ou rien.

Moi, je n'étais rien. J'ai douté durant toutes ces années de ma place dans ce monde. J'avais du mal à essayer de me battre pour vivre mais je me demandais souvent si ça allait passer, si un jour je réussirais à être joyeuse comme tout le monde, à vivre dans le présent, ou si j'étais condamnée à errer dans ma tristesse.

Parce que j'ai eu le cœur brisé trop de fois. Parce que j'ai espéré plus que j'aurais dû, parce que j'ai trop souvent compté sur les autres plutôt que de compter sur moi-même. Parce que je le répète, je n'étais rien. Je vivais par procuration à travers les autres, je voulais qu'on me fasse vivre parce que je ne savais pas m'offrir ce bonheur que je méritais. Parce que je ne pensais pas que je le méritais à l'époque. Je me suis donnée, je me suis offerte à des

personnes qui ne s'inquiétaient pas une seconde pour moi. J'ai vécu avec des regrets, j'ai appris à vivre avec, mais il suffisait d'une vague de mélancolie, une seule, pour que je me sente à nouveau portée par ce flot de questions. Pourquoi je suis encore là après toutes ces souffrances, pourquoi je me bats sans arrêt, je suis fatiguée, je n'en peux plus, pourquoi je cherche toujours l'amour de quelqu'un alors que je suis incapable de m'aimer.

Après avoir eu un cœur de cristal, mon cœur s'est transformé en pierre. Je voulais me venger de toutes ces fois où je n'étais qu'un objet aux yeux de tous. Je voulais me venger parce que j'en voulais à la Terre entière de ne pas comprendre, de ne pas essayer de comprendre ce qui n'allait pas chez moi. Je voulais qu'on me sauve, je voulais juste un peu d'amour mais je repoussais toute attache, tout sentiment. Le fait est, je voulais qu'on se batte pour moi.

Une humeur macabre s'était installée en moi. J'étais en colère, je voulais faire souffrir mais je me faisais du mal en même temps car ce n'était pas dans ma nature. Maquillage noir pour camoufler mes peurs, sourire effacé pour ne pas prouver ma vulnérabilité. Habits sans couleur pour ne pas mettre mes formes en valeur, repousser tout contact humain. Période floue, période sans espoir. Je me suis effacée petit à petit.

Et puis le temps est passé et a fini par briser petit à petit cette pierre qui s'était installée dans ma poitrine. J'ai recommencé à mettre des habits de couleur douce, à redevenir « normale ». J'étais un cliché.

Mais ce n'était pas pour autant que tout allait bien.

J'ai enchaîné les colorations de cheveux pour me cacher. Pour devenir quelqu'un d'autre, quelqu'un que je n'étais pas. Je voulais me perdre pour me retrouver. Après la colère, après ce cœur de pierre, est venue la tristesse. Un chagrin inconsolable, une solitude à part entière dans une foule de personnes. Je n'avais qu'à sourire pour cacher ma peine, c'était tellement facile de faire semblant. Fumées nocives pour me tuer intérieurement.

Laisser mon corps à l'agonie, mon estomac criant famine. Sentir ma peau devenir glaciale, faire le tour de mon poignet avec mon pouce et mon index comme un duel, comme si j'avais quelque chose à me prouver.

C'était tellement plus facile de se fondre dans le décor plutôt que d'essayer de comprendre pourquoi j'étais aussi mal. Aujourd'hui encore j'ai du mal à écrire ce que j'ignore toujours.