J'ouvre les yeux. Une lumière transpire déjà par la lucarne. Le soleil zébré aveugle ma rétine et m'oblige à détourner le regard. Encore une fois. En tournant la tête, le visage de ma femme me rappelle à la réalité.
Chaque matin, la même routine. Ne pas penser. Pas pour l'instant du moins. J'enfile mes sandales et fais mon lit au carré. Puis je me place devant le miroir et me lave le visage. Pour me réveiller. Pour me laver de mes péchés aussi. Après avoir tamponné méticuleusement chaque parcelle de ma face burinée, je tente alors de me regarder en face. C'est dur. Je suis face à moi-même. Je me regarde dans les yeux, avec difficulté, essayant désespérément de découvrir dans les profondeurs de mon âme qui je suis vraiment.
Suis-je un monstre ? Suis-je un paumé inconscient ? Ou tout simplement un homme qui a fauté ? Tant de jours à creuser la question sans trouver de réponses. J'ai mal. Mes pensées déchirent mon cœur et, d'un pas mécanique, je me laisse aller à mon sort. Le rituel du petit déjeuner. Attendre, s'assoir, manger. Ensuite un petit tour dehors, je ne m'y risque que rarement. Je retourne dans mon antre. Assis sur le lit, les yeux dans le vague, j'ai le sentiment profond d'évoluer dans un monde parallèle. Ce n'est pas vraiment cette réalité que j'attendais de la vie...mais, à qui la faute ?

Comme chaque matin, après ma petite période de méditation, je tourne en rond. Une course contre la montre si je puis dire. A l'aide de ma Swatch, je chronomètre combien de tours je peux faire en dix minutes. J'essaie de battre mon record chaque jour et je dois dire que je m'améliore sans cesse. J'avance toujours plus vite. Je me suis crée un parcours dans ma chambre, que j'exécute tel un chat, j'en connais désormais chaque millimètre.
Une fois ce petit échauffement terminé, je fais ma séance de musculation. Je suis devenu un pro des burpees. Cet exercice consiste à sauter en l'air en levant les bras, puis d'enchainer sur une pompe, et se relever pour sauter à nouveau. Exténuant mais efficace ! Ca me vide la tête et ça a le mérite de bien tonifier chacun de mes muscles ! On fait comme on peut. Mais c'est sur que le sport, c'est vital pour conserver le moral.
Cela m'aide à ne penser à rien, car le temps coule désormais beaucoup moins vite qu'autrefois. Je peux maintenant prendre conscience de chaque minute de solitude.
Je lis beaucoup. J'avale au bas mot trois ou quatre livres par semaine. Une bonne manière de s'évader dans des contrées sauvages et de partir à l'aventure depuis son lit. Je me surprends à dévorer des ouvrages philosophiques aussi. Descartes et Spinoza n'ont presque plus de secrets pour moi. C'est marrant de voir à quel point notre cerveau peut s'adapter au changement. Moi qui ne lisais au mieux qu'une BD de temps à autre et qui passais le plus clair de mon temps sur mon téléphone à surfer sur les réseaux sociaux !

On peut dire que c'était une vraie drogue. Une drogue dure. Ils m'ont pourrit la vie autant qu'un héroïnomane. Prisonnier de sa dose de plaisir, obnubilé par le produit, son cerveau dépendant guette chaque occasion de prendre son shoot. Si on regarde bien, c'est à peu près la même chose avec les réseaux sociaux. Au début, c'est pour tester que l'on s'y met, pour faire comme tout le monde. Un peu par imitation des copains, pour être accepté dans le groupe et ne pas passer pour un vieux con. A l'image de la première clope que l'on grille en cachette avec sa bande quand on est un jeune ado en quête de reconnaissance. Sacré Maslow, toi et ta pyramide tu as tapé dans le mille.
Ensuite, l'habitude. La facilité d'accès à ce stupéfiant légal et à porté de poche est si sournoise que l'on ne se rend même plus compte du nombre de doses que notre pupille dilatée absorbe chaque jour. Le plaisir semble exquis, chaque connexion amène son lot de nouvelles.
Photos, citations, vidéos ; un flux d'informations ininterrompu mélangeant des thèmes sérieux aux pires tabloïds racoleurs, en passant bien sur par la petite dose de voyeurisme sur tout un chacun, la recette a de quoi séduire. Comme beaucoup d'entre nous, moi qui étais

septique face à tout ce brouhaha immatériel, je me suis retrouvé piégé par ma propre addiction à ces volutes virtuelles, tel un fumeur compulsif.

Quand j'y repense, j'ai honte. J'étais persuadé d'agir correctement. Je ne faisais aucun mal, j'étais droit dans mes bottes. Comment ais-je pu être aveuglé à ce point ? Je m'en veux tellement. Cela fait quelques jours que j'ai enfin compris.
Dépité, je creusais jusqu'alors mon propre tombeau. Pourquoi le sort me tombait dessus comme cela. Pourquoi moi ?
J'ai eu le temps de tourner la question plusieurs mois dans ma tête et je n'ai jamais obtenu de réponse satisfaisante. Puis, la réflexion suivant son chemin, j'ai enfin mis en cause mes propres biais et assumé mes responsabilités. Car c'est de cela qu'il est question si l'on y réfléchit bien. Nous sommes tous fautifs de nous laisser dériver par ce flot pour le moins inutile. Et, comme beaucoup, je n'ai pas agis en conséquence, j'en paye le prix aujourd'hui...

Je m'allonge comme chaque matin après ma séance de sport, et je ferme les yeux. Je repense à ce rêve étrange. Je fais ce rêve presque toute les nuits, et je cherche parmi toutes les informations subtiles semées par mon subconscient quel message mon âme cherche à me transmettre.

Une journée habituelle, il est dix sept heures. Je saute dans ma voiture afin de récupérer Marine et Louis à l'école. Comme à la normale, les bouchons commencent à fleurir sur la route et je presse le champignon entre chaque feu afin de les prendre de vitesse. Je n'ai aucune envie d'être coincé et que mes enfants finissent à la garderie. Je m'engage sur le rond point de l'avenue de Toulouse, et j'observe le trafic afin de savoir si je change de trajectoire où si j'emprunte ce boulevard qui me mènera au plus vite à mes petits bouts. Les feus rouges s'enchainent, pas de bol.
Une petite fille qui attendait patiemment de traverser s'engage sur le passage piéton et croise mon regard. Elle me sourit et me fais coucou de la main. Je lui souris en retour. Elle me fait penser à ma petite dernière. Le feu passe ensuite au vert et je m'empresse de repartir en trombe pour rejoindre mes enfants. Ils me sautent dans les bras dès qu'ils m'aperçoivent. La scène se floute alors et le ciel s'assombrit. Une sensation de vitesse se fait sentir et un visage apeuré me fixe alors et s'avance rapidement jusqu'à se trouver à quelques millimètres de moi. C'est à ce moment là que je me réveille en sursaut. A y repenser, c'est plus un cauchemar qu'un rêve.

Il m'obsède. Les larmes me coulent le long du visage. Je tourne la tête et regarde à nouveau le visage de ma femme punaisé sur le mur décrépi de ma cellule. Juste au dessous, je regarde ensuite le sourire de mes enfants qui posent dans le jardin. Ils me manquent. Le cœur lourd, je pense à cette petite fille, qui elle, n'a pas eu le temps de me sourire. Je ne l'avais même pas vu, j'étais sur mon téléphone...