

Tout plaquer

Je voudrais descendre de cet avion et rentrer chez moi. Retrouver mon appartement, le parfum fruité de mon pot-pourri, mon plaid en fausse fourrure, Netflix et mes habitudes parisiennes. Si seulement un passager pouvait faire une crise cardiaque. Non, ce n'est pas bien de souhaiter le malheur des autres. Un accouchement peut-être ? N'y aurait-il pas une femme enceinte à bord, qui perdrait subitement les eaux, obligeant le pilote à faire demi-tour et à atterrir en urgence ? Bien évidemment que non, avec la chance que j'ai, tous les passagers vont tranquillement rester à leur place jusqu'à notre arrivée au Canada. Tous... Pas tout à fait. Des enfants courent dans les allées pour se dégourdir les jambes, et la voix par la même occasion.

Je suis dans l'obligation de garder les fesses sur ce siège pendant huit heures. Enfin, plus que six heures et douze minutes, très exactement. C'est la durée d'une journée de travail. J'ai survécu des années assise derrière un bureau, je peux bien survivre

aussi à ce vol. Du moins, je l'espère. Ce serait le comble pour un premier trajet en avion. D'autant que je n'ai pas écouté un seul mot des consignes de sécurité émises par l'hôtesse de bord. Je jette un œil au hublot. Je ne vois qu'une étendue noire. Il fait nuit et je survole l'océan Atlantique. Ma voisine de gauche est déjà dans les bras de Morphée tandis que mon voisin de droite lit un magazine et mange des bonbons. Je suis agacée par le bruit des emballages qu'il froisse entre ses doigts. Je suis tendue comme un string. Je regrette d'avoir accepté cette proposition. Comment ai-je pu tout plaquer et m'enfuir à 5 500 kilomètres de chez moi ? J'ai probablement regardé trop de comédies romantiques. Mon père aurait pu me ramener à la raison quand je lui ai parlé de mon projet. Je rectifie, ce n'est pas vraiment un projet, car un projet, ça se prépare longtemps, c'est une décision réfléchie et programmée. En ce qui me concerne, je n'ai aucun plan. J'ai dit « oui » sans penser aux conséquences. C'est juste un coup de tête. Un immature et irraisonnable coup de tête. À presque trente ans, ça craint. On peut comprendre qu'une gamine de quatorze ans fasse une fugue, mais à vingt-neuf ans... Mon père a trouvé que c'était une excellente idée, ajoutant : « Les voyages forment la jeunesse. » Était-ce sensé de s'adresser à un homme qui a fait une explosive crise de la quarantaine ? Je doute que ses conseils soient des plus avisés. Mon amie Annette m'a, elle aussi, encouragée à partir.

Elle pense que c'est une opportunité de balayer le passé et de prendre un nouveau départ.

Je suis interrompue dans mes raisonnements par l'hôtesse qui m'apporte un plateau-repas. Je soulève le couvercle en métal. Bœuf bourguignon et purée de pommes de terre. Je goûte. Pas de quoi déclencher un orgasme gustatif. C'est bien connu, les plats servis dans les avions sont peu ragoûtants. Heureusement, j'ai emporté des réserves de biscuits. Je vais regarder un film, ça m'occupera l'esprit.

Le panneau lumineux indique que les passagers doivent regagner leur siège et attacher leur ceinture. L'hôtesse tente de nous rassurer en nous expliquant qu'il ne s'agit *que* d'une zone de turbulence. Je ne me sens pas mieux pour autant. L'appareil tangué. J'ai toujours détesté les manèges à sensations. Quel est l'intérêt de se faire des frayeurs ? Personnellement, je n'ai pas besoin d'un saut à l'élastique pour avoir une poussée d'adrénaline. Mon quotidien est déjà bien assez source de tension. J'ai entendu dire que l'on pouvait faire une embolie pulmonaire en avion. Même si j'ai enfilé des bas de contention, je ne suis pas tranquille. Je suis terriblement stressée. Quand je me trouve dans cet état, mes pensées s'embrouillent, je mange tout et n'importe quoi et j'ai envie de faire pipi toutes les dix minutes. Je voudrais juste déconnecter mon cerveau et dormir un peu.

Le commandant de bord annonce que nous entamons la descente vers Montréal-Trudeau. Ce n'est pas trop tôt, je ne savais plus comment occuper mon temps

libre. Entre le film de ma vie que j'ai vu défiler devant mes yeux une demi-douzaine de fois, les prières adressées à Dieu, à tous ses saints, anges et archanges, mes allers et retours aux toilettes et mon brainstorming pour trouver un autre mode de transport pour le retour, je n'ai pas réussi à fermer l'œil. Existe-t-il un autre moyen que l'avion pour rentrer en France ? Une traversée de l'océan en bateau ne me paraît pas plus fiable. Quand on connaît le dénouement de *Titanic*... À dos de caribou par le détroit de Béring peut-être ? J'ai les oreilles bouchées. Ça me rappelle la piscine.

Je suis la première levée, sac à la main, en position pour bondir au moindre signal du personnel navigant. L'hôtesse me sourit en me souhaitant un bon séjour. Je lui rends son sourire et me précipite vers la passerelle. Prendre l'air me remet les idées en place. Je récupère mes bagages et me dirige vers la zone dédiée aux taxis lorsque j'aperçois un homme muni d'une pancarte où est inscrit mon nom. *Juliette Bohin*. Après s'être présenté, le cinquantenaire s'empare de mes valises et m'invite à monter dans l'auto.

Le SUV tourne dans une petite rue où se dressent deux rangées de maisons en brique rouge identiques. Pour peu, je me croirais dans le nord de la France. Le chauffeur se gare et dépose mes affaires au numéro 21, puis s'éloigne en me faisant une révérence amusante avec sa casquette.

Avec appréhension, j'appuie sur l'interrupteur et inspecte les lieux. Tous les ingrédients sont réunis pour le qualifier de nid douillet : des tons neutres, des cous-

sins moelleux sur un canapé en velours, des lampes qui diffusent une lumière tamisée, des bougies disposées à divers endroits, des rideaux épais aux fenêtres... Je remarque également un grand tapis aux épaisses franges qui m'invite à marcher pieds nus. Dans la salle de bains, des serviettes douces sont pliées sur l'étagère, à côté d'une panière de savons parfumés. Je visite la chambre et ne peux résister à l'envie de m'allonger sur le lit. Exténuée, j'enfonce ma tête dans l'oreiller gonflant et m'endors.

2

Se nourrir

Samedi. Premier jour sur le sol canadien.

Je suis réveillée par les rayons du soleil qui filtrent à travers la fenêtre. J'ouvre difficilement les yeux et tente de lire l'heure sur le réveil. 12 h 18. J'ai dormi dix heures. Après une nuit blanche, c'est un minimum. Je remonte la couette jusqu'à mon cou et m'enroule dedans. Je suis angoissée à l'idée d'être dans un pays dont je ne connais rien, ni la culture, ni le quartier où j'habite, ni même un seul des habitants. J'ai consulté quelques blogs et fait une recherche internet avant de venir, histoire de ne pas être totalement ignare, mais je ne suis pas sûre que savoir que l'hiver québécois dure six mois et qu'il fait parfois $-30\text{ }^{\circ}\text{C}$ me rassure vraiment.

Je n'ai aucune envie de me lever, cependant les cris de mon estomac affamé réussissent à me sortir de ma léthargie. Je m'extirpe tant bien que mal de ma couette. Je m'arrête devant la fenêtre du séjour et fais un tour d'horizon de ce voisinage dans lequel je vais vivre durant plusieurs mois. Onze exactement. J'aperçois

mes voisins, un couple de quadragénaires semble-t-il, décharger les courses de leur véhicule. Ils sont souriants. La rue est assez calme et paraît bien fréquentée, si j'en juge aux allées entretenues et aux façades soignées. Ma maison est plus petite que les autres mais construite avec les mêmes matériaux. J'aperçois une boutique de prêt-à-porter au bout de la rue, juste avant la grande route. Un chien marche avec entrain le long du trottoir et s'arrête à chaque boîte aux lettres pour renifler et lever la patte. Après cet examen du lotissement, je me dirige vers la cuisine dans l'espoir d'y trouver de quoi me restaurer. Une carte sur le réfrigérateur attire mon attention.

*Quel que soit le souci, la solution
n'est pas dans le frigo.*

Celle-ci me fait sourire. Elle semble m'être destinée. J'ignore si je peux être qualifiée de gourmande mais la nourriture est pour moi un antidépresseur. Quoique, en y réfléchissant bien, « antidépresseur » n'est pas le mot juste car avoir des kilos en trop et de la cellulite aurait plutôt tendance à me donner des idées suicidaires. En réalité, manger, ou devrais-je dire avaler ce qui me tombe sous la dent, est réconfortant. Si mes fringales se satisfaisaient de bâtonnets de carottes, de fruits frais ou de yaourts nature, ça ne poserait pas de problème. Seulement voilà, je n'ai pas l'âme d'une tortue ou d'une mannequin. Je suis essentiellement attirée par les produits gras, salés et sucrés, dixit les campagnes

de prévention contre l'obésité. Un jour, j'ai entendu un thérapeute me dire que cet appétit compulsif n'était autre qu'un moyen de remplir mon réservoir affectif. Comme un fumeur, un drogué ou un alcoolique. Le verdict était tombé, j'étais désespérément addict aux pizzas, à la pâte à tartiner et à la crème glacée.

Mais je n'ai pas toujours été accro à la nourriture. Je me souviens parfaitement de quand tout cela a commencé. J'avais quinze ans et demi. Le jour où mon père a quitté la maison pour vivre avec une autre femme que ma mère. J'étais très proche de mon père. Il me couvrait de baisers, de câlins et d'attention. Il était mon héros, mon papa parfait. Je le trouvais beau, gentil et drôle. Je rêvais de me marier avec un homme tel que lui lorsque je serais adulte. Je ne me souviens pas avoir vu mes parents se prendre dans les bras ou avoir des moments de complicité ensemble. Mais cela ne me perturbait pas car que sait-on de la vie de couple quand on a tout juste quinze ans ? C'est l'âge des premières fois et des découvertes. Ils étaient mes parents et à mes yeux, leur couple était une évidence. Son départ m'a beaucoup perturbée. J'ai continué à vivre avec ma mère et ma sœur. Mon père pensait que rester dans la maison de mon enfance serait moins traumatisant pour moi. Ma sœur disait que cet argument était une excuse. Il ne voulait tout simplement pas s'embarrasser avec deux gamines. Et sa nouvelle compagne, bien plus jeune que lui, ne voulait probablement pas d'étrangères sous son toit. Elle souhaitait sûrement garder l'exclusivité de sa proie. Mon père s'était transformé. Il s'habil-

lait comme un jeune homme, avait acheté une moto et un coupé sport. Il était devenu directeur et son train de vie s'était amélioré. Il emmenait Gaëlle dans de magnifiques hôtels à l'autre bout du monde alors que, jusqu'à mes quinze ans, nous partions en camping en Vendée. Je les aimais, moi, ces vacances en famille. Jouer à des jeux de société, courir dans les vagues, faire des châteaux de sable et manger des glaces sur la plage. Les hommes sont tellement influençables finalement. Il avait toujours ce sourire béat sur le visage. Il devait être sacrément amoureux. Il était heureux. Mais sans moi. Il l'est encore je crois. Je n'étais plus sa priorité, même s'il me disait qu'il m'aimait autant. Il continuait à me téléphoner régulièrement, à m'inviter à déjeuner, mais la vérité, c'est qu'il me manquait. Je souffrais terriblement de son absence.

D'autant que la tristesse de ma mère et la colère de ma sœur étaient des poids trop lourds à porter pour mes petites épaules d'adolescente. Elles s'étaient rapprochées davantage, me donnant le sentiment d'être seule au monde. Je n'ai pas beaucoup d'affinités avec ma mère. Nous nous aimons, bien sûr, mais elle m'a souvent répété que je lui rappelais mon père, par mon attitude joviale et spontanée, tandis qu'elle est une femme réservée, prudente et sans extravagance. C'est ainsi que, petit à petit, je me suis réfugiée dans la nourriture, grossissant peu à peu et cachant mes formes dans des vêtements de plus en plus amples. J'étais devenue boulimique. À la différence près que je ne me faisais pas vomir. Non, j'ai toujours détesté vomir.

J'ai essayé à plusieurs reprises d'enfoncer mes doigts dans ma bouche mais ma gorge brûlante et irritée m'a persuadée de ne plus recommencer. Je n'avais pas ce courage. Les aliments étaient donc à la fois consolation et punition. Sur les conseils de mon père qui avait remarqué ma prise de poids, j'ai consulté un thérapeute qui m'a aidée à mettre des mots sur ma souffrance, à l'extérioriser. J'ai lutté contre cette culpabilité de ne pas être capable de résister à un paquet de chips ou à un morceau de fromage. C'était tellement dur de renoncer. Il m'a fallu des mois pour apprendre à me focaliser sur autre chose, à remplacer jour après jour la malbouffe par des aliments sains. Mes obsessions ont diminué lentement mais n'ont jamais totalement disparu. Le stress, la peur ou l'ennui rappellent mes anciens démons. Heureusement, il y a des passages d'accalmie. Être amoureuse, par exemple, me guérit complètement de mes maux et m'ôte toute sensation de faim. C'est ça, « vivre d'amour et d'eau fraîche ».

J'ouvre la porte du réfrigérateur. Il contient de quoi préparer un déjeuner diététique. Quelques tomates, un concombre, une boule de mozzarella, quelques fruits et yaourts, un bocal de cornichons et un paquet de saumon fumé. Ont-ils un message à me faire passer ? Je pense qu'ils veulent me mettre au régime. Je me prépare une assiette et m'installe sur le canapé. J'ai peur de faire une sévère hypoglycémie. Je fouille dans tous les placards et découvre des sachets d'infusion et des compotes sans sucres ajoutés. La seule trace de sucres rapides que je trouve est un flacon de sirop

d'érable. Ils veulent ma mort. Je suis en manque de chocolat. Je rêve de noix de cajou, de glace, de crème chantilly, de camembert... Vite, je m'habille, bien décidée à aller faire quelques emplettes au supermarché du coin. Sur le chemin, je croise plusieurs groupes d'étudiants venus se ravitailler en chips, pop-corn et bières. À la caisse, j'écoute la conversation de certains d'entre eux. Ils font des pronostics sur le nombre de filles avec lesquelles ils flirteront pendant la soirée. Je trouve leur accent fort sympathique bien que je ne comprenne pas tous les mots prononcés. Je les observe s'éloigner et monter dans leur voiture.

Je n'ai jamais vécu ces moments d'insouciance. Mon entrée dans la vie d'adulte a été marquée par le divorce de mes parents. Je ne connais que très peu les soirées entre copains. Je préférais m'isoler dans ma chambre avec mon chat, écouter de la musique ou lire des romans. N'est-ce pas un peu prémonitoire ? Je finirai peut-être ma vie seule avec un chat. Je n'ai jamais fumé une cigarette. J'ai déjà été ivre de mélancolie mais jamais d'alcool. Si j'avais suivi mes camarades des bancs de la fac qui passaient leurs week-ends à faire la fête, à boire et danser, serais-je plus heureuse aujourd'hui ? Je suis plongée dans mes pensées lorsque la caissière m'interpelle.

— Ils sont fous ces jeunes-là ! Toutes les fins de semaine, c'est la même chose. Ils achètent de l'alcool avec leurs prêts et bourses. Un jeune est mort dans un accident en rentrant d'un party. Dans mon temps, on n'avait pas besoin de virer des broches à tour de bras.

— Pardon ? Des brossees ?

— Ben, d'être soûl ! Mon fils a dix-neuf ans et ce qui compte pour lui, c'est la musique. Il joue du rock avec son band. Jouer de la batterie, aux jeux vidéo pis toute. C'est pas ça qui va le nourrir plus tard.

— Vous parlez comme ma mère. Ces jeunes ne sont pas seuls, ils sont contents de se retrouver et de faire la fête. S'ils ne le font pas maintenant, quand le feront-ils ?

La femme reste muette quelques secondes en me fixant comme si j'avais blasphémé puis reprend, agacée :

— 19 dollars !

En rentrant, je prends connaissance des documents administratifs posés sur la table du séjour. Mon entreprise a pensé à tout : protection sociale, abonnement téléphonique, transport en commun...

Le soleil est sur le point de se coucher et une jolie teinte orangée éclaire le ciel. Je me pelotonne sur le canapé pour regarder la télévision. Je passe d'une chaîne à l'autre jusqu'à ce que je trouve un programme intéressant. Je m'arrête quand je vois deux comédiens s'embrasser fougusement. Mon cœur se serre. Je ne peux m'empêcher de ressentir de la tristesse et un sentiment d'échec. Pour combler le vide, je me jette sur un paquet de chips au vinaigre et un pot de glace. La carte sur le réfrigérateur me nargue. Je feins l'indifférence. Si elle me provoque encore, elle finira sa course dans le sac-poubelle. Elle l'aura bien cherché.