

FACEBOOK

- Tu sais qui c'est Alexandra Lang ? Elle m'a demandé comme ami sur Facebook
- Oh non! Pas elle ! Quelle horreur ! N'accepte surtout pas, je te raconterai.
- Trop tard, c'est déjà fait.

Moi aussi, j'avais foncé, tête baissée. Être ami sur Facebook, c'est anodin, on ne refuse pas ou rarement, de peur de blesser et puis on ne risque rien. Du moins, c'est que je croyais.

Cela avait commencé , il y a un peu plus d'un an, de façon discrète . Elle commenta d'abord toutes mes publications, puis celles de mes amis, et celles des amis de mes amis. j'aurais pu la bloquer, je ne le fis pas. Par charité, sans doute. Après tout, elle était peut-être seule et malheureuse . Elle m'envoya également quelques messages privés, j'y répondis laconiquement.

Cependant, peu à peu je consultais ma page Facebook avec moins de plaisir , sa présence était devenue envahissante. Elle ne s'arrêta pas là.

À l'époque où Facebook proposait à ses utilisateurs de sécuriser adresse mail et numéro de téléphone, je ne l'avais pas fait.

Alexandra se mit à m'envoyer des courriels puis des sms. Dorénavant c'était dans ma vie privée qu'elle me semblait faire irruption , à n'importe quel moment.

Ses premiers messages étaient courtois. Elle me demandait des nouvelles, m'envoyait « ses amitiés » pour un oui ou pour un non. Souvent je me gardais de répondre immédiatement de peur qu'elle m' imagine disponible pour lier une conversation.

Après quelques semaines elle se mit à m'écrire la nuit. Ses messages étaient incohérents, il manquait des mots, l'écriture intuitive prenait le pouvoir, donnant à lire un charabia qui au lieu de me faire sourire , m'inquiétait. Je l'imaginai en colère face à mes silences prolongés ou peut être sous l'emprise de l'alcool.

Je pris l'habitude de mettre mon téléphone sur vibreur, développant la phobie des sonneries d'alerte qui contrariaient mes nuits.

Je résistais à l'envie de changer de boîte mail et de numéro de téléphone. Cela aurait été la solution la plus simple mais j'aurais eu le sentiment de manquer de courage et de la laisser gagner. Pourquoi avais-je cette sensation ? Son affection épistolaire m'étouffait, son désir de nouer une relation m'effrayait. Quel était son but ?

Qu'attendait-elle de moi ? S'amusait-elle simplement à me pourrir la vie pour s'occuper ?

Je n'en avais aucune idée ! Je sentais que rien ne venant d'elle ne me ferait du bien. J'attendais qu'elle se lasse, je ne savais pas encore que cette attente terriblement difficile pour mes nerfs, serait vaine.

Un soir, à l'heure de l'apéritif, j'entendis sonner, je n'attendais personne. C'est un moment sacré pour mon compagnon et moi, j'ai horreur qu'on l'interrompe. Mais je suis bien élevée, alors j'avais ouvert. Une femme se présenta, elle s'appelait Catherine . Son accoutrement me rendit perplexe. Tous ses vêtements étaient de couleur criarde, y compris le foulard qui retenait ses cheveux blonds. Le tout était agrémenté de lourds bijoux aux mains, aux poignets et aux oreilles. Cela me la rendit plutôt sympathique. Il est rare d'oser une telle originalité dans un monde uniforme de jeans et de baskets.

Elle me demanda si je voulais participer à l'organisation de la fête des voisins. Elle avait entendu parler de moi et elle savait que j'étais disponible et très serviable. Je m'étonnai de ne jamais l'avoir rencontrée. Elle m'expliqua qu'elle venait d'emménager, elle s'était rapprochée d'une cousine qui habitait l'immeuble d'en face. Je passais outre les signes de dénégations de mon compagnon et l'invitai à partager notre apéritif. Je ne tardais pas à le regretter. Elle orienta la conversation sur le cinéma, une de mes passions . Elle avait beaucoup aimé le dernier film de Ken Loach, je partageai son enthousiasme mais je me rendis compte qu'elle ne me laissait jamais finir mes phrases. Je la laissai alors débiter son flot de paroles , espérant qu'il allait se tarir de lui même. Mon compagnon, réfugié dans la cuisine, me délivra en annonçant que le rôti était cuit. Nous eûmes bien du mal à lui faire franchir le pas de la porte, d'autant plus qu'elle semblait apprécier notre rosé.

Après une bonne crise de fou rire, les questions affluèrent. Pourquoi ne l'avais-je jamais rencontrée ? Une telle originalité ne passe pas inaperçue, d'autant que je suis plutôt observatrice. Pourquoi semblait-elle si bien me connaître ?

J'étais désemparée. Adolescente, puis jeune adulte, je me laissais souvent envahir par les autres. Mon incapacité à verbaliser un « non » catégorique m'avait amenée à faire tout un tas de petites choses que je ne désirais pas. Ce n'était pas de lourdes contraintes, mais des minuscules renoncements, comme d'aller boire un café avec avec une camarade de fac ennuyeuse, faire un détour pour raccompagner une vague connaissance, accepter une invitation chez des gens barbants..... Rien de bien méchant mais la somme de ces petits renoncements me pesait.

J'avais décidé d'en terminer avec cet état de fait, une fois passée la trentaine, décision vite repoussée à la quarantaine.... Décidément , j'étais incorrigible !

Je me sentais à nouveau complètement prisonnière. Déjà harcelée par cette Alexandra, je découvrais une voisine extravagante , envahissante et sans gêne.

Pour la première, je n'avais pas osé en parler à mon mari. Il n'aurait pas compris que je me laisse faire ainsi. D'ailleurs, il n'aurait même pas vu le problème et m'aurait

conseillé le plus simplement du monde d'appeler cette gêneuse pour lui dire que je ne voulais pas sympathiser plus avant avec elle, et lui demander calmement mais fermement d'arrêter de m'envoyer des messages.

Pour la seconde, j'espérais ne pas la croiser trop souvent dans les escaliers ou même dans le quartier.

Cet espoir s'était vite envolé ! La semaine après notre première prise de contact, j'eus l'impression de me cogner contre elle chaque jour. Elle surgissait à chacune de mes sorties de l'appartement. Je la trouvais devant les boîtes aux lettres, dans le hall de notre immeuble, dans la file d'attente de la boulangerie. Lorsque je passais à son étage, juste au dessous du nôtre, sa porte s'ouvrait à la volée et c'était partie pour un long et fatigant babillage .

Pourtant j'aurais dû la repérer, lors de mes sorties dans le quartier. Toujours habillée de vives couleurs, on la voyait arriver de loin.

Comme par le passé, plutôt que d'être désagréable avec cette voisine fantasque, j'avais laissé les choses se faire insidieusement. Incapable d'être désagréable avec elle pour lui faire comprendre que je ne voulais rien de plus qu'un « bonjour, bonsoir », j'avais opté pour la stratégie d'évitement.

J'avais modifié mes horaires de déplacements, je montais les escaliers dans la pénombre et sur la pointe des pieds, je faisais mes courses près de mon travail avant de rentrer. En gros, c'était moi que je punissais de ma faiblesse.

Cette stratégie avait à peine fonctionné une petite semaine. Un soir en sortant du travail, j'eus la désagréable surprise de trouver Catherine sur le quai du métro. J'eus la sensation d'être traquée, j'étais trop avancée sur le quai pour espérer rebrousser chemin discrètement, la panique m'avait paralysée....ces quelques secondes ont été fatales. Lorsqu'elle me vit, un large sourire s'était dessiné sur son visage, j'étais piégée, cinq longues stations allaient nous réunir. Quel hasard, son nouvel emploi se trouvait justement dans le même quartier que le mien !

Ma nuit fut un long calvaire. J'étais prise d'une folle envie de fuir. Je n'allais tout de même pas déménager, ni changer d'emploi pour une voisine envahissante. Je n'allais pas mentir pour justifier auprès de mon entourage un changement d'adresse mail et de numéro de téléphone !

Encore éveillée à trois heures du matin, n'en pouvant plus de tourner inlassablement dans le lit, je me rendis dans la cuisine. La préparation d'un thé accompagné d'une petite cigarette m'aideraient à m'occuper l'esprit et calmeraient peut-être mes nerfs.

En regardant mon smartphone, je découvris la longue liste des messages d'Alexandra. Cela faisait plusieurs jours que je ne les ouvrais plus, fatiguée de son ton ,tour à tour mielleux ou hargneux.

En ouvrant au hasard certaines de ses dernières missives je fus prise de stupeur. Elle y décrivait des choses qu'elle ne pouvait pas savoir sauf à m'avoir vue en chair et en os. Elle faisait référence à des détails de mon habillement, elle me complimentait sur le choix de certaines de mes tenues, me parlait du dernier livre que j'avais lu.....aucune

de ces informations ne figuraient sur Facebook puisque je n'alimentais plus ma page de peur de ses commentaires.

Est-ce qu'elle me suivait ? Fébrile je me rendis sur son compte traquant des informations . Il n'y avait que des photos de paysages... Pourtant j'étais persuadée qu'elles y figuraient lorsque j'avais accepté son invitation sur la toile.

Une idée effrayante me traversa l'esprit.....Alexandra, Catherine.....Catherine, Alexandra....pouvait-il s'agir de la même personne ?

Étais-je complètement paranoïaque , ma vie était-elle menacée ?

Catherine, Alexandra, Alexandra, Catherine, cette petite musique de fond m'accompagnait constamment, à la maison, au travail, dans les transports. Je devais faire preuve de suractivité pour échapper à cette obsession. Même l'heure de l'apéritif perdait de son charme. Ma joie de vivre s'était en partie envolée, mon compagnon s'inquiétait. Je pris des décisions radicales . Je clôturais ma page Facebook. Ce fut un crève cœur, j'aimais communiquer avec mes amis, partager mes coups de cœur, poster mes photos de voyage, prenant bien garde que ce ne soit trop intime. Puis je changeais de numéro de téléphone et d'adresse mail, avec toutes les complications que cela entraîne, au niveau amical et administratif. Alexandra était neutralisée

J'utilisais des ruses de sioux pour éviter Catherine . Je connus enfin une période de répit. Grâce à ses quelques précautions, ma vie reprit son cours normal. Nous partîmes en vacances loin, très loin, en Argentine. Dépaysée et Fascinée par la beauté des paysages, par le désert et ses cactus, la gentillesse des habitants, je respirais à nouveau. Mon seul regret était de ne pouvoir poster mes plus belles photos sur Facebook, pour que mes amis partagent mon enthousiasme.

Et puis ce fut le retour . J'avais perdu l'habitude de me cacher . Quelques jours plus tard, je me cognais contre Catherine. Je ne la reconnus pas immédiatement. Elle avait changé de style vestimentaire, abandonné son costume de hippie . Mais sa curiosité à mon égard était toujours la même. Elle me complimenta sur ma bonne mine puis m'assailla de questions sur mon absence et sur mon voyage . Excédée, je pris la fuite. Le soir même, toujours à l'heure de l'apéritif, elle se présenta pour demander des explications. Mon compagnon l'évinça prétextant que j'étais malade.

Le bénéfice du voyage était anéanti. Mon anxiété réapparut, avec les nuits sans sommeil, les cigarettes nerveuses au balcon à trois heures du matin. Je tombais réellement malade. Je dus arrêter de travailler, je passais des journées entières à classer mes photos de voyage, je ne sortais plus de chez moi. Heureusement mes amis venaient me rendre visite ! Ils ressentaient mon embarras et me posaient peu de questions.

Un après-midi, alors que j'attendais avec impatience une de mes amies, j'entendis sonner. Quand j'ouvris la porte, je fis face à Catherine ou à Alexandra, je ne sais plus. Elle portait exactement les mêmes vêtements que moi, avait adopté ma coiffure. Elle vociférait et voulait pénétrer dans mon appartement. Je fus saisie de rage, hors de

moi, je la poussai violemment, la ruai de coups de pieds, puis refermai la porte. Immédiatement après, j'entendis des gémissements . J'ouvris de nouveau avec mille précautions. A terre, blessée, elle me supplia d'appeler les secours. Quand mon amie arriva, on venait tout juste de l'embarquer dans une ambulance. Je tremblais de tous mes membres , il paraît que je tenais des propos incohérents. Elle resta avec moi jusqu'au retour de mon compagnon.

Pendant plus de six mois, je dus rester dans une maison de repos. Mon état s'est amélioré lentement . De retour chez moi, j'ai ouvert à nouveau ma page Facebook.

Je fus terrassée de constater que cette page avait été alimentée pendant mon séjour en maison de repos. C'était impossible ! Durant les derniers six mois je n'avais ni ordinateur, ni smartphone avec moi.

Mon séjour à la clinique des Jonquilles était très encadré. Le personnel veillait à ce que les contacts avec l'extérieur soient restreints au strict minimum pour maintenir un équilibre précaire petit à petit retrouvé, grâce au sommeil et aux tranquillisants. Les premiers temps, je n'avais fait que dormir. Pour le psychiatre, que je voyais une fois par semaine au sein de la clinique, ce phénomène était tout à fait normal. Horrifiée par mon geste d'une extrême violence envers Catherine, je cherchais la fuite dans le sommeil.

Il est vrai que chaque fois que je me réveillais, il y avait toujours quelques minutes où j'avais la sensation que tout ça n'était qu'un rêve. Je goûtais ces instants, qui même courts, me procuraient l'illusion que j'allais retrouver ma vie d'avant.

Mon mari venait me voir deux fois par semaine. Il semblait désespéré, je le sentais dans l'attente que je lui explique mon geste, mon mal être, mes silences. J'en étais incapable, je ne me comprenais pas moi même, comment aurais-je pu me justifier aux yeux des autres ? Nous n'évoquions jamais Catherine. Dans mes moments de délire, j'avais évoqué Facebook et Alexandra, mon compagnon m'avait interrogé avec douceur sur ces sujets, j'étais restée mutique.

Par mon psychiatre j'avais appris que Catherine avait déposé une main courante contre moi mais qu'elle ne semblait pas vouloir que cela aille plus loin. Elle s'en était sortie avec un léger traumatisme crânien et de multiples contusions. Malgré tout, je n'arrivais pas à ressentir la moindre empathie vis à vis de celle que je considérais comme responsable du désastre de ma vie.

Après avoir si difficilement remonter la pente, je me sentais de nouveau basculer dans mon cauchemar. Ma page Facebook me lançait au visage des photos de ma vie comme si elle s'était poursuivie sans moi. Des paysages d'Argentine défilaient sous mes yeux, embués de larme. Il y avait même des photos de moi, toujours de loin ou de trois quart mais cela me ressemblait à s'y méprendre. Ma liste d'amis s'était considérablement réduite, des noms inconnus remplaçaient mes plus vieilles connaissances. Pour essayer de comprendre, j'allais voir les pages de mes anciens contacts et constatais avec horreur qu'ils avaient été victimes de messages peu

sympathiques et de commentaires cinglants signés de mon nom. Je ressentais un immense vide, je me sentais dépouillée de mes amis. Certes, la plupart étaient virtuels mais tout de même, ils faisaient partie de mon quotidien, celui d'avant.....quand tout me semblait simple.

Incapable de m'ouvrir à qui que ce soit de peur de passer pour folle, je me suis emmurée dans un silence destructeur. Placée en arrêt longue maladie pour ce qu'on nomme « burn out », terme assez générique et très à la mode qui évite les questions gênantes, je restais cloîtrée chez moi. Mon mari semblait toujours compatissant mais je sentais de plus en plus souvent son regard scrutateur et soupçonneux posé sur moi à la dérobée. Je ne savais pas si tout venait de mon esprit malade ou si j'agissais sans me souvenir de mes actes. Je finis par me convaincre que je souffrais peut-être d'un dédoublement de personnalité.

Ma vie devenait un enfer. Je me sentais inutile et assistais, impuissante, au désarroi de mon compagnon, qui restait mon seul lien avec l'extérieur et la réalité. Comme je ne faisais plus rien et ne quittais plus que très rarement mon lit, il me fit signer diverses procurations, pour nos comptes en banque mais également pour l'administration de nos quelques biens comme l'appartement que nous occupions. Je lui donnais, sans réticence, tout pouvoir sur notre vie, allant même jusqu'à m'excuser d'être un fardeau pour lui, qui malgré la situation restait un être attentionné et charmant.

Après plusieurs mois de cette vie dénuée de sens, j'avais perdu la notion du temps et abusais des tranquillisants. Un matin, après le départ de mon compagnon, je me rendis dans la salle de bain. Là où d'habitude, une myriade de boîtes de Xanax trônait sur l'étagère, il n'y en avait plus qu'une. L'esprit trop embrumé pour me questionner sur cet état de fait, je ne pris pas garde que les comprimés n'avaient pas la même forme que d'habitude. Une fois ma dose prise, je me sentis partir. Je m'effondrai sur le carrelage froid, tentant vainement de me retenir au lavabo. Ensuite tout s'enchaîna très vite. J'étais sonnée, totalement incapable du moindre mouvement, il m'a semblé tout voir comme dans un rêve....Catherine était là.....accompagnée de mon mari ! Totalement silencieux, leurs gestes avaient l'air parfaitement rodés. Ils subtilisèrent la boîte des médicaments que j'avais ingurgités et remirent toutes celles qui étaient là à l'origine. Ils me placèrent dans la baignoire, la remplirent d'eau.....je m'évanouis pour de bon.

J'écris cette histoire qui est la mienne depuis ma chambre d'isolement. J'espère pouvoir faire passer ces feuilles à l'extérieur pour que le juge des tutelles les lise et comprenne que je n'ai rien à faire ici. Enfermée à l'institut Erasme, en banlieue parisienne, je n'ai appris la suite de mes tristes déboires que grâce à une amie d'enfance, Viviane, qui n'a pas voulu se contenter des explications de mon mari. Elle a fait des pieds et des mains pour pouvoir me rendre visite. Ces visites sont sous contrôle, on ne rentre pas ici comme dans un moulin. Des cerbères ouvrent et ferment

les portes à clé à chaque passage. Le personnel soignant est en permanence omniprésent pour prévenir les éventuelles crises des patients. Il faut dire qu'on est loin de la clinique des Jonquilles ! Les résidents ici, peuvent être très agités, parfois violents même si le plus souvent ils errent dans les couloirs tels des zombies.

Viviane m'a annoncé que désormais ,mon mari vit dans notre appartement avec une femme. Elle ne s'appelle pas Catherine mais quelle que soit sa véritable identité sa description ne me laisse aucun doute ! C'est celui que je nomme encore par habitude..... mon mari qui a signé mon internement d'office. Avec la main courante qu'il y avait contre moi, il n'a pas été difficile de convaincre un juge que non seulement, je mettais ma vie en danger mais également celle d'autrui. Il avait beaucoup pleuré, racontant partout à quel point il avait été choqué de me trouver dans la baignoire, groggy sous l'effet d'un puissant narcotique et un poignet entaillé.

Viviane m'a montré leur page Facebook, leur multitude d'amis qui me sont inconnus, les photos de leurs fêtes, de leurs voyages.....toujours souriants, ils vivent ma vie.

Aujourd'hui ils ont tout et je n'ai plus rien....juste la preuve que je ne suis pas folle !