

SYLVIE DUC

*Ma vie en
équilibre*

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

Un grand merci à tous les participants de
euthena.com qui ont permis à ce livre de
voir le jour :

...

...

© Éditions Maïa

*Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en
encre, ils sont conçus et imprimés en France.*

*Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation
interdits pour tous pays.*

ISBN 9791042525071

Dépôt légal : février 2026

Remerciements

Un immense merci, de tout cœur, à toutes les personnes qui ont contribué à la création de ce livre ! Merci de votre confiance !

Merci particulier à mes relectrices :
Sandrine, Laïla et Frédérique,

ainsi qu'à Emmy Dorsaz, pour sa création de la page de couverture et son inspiration :

« Les reliefs représentent la vie. Les montagnes en arrière-plan témoignent du courage, de la force et de l'endurance pour traverser certaines étapes, à l'instar de Romane, dans le présent roman. La nature vibre, libre et joyeuse. Elle vit. Romane (re)vit. Elle est libre de parcourir son propre chemin. » (Emmy Dorsaz)

« La Vie, c'est comme une bicyclette,
il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre. »
Albert Einstein

*Aussi étroit soit le chemin,
Nombreux les châtiments infâmes,
Je suis le maître de mon destin,
Je suis le capitaine de mon âme.*
Arthur Quiller-Couch, 1931

Chapitre 1

*Ce ne sont pas les faits qui comptent,
mais bien ce que cela nous a fait.*

Sandra James

Septembre 2022

Un échec ou une nouvelle vie ?

— On va se boire un café ?

— Euh, non ! Je pensais plutôt rentrer chez moi. J'ai encore du job qui m'attend.

— OK, bon... il me semble que tu avais dit qu'on se ferait une bonne bouffe, avec le bénéfice de ce qu'on n'a pas taxé avec Madame Bedy ?

— Ouais, bon, on verra...

— J'trouve juste un peu « bof », de finir ainsi, sur un trottoir.

— Tu l'as voulu...

— Pardon ?

— C'est toi qui l'as voulu...

— ...

— Bon, bref, on aura l'occasion de se revoir. J'y vais, j'ai du taf ! Salut !

Hébétée, les bras m'en tomberaient ! Surtout ne pas pleurer, surtout rester digne sur ce bord de trottoir.

Ce n'est pas Hollywood boulevard, juste le boulevard de Pérolles, mais bon, j'ai ma dignité, hum...

Je me redresse, j'essaie de chasser une remarque acerbe qui me vient à l'esprit, et croise les bras pour limiter les frissons qui me parcourent.

Allez, vas-y Romane, tourne les talons, ne demande plus rien. De toute manière, tu n'as jamais réussi à l'influencer, contrairement à lui. Allez, barre-toi ! Sois juste contente, c'est fait !

— Bon, alors ciao, dis-je d'une petite voix, bon travail.

— Tchô !

Je me carapate au plus vite. Elle est où l'issue de secours, éviter l'inondation ! Boulangerie ? Avec un gros croissant au jambon. C'est que mes origines agricoles sont bien ancrées, les bonnes choses du cochon (l'animal, donc, pas de sous-entendu). Bref, non, c'est 15 heures, je n'ai pas faim, et y'a du monde. J'ai plutôt envie d'avoir du temps silencieux.

Alors, monte dans le bus, et rentre chez toi, écroule-toi sur le canapé, regarde un bon film, change-toi les idées. Non, décidément, cette option ne me convient pas non plus. Ma fille ne rentre pas ce soir, ça va encore plus me donner le bourdon.

En premier, marcher, ça, c'est bien ! Donc, pas de bus. Marcher, avancer, se réchauffer, pleine conscience, respirer.

C'est donc ça, divorcer ?

Faire comme si 16 ans de mariage n'avaient laissé aucune trace dans ta vie ? Le bus passe, sans l'envie d'y grimper à l'intérieur. J'avance, mais je vais où ? La nature serait le mieux pour crier à l'injustice. Mais je n'ai pas les chaussures adaptées, pas de veste assez chaude et pas assez d'énergie...

C'est donc ça, divorcer ?

Ne plus savoir ce que tu veux, alors que j'avais l'illusion que cette décision, prise d'un commun accord m'aiderait à me retrouver, à retrouver ma personnalité. Tristan a dit n'importe quoi, « c'est toi qui l'as décidé », des kutches, ouais !

Oh, je suis nulle, j'me sens nulle là, tout de suite ! Je m'éloigne de l'inondation à grandes eaux, mais j'ai ce truc

dans la poitrine... ça serre un peu... Ce serait le comble de faire un inf' aujourd'hui. Non, pas ça, c'est lui qu'ils appelleraient en plus. Non, non, non ! Je veux pas ! Allez, respire, inspire, expire, pense à tes perles de joie... Il fait beau, tu avances dans la ville, inspire, expire... bonne idée, prendre cette ruelle, puis après, rue de Lausanne, y'a plein de boutiques sympas, dans cette rue piétonne.

Mais j'espère ne pas croiser Frédéric. Il est adorable, mais c'est un pote à Tristan. En fait, je n'ai envie de croiser personne de connu, surtout pas de collègues ni des copains. Ça pourrait être une idée de m'offrir un habit ou un bijou ? Me féliciter de ce chemin parcouru ? Ou inviter des copines à célébrer ma nouvelle liberté ?

Faire la fête ! Paraît que c'est à la mode du « Bien vivre son divorce » ! Envoyer un faire-part à la famille et aux amis, se réunir pour fêter ce qui a été ! Ou ce qui ne sera plus ?

Brrrrr ! Non, ni bijou, ni robe, ni Apérol Spritz ! Je me retrouve à cadencer sur les pavés, sans même regarder les vitrines alléchantes, ni même l'envie d'entrer dans *La Bulle*, cette librairie sympathique, ou comme dans toute librairie, je pourrais me perdre durant des heures. J'aime voir les nouveautés, les coups de cœur du libraire, ou chercher sur un thème précis, ou encore me laisser guider par le vendeur pour offrir un cadeau personnalisé. J'aime beaucoup les livres.

J'en avais même acheté un pour essayer de ne pas en arriver au divorce, plusieurs même ! Dr Bodenmann a beaucoup écrit pour la prévention de la séparation, ou plutôt pour maintenir l'harmonie au sein d'un couple. Chapman aussi, avec *Les langages de l'Amour*.

Qu'est-ce que je n'ai pas testé ? Voilà, je n'ai pas réussi...

C'est donc ça, rentrer dans les statistiques du « 53 % des mariages finissent en divorce » ? Faire comme la majorité, même si elle est triste ? ÊTRE comme la plupart ?

Je me sens en échec, ce n'est pas ce que j'avais imaginé y'a 16 ans, quand on avait décidé de se marier et d'avoir des enfants. Je continue à descendre la rue de Lausanne, j'ai froid malgré le doux soleil de septembre, mais j'ai enfin trouvé mon enseigne « issue de secours » momentanée : la cathédrale Saint-Nicolas !

Oui, c'est juste ! Ça me calme déjà la tachycardie, simplement de savoir où je vais. Je ne suis pas une pratiquante assidue, mais ce lieu m'inspire le respect, le retour à Mon intérieur, le silence pour apaiser mes pensées qui bouillonnent. Sensations controversées entre inondation et bouillonnement !

C'est donc ça, être divorcée ?

Triste, déçue et heureuse ? Déçue, triste de n'avoir pas réussi à surmonter les épreuves de la vie de couple ! Triste pour ma fille et mes belles-filles qui ont subi ces aléas ! Triste pour toutes les fins-faims que cela implique, nos virées à cinq, les repas avec la belle-famille, les soirées avec les amis connus par Tristan, les anniversaires des filleuls...

Triste de devoir porter cette étiquette, ce statut d'état civil que je trouve bien moche ! Veuve est encore plus moche, cela dit... surtout encore plus triste ! Heureuse n'est pas vraiment l'attribut adéquat, « pas très heureux comme choix » ! Soulagée serait plus juste, d'avoir terminé une procédure, de savoir dans quelle direction je vais, d'avoir su communiquer suffisamment pour ne pas s'être « entretués » sur le chemin, entre la décision et l'aboutissement...

Même si Tristan n'y croit pas, soulagée d'avoir divorcé à l'amiable.

Avoir réussi à ne pas impliquer les enfants dans une guerre des tranchées... limiter tant que se peut, l'étendue des blessures collatérales.

Soulagée de me sentir à nouveau pleinement aux « *commandes de mon navire*¹. *On ne lit pas et on n'écrit pas la poésie parce que ça fait joli... On lit...*

Que tu es ici, que la vie existe, et l'identité.

Que le spectacle continue et que tu peux y apporter ta rime.

Que le spectacle continue et que tu peux y apporter ta rime...

Quelle sera VOTRE rime ?

Et ne pas, quand viendra la vieillesse, découvrir que je n'avais pas vécu ».

Ce sont les mots de mon soulagement : avoir retrouvé l'envie d'apporter MA rime, pas subir celle de mon ex-mari. Réaffirmer mes besoins, mes envies, mes droits.

Tristan n'était pas un geôlier... Je me suis laissée emprisonner, enchevêtrée au milieu des lianes d'une maladie infernale.

Comme disait Matthew Perry, « Je ne vis pas pour être esclave, mais le souverain de mon existence. »

1 John Keating (1989), *Le Cercle des poètes disparus*.