

Lâcher Prise - 1/1

J'ai l'impression de parler au vide, de sentir le vide, de puer le vide. Ça sent tellement mauvais. C'est envahissant, ça prend toute la place. Ça pourrit et c'est contagieux.

Il y a bien longtemps que j'attendais ce moment. Comme si tout, d'un coup, j'arriverais à lâcher prise. *Lâcher prise*. C'est tout ce que je souhaitais. Pouvoir respirer. *Enfin*. À grands poumons. À gorge déployée.

Enfin. Juste pour dire qu'une bonne fois pour toute, la page serait tournée. Pour de bon. Respirer vraiment. Arrêter de survivre. Arrêter de tenir bon, avec un simple souffle qui me retiendrait à la vie. *Vivre*. Ce n'est pas un souffle qui doit nous retenir à la vie. C'est l'espoir qui nous tient. Qui nous hante. Qui nous gruge même.

Je le sens ce souffle, comme une brise qui frôlerait ma nuque. Une respiration étrange. Une brise effrayante qui vous prend à la gorge, qui vous noue, qui vous fige. *Respirer*.

Ne le dis pas. S'il te plaît, n'en parle pas. Je sais que ce n'est pas évident, mais j'en ai besoin. J'ai besoin de lâcher prise. J'ai besoin de respirer tranquillement ; longtemps. Cette course effrénée m'épuise. Je n'en peux plus de ce souffle court qui me fais sentir si petite. C'est vrai, moins je respire, plus je rapetisse. J'ai besoin de me laisser aller. C'est vrai, je t'assure. J'ai besoin de laisser la vie couler sur moi. J'ai besoin de ne penser à rien. *Lâcher prise*.

As-tu déjà senti ce souffle dont je te parle ?

J'ai l'impression de parler au vide, de sentir le vide, de puer le vide. Ça sent tellement mauvais. C'est envahissant, ça prend toute la place. Ça pourrit et c'est contagieux. Pourtant, on ne peut pas s'en débarrasser. C'est pour ça que tu dois me laisser flotter au-dessus, parce que si je tombe dedans, je ne sais pas comment je vais m'en sortir. Je ne sais même pas si on peut en sortir.

Tu connais le son du blanc ? C'est comme le son du silence, mais plus doux. Paraîtrait-il qu'il permet d'entendre les sourires. Je me demande à quoi ça ressemble le son d'un sourire. Je respire toujours mal. *Lourdeur*.

J'ai besoin d'air, mais j'ai besoin que tu continues de respirer à mes côtés. Je voudrais juste lâcher prise. Je n'aie pas besoin d'un tremblement de terre, que tout s'arrête, de tomber pour mieux repartir. J'ai juste besoin qu'on m'aide à respirer. Qu'on ralentisse la cadence qui nous pousse vers ce vide blanc qui n'a pas vraiment d'identité. Vers ce vide doux, *pernicieux*, qui semble nous appeler, mais duquel on devrait se méfier. On est trop innocents tous les deux. On fonce trop vite, on a les yeux fermés et on a oublié de respirer. C'est beau aussi respirer. Je t'assure, vient avec moi je vais te montrer. C'est comme un arc-en-ciel, sauf que ça n'a pas la forme d'un arc. C'est juste coloré. Et au bout, il y a ce trésor apaisant qui va naître en toi si tu le fais comme il faut, si tu prends le temps. C'est ça le secret ; le temps. On n'en prend jamais assez. N'arrête pas. Respire avec moi, tu verras, ça aide à *lâcher prise*.

Je sais que tu ne me crois pas, mais je te le dis, laisse couler la vie et je flotterai avec toi...