

TÉA GRÉGORIO

DEUXIÈME ÉTOILE
À DROITE ET
TOUT DROIT
JUSQU'AU MATIN

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

Un grand merci à tous les participants de
simply-crowd.com qui ont permis à ce livre
de voir le jour :

...

...

© Éditions Maïa

*Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en
encre, ils sont conçus et imprimés en France.*

*Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation
interdits pour tous pays.*

ISBN 979-1-04251-231-6

Dépôt légal : février 2025

Anna

« Le Smile »

Comment avais-je pu me lancer un tel défi, alors que j'étais épuisée, essorée ? J'avais la sensation d'être littéralement morte à l'intérieur. Pourtant, je devais animer ce stage de deux jours qui avait pour thématique « Prévention et gestion de l'absentéisme ».

Il était 9 h 10, et ils étaient là, assis face à moi, le groupe presque au complet qui m'observait pendant que je cherchais à comprendre quel câble devait être connecté, quel embout allait dans quelle prise... pour parvenir à lancer ce premier slide à l'écran et projeter le support de ma présentation.

Seize chaises occupées par seize stagiaires adultes, sous cinq tables que j'avais disposées en îlots, afin qu'ils puissent travailler en petits groupes. Il fallait que je me lance, que je leur dise qui j'étais et comment j'avais organisé le programme de cette formation.

J'étais sans émotion ou en trop plein d'émotions peut-être. Je touillais nerveusement mon café pourtant sans sucre qui devait me fournir l'énergie nécessaire qui me faisait cruellement défaut.

Mes ailes étaient brisées alors qu'il était déjà 9 h 12 et qu'il ne me restait que 3 minutes pour m'imprégner de poussière de fée, avoir des pensées heureuses, m'envoler et les embarquer avec moi (*si tu n'as pas la réf, c'est que t'es pas fan de Disney !... Désolée d'avance :)).*

9 h 13, la dix-septième chaise entra, salua et s'excusa de son presque retard et s'installa en m'interrogeant sur la disposition des tables.

— On s'installe de biais ? Un U traditionnel n'aurait-il pas été plus adapté, que nous puissions vous voir parfaitement tous ?

Ce à quoi je répondis dans un sourire avenant et rassurant, que seule moi pouvais percevoir comme légèrement forcé :

— Bonjour, madame, ne vous inquiétez pas, je suis mobile et vous allez l’être aussi, nous allons parfaitement pouvoir échanger tout au long de ce stage, les tables ainsi disposées nous permettront d’être plus efficaces.

Je me concentrai quelques secondes supplémentaires, comme avant une épreuve sportive ou l’oral d’un concours, en faisant abstraction de leur présence.

Après tout, j’avais l’habitude de ce genre de prestation. J’animais régulièrement des réunions et des ateliers où je pratiquais le co-développement. Certes, d’habitude, il s’agissait de mes collègues que je connaissais bien. C’était moins intimidant que ce groupe d’inconnus.

Alors, je me rassurais en visualisant les fois où j’avais animé des cours pratiques et théoriques en centre de formation pour les éducateurs sportifs. Alors oui, c’est vrai, à l’époque... Il s’agissait de séances complètement différentes sur des sujets maîtrisés comme les techniques de construction et d’animation de séances sportives ou encore sur le découpage musical et l’utilisation du tempo...

Mais je ne devais pas douter de moi. Ce n’était pas si différent après tout. De toute façon, il était trop tard pour faire marche arrière. J’étais là, je n’avais plus le choix. Il fallait que je sois efficace et crédible. Je n’avais pas à leur expliquer que c’était une grande première pour moi, il fallait que je capte leur attention et suscite leur participation pour que ce stage soit constructif.

Inspirer par le nez, sentir la différence de température entre l’air ambiant et mon air intérieur pour percevoir cette douce sensation thermique qui augmente la conscience. Expirer par le nez, parce que la respiration nasale calme mon mental. Et parce qu’expirer par la bouche même tout doucement, discrètement, avait finalement tendance à faire augmenter mon stress et que ce n’était absolument pas le moment que je fasse une crise d’angoisse ou un malaise vagal.

Ne pas céder à la tentation de fermer les yeux, même si j’en ressentais le besoin dans cet exercice de cohérence cardiaque et que cela m’aurait été très utile ce matin-là... parce que la

cohérence de tout ça, je devais la chercher au plus profond de moi.

9 h 15, je m'adressais au groupe :

— Bienvenue à tous, mon nom est Anna Vobauré, je suis formatrice, mais également Directrice des Ressources humaines. Nous allons travailler ensemble pendant ces deux jours, dans une dynamique particulière. Je pratique la facilitation afin de mettre en place un cadre qui permettra au groupe d'opérer en intelligence collective. Concrètement, pour celles et ceux qui ne connaissent pas la facilitation : la diversité du groupe et vos expertises viendront enrichir, compléter, illustrer le support qui est projeté...

J'étais lancée... je greffai un SMILE sur mon visage, ce SMILE que l'on pouvait entendre dans la chanson de Nat King Cole.

Smile though your heart is aching

Souris même si ton cœur fait mal

Smile even though it's breaking

Souris même s'il se brise

When there are clouds in the sky, you'll get by

Quand il y a des nuages dans le ciel, tu y parviendras

If you smile through your fears and sorrow

Si tu souris malgré tes peurs et ton chagrin

Smile and maybe tomorrow

Souris et peut-être que demain

You'll see the sun come shining through, for you

Tu verras le soleil venir briller, sur toi

Ce smile-là allait s'installer dans ma vie pour un bon bout de temps, parce qu'il n'y avait pas d'autre choix, qu'il était et serait ma force, un vrai compagnon, le seul que je pouvais contraindre à m'accompagner jusqu'au dernier souffle... (Ohhhh ! là, ça démarre mal... Faut que je sois plus légère).

On se détend, mon dernier souffle n'était pas pour tout de suite.

Je n'avais pas encore passé la barre fatidique des 50 ans. Et du haut de mon 1 m 53, et avec mon look d'adolescente, mes longs cheveux décolorés par le soleil, j'en paraissais bien dix de moins (ou cinq peut-être... je m'enflamme ! Et j'entends Sara qui commente en riant « faut doser maman ! »).

La séance commença. J'avais trois heures à tenir, avant la pause déjeuner, téléphone en silencieux, face à face (*enfin, « de biais » avait dit la dernière arrivée*) avec ces dix-sept adultes que j'allais apprendre à connaître, qui attendaient de moi des centaines d'informations alors que j'attendais d'eux, une profonde inspiration...

S'efforcer de garder les yeux grands ouverts et écouter leurs présentations respectives en portant une particulière attention à leur dernière phrase qui allait me donner la ligne de conduite à tenir sur les douze heures de stage à venir.

Je leur avais donné comme premier exercice : présentez-vous, qui êtes-vous, quel poste occupez-vous et écrivez sur un Post-it la fin de cette phrase « ce stage sera un succès si ».

J'étais lancée et rien ne m'arrêterait, car je savais que si je réussissais à relever le défi alors que mon monde venait de s'écrouler, je pourrais tout relever, je pourrais tout surmonter. Il le fallait, je n'avais pas d'autre choix. J'étais engagée.

J'avais accepté au pied levé ce remplacement et des stagiaires venus d'autres régions avaient organisé leur déplacement, réservé leur train, leur hôtel et je savais deux d'entre eux porteurs de handicap. J'avais été appelée quinze jours avant la date de stage pour savoir si j'acceptais cette première mission, à l'arraché, avec peu de jours de préparation. Le formateur initial était souffrant et cela aurait été dommage d'annuler. On ne m'a rien imposé, mais je n'ai pas pu dire non. J'aime relever les challenges, la matière m'intéressait et c'était l'occasion pour moi de sortir de mon quotidien, d'ouvrir mes horizons.

J'exerçais mon métier en ressources humaines, depuis plus de dix ans, et cette nouvelle mission allait me plaire, je le savais. Elle me permettrait de mettre à profit mes compétences d'animatrices héritées de mon passé d'éducateur sportif, et mes connaissances en RH. De plus, je me savais dotée d'habiletés pédagogiques et selon Pierre, mon supérieur hiérarchique, mentor et ami « dotée d'un supplément d'âme » qui me serait utile face aux stagiaires (*là aussi, vous allez penser que je m'enflamme, mais sérieusement, Pierre utilise ces mots...*).

Je m'étais attelée à la préparation d'un support et j'avais ressorti mes guides de management habile. Et pendant sept jours, j'avais préparé ma prestation.

Enfin, pour être précise : j'avais préparé mon support pendant cinq soirs, un samedi, un dimanche et un dernier lundi soir.

Je sortais du bureau vers 18 h, rentrais à la maison, faisais le point sur les devoirs de ma fille, à faire, à finir, à expliquer, préparais le repas. Puis, j'enfilais un pyjama comme je les aime, un pyjama super héros ou princesse, tout confort, tout régressif... Nous dînions, je faisais la vaisselle. Et m'installais face à Netflix, sur la grande table du salon avec mes cours, mes post-its, mes bouquins, mes affiches, mes feutres. Et je m'activais jusqu'à minuit, parfois plus tard encore. Puis je m'obligeais à aller rejoindre ma couette, jusqu'au réveil, 7 h. Je me préparais, chacun son petit déjeuner ! Puis j'enchaînais mes vies sans faire de pause : ma vie de maman dès le réveil, ma vie de fonctionnaire manager en journée, ma vie de maman en débauchant, suivie de ma vie de ménagère et jusqu'au coucher, ma vie de future prof.

Je n'avais pas de temps pour moi, je ne voulais pas de temps pour moi. Je préparais mes cours et j'écoutais d'une oreille et regardais d'un œil une série pour ne pas avoir de temps mort. Mon attention était captée à chaque instant, il n'y avait pas de vide.

Du temps pour moi, de la liberté pour penser, ça aurait été comme du vide à remplir et je ne pouvais pas me le permettre. Il fallait que je sois forte et les espaces vides ressemblaient aux silences. Je ne les gérais plus, depuis longtemps.

Au fond, je le sais, je m'y attendais... Ce lundi soir là, je m'y attendais... la vie du lendemain ne serait plus jamais la même.

« Le pyjama Batman »

Mardi matin, 6 h

Un réveil en sursaut, des cris, comme des coups, des bruits sourds, des voix d'hommes, graves et fortes, une course effrénée, en sautant de mon lit jusqu'à la fenêtre de la salle de bain, le cœur au bord de l'explosion, le souffle coupé... je n'ai pas réfléchi.

J'ai ouvert la fenêtre. Nino m'a suivi en courant, en caleçon, le torse nu. Avant même de regarder par la fenêtre, il a levé les

bras en l'air. Je ne saurais dire ce que j'ai vu en premier, ses bras en l'air et son regard profond et vide à la fois... ou les hommes cagoulés, casqués, matraques et armes en main, en contrebas de la fenêtre, à la porte.

Nous sommes aussitôt descendus, je pense avoir crié que j'arrivais, alors qu'ils continuaient à cogner sur la porte comme s'ils allaient l'enfoncer. Nous ne pouvions pas descendre plus vite. Mon fils disait quelque chose qui signifiait qu'il coopérait. J'ai ouvert. Ils sont rentrés violemment, l'ont plaqué au sol, à plusieurs pour le menotter. Alors qu'ils continuaient de hurler des phrases inaudibles, ils ont envahi ma maison.

Ils étaient au moins une douzaine, en uniforme que je ne reconnaissais pas, avec des gilets pare-balles, un en civil aussi, certains dont le visage était masqué par la cagoule.

Mes oreilles bourdonnaient, je n'avais plus de salive, j'avais chaud, j'avais peur. Je n'avais pas de larmes, je voulais qu'on m'explique.

J'ai pensé une fraction de seconde que c'était une erreur, qu'ils n'étaient pas dans la bonne maison. Mais Nino avait levé les mains, comme s'il savait qu'ils étaient là pour lui. Avec son physique d'acteur, son allure svelte et musclée, sa peau parfaite, sa barbe de trois jours, ses cheveux soigneusement plaqués même au réveil, il avait couru vers la fenêtre et... Il avait levé les bras en l'air... comme quand le héros du film est un bandit qui s'attend à se faire prendre. Ce n'était pas une erreur de porte. Je lisais à ses dents serrées sur son visage marqué qu'il savait pourquoi ils étaient là.

Mon fils était docile, mais ils le malmenaient. J'ai voulu monter chercher ma fille. Sara allait être choquée de ce qu'elle entendait, mais ne voyait pas. Elle était seule dans sa chambre, à l'étage, car elle n'avait pas ouvert la porte, elle n'avait pas été dans la salle de bain comme nous. Elle était restée, certainement apeurée, sous sa couette ou peut-être derrière sa porte. Ils m'ont dit qu'elle allait être choquée de voir la scène.

J'ai repris quelques esprits et demandé s'ils se moquaient de moi et j'ai ajouté, des trémolos dans la voix, qu'elle était sans aucun doute déjà choquée d'entendre. Je l'ai appelée, camouflant autant que possible mon ton paniqué afin que ce soit

suffisamment clair et ferme et qu'elle comprenne qu'il fallait me rejoindre immédiatement.

Elle est descendue, d'un pas alerte, je l'ai récupérée avec moi, lui tenant fermement la main. Elle était en T-shirt, et en petite culotte. Ses longs cheveux étaient en bataille et ses grands yeux montraient sa détresse. Mon bébé avait douze ans, mais, je le savais, en paraissait déjà quinze avec ses formes de jeune femme et ses presque quinze centimètres de plus que moi. Et elle était en culotte dans le salon, décomposée face à son frère qui était maintenu au sol par des hommes armés et cagoulés.

Ils ont dit à mon Nino d'arrêter de faire le mariole, ou quelque chose comme ça, j'ai demandé qu'on m'explique. Mais on ne voulait rien me dire. J'ai supplié !

Ma vie m'échappait. Je pleurais, mais sans sentir les larmes, je pleurais sèchement. Tout était sec, ma gorge, ma voix, mes larmes, eux...

On était dans un film... On me parlait durement comme si j'avais le rôle d'un complice d'un dealer dans « BAC Nord ». Je ne pouvais pas accepter qu'on me traite ainsi. Je leur ai dit dans un semblant de colère : « regardez autour de vous... il y a mes cours en préparation étalés sur la table, un cadre au mur avec des Playmobils chevaliers, des Pokémon, hello Kitty... des cousins roses sur le canapé... vous ne comprenez pas où vous êtes ? ... Changez de ton s'il vous plaît... nous ne sommes pas des criminels ».

Ensuite, ils m'ont annoncé qu'ils allaient faire rentrer des chiens. J'ai pleuré, encore plus paniquée.

J'ai peur des chiens et j'ai peur que les chiens attaquent mes enfants. J'ai supplié de nouveau, mais, on ne m'a pas laissé le choix.

Là, j'ai demandé à Nino de me dire ce qu'il avait fait, de leur dire : « mon cœur, je t'en prie, qu'as-tu fait ? Dis-moi ce qu'il se passe ? Coopère avec eux... Nino, dis-moi que tu n'as rien fait de grave ? ... Ce n'est pas possible Nino, dis-moi ce qu'il se passe, je t'en prie... ».

Nino ne répondait pas à mes supplications.