

## Iriana Lodeiro, Cigarette

**4 septembre 2020**, première hospitalisation. Diagnostiquée anxio-dépressive, suivie du trouble de la personnalité borderline. Ça ne me surprend pas. À vrai dire, je savais que quelque chose n'allait pas chez moi. Mal-être existe et existait déjà, il s'est ancré en moi comme les anneaux de Saturne, condamnée à vivre en dépendant de lui, irremplaçable et indéfectible, depuis bien longtemps maintenant. Les crises d'angoisse me sont familières, elles rongent mon âme et me détruisent physiquement, mais elles me manquent parfois. Je les envie.

Je m'autodétruis, et ça ne me déplaît pas tant que ça. Je nourris constamment ce mal-être, il m'a déjà remplacé et je ne peux qu'accepter. Rien ni personne ne pourra m'ôter ce mal-être. Je me fais mourir chaque jour et je désire impatiemment le jour où je redeviendrais poussière.

Ce mal-être a été conçu par cette société nauséabonde, par cette déshumanisation de l'être, par la drogue, l'alcool, par la perte déchirante de mon père qui, encore aujourd'hui, me mutile l'esprit et les avants-bras, mais par-dessus tout, par toi.

Société, tu as ignoré mon père.

Alcool, tu as détruit mon père.

Déshumanisation, tu l'as tué.

Comment puis-je être en bonne santé dans cette société malade ?

En souvenir de toi, l'homme qui m'a brisé. Cet homme qui, au première abord, paraissait si bienveillant, si aimant, si gentil tout simplement. Tu m'as couverte d'offrandes, de tendresse, de ton amour. Un amour particulier, infecté de violence et de torture psychique. Un amour cerné de noir, que je banalisais autrefois. Un amour qui, encore aujourd'hui, me crampe l'estomac et me ronge de l'intérieur. Des pensées insistantes, infatigables et inarrêtables m'accompagnent au quotidien. Tu as bouleversé ce quotidien, tu m'as bouleversé.

**Décembre 2019**, nous nous sommes rencontrés, sur ce banc délaissé par la froideur de l'hiver. Nos regards se sont frôlés. Nos discussions ne se finissaient jamais, nous restions des heures assis en tailleur à fumer des cigarettes et à se regarder, le sourire aux lèvres. Ce sourire qui me fusillait le cœur à l'époque, ce regard profond qui, pendant les moments de silence, en disait beaucoup. Ces silences ne nous dérangaient pas, ils étaient accompagnés d'un climat apaisant. Les rayons du soleil hivernal caressaient chaleureusement tes joues, et les miennes au passage. À la tombée du jour, Mal-être ne m'a pas rejoint. L'anxiété et les idées noires qui coulaient et hantaient mon esprit autrefois n'existaient plus dorénavant. Tu les avais remplacés.

La lune brillait de mille feux ce soir-là. Malgré sa beauté somptueuse, mes yeux étaient rivés sur ton visage qui s'illuminait à chaque instant où ta cigarette caressait tes lèvres. Je voulais désobéir au temps qui passe car je savais que toutes les belles choses avaient une fin. Je voulais désobéir au temps qui passe car chaque instant à tes côtés comblait mon bonheur nomade. Ce bonheur nomade qui m'avait oublié depuis bien longtemps, était de nouveau là. J'étais prise de passion. J'étais heureuse, tout simplement.

Janvier 2020, plusieurs semaines se sont écoulées depuis cette soirée de décembre, elle me manquait terriblement. Je comblais ce manque avec un autre homme, mais il ne faisait pas le poids face à toi, face à cette soirée qui paraissait si banale, mais qui m'a pourtant marqué l'esprit. Les traits de ton visage remplaçaient les siens, son sourire ne m'affectait plus depuis que j'avais côtoyé le tien. Tu me hantais plus que Mal-être, et c'est à ce moment-là que j'ai enfin compris. J'ai compris que j'étais en fait amoureuse et je ne me suis jamais autant sentie soulagée, car je savais pertinemment que cet amour était réciproque.

J'ai soudainement pris des distances avec l'autre homme, qui lui, m'aimait tout autant que je t'aimais, mais je ne pouvais pas faire de même, car tu étais là. Je voulais t'aimer comme jamais je n'aurais osé aimer quelqu'un. Nous nous sommes quittés d'un commun accord, même si au fond de moi, je savais que j'étais plus d'accord que lui. Et c'est à ce moment-là que cet amour nocif a commencé.

Nous avons emménagé ensemble dès la première semaine, nous avons voyagé, nous avons pris des animaux de compagnie. Tu me répétais chaque jour qui passait à quel point tu m'aimais et que malgré tout ce qu'il pouvait se produire à l'avenir, tu ne m'abandonnerais jamais. J'ai donc décidé de mettre mes angoisses et ma méfiance de côté, pour laisser place à l'amour que tu me donnais. Oui, j'étais méfiante, les hommes me faisaient peur car les souvenirs de mon enfance envahissaient mes pensées à chaque instant. Nous étions des âmes sœurs. Nous ne formions qu'un.

**Mais les masques et les faux semblants sont tombés.**

Les violences ont commencé à s'installer au fil du temps, une violence qui ne laissait pas de traces physiques bien évidemment. Une violence verbale incessante qui me flinguait le moral. Des demandes de remises en question perpétuelles, des discours de haine sans relâche, des menaces continues, du chantage émotionnel et des violences sexuelles.

Le contrôle avait déjà pris place, mais je ne me souciais pas de ce premier car tes paroles me prouvaient le contraire. Tu justifiais tes crises de jalousie indomptables, tu arrivais à me faire culpabiliser pour la moindre gaffe que je commettais, tu me répétais sans cesse que j'étais la femme de ta vie, même sans mon accord. Tu me répétais à quel point ma vie n'aurait plus de sens sans toi et que jamais je ne pourrais revivre seule, car à tes yeux, j'avais besoin de toi. Tu m'as appâté avec tes belles paroles, tu nous faisais des plans sur la comète. Tu étais un beau parleur.

Oui, tu m'as violée, plus d'une fois. Te rappelles-tu de ces soirées interminables où je te hurlais d'arrêter ? Les larmes coulaient sur mes joues à une allure indescriptible. Ces joues qu'autrefois, tu caressais tendrement comme ce soleil d'hiver, sur ce banc délaissé. Entendais-tu tous ces « NON » que je te balançais à l'oreille ? Tu les entendais mais ne les comprenais pas, ou plutôt, tu n'avais pas envie de les comprendre. Tu insistais, tu te faisais passer pour la vraie victime dans l'histoire afin de me faire culpabiliser, à nouveau. Je cédaï bêtement, par peur et par amour.

Dès que tu finissais ce que tu avais à faire, je partais me réfugier dans la salle de bain, en pensant à la mort. L'anxiété me portait à nouveau compagnie, elle me tendait ses lames de

rasoir, me confirmant qu'il n'y avait pas d'autre issue possible, afin de me détacher de toi, de cette nocivité. J'en étais pleinement consciente, mais j'avais peur. J'avais peur de toi, j'avais peur de l'abandon et tu l'as utilisé pour te jouer de moi.

J'ai continué de t'aimer, malgré tout ce que les autres pensaient de toi. Malgré cette face cachée que tu ne m'a jamais montrée. Malgré ce masque tombé.

Tu es finalement parti, sous prétexte que tu ne pouvais « plus subir mes troubles psychiques. » Tu as donné raison à mon anxiété, qui me répétait sans cesse que tu me quitteras un jour ou l'autre. C'était à moi de m'excuser, m'excuser de ne pas être comme tu voulais, m'excuser de t'avoir trop aimé, peut-être mal aussi. Je m'excuse d'avoir été moi-même.

Un an de vie gâché, un an de vie passé auprès d'un pervers narcissique qui usait de moi. Un an d'angoisse auprès de celui que j'appelais « mon cœur », pour qui j'aurais décroché la lune, quitte à en laisser ma vie. Un an de questions sans réponses, qui encore aujourd'hui, bousille ma santé mentale.

**12 février 2021**, deuxième hospitalisation. Tentative de suicide et sentiment de vide complet. Duloxetine et Anxiolytique à prendre tous les jours, sans exception. Je me suis rabibochée avec la solitude et la drogue.

À toi mon homme, tu as bouleversé ma vie.

À toi mon homme, tu as détruit ma vie.

À toi mon homme, tu m'as tué.

Je ne peux pas être heureuse dans cette société malade mais je remets quand même mon masque.

Ce masque qui me protégera de l'être humain, de l'homme et de cette société néfaste. Ce masque restera jusqu'au jour où je redeviendrai poussière.

La cigarette est le seul remède à mes blessures, les blessures que tu m'as laissés.

Je t'en veux de m'avoir fait pleurer plus qu'au décès de mon père. Je t'en veux pour cette soirée d'hiver, sur ce banc délaissé. Je t'en veux d'avoir partagé ensemble ces moments à fumer des cigarettes et à contempler le coucher du soleil. Je t'en veux d'avoir remplacé mon mal-être. Je t'en veux d'avoir réanimé ce bonheur nomade qui m'avait oublié depuis si longtemps. Je t'en veux d'avoir existé.

Je m'en veux de t'avoir laissé l'opportunité de me briser.

Je me déteste de t'avoir aimé.

- « Le contrôle, c'est déjà de la violence conjugale. »

*En souvenir de toi, mon violeur.*

