

Une fille qui ne pouvait pas lâcher prise

Il était une fois une petite fille nommée Sinead. C'était une enfant de 10 ans tout à fait ordinaire, avec des boucles extraordinaires et un drôle de talent : elle pouvait garder sa rancune comme un écureuil stocke des noisettes, sans limite de temps.

Mais ce n'était pas n'importe quelle rancune. Non, celle de Sinead prenait forme. Une forme réelle, tangible. Chaque fois que quelqu'un lui faisait du tort ou même l'agaçait un peu, une pierre apparaissait. Pas une pierre imaginaire. Une vraie pierre. Une pierre magique, silencieuse, qui la jugeait et s'accrochait à elle comme de la boue.

Tout avait commencé petit.

Quand son amie Mia lui dit un jour que son écriture ressemblait à « un poulet ivre qui fait des claquettes », Sinead rit, mais un petit caillou se retrouva dans sa poche. Elle pensa qu'elle l'avait ramassé par erreur.

Puis, quand ses parents refusèrent de la laisser aller au parc de trampolines avec ses amis (« Vous ne me laissez jamais rien faire d'amusant ! » cria-t-elle), le lendemain matin une pierre de la taille d'une paume, avec le mot « OPPRESSION » gravé en runes celtiques anciennes, était apparue sous son lit.

À 12 ans, Sinead en avait accumulé tant qu'elles tintaient entre elles quand elle marchait. Son sac à dos grinçait, son casier débordait et en classe, elle devait s'asseoir sur une chaise renforcée.

Les gens finirent par le remarquer.

— Pourquoi marche-t-elle comme un pirate avec deux jambes de bois ?
chuchotaient les filles.

— On dirait une carrière ambulante, murmuraient les garçons.

Mais Sinead ne pouvait pas s'en défaire. Quand Padraic la croisa dans le couloir et lui dit : « Tu sens les livres mouillés » (il le disait avec tendresse, car il aimait les bibliothèques), une pierre de la taille d'un galet apparut dans sa chaussette, marquée « NEZ DE LIVRE ».

Quand son frère aîné Liam mangea la dernière part de pizza et accusa le chien, Sinead récolta un bloc de basalte gros comme une dinde congelée, gravé « TRAHISON DE PIZZA ».

Sa vie devint une tragédie géologique. Ses chaussures s'usaient à toute vitesse, les escaliers mécaniques semblaient la juger et son chat refusait de s'installer sur ses genoux, rebuté par le terrain cahoteux.

Un jour particulièrement humiliant, elle trébucha sur ses propres pierres et dévala l'escalier comme une avalanche.

Puis vint l'annonce.

La directrice Kelly s'éclaircit la gorge dans l'interphone :

— Ce vendredi, l'école ouvrira... le Jardin du pardon.

L'interphone grésilla un instant, puis se tut.

Le lendemain, la directrice Kelly donna plus de détails lors de l'assemblée. Debout sous une bannière proclamant « PARDONNEZ ET

ÉPANOUISSEZ-VOUS », elle expliqua que le Jardin était un espace paisible où les élèves pouvaient symboliquement déposer leurs rancunes.

— Le pardon, dit-elle, ne consiste pas à excuser les mauvais comportements. Il s'agit de se libérer soi-même. Il en existe deux types : le pardon décisionnel et le pardon émotionnel.

Sinead plissa les yeux. Cela ressemblait furieusement à un cours de développement personnel déguisé en jardinage.

— Le pardon décisionnel, poursuivit-elle, c'est choisir de ne pas riposter. Le pardon émotionnel, c'est transformer des émotions négatives en émotions neutres, voire positives, comme la compassion... ou ce que l'on ressent quand la batterie de son téléphone est à 1 % et qu'on trouve enfin un chargeur.

Sinead leva les yeux au ciel. De la compassion ? Pour Mia, la critiqueuse de poulet ? Pour Liam, le voleur de pizza ? Pour Padraic et son surnom de « nez de livre » ?

Elle était prête à tout rejeter en bloc... jusqu'à ce qu'elle le voie : le Jardin.

Il était splendide.

Un sanctuaire verdoyant derrière l'école, avec des bancs moelleux et des arbres qui semblaient murmurer. Des parterres de fleurs où l'on pouvait « planter » ses pierres, et un grand chemin en mosaïque portant ces mots : « On porte moins de poids quand on lâche prise. »

Cette nuit-là, Sinead se retourna sans cesse dans son lit, écrasée par son sac rempli de pierres qui trônait dans un coin de la chambre. Il lui murmurait presque. Enfin, pas vraiment... mais elle en ressentait le poids. Elle était épuisée.

Le vendredi arriva. Elle se traîna jusqu'au Jardin.

Mia était déjà là, tenant une petite pierre sur laquelle était gravé : « Je suis désolée d'avoir dit que tu écrivais comme une poule ivre ». Sinead la fusilla du regard.

Toby s'approcha à son tour, rougissant.

— Je ne voulais pas dire que tu sentais mauvais. C'était... une façon de parler ? dit-il en lui tendant une pierre marquée « Compliments maladroits ».

Sinead cligna des yeux. Quelque chose céda en elle.

Hésitante, elle sortit le bloc « TRAHISON DE PIZZA » et le déposa sous un hortensia.

Il n'explosa pas. Personne ne s'évanouit. Elle se sentit simplement... plus légère. Son sac pesait moins. Sa colonne se redressa. Ses genoux criaient merci.

Alors, un par un, elle déposa ses fardeaux dans le Jardin : « NEZ DE LIVRE », « OPPRESSION », « TU N'AS PAS RÉPONDU À MON SMS EN 3 MINUTES », « TU AS PRIS MA PLACE EN ANGLAIS », « TU AS DIT QUE LES PRUNES ÉTAIENT SURCOTÉES ». Tous.

À chaque pierre abandonnée, quelque chose changeait. Son visage s'adoucissait. Sa démarche se redressait. Elle ressentit quelque chose. Du bonheur ? Était-ce ça ? Ou simplement le retour de la circulation dans ses jambes ?

À la fin de la journée, elle sortit presque en flottant de l'école. Même son chat grimpa de nouveau sur ses genoux.

Pour la première fois depuis des années, elle sourit sans effort.

Mais un rebondissement l'attendait.

Alors qu'elle était couchée, légère et heureuse, elle entendit un bruit sourd.

Elle se redressa.

Au pied de son lit, il y avait un caillou.

Perplexe, elle le ramassa. Un mot y était gravé :

« TOI-MÊME ».

Sinead cligna des yeux. Que voulait dire ce message ?

Puis une voix douce résonna dans sa tête : pas effrayante, juste calme.

— Tu as pardonné à tout le monde... sauf à toi-même.

Et soudain, Sinead se souvint.

La fois où elle avait renversé de la peinture sur son projet artistique et accusé Tommy.

La fois où elle avait simulé une maladie pour éviter d'aller voir sa grand-mère.

La fois où elle avait dit du mal de son reflet... et l'avait pensé.

Les autres ne l'avaient pas seulement chargée de pierres. Elle s'en était aussi infligé elle-même : des pierres de honte, de culpabilité et de regrets, dont elle ne s'était même pas rendu compte.

Le lendemain, elle retourna au Jardin avec une dernière pierre scintillante, marquée « MES ERREURS ».

Et Sinead ?

Elle rit. Un rire sincère, libérateur.

Elle était libre.

Enfin... presque.

Elle gardait encore une petite pierre, gravée : « Les gens qui ne se lavent pas les jambes sous la douche ». Certaines rancunes sont sacrées.

Mais à part ça ?

Sinead était légère comme une plume. On la voyait souvent déambuler dans l'école, le pas vif, le sourire aux lèvres, avec seulement quelques cailloux dans ses chaussettes.

Car parfois, lâcher prise ne veut pas dire oublier.

Cela signifie simplement que vous ne portez plus ce poids quand vous gravissez la montagne de la vie.

Et si vous le portez encore ?

Alors assurez-vous qu'il soit assez petit pour pouvoir le lancer dans un étang.



Cofinancé par
l'Union européenne



léargas

Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues pour responsables.