

Et maintenant je te laisse

Corps en attente dans la brume.

Âme fatiguée.

Perdue.

Perdue pour oublier.

Perdue par douleur.

Perdue par solitude.

Tu es dans ton abîme.

Un coup de téléphone.

« Au secours maman, viens ».

« Oui, j'arrive. »

L'addictologue parlait d'un sevrage lent, à domicile.

Trois mois.

Trois mois à veiller, à tenir, à gérer. J'ai accepté. Ne pas lâcher, être là, sans juger. Juste t'aimer et tenir.

Dans ta maison, le désordre avait pris toute la place. Vêtements au sol. Vaisselle oubliée. Ton monde parallèle visible. Nous avons ouvert les fenêtres, puis commencé. Trier, ranger, nettoyer, jeter. Remettre un peu d'ordre, comme on peut. Tu avais envie de changement, les meubles ont bougé. Rendre les murs plus propres, du blanc et une peinture jaune sur un mur dans le salon, gaieté, lumière. Réchauffer l'atmosphère, du bois pour habiller sur un autre mur dégradé. Faire bouger ton environnement avant de bouger ton propre intérieur à toi. Un rythme s'instaurait. Le matin, je me réveillais souvent avant toi. J'écoutais ta respiration. Et une question revenait, toujours la même.

Pourquoi se lever ?

Le jour était là, entier, ouvert. Et pourtant, il semblait vide. Je restais immobile. Attendre un signe. Quand il venait, la journée pouvait commencer. Dans cette veille, les jours se ressemblaient, longs, fragiles, suspendus entre deux possibles.

Je me tenais là, attentive à la moindre évolution. Un geste, un regard, une hésitation. Tout pouvait basculer. Ton corps était présent, mais souvent ailleurs. Par moments, tu semblais

flotter dans une brume qui n'était pas la mienne. Je restais au bord, sans pouvoir te rejoindre, sans pouvoir te retenir.

J'attendais.

Je te regardais tenir comme tu pouvais, simplement rester debout jusqu'au soir. Ajuster sans cesse. Ne rien laisser au hasard. Il ne s'agissait pas de comprendre. Il s'agissait de patienter.

Rythme immuable. Le pilulier était prêt pour la semaine. Les cases remplies, les doses vérifiées. Je refaisais les gestes, comme pour m'assurer que rien ne pourrait dérapier. Prendre les « constantes » matin, midi, après-midi et soir. Noter, pouls, tension. Observer, tremblements, sueur, agitation. Attendre. Vigilance de tous les instants, trop peut-être. C'était la consigne. Jusqu'à ce matin, où une boîte avait disparu. Je t'ai regardé, tu étais là, debout tes yeux plongés dans les miens, sans sourciller, tu as nié l'avoir prise.

Le mensonge fait partie de la maladie, m'avait-on dit. Je l'entendais, sans jamais m'y habituer. Alors j'ai rangé le reste des médicaments sous clé. Tu m'as regardé faire, tu n'as pas élevé la voix. Tu t'es opposé autrement. Regard calme, obstiné. Tu es resté silencieux. Je ne te reconnaissais pas.

Et pourtant, cette sécurité était nécessaire.

Pour toi.

Pour moi.

Le traitement ralentissait tes gestes, éteignait ton regard, alourdissait ton corps. C'était le prix à payer et tu avais du mal à supporter cette contrainte tout en te laissant absorber dans cette pesanteur. Au moins tu étais là.

Instable.

Présent.

Les journées se succédaient sans véritable pause. Il n'y avait pas de relais. Pas de moment pour lâcher. Rester à côté de toi, sans jamais pouvoir m'éloigner. Même quand tu dormais, je ne dormais pas tout à fait. Ecouter, surveiller, épier. Alors j'écrivais ce que je ne pouvais pas dire. Le papier ne me répondait jamais. Je faisais des aquarelles de ce que je ne pouvais pas écrire, cela me détendait. Mais toujours aucune réponse.

Ta douleur était pleine, compacte, envahissante. Elle ne m'appartenait pas. Je ne pouvais ni la porter, ni la vivre à ta place. Je pouvais seulement l'accueillir. Main tendue.

Vigie.

Et parfois, je vacillais moi aussi. Il n'y avait personne à qui passer le témoin, personne à qui dire, à cet instant précis

« Prends ma place quelques heures ».

Alors je faisais, comme je pouvais... autrement.

Heureusement il y avait l'autre facette du quotidien, se nourrir, se laver, se reposer, sortir.

Ta maison est petite. Nous ne pouvions pas nous perdre de vue., cette promiscuité te dérangeait, me dérangeait.

Heureusement, dans ce quotidien, une autre vie nous réunissait, te donnait l'obligation de prendre soin.

Weshka.

Weshka, ta chienne vivait tout cela avec nous. A sa manière. Elle sentait les tensions, les silences, les absences. Par moments, elle ne tenait plus. Alors elle partait. Juste un quart d'heure. Comme pour reprendre son souffle. Puis, elle revenait. Toujours, fidèle. Elle t'avait déjà sauvé. C'était une nuit, tu avais pris trop de médicaments et tu avais bu. C'est elle qui t'avait léché jusqu'à ce que tu reviennes dans le monde et que tu puisses appeler les pompiers. Elle ne t'avait pas lâché. Depuis, tu la regardes différemment. Elle ne parlait pas, mais elle était présente. Entière. Je crois que, pour toi, elle est une raison de continuer. Aujourd'hui, comme tous les jours, elle voulait simplement avoir sa promenade.

« Allez, on y va »

A ce mot, elle s'animait aussitôt. Elle tournait sur elle-même, sautait, passait de l'un à l'autre. Il fallait suivre. Dehors l'air était plus léger. Nous marchions souvent en silence. Tu tenais la laisse sans vraiment y penser, puis te la détachais. Elle courait, s'arrêtait, reniflait, repartait, libre. Et je te regardais. Il y avait sur ton visage une détente brève, presque imperceptible mais bien réelle. Par moments tu l'appelais. Elle revenait aussitôt, attentive, loyale, sans détour. Elle ne jugeait rien. Elle avançait avec toi, moi aussi, alors, nous étions en harmonie tous les

trois, pas après pas. Parfois nos regards se croisaient, un sourire, pas un mot, mais ce n'était plus tout à fait le même silence.

Un jour nous sommes allés marcher près de l'eau. Cette eau descendait de la montagne, rapide, bruyante, sans retenue. Je l'ai regardée pendant longtemps. Il y a quelque chose d'attirant dans ce mouvement.

J'ai dit : « j'ai envie d'y aller. »

Tu m'as regardée, puis tu as répondu simplement :

« Non maman »

Je me suis arrêtée, nous avons avancé un peu. Plus loin, l'eau se calmait. Trompeuse, glaciale, presque immobile.

« Juste les pieds »

Tu as hésité. Puis tu as accepté. Tu es resté là, à côté de moi. Attentif, c'était toi qui veillais. Plus loin, l'eau reprenait sa course. Violente, indomptable. Elle traversait la montagne sombre en face de ta maison. Ce fleuve naissant, tumultueux, ressemblait à ce que nous vivions. Si nous luttions, il nous emportait. Si nous suivions son mouvement, il passait. Je suis restée, les pieds dans l'eau. J'ai respiré. J'ai lâché un peu, pas tout, juste assez.

Cette eau, c'était aussi mes larmes. Celles que je retenais, qui coulaient la nuit, comme pour me laver de l'intérieur. Et toi, quand les verses-tu ?

Cela arrivait sans prévenir, un détail, un retard, une hésitation. Et quelque chose changeait. Ce jour-là, je m'en étais doutée. Tu es sorti de la voiture et tu as filé, tu marchais vite. Le temps que je me gare, tu avais pris de l'avance. Je t'ai suivi, sans bruit. Dans la petite épicerie, tu étais déjà à la caisse. Deux flasques de rhum posées devant toi. J'ai senti mon corps se raidir, mon cœur exploser. La caissière attendait. Tu t'es tourné vers moi. Instant suspendu. Puis tu as dit :

« Finalement, je les laisse ».

C'était comme si rien ne s'était passé.

D'autres fois, je n'avais rien vu. Une bouteille cachée, dans un lieu improbable. Un geste trop rapide qui échappe à ma vigilance. Une poche que je n'avais pas vérifiée. Et le doute s'insinuait entre nous, jeu pervers. Il fallait fouiller, observer, écouter, suivre. Ce rôle était le

plus difficile, ne pas faire confiance, surveiller celui qu'on aime, toi, mon fils. Et pourtant chaque jour sans alcool, était un jour gagné.

Les jours où je n'avais pas vu, quelques gorgées suffisaient, quelque chose en toi, cédait. C'était souvent après le dîner, dans une fatigue qui ne résistait plus, ta parole se déliait. Je ne posais pas de questions. J'écoutais. Tu disais :

« Tu sais maman... il y a des jours où mon seul but, c'est de t'esquiver, pour boire. Ta présence me gêne. »

J'attendais la suite, sidérée, tendue. Et tu reprenais :

« Quand je regarde derrière, je vois les coups, les chutes, les erreurs, l'Afghanistan, la solitude ».

Les mots sortaient par fragments, comme s'ils cherchaient leur chemin. Puis, d'un coup tu te repliais. Ta tête sur mes genoux

« J'ai peur ».

Un autre soir, tu m'as dit :

« J'ai envie de disparaître. Partir avec un sac. Sans rien, ni papiers, ni téléphone. »

J'ai senti un vertige me gagner. Je t'ai regardé. Longtemps. Ce n'était pas une fuite. C'était une autre manière de recommencer. Alors je t'ai dit, simplement :

« Si c'est ton chemin... va. »

Rien d'autre, juste ça. Alors je posais ma main sur toi, sans chercher ni à réparer, ni à consoler. Juste être à tes côtés suffisait. Ces temps de « dire » étaient rares, difficiles et pourtant si précieux. Parce que malgré tout, quelque chose en toi cherchait encore à vivre.

Il y a eu des moments de temps suspendu. Ni tension. Ni urgence. Juste un temps ouvert.

Comme un après-midi, assise dehors, la lumière était douce. Je regardais sans voir réellement les arbres, les couleurs de ce jour. Je sentais sur mon visage le vent léger. Tout était simple. Mon esprit flottait entre fatigue et apaisement. Les questions, les peurs, les colères... toujours présentes mais plus éloignées. Je ne cherchais rien, je laissais faire. Peut-être que c'était cela aussi, tenir, ne pas tout maîtriser. Accepter que le chemin ne se révèle qu'au pas suivant. Cet après-midi serein n'était pas éternel, la réalité revenait vite et les pensées aussi.

Elles surgissaient en désordre, pelote serrée. Chaque fil tiré en faisait apparaître un autre. J'essayais parfois de remonter à l'origine. Pas un nœud unique à défaire. Tout s'emmêlait, les blessures, les peurs, les silences, les absences, les traumatismes, J'ai cessé de tirer. J'ai laissé la pelote telle qu'elle était. Peut-être que ce n'était pas à moi de la démêler, peut-être que ton chemin ne passait par là. Peut-être qu'il fallait continuer et laisser faire, tranquillement.

Lors d'un rendez-vous, l'addictologue a prononcé un mot que je ne connaissais pas.

Craving : désir qui ne se discute pas, appel du corps.

Cela a commencé doucement. Ton regard s'est fixé. Tes mains tremblaient. Ton souffle devenait court. Une sueur fine apparaissait. Et je sentais monter en toi quelque chose que je ne pouvais pas saisir. Une seule idée semblait t'habiter.

Boire.

Tout ton être était pris. Comme emporté.

Je suis restée à regarder ce qui t'habitait. Inutile, transparente. Aucun geste ne pouvait t'apaiser. Aucune parole pour que tu déconnectes. Et toi, tu luttais.

Seul.

Le temps s'est étiré. Dix, vingt minutes peut-être. Il paraît que c'est la règle « du jeu ».

Puis lentement, quelque chose, a craqué en toi. Pas la volonté. Mais la vague qui t'avait emporté. Ton corps s'est relâché. Tu étais fatigué, vidé. Tu n'avais pas cédé.

Tu as accepté des gestes simples comme boire un verre d'eau, manger un peu, sortir avec Weshka, toujours ton réconfort. Revenir, prendre un café, un biscuit. Rien d'extraordinaire, mais c'était suffisant. Une victoire minuscule et pourtant essentielle.

Ce matin les courses sont à faire. Nous montons dans la voiture, je démarre. Mais, rien. Pas un hoquet, pas un bruit, rien.

Je me sens désarçonnée, désemparée, vidée... Je réalise qu'elle n'était pas fermée à clé, les phares ont dû rester allumés. Plus de batterie : pour moi panique... Tu me rassures et prends la situation en main. Une fois les câbles en place la voiture démarre, il faut rouler pour recharger la batterie. Ne pas caler dans la montée et toi tu n'as pas le droit de conduire, je me sens seule.

Tu me proposes de te laisser au supermarché, que tu fasses les courses pendant que moi, je roule. Inconcevable pour moi de te laisser. Alors, c'est **NON**.

Ce diable qui rôde peut en profiter, La bouteille t'attend et moi je serais incapable d'assumer un nouveau coup de canif. Je suis trop à fleur de peau. Tu fais les kilomètres avec moi malgré ton mécontentement. Malgré ce désaccord, ton aide à agir m'a fait du bien.

Une autre fois, elle a été essentielle. Nous avons marché en montagne, beau moment d'effort à trois et d'un seul coup tout s'est effondré.

Mon corps a lâché. Mon esprit s'est vidé. Je suis tombée sans comprendre, sans voir venir. J'ouvre les yeux, tu es là, tu ne comprends pas non plus. Tu fais ce qu'il faut, tu m'aides à me lever pour m'allonger plus confortablement. Tu veux appeler les pompiers, je refuse. Ne pas te laisser seul.

Tu restes, tu veilles, tu appelles ta sœur, Julie, elle insiste, pour que j'appelle le 15. Je cède. Nous partons aux urgences. Je conduis et ce n'est pas raisonnable... Le personnel accepte que tu restes auprès de moi. Toujours cette obsession, ne pas te laisser trop de liberté. Je suis rassurée. Tu sors fumer, tu t'agites, tu patientes, mais à un moment, tu craques et tu vas acheter cette bouteille, « La diablesse ».

Tu attends pour boire, tu résistes. En sortant je la vois dans ton sac à dos, demain je la viderai et la jetterai.

Et je l'ai fait.

Le lendemain j'ai besoin de calme, de sérénité et tu agis. Tu cuisines, tu me fais du thé. Tu m' observes, tu me rassures. Tu me dis :

« Maman, prends tes couleurs »

Je t'écoute et je le fais. Pour moi, peindre des aquarelles, c'est laisser aller les pigments avec l'eau, ne pas tout maîtriser. Observer et juste réajuster si besoin.

Chaque teinte est un souffle nouveau. Les verticales, je tiens. L'eau, je flotte. De la lumière au fond, je vis, tu vis.

Tu respectes ma faiblesse, maintenant tu es rassuré. Et moi, je suis fière de l'aide que tu m'as apportée. Nous formons un sacré DUO.

Le vendredi, tu m'as dit « je vais faire une course et tout seul »

Je ne suis pas rassurée. La tentation est encore trop présente. Laisser faire, mon séjour tire à sa fin. A mon retour

« Maman, interdiction d'ouvrir le frigidaire, je m'occupe de tout ».

Jusqu'au dimanche midi tu m'as servie.

Dimanche matin tu m'envoies chercher le pain avec Weshka, tu me dis

« Prends ton temps ».

Et je le prends. Ce jour-là, tu veux faire plaisir, c'est être en relation, être dans la vie. Je rentre, je file dans le salon et j'attends. Tu m'appelles, la table est mise, dans mon assiette trône une douzaine d'huîtres, la surprise est énorme ! Ton regard est lumineux, la joie de faire plaisir. Tu me regardes les déguster. Tu as dû appeler Jacques car tu ne savais pas ouvrir ce coquillage. J'aurais voulu être petite souris pour te voir à l'œuvre. C'était le dimanche de la fête des mères, je l'ai apprécié pleinement parce qu'il était vrai, parce qu'il était à nous.

Les jours ont passé, presque sans que je m'en rende compte. Il n'en restait que quelques-uns. Je t'observais. Tu tenais, fragile, mais tu tenais. Rien n'était gagné. Rien n'était sûr. Quelque chose avait bougé. Le jour de mon départ approchait, c'était le contrat, trois mois. Je ne devais pas rester. Et surtout, je ne devais plus rester comme avant. Je t'ai regardé une dernière fois dans ton espace, dans ta maison et tu m'as dit :

« Je vais le faire, j'ai quarante ans »

J'ai hoché la tête sans répondre, il n'y avait aucune réponse à donner. Il fallait juste, que tu marches seul.

J'ai tenu jour après jour, j'ai veillé jour après jour.

Toi. Moi. Silences. Excuses. Mensonges. Regards fuyants. Moments empilés, ajustés, gardés, ignorés. On croit que ça tient, pour combien de temps ?

J'imagine un oiseau posé, immobile.

Il attend.

Il espère.

Il veille.

Puis il s'envole.

Et maintenant je te laisse.