

Bonjour,

Je vous le disais la semaine dernière, cette période est toujours l'occasion pour moi de dresser un bilan de l'année écoulée. Mais puisque nous sommes le 31 décembre et que nous avons tous et toutes des tas de choses à faire avant ce soir, j'avais décidé de faire court et efficace (pour une fois).

Pour tout vous dire, lorsque je me suis mise à écrire cette newsletter (lundi), j'ai commencé par dresser une sorte d'inventaire quantitatif à base de nombre de km parcourus à vélo, de nombre de personnes inscrites à ma chaîne youtube, de chiffre d'affaire... Tous les comptes étaient bien organisés dans des catégories signifiantes pour moi : ma santé, mes relations sociales, ma vie professionnelle et financière... Et puis, il fallait que je parte à un rendez-vous et j'ai laissé la newsletter en plan, me disant que je compléterai mes listes plus tard (aujourd'hui en fait).

Et puis ce matin en me levant, avant même de m'installer devant mon ordinateur, une pensée m'est apparue comme une évidence : aucun chiffre, aucun diagramme, aucun "tableau de bord" (même très complet) ne peuvent rendre compte de l'année extraordinaire (au sens propre de "pas ordinaire du tout") que j'ai vécue.

Fin 2020, j'ai jeté par dessus bord tout ce qui faisait ma vie jusqu'à maintenant. Et depuis, je la reconstruis pierre après pierre. Il m'a fallu faire ce grand saut pour trier le bon grain de l'ivraie, pour pouvoir décider en toute conscience de ce que je voulais ré-installer dans ma vie et ce que j'ai découvert sur moi n'est pas quantifiable.

Est-ce que j'ai passé une bonne année ? Objectivement non. Est-ce que cette année de césure a été difficile ? Oui et plutôt deux fois qu'une. Est-ce qu'au moins elle a été utile ? Je ne sais pas encore. Tout ce que je peux dire, c'est que j'ai traversé cette épreuve comme j'ai pu, avec mes ressources et grâce aux personnes que j'ai croisées sur ma route. Je le savais pourtant mais il me fallait sans doute l'apprendre encore : quand certaines personnes partent (ou lorsque vous vous éloignez volontairement d'elles), d'autres prennent leur place.

Pour changer notre vie, nous devons entamer un processus long et difficile de transformation intérieure. Et lors de ce travail, l'environnement relationnel est essentiel parce qu'il peut étayer nos efforts ou les saper. Si vous voulez devenir écrivain.e, entourez-vous de personnes (même virtuelles) qui ont déjà parcouru ce chemin. Si vous voulez plaquer votre boulot, c'est pareil. Les autres, aussi bienveillants soient-ils, ne peuvent pas vous donner les conseils dont vous avez besoin s'ils n'ont pas affronté ce que vous affrontez. Évidemment, cela ne veut pas dire que vous devez rejeter vos ami.es de longue date ou ne plus voir votre famille mais plutôt de choisir avec soin les individus avec lesquels vous passez du temps.

Lorsque vous regardez une émission poubelle à la télé, vous choisissez de passer du temps avec ces personnes. Cela vous rapproche-t-il d'une quelconque façon de vos objectifs de vie ? Dans l'affirmative, continuez. Mais dans le cas contraire, choisissez plutôt de vous divertir en regardant autre chose, plus proche de vos valeurs.

Cette année, j'ai passé beaucoup de temps seule. Ma compagnie ne me déplaît pas mais c'est bien grâce à d'autres personnes que j'ai pu sortir des crises d'angoisse et des attaques de

panique que j'ai vécues les premiers mois. Certaines d'entre elles ne le savent pas : elles ne me connaissent même pas, ne sont pas de ma culture ou sont parfois décédées. Aux autres (qui se reconnaîtront sans doute si elles me lisent), je voudrais adresser ici toute ma gratitude.

C'est un curieux bilan, non ? Moi la solitaire, j'ai finalement choisi de ne retenir que l'aspect relationnel. C'est sans doute parce que c'est ce qui compte le plus dans ma vie, en fait.

Voilà, j'espère que vous ne serez pas seul.e ce soir ou, si c'est le cas, que ce sera par choix. A vendredi prochain

Marie