

La Montagne de Maxime

Maxime avait dix ans. Il ne parlait pas beaucoup, et quand il le faisait, sa voix était douce, presque comme un secret. La plupart du temps, il se taisait. Non pas qu'il n'ait rien à dire, mais il trouvait plus facile de tout garder en lui, comme si ses mots étaient enfermés dans une boîte qu'il n'osait pas ouvrir. Il avait peur de déranger, ou de ne pas être compris.

Il hochait toujours la tête quand on lui demandait : « Tout va bien ? »

Même quand son estomac se serrait.

Même quand ses pensées tournaient si vite qu'il oubliait presque de respirer.

Même quand tout ce qu'il voulait, c'était arrêter de faire semblant.

Il ne cherchait pas à être courageux. Il ne savait simplement pas comment dire : « J'ai peur », « Je ne comprends pas », ou « Je suis fatigué de sourire tout le temps. » Il craignait que ses peurs paraissent trop petites pour compter, ou trop emmêlées pour être expliquées. Souvent, il commençait une phrase dans sa tête, puis se figeait, imaginant déjà un regard perplexe ou moqueur. Alors, il se taisait.

Il avait appris à masquer ses émotions : un hochement de tête poli, un rire forcé, un léger « Ce n'est rien ». Mais en cachant ses sentiments, il avait l'impression de se cacher lui-même.

Un jour, son cahier d'exercices disparut. Oublié dans le bus. Une petite erreur, peut-être, mais pour Maxime, ce fut comme si le sol s'ouvrait sous ses pieds. Son cœur battit à tout rompre. Ses pensées s'affolèrent.

Et si le professeur se fâche ?

Et si les autres me trouvent négligent ?

Et s'ils se moquent ?

À la maison, il répondit d'un ton léger, mais sa voix tremblait. Le soir, il s'enfouit sous sa couverture, les yeux clos. Mais la peur ne s'éteignit pas. Elle grossissait. Comme une pierre dans sa poche : petite au début, mais qui pèse de plus en plus lourd, jusqu'à empêcher d'avancer.

Puis vinrent d'autres petites choses : un mot qu'il ne comprenait pas et qu'il faisait semblant de saisir, un contrôle qu'il évitait de préparer, le regard furieux d'un camarade après un ballon mal lancé. Le vacarme de la cour qui lui vrillait les oreilles. Une rumeur chuchotée à son sujet. Une dispute entendue à la maison.

Pris séparément, rien n'était une montagne. Mais pierre après pierre, elles s'empilaient. Jusqu'à ce que Maxime ait l'impression de les porter toutes.

Un jeudi, la classe partit en promenade dans la nature. Alors que les autres avançaient devant, Maxime traînait à l'arrière. Non par fatigue, mais parce qu'il sentait un poids trop lourd en lui. Ses bras pendaient raides le long du corps, ses yeux restaient fixés au sol.

À ses côtés, marchait une dame aux cheveux gris et au regard apaisant. Elle garda d'abord le silence. Puis, doucement, elle dit :

— Tu regardes le sol comme s'il pouvait te parler.

Maxime ne répondit pas, mais ne s'écarta pas non plus.

— Moi aussi, j'ai déjà porté des montagnes de pensées, ajouta-t-elle. Jusqu'à ce qu'elles m'écrasent. Tu sais ce qui m'a aidée ? Les poser une à une. Comme des pierres. Tu veux essayer ?

Maxime hésita, puis acquiesça lentement.

Ils s'arrêtèrent sous un arbre. Il ramassa une petite pierre rugueuse.

— Celle-ci... c'est pour le cahier d'exercices perdu, murmura-t-il.

Puis une autre :

— Pour le bruit de la cantine.

Encore une :

— Pour la peur qu'ils découvrent que je ne comprends pas toujours.

Six pierres en tout. Et à chaque pierre, quelque chose s'allégeait en lui.

Quand il prit du recul pour les regarder, ce n'était pas une montagne. Juste un petit tas. Réel. Gérable.

— Elles n'ont plus l'air aussi grosses, dit-il.

— Parce que tu les as déposées, répondit la femme avec un sourire. Tu n'as pas à les porter seul.

Le lendemain, quand la maîtresse demanda ce qu'ils avaient appris durant la sortie, Maxime leva la main. Une petite main discrète.

— J'ai appris qu'on pouvait poser ses pensées par terre. Comme des pierres.

Les regards se tournèrent vers lui, curieux mais bienveillants. Maxime sortit, ramassa quelques cailloux et les aligna au tableau.

— Ce sont des choses qui me pèsent, expliqua-t-il. Mais ici, elles sont plus légères.

Plus tard, une camarade s'approcha avec un petit caillou.

— Moi aussi, j'ai des pierres, dit-elle. On pourrait leur faire une place ?

Ensemble, ils en parlèrent à la maîtresse. Elle accepta aussitôt.

Ils construisirent une petite boîte en bois, près de la fenêtre. Maxime la décora de dessins d'étoiles et de cailloux. Ils l'appelèrent le Coin des Pierres à Penser. Chacun pouvait y déposer un caillou, un dessin, un soupir ou un silence.

La boîte se remplit peu à peu : pierres rondes, papiers froissés, plumes légères. Et quelque chose changea. La classe avait désormais un endroit pour accueillir ce qui restait d'ordinaire coincé à l'intérieur. Un espace tranquille pour les pensées trop lourdes.

Maxime ne se transforma pas du jour au lendemain. Il avait encore des journées silencieuses. Des jours où les pensées revenaient, où la montagne semblait à nouveau se dresser derrière lui.

Mais désormais, il en reconnaissait les signes. Il sentait les premières pierres dans sa poche et savait qu'il n'était pas obligé de les garder. Il pouvait les poser. Dire juste un mot. Respirer.

Il avait des pierres. Des mots. Une boîte. Une maîtresse qui l'avait écouté. Et une classe qui avait compris.

Et surtout, Maxime savait maintenant :

Avoir peur ne le rendait pas faible.

Parler ne donnait pas plus de force à ses peurs.

Et parfois, poser une seule petite pierre par terre était le premier pas vers une marche plus légère.



Cofinancé par
l'Union européenne



leargas

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.