

Avant-propos

Le livre que vous tenez entre vos mains n'aurait jamais dû s'y trouver. C'est le genre de naissance inattendue. Une sorte de déni qui perdure jusqu'au dernier mois, jusqu'à sa délivrance. J'y croyais sans y croire ; espérais sans espoir.

Ce furent d'abord des phrases lancées au hasard dans un carnet de voyage. Seulement dans le but de me décharger de ces aventures et sensations qui encombraient mon esprit, et venaient alourdir le bout de mes doigts. Puis, à chaque nouveau départ vers une destination inconnue, je décidais de partager avec mes amis et mon entourage le bilan de la précédente sur les réseaux sociaux. De longs paragraphes accompagnés d'une photo qui ont fait l'objet de nombreux commentaires, compliments et messages privés... à ma très grande surprise. Alors, afin de pouvoir m'étendre davantage sur mes péripéties et mes réflexions, ainsi que pour le confort de mon lecteur, j'ai décidé de partager tout ceci sur un blog. Puis, de lecteur en lecteur, de destination en destination, les encouragements n'ont pas diminué.

J'ai été poussée, malgré moi, à envisager une suite pour mes histoires. Ceux qui lisaient ces kilomètres de lettres noires ont planté en moi cette graine qui était bien déterminée à pousser. Bien qu'elle ait été malmenée. Qu'elle ait manqué d'eau, d'air, d'espace, d'une terre prospère et de lumière. Néanmoins, je lui procurais assez d'éléments pour qu'elle grandisse, cette petite pousse verte qui me chatouillait les entrailles.

J'ai passé des mois à retravailler chaque étape, chaque passage, chaque ligne. Parfois trop évasive, imprécise, passionnée, émotive ; souvent si peu objective, impartiale, raisonnée. J'ai cherché à gommer mon manque de justesse. À combler les vides. J'ai passé des heures à rechercher le sentiment précis et adéquat qui m'avait alors animée. Avec le recul, tout semblait déformé, distant, imparfait, trop engagé. En relisant le tout, les premières étapes m'ont semblé creuses, superficielles et ennuyeuses. Ce sont les phrases d'une touriste à l'autre bout du monde, qui n'a pas encore conscience de ce qui l'attend, qui ne se doute pas de la dimension que va prendre ce voyage dans sa vie. Pourtant, ne voulant pas dénaturer les écrits d'origine, j'ai désiré garder leur caractère authentique, préserver leur force et leur sens en les exposant tels qu'ils avaient été ressentis au moment où je les avais écrits.

Une première version de ce texte a été publiée en septembre 2016 (à La Boutique des auteurs) grâce à Cultura qui a sélectionné mon e-book autopublié et m'a permis de partager mes récits introspectifs de voyage. Cette journée de juillet, sur une terrasse de café à Milan, un simple mail a transformé un rêve d'enfant en réalité. Des larmes de joie et de surprise

ont coulé pendant de longues minutes où je semblais flotter au-dessus de l'Italie. Ont suivi des séances de dédicaces, les premiers messages de remerciements et d'encouragements de lecteurs. Émue à chaque mot, chaque regard, chaque nom noté sur la page de garde.

À leur tour, quelques lecteurs se livrent par écrit, se confient avec autant d'authenticité et de puissance que j'ai tenté de le faire dans mon récit. Celles qui défient leurs peurs et partent à leur tour voyager malgré la phobie des transports aériens ; d'autres, qui ouvrent leur cœur à toutes leurs facettes, se découvrant un regard nouveau sur eux-mêmes.

Puis, les ouvrages imprimés étant presque écoulés, je suis partie en recherche d'un nouvel éditeur, en parlant de mon projet autour de moi, à chaque rendez-vous, chaque événement. J'étais patiente et sereine, je sais que ce milieu est extrêmement prisé et difficile d'accès. Puis, un jour, lors de ma formation en hypnose, je rencontre une jeune femme qui travaille dans l'édition. Rapidement, elle transmet mon manuscrit, et de la même façon je reçois un mail quelques jours après qui m'annonce la bonne nouvelle.

Encore une fois, je suis émerveillée devant la vie qui s'amuse, prend son temps, me fait croiser les chemins de personnes qui m'ouvrent les portes de mes rêves les plus fous.

Avec les années et les expériences passées, j'ai amélioré le récit d'origine pour donner davantage de matière première, de concepts, d'outils à méditer, manipuler, explorer, s'approprier. Partir à la rencontre de soi demande d'aller puiser dans des sources d'inspirations

diverses et riches, puis de modifier, de malaxer, de raturer, de se perdre pour se reconnecter à l'essentiel, encore et encore, et enfin de transmettre l'essence de nos découvertes. Tel est le voyage qui se trace sur les routes du monde, et sur celles de notre vie.

À présent hypnothérapeute, facilitatrice et coach en développement des personnes, mon regard sur l'humain et les choses de la vie a changé, s'est enrichi, affiné. Autant d'éléments qui ont alimenté la seconde édition de mon récit quatre ans après mon retour d'Australie. Un voyage au cœur de soi qui n'en finit jamais, et dont les chemins peuvent être explorés à l'infini sous différents angles à des moments multiples.

Je me laisse encore surprendre par le pouvoir des mots. Cette possibilité de s'exprimer librement tel que nous sommes, à travers un acte qui nous dépasse et nous transcende. L'art représente l'une des plus belles façons d'entrer en résonance avec nous-mêmes. Ce sont des moments rares et précieux, d'une intensité incroyable, qui nous élèvent et nous donnent l'élan nécessaire pour dépasser nos propres palissades. Par la même occasion, l'art est un don de soi vers l'autre qui s'exprime avec générosité. Pouvoir transmettre cette sincérité, cette émotion, cette vulnérabilité à un autre que soi, pour que celui-ci puisse à son tour vibrer et se dépasser. Cet instant, où l'un rencontre l'autre, me fascine et m'encourage aujourd'hui à partager ceci avec vous, dans l'espoir d'être cette main rassurante et ce regard inspirant pour celles et ceux qui hésiteraient encore à oser.

C'est avec humilité et passion que je vous livre mes sensations, mes émotions, mes douleurs, mes doutes, mes lumières, mes espoirs, mes révoltes, mes errances intellectuelles, mes rencontres, mes paysages intérieurs, mes amours. Le récit d'une année de voyages qui rend hommage aux personnes qui m'ont aidée à sauter le pas et à entreprendre ce cheminement à la rencontre d'autres hémisphères...

1

PARIS

La liberté en tête, la peur au ventre

*Voyager, c'est « prendre le temps » d'être ailleurs.
L'importance que nous sommes prêts à consacrer à nos
voyages dépend du regard que nous portons sur nos
vies. On peut voyager pour fuir, pour se construire, par
curiosité ou par nécessité. C'est toujours un équilibre
entre ce que nous sommes prêts à quitter
et ce que nous sommes désireux de découvrir.*

PATRICK MANOUKIAN, *LE TEMPS DU VOYAGE*

Novembre 2014.

Je ne suis plus qu'à quelques jours du grand départ, dix-neuf exactement. Même les compter m'effraie à présent. J'écris ces quelques lignes pour me donner du courage lorsque la peur me prend aux tripes. Depuis longtemps j'avais en tête des envies d'ailleurs et d'aventures. Le besoin de m'ouvrir les portes d'autres univers devient presque oppressant, la France

me paraît si étriquée. La vie qui va bientôt s'offrir à moi, après l'obtention de mon master en management, m'asphyxie lentement. Que faire après ? Le quotidien d'une vie bien rangée va-t-il réellement me satisfaire ? La réponse est bien évidemment négative. Je rêve plus grand, plus loin.

L'envie de faire ce que tout le monde fantasme tout bas grandit en moi. L'imaginer et en parler, beaucoup le font. Concrétiser les paroles et les souhaits, faire face à ses peurs, et malgré tout oser, ça, c'est une autre affaire. J'ai entendu : « *Ah ! L'Australie, tout le monde le fait !* » Certes, mais combien en parlent et restent ici ?

Cet élan au fond de ma poitrine me pousse à voir plus large pour mon avenir. J'imagine que partir un an à l'étranger, c'est se donner l'opportunité de vivre dans et avec le monde entier pour le reste de sa vie. Une porte ouverte vers l'Autre. Je n'ai jamais été aussi déterminée, il n'y a pas d'alternative pour l'année à venir : il faut partir. Ce n'est pas comme si j'avais le choix de tracer un autre chemin : celui-ci s'impose à moi. Bien sûr, j'ai peur, les jours avancent et je dors de plus en plus mal, je prends conscience que je vis chaque instant pour la dernière fois avant... longtemps. Abonner l'existant.

J'ai vingt-trois ans et j'ai l'impression que je n'ai rien vécu d'exceptionnel. Que vais-je raconter à mes enfants et à mes petits-enfants lorsque mes vieux jours ne me laisseront que des souvenirs embrumés à partager ? Depuis l'enfance, j'ai évolué dans un univers dénué de tout danger, parcouru des routes toutes tracées

et balisées, une jolie bulle ouatée. C'est ce qu'on attendait de moi, je suppose. Une petite fille sage qui suit attentivement le regard de ses parents.

Je me souviens de mon grand-père qui nous racontait inlassablement ses bêtises et péripéties d'enfant, de ses récits entrecoupés de fous rires. Il me répétait souvent : « *La vie passe si vite, tu as à peine le temps de dire "ouf" que c'est déjà fini.* » Une année, pour Noël, il m'a offert un atlas du monde. Il trône fièrement sur une étagère, dominant ma chambre. Quelques jours avant mon départ, ce grand livre couleur océan m'a fait de l'œil, je réalise que je ne l'ai jamais vraiment feuilleté. Je l'ouvre et découvre en première page cette inscription écrite à la main : « *Puisses-tu visiter notre planète bleue, loin des sentiers battus où tant de merveilles t'attendent.* » Les larmes me montent aux yeux. J'y vais, mon Papy. Je pars, ça y est. Je serai la première de ma famille, la première de mes amis à partir sans filet une année, sans programme Erasmus ou stage qui m'attend. Je pars simplement à l'aventure, sans autre condition que celle de vivre quelque chose qui m'est inconnu et qui me noue en ce moment même le bas du ventre d'envie et d'angoisse. Dis, me regarderas-tu depuis les cieux ? Me garderas-tu ?

Je crois que je l'ai méritée, cette pause. Les mois qui viennent de s'écouler ont été mouvementés et éprouvants, tellement condensés et ponctués de souffrances en aller-retour. Au fil des mois, j'ai coupé les ponts avec ma meilleure amie à cause d'un choix religieux trop prononcé et incompatible avec ma vision de la vie. Cette amie, avec qui j'avais eu des liens si forts,

une relation si fusionnelle, a remis sa vie entière entre les mains d'un Autre, entre les souhaits d'un Dieu. Est-ce elle qui fait preuve de tellement de faiblesse que cela m'est insupportable, ou bien moi ? Une remise en question perpétuelle sur la valeur de l'amitié ne cesse de se jouer entre mon cœur et ma tête. Je n'ai trouvé que la fuite devant l'inconcevable idée de céder sur ce que j'estime être mes valeurs, de vendre mes idéologies dans des compromis.

Pendant plusieurs mois, j'ai laissé un garçon me maltraiter, m'effacer, me piétiner sans rien rétorquer, en courbant le dos et en tendant l'autre joue. J'ai été si faible encore une fois... Juste dans l'espoir de réussir, au moins une fois, à en garder un à mes côtés. Échec. Pourtant, j'avais reçu les signaux d'alerte. Ses comportements et les miens reflétaient de toute évidence un mal-être réciproque exacerbé par notre présence mutuelle. Relation toxique. Comment ai-je pu faire taire à ce point cette petite voix qui me disait de fuir ? Comment ai-je pu me renier ainsi ? Jouer la sourde oreille face à ma propre détresse ?

Enfin, mon tout petit frère ne sera, sans doute, jamais comme les autres enfants. Je n'ai jamais éprouvé autant de peine et de douleur que lorsque j'ai pris conscience de sa différence et de sa maladie. Le diagnostic a été posé après des semaines interminables où nous nous sommes noyés dans l'angoisse, ainsi que de multiples examens où « il ne rentrait pas dans les bonnes cases » : autisme. Des sanglots à n'en plus finir ont traversé mon corps, d'une puissance encore jamais ressentie. La détresse, la colère, l'injustice, l'impuissance face à l'évidence. L'inévitable vérité. Les larmes

ont lavé la tristesse d'une manière salvatrice et définitive. Ce qu'on ne peut éviter, on l'affronte. Avec de l'amour et de l'espoir.

Autant d'événements qui viennent me défier, me pousser à provoquer une cassure nette, à sortir de ma zone de confort pour transformer ce qui ne peut plus rester figé. Mes réactions me prouvent que je suis complètement coupée de moi-même, incapable de m'écouter, de prendre du recul, d'ouvrir mon cœur et mon regard à ce que me présente la vie. La tête dans le guidon, j'avance, aveugle et sourde à mon propre corps, abruti par le quotidien et ses exigences naïvement acceptées. Morte vivante.

J'envisage ce voyage tel un rituel initiatique pour prendre mon envol et devenir la femme que je devrais être. Une année à la croisée des chemins qui me permettra, je l'espère, de déterminer davantage qui je suis et ce que je souhaite faire de ma vie. Certainement pas ce pour quoi j'ai étudié toutes ces années. Je ne regrette pas mes études, elles ont participé activement à faire de moi celle que je suis aujourd'hui, ainsi qu'à cette décision, mais ce n'est pas exactement ce que j'espère faire de ma vie. Est-ce mal de vouloir toujours plus ?

Je suis assise à la table d'un restaurant. Je partage mon dernier repas aux côtés de mon père, de ma mère et de ma sœur. C'est rare de nous voir tous ensemble depuis que mes parents ont divorcé il y a dix ans. Il est temps de dire au revoir à mon père. Je pensais que cet instant allait me déchirer en deux. Pourtant, je le serre fort contre moi, croise son regard embué, mais rien de dramatique ne me traverse. Je baigne dans des

eaux limpides qui me remplissent de certitude. J'ai confiance.

Demain, je partirai pour Sydney rejoindre Élise, une jeune architecte que j'ai rencontrée à Paris lors d'une réunion pour globe-trotteurs. Elle est partie trois semaines avant moi. Nous nous sommes vues seulement deux fois avant son départ, pourtant, nous sommes déjà liées par cette aventure qui nous inquiète autant qu'elle nous fascine.

J'aime imaginer que ce saut dans le vide représente le début d'une autre vie. Et pourtant, je pars sans avoir rien planifié, sans aucune idée des lieux à voir, des choses à faire. Seul réside dans mon ventre le désir de partir. Je n'ai rien à perdre ici, j'ai donc tout à gagner.