



JUSTINE DUQUESNE

L'appel du bout du monde

Témoignage

QUATRE ANS SUR LES ROUTES,
À LA DÉCOUVERTE DES AUTRES
ET DE SOI-MÊME

L'appel
du bout
du monde

JUSTINE DUQUESNE

City
Témoignage

OceanofPDF.com

© **City Editions 2020**

Couverture : Shutterstock/Studio City

ISBN : 9782824633930

Code Hachette : 43 8840 9

Collection dirigée par Christian English et Frédéric Thibaud

Catalogues et manuscrits : city-editions.com

Conformément au Code de la Propriété Intellectuelle, il est interdit
de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, et ce,
par quelque moyen que ce soit, sans l'autorisation préalable de l'éditeur.

Dépôt légal : Octobre 2020

OceanofPDF.com



Le monde est un livre et ceux qui ne voyagent pas n'en lisent qu'une page.

SAINT AUGUSTIN

OceanofPDF.com

Introduction

*Pour que la vie soit un conte de fées,
il suffit peut-être simplement d'y croire...*

WALT DISNEY

Quelles leçons ai-je tirées de ces quatre ans de voyage à sillonner les routes, à l'école de la vie, à la rencontre des habitants du monde et de moi-même ? Durant ces quatre années, le monde a été ma maison, ce voyage, ma voie vers le bonheur. J'ai parcouru plus de 10 000 kilomètres à vélo, 15 000 kilomètres en stop, le pouce levé, conduit un tuk-tuk sur plus de 2 000 kilomètres autour du Sri Lanka et parcouru une distance incalculable en bus, en train, en scooter et en usant mes souliers. Mais ces chiffres ne valent rien face aux milliers de sourires partagés, aux centaines de câlins échangés, aux nouveaux amis trouvés, aux nouvelles expériences vécues et à l'infinité de souvenirs gravés pour toujours... Cette épopée m'a conduite à constater et à apprécier la bonté des habitants du monde, à avoir confiance en l'avenir et à voir un inconnu comme un futur ami plutôt que comme une menace potentielle. Quel impact ont eu ces aventures sur ma vie ? À quel point ont-elles façonné la personne que je suis aujourd'hui ?

Il y a des voyages faits de pays et des voyages construits de rencontres. Le mien fait sans aucun doute partie de la seconde catégorie. Un voyage de ceux qui vous confrontent à vos peurs, à la solitude et aux doutes, mais aussi et surtout à l'incroyable gentillesse d'inconnus, un voyage imprévu qui devient un mode de vie, avec les hauts et les bas que cela implique...

À travers ce livre, je souhaite te raconter à cœur ouvert ma vie et mes aventures. Rester cloîtrée derrière un écran a été un sacré défi que j'ai relevé pour te faire partager mon voyage sur les routes d'Asie, d'Océanie, d'Amérique et des Caraïbes.

Le jour de mes vingt-quatre ans, je me suis offert le plus beau des cadeaux en décidant de quitter la vie parisienne qui m'étouffait pour découvrir le

monde à durée indéterminée en osant faire le grand saut vers l'inconnu, car l'appel du large était le plus fort. Ma plus grande peur a toujours été de passer à côté de ma vie, de ne pas avoir le courage de réaliser mes rêves, alors finie la zone de confort et place à l'aventure, quel qu'en soit le prix ! Car l'existence ne se compte pas en nombre de respirations que l'on prend, mais en nombre de moments qui nous coupent le souffle. Combien de fois as-tu eu le souffle coupé récemment, devant un beau paysage, un bon plat fait avec amour ou le sourire d'un enfant ? On perd trop facilement notre capacité à nous émerveiller et à profiter des petits bonheurs simples de la vie. On pense trop souvent qu'on a le temps, on repousse nos rêves car il est tellement plus facile de s'enfoncer dans la douceur de nos habitudes. Mais alors, qu'est-ce qui définit le bonheur ?

Bien entendu, chaque personne a une conception différente de la vie et du bonheur. Ce qui met cependant tout le monde d'accord, c'est qu'il doit venir de l'intérieur et non pas de conditions extrinsèques. Ainsi, quels que soient les événements qui ont cours autour de nous, ils ne peuvent pas atteindre notre bien-être intérieur.

Le plus grand frein à la réalisation de nos rêves est bien sûr la peur. La peur est puissante et, si on ne la bloque pas à temps, elle devient vicieuse et nous paralyse, on a peur de se lancer, peur de l'échec, peur de perdre le contrôle : il paraît donc plus facile de procrastiner que de persévérer. Comme tant d'autres m'ont inspirée, mon rêve est de t'inciter à faire le premier pas vers le tien, quel qu'il soit.

Dans la plupart des régions du monde, nous sommes élevés dans l'idée que les inconnus sont dangereux et qu'il faut s'en méfier. Mais l'immense majorité d'entre eux ne l'est pas, bien sûr. Ils sont comme toi et moi. La seule différence, c'est que tu ne les connais pas (encore). Le voyage, notamment en solo, permet de développer ce sens profond que nous avons tous : l'intuition, ce que certains appellent leur « petite voix ». Ce feeling permet de savoir rapidement si l'on peut faire confiance ou non à son interlocuteur, et ainsi de ne plus classer les inconnus par leur sexe, leur âge ou leur couleur de peau, ce qui est la route la plus rapide vers les préjugés.

Mais pourquoi voyager ? Qu'est-ce qui pousse à partir ? La soif

d'apprendre, la soif de connaître des coutumes, des cultures et des peuples ? Apprendre à se perdre, au sens propre comme au sens figuré, pour se laisser porter par la magie de la vie et de ses cadeaux ? En partant, j'ai voulu retrouver la ressource la plus précieuse dont j'avais été privée : le temps ! Le temps est le plus grand des luxes, rien n'est plus précieux qu'une personne qui t'offre son temps car il s'agit de la seule ressource non renouvelable. Voyager est une manière de prendre du temps pour soi, du temps pour réfléchir, se questionner, mais aussi de se couper un temps des réseaux sociaux et de leur pression, en résumé, de vivre, tout simplement.

Le voyage est-il une fuite en avant ? Peut-être en partie, mais il s'agit plutôt d'une quête... Puisque les Français ne représentent que 1 % de la population mondiale, j'ai décidé d'aller à la rencontre des 99 autres, ou du moins d'une partie d'entre eux, pour mieux comprendre ce qui nous différencie mais surtout ce qui nous rassemble, et les enjeux que cela représente. J'ai décidé de partir pour voir où le vent allait me porter durant cette épopée...

J'ai écrit ce livre avec tout mon amour et tout mon cœur. Je vais me livrer en partageant avec toi mes sentiments et mes émotions sans tabou ni filtre. Mettre sur papier mes souvenirs a été une forme de thérapie en prenant davantage de recul pour tirer les enseignements de cette expérience de vie. Cette histoire est certes personnelle mais, comme le dit Victor Hugo, « tout ce qui est personnel est universel ».

À travers ce récit, j'espère te donner envie de prendre la route à ton tour et d'aller découvrir le monde de tes propres yeux...

OceanofPDF.com

1

Ma vie en France

Une vie réussie est un rêve d'enfant réalisé.

JANINE BOISSARD

Je me suis longuement demandé comment commencer ce livre et je me suis dit que te parler rapidement de mon enfance et de ma vie en France t'aiderait à mieux me cerner.

J'ai grandi dans un petit village paumé du nord de la France avec moins de trois cents âmes au compteur. Ma grand-mère a été ma plus grosse source d'affection et de tendresse pendant toute mon enfance, une mamie gâteau qui m'a appris les valeurs qui me sont chères et a fait de moi la personne que je suis aujourd'hui, mon modèle sur bien des plans. Ma grande sœur et marraine, mon aînée de sept ans, m'a elle aussi montré la voie et nous avons tout partagé jusqu'à son envol de la maison familiale. Notre complicité était sans bornes. Je suis ce qu'on peut appeler une « fille à papa » : c'est toujours vers mon père que je me suis tournée dans les moments cruciaux de ma vie.

La maison de mon enfance est une ancienne ferme rachetée par mes parents à mon arrière-grand-mère, un vrai musée où se dissimule un pan d'histoire puisque les Allemands s'y étaient cachés pendant la Seconde Guerre mondiale. Les murs de ma chambre d'enfant ont toujours été recouverts de cartes du monde et de citations invitant aux rêves, à l'évasion et aux voyages... C'était ma manière de m'évader et de me protéger des tensions familiales. Je suis loin de venir d'une famille d'aventuriers, nos vacances étaient plutôt du style tongs et camping, et je me demande encore souvent ce qui a inspiré mes envies de bout du monde. On s'est souvent étonné que je sois la seule de ma famille à voyager autant. Comment a germé en moi la graine de l'aventure ? Déjà enfant, j'étais intrépide, une

vraie casse-cou plutôt garçon manqué. Avec ma coupe à la garçonne (merci papa !), on m'a d'ailleurs prise pour un petit garçon jusqu'à l'âge de huit ans !

J'ai suivi ma scolarité à l'école communale où notre institutrice avait la capacité d'enseigner à une classe commune constituée de douze enfants âgés de six à onze ans ! Dans mon niveau, nous n'étions que deux, donc pas le choix : il fallait que l'autre enfant soit mon amie, même si ça impliquait de se forcer un peu ! Quand j'ai eu huit ans, une famille a quitté le village, faisant chuter le nombre d'enfants dans la classe de douze à dix, chiffre inférieur au quota fixé par l'Éducation nationale, l'école a donc fermé ses portes. Mes années de CM1 et CM2 se sont déroulées dans la petite ville voisine, avec l'avantage d'un plus grand choix pour les copains. J'ai toujours été admirative et envieuse de ces groupes de copains d'enfance, j'aurais adoré avoir un ami qui aurait traversé toutes mes vies en voyant mon évolution, mais pas facile avec si peu d'enfants dans mon entourage.

À seize ans, je vais plusieurs fois en Tunisie rejoindre ma sœur où elle vit pour quelques mois. Elle a rencontré Nordine à Paris, un Tunisien originaire de Sousse, avec qui elle est maintenant fiancée. C'est mon tout premier voyage à l'étranger. Je suis fascinée par la découverte de cette nouvelle culture chaleureuse et attachante, et mon rêve de faire le tour du monde commence à mûrir. Quand je pars la rejoindre, c'est seulement la deuxième fois que je prends l'avion, et la première fois seule. J'y retourne plusieurs fois jusqu'au mariage, avec mes parents et ma tante cette fois-là. Je trouve formidable de mélanger nos cultures dans un engagement aussi fort que le mariage qui unit nos deux familles pour toujours. Quoi de mieux pour combattre le racisme et la peur des différences ? À ce moment, je suis scolarisée dans un lycée rural privé du nord de la France, où il n'y a que très peu d'étrangers et où les élèves ne sont pas particulièrement exposés aux différences. Quand je reviens en cours après les vacances de Pâques, pendant lesquelles a eu lieu la fête, j'ai les mains orange de *harouss*, une poudre colorante, et couvertes de tatouages temporaires faits au henné, ce qui attire l'attention de tous, et je deviens vite l'attraction du lycée. Certains se demandent même si je suis tombée malade... Heureusement, la

coloration s'estompe au bout d'une semaine et je peux me fondre de nouveau dans la masse ! Ces années lycée sont loin d'être les meilleures et j'ai hâte de découvrir la phase suivante de ma vie. J'ai, comme beaucoup d'adolescents, du mal à me trouver et cette période de recherche d'identité n'est jamais la meilleure...

À dix-huit ans, je décide de partir seule à Paris car j'ai déjà l'envie et le besoin d'aventures, et surtout de voir de nouvelles têtes. Si c'était à refaire, je pense que je n'aurais pas choisi la capitale, une ville trop impersonnelle à mon goût, où beaucoup ne sont que de passage alors que je rêvais au contraire d'une communauté où prendre racine. Le choc est grand quand, du jour au lendemain, je passe de mon petit village de trois cents habitants à Paris, qui en compte plus de deux millions !

Je me souviens comme si c'était hier du jour où mes parents et moi sommes « descendus » (eh oui, quand on vient du Nord, on ne « monte pas à Paris ») à la capitale pour me trouver un studio : quel cauchemar ! En une journée, nous visitons une vingtaine d'appartements dont l'immense majorité a un rapport qualité-prix indécent ! Un tarif toujours supérieur à 500 euros pour des logements où, en tendant les bras, on peut toucher les quatre murs. Je commence à paniquer entre les visites de studios au sous-sol, près du placard à balais, et d'anciennes chambres de bonne au sixième étage sans ascenseur, sous les combles, avec une simple verrière au plafond pour laisser passer un trait de lumière... Finalement, on me trouve un logement, tout aussi petit mais mignon et bien agencé. Je comprends vite que vivre seule n'est pas fait pour moi, encore moins dans un appartement de 12 m² où je peux allumer la cafetière dans la cuisine sans avoir à me lever du lit tout en me brossant les dents dans la salle de bains...

Quelques mois après mon installation, je suis en train de réviser à une heure tardive quand une odeur suspecte me parvient. Je regarde alors à l'extérieur pour découvrir un panache de fumée s'échapper de la fenêtre de mon voisin. Quand on sait que 80 % des décès lors d'incendies sont en relation avec l'inhalation de fumée et qu'il est 2 heures du matin, il n'y a pas une seconde à perdre : j'appelle vite les pompiers. En les attendant, je réveille les voisins pour les faire évacuer. Quand les secours arrivent enfin

(c'était très rapide mais ça paraît toujours une éternité quand tu es celui qui attend), ce sont désormais des flammes qui lèchent la façade de l'immeuble. Tout finit heureusement bien, l'incendie est rapidement contrôlé. Les flammes sont parties de l'appartement de mon voisin atteint de syllogomanie, une maladie consistant à ne pas être capable de jeter quoi que ce soit (étymologiquement, « goût immodéré pour l'accumulation »), un trouble psychique assez emblématique d'une époque qui produit en masse et vante l'acquisition d'objets sans savoir quoi faire de ses déchets. Le feu a très vite pris dans cet amas de journaux et de détritiques en tout genre, je me disais bien que ce voisin était bizarre ! J'ai eu une chance inouïe d'avoir un examen le lendemain et d'être en train d'étudier au moment du départ de feu : cette expérience, à la fois effrayante et excitante, renforce ma vocation et mon envie de devenir sapeur-pompier, ce qui devra pourtant attendre quelques années pour que je puisse être opérée des yeux.

En attendant, je suis des études d'infirmière puis de professeure des écoles, études que je conclus par l'obtention d'une licence en sciences de l'éducation à la Sorbonne. J'ai eu beaucoup de chance car, quand j'étais à l'école d'infirmière, une loi venait de passer pour valider chaque année comme une année d'université. J'ai donc validé mes deux ans d'école d'infirmière puis j'ai choisi la faculté de lettres où il ne m'a fallu qu'un an pour obtenir la licence qui me permet aujourd'hui d'être professeure de français en ligne (et donc nomade). En vivant à Paris, je ne rentre que peu dans le Nord, car les relations avec mes parents ne sont pas au beau fixe, ce dont je souffre car je pense que la maison de son enfance devrait être son chez-soi éternel.

Je rêvais de connaître les campus à l'américaine où les étudiants vivent sur place, parfois à l'autre bout du pays. Je pense, avec du recul, qu'une coloc aurait été idéale pour ressentir cette cohésion et cette entraide qui me manquaient. En arrivant à Paris, j'ai ce sentiment étrange que tout provincial a déjà ressenti après avoir emménagé dans une grande ville : cette sensation déconcertante de se sentir seul, sensation étrange quand on est pourtant entouré de millions de personnes ! J'éprouverai d'ailleurs ce même sentiment de solitude bien plus tard à New York.

À dix-neuf ans, je fais la connaissance de Vincent. Notre rencontre est extrêmement forte et notre relation très fusionnelle, nous nous installons ensemble au bout de deux semaines et nos aspirations sont si similaires que nous les mettons vite en commun pour rêver en grand. On s'imagine réaliser tous nos rêves ensemble, portés par la force de notre amour et sûrement par une part de naïveté. Manquant énormément de confiance en moi, je ne me rends pas compte à quel point je me réfugie dans notre relation, me cachant derrière lui, le laissant me protéger de mes démons au lieu de les affronter moi-même... Je vois de moins en moins mes amis, je vais presque jusqu'à couper les ponts avec eux : je pense qu'il suffit à mon bonheur et que tout le reste est superflu. Il devient ma moitié, mon oxygène, et je ne peux avancer sans lui. Est-ce un amour sain ou de la dépendance affective ?

Notre première aventure est la plus grande randonnée d'Europe, le GR 20 en Corse, réputée pour sa distance de 180 kilomètres et son dénivelé positif de plus de 10 000 mètres avec une progression sur un terrain parfois très accidenté. Je ne suis, à cette époque de ma vie, absolument pas assez entraînée pour me lancer dans un projet demandant un tel engagement physique. J'y vais pourtant, rassurée par l'expérience de Vincent qui a déjà bouclé cette randonnée en neuf jours il y a quelques années, alors qu'elle se fait normalement en deux semaines. Lui, confiant, me surestime et me propose de tenter le coup en onze jours. J'accepte, ne me rendant pas bien compte de la difficulté et lui faisant aveuglément confiance. Les premiers jours se passent plutôt bien, je suis en forme, sereine et tellement heureuse d'être là avec lui que j'ai envie de me dépasser et qu'il soit fier de moi. Mais je comprends vite que les vingt-cinq kilos de matériel et de nourriture que je transporte (quelle erreur de débutante !) me handicapent énormément et me bloquent même parfois dans les passages techniques équipés de cordes et de mains courantes. Je me retrouve pétrifiée par la peur du vide et de la chute sur plusieurs passages : la terreur se lit dans mon regard sur plusieurs vidéos tournées par Vincent dans les moments les plus délicats. Il est, lui, assez à l'aise pour sortir la caméra. On se fait une frayeur le jour où notre optimisme nous fait tenter de doubler une étape : épuisée par la

fatigue accumulée des jours derniers et par le poids de mon sac, je suis à bout et n'arrive plus à suivre. Le problème est que nous sommes en plein milieu de la deuxième étape du jour, coincés au sommet d'un col, sans eau, en plein cagnard. Plus une goutte !

Vincent décide de prendre les devants et de marcher, seul jusqu'au prochain refuge, pourtant à trois heures de marche. Six heures aller-retour pour nous ravitailler. C'est la seule solution... Pendant son absence, je me bats contre moi-même pour monter la tente coûte que coûte. Je voudrais préparer le repas pour qu'il soit prêt au retour de Vincent, mais toutes nos réserves de nourriture sont lyophilisées, donc pas gagné sans eau... Cinq heures plus tard, il revient enfin avec les réserves d'eau, tel un sauveur. Je me souviendrai longtemps de cette sensation de sécheresse et d'extrême soif. La suite est, elle aussi, plus ou moins chaotique. Mes genoux me font de plus en plus souffrir et je ne prends plus de plaisir. On décide donc d'arrêter au bout de dix jours, après avoir parcouru les deux tiers du GR. Une décision réfléchie qu'il m'est tout de même arrivé de regretter. Si c'était à refaire, je ne choisirais pas l'option « autonomie complète » sur ce type de randonnée, à me balader avec mes pâtes et mon riz, le poids du sac prêt à m'emporter dans chaque précipice.

À ce moment de ma vie, à l'âge de vingt ans, je suis assez mal dans ma peau, la peur de la critique des autres m'empêche de m'affirmer et d'oser être celle que je suis vraiment. J'essaie toujours d'être neutre pour plaire à tous et ce manque de confiance en moi est nocif, je n'envisage pas d'exploiter mon potentiel pour oser rêver plus grand et, par peur de l'échec, je me bride et ne vise pas assez haut. Prendre le risque d'être vulnérable est la meilleure manière de montrer son courage, celui d'être qui l'on est réellement, mais je ne suis pas encore assez brave et préfère me réfugier dans la bulle que je me suis créée avec Vincent.

J'essaie de combler le manque de bonheur que je ressens par du matériel, mais ces objets ne m'apportent que quelques heures de joie tout au plus. C'est plutôt un sentiment de contentement car acheter pour exister n'est jamais la recette du bonheur. En acquérant une grosse voiture ou des produits de luxe, on essaie souvent d'obtenir davantage de reconnaissance,

de popularité ou d'estime de soi. On se dit trop souvent : « Quand j'aurai enfin ceci ou cela, je serai heureux », mais en fait, on ne fait que repousser, retarder notre bonheur en le construisant sur du matériel. Le risque est de dépenser de l'argent que l'on n'a pas pour acheter des choses dont on n'a pas besoin afin d'impressionner des gens que l'on n'aime pas forcément. N'oublie jamais que le seul qui peut te rendre heureux, c'est toi (et pas le dernier sweat-shirt à la mode).

Par peur de sauter le cap de l'aventure, Vincent et moi mettons notre destin dans les mains de tierces personnes en participant à une dizaine de castings pour des jeux télévisés, tous en relation avec le voyage et l'aventure. Pour cinq d'entre eux, nous atteignons même la sélection finale des candidats, notamment pour *Pékin Express*. Nous avons même été choisis pour participer à la première édition française d'*Amazing Race* (littéralement *L'Incroyable course*), un énorme succès dans de nombreux pays. Notre bonheur est indescriptible, jusqu'à ce qu'ils nous rappellent quelques jours plus tard, nous disant qu'ils nous ont finalement préféré un autre couple. Il s'est avéré que ce couple travaillait dans la société de production de l'émission, détail majeur que nous avons découvert plus tard. Ils seront les premiers éliminés de cette course, c'était le karma. Bien fait pour eux ! L'immense déception ressentie à l'annonce de ce retournement de situation nous détruit. Cela peut paraître exagéré mais, sans l'argent et l'audace pour partir seuls, nous y avons mis tout notre espoir. Nous arrivons aussi finalistes d'un jeu organisé par BedyCasa (site similaire à Airbnb), dont le gain était un tour du monde tous frais payés. Nous nous sommes battus comme des lions pour obtenir plus de 15 000 « j'aime » sur Facebook en l'espace de deux semaines, et finalement, les organisateurs du concours ont choisi un duo de filles ne remplissant pourtant pas les critères de popularité sur Facebook. Nous avons eu la sensation d'avoir été utilisés pour faire de la publicité gratuite à cette société. Ce manque de clarté dans les règles a fini par nous dégoûter de ce genre de concours, et par nous pousser à prendre notre vie en main en partant à l'aventure, la vraie, sans organisation ni filet de sécurité. Nous avons dès ce moment-là l'idée d'un voyage à vélo tandem. Vincent deviendra pompier, lui aussi, mais il est pour

le moment coursier à vélo, ce qui lui permet d'avoir accès à différentes sociétés de production audiovisuelle et de déposer sur leurs bureaux notre proposition de scénario : filmer notre voyage et décliner les vidéos en épisodes puis saison par continent, dans l'esprit de notre idole Raphaël de Casabianca avec sa série *Drôle de trip*, mais notre idée n'a pas trouvé preneur, à notre plus grand dam.

Je choisis de m'engager dans l'armée à l'âge de vingt-quatre ans, et ce choix est pour moi la concrétisation d'un véritable rêve d'enfant. Devenir sapeur-pompier de Paris, intégrer cette brigade d'élite dont les femmes ne représentent que 2,5 % de l'effectif est le défi d'une vie, celui que je me fixe ! Avant d'espérer atteindre cet objectif, je dois me faire opérer des yeux au laser afin de corriger ma myopie sévère, la vision devant être parfaite pour passer les tests de sélection. Je dois attendre mes vingt et un ans pour que ma vue soit stabilisée pour l'opération. J'avais toujours cru que ma myopie serait un frein définitif à cette carrière mais le changement de critères de sélection autorisant la correction au laser a tout changé. Mes études d'infirmière et de professeure des écoles étaient à la fois une façon d'avoir un diplôme universitaire pour bagage avant d'intégrer l'armée, et d'attendre l'âge minimum pour subir l'intervention.

Avant de pouvoir me faire opérer, j'approche mon rêve au plus près en étant bénévole à la Protection civile de Paris. Je passe mes diplômes de secouriste, grâce auxquels je prends des gardes bénévoles lors de grands événements sportifs ou culturels, voire dans des casernes de pompiers avec mes collègues de la Protection civile, ce qui me permet une bonne entrée en matière.

Je ne suis pas du tout rassurée par cette opération. On peut même dire que je suis terrifiée, d'autant plus que, sur les conseils du médecin, je choisis la technique appelée PKR, réputée la plus douloureuse mais la moins invasive et la plus adaptée à la pratique de sports de combat avec risques de traumatisme oculaire. Me voilà donc, après plusieurs rendez-vous, sur la table d'opération de mon chirurgien ophtalmologiste à Paris. J'ai économisé longtemps avant de pouvoir m'offrir ce luxe puisque l'opération, considérée

de confort, n'est pas remboursée par la Sécurité sociale. Paniquée à l'idée qu'on approche mes yeux (ceux qui ont vu *Orange mécanique* comprendront !), je choisis un chirurgien réputé, l'un des référents français de cette technique qui passe sur des plateaux télé comme le *Magazine de la santé* sur France 5... Je suis, après quelques gouttes de collyre anxiolytique, à la merci du laser.

J'aurais préféré une anesthésie générale pour ne pas voir l'opération. Cela m'aurait évité des cauchemars pendant plusieurs semaines ! Mes paupières sont ouvertes de force par un écarteur et un « grattoir » vient retirer la couche superficielle de la cornée appelée épithélium, pour exposer au laser la couche suivante de l'œil (*stroma*), partie qui nécessite la correction. Ainsi, on ne découpe pas le capot, ce qui minimise les risques d'accident postopératoire à long terme. L'opération en elle-même se passe plutôt bien mais la suite est moins rose. J'étais préparée psychologiquement à souffrir, mon médecin m'avait bien mise en garde quant aux douleurs postopératoires, surtout en choisissant cette technique. Je sors de la clinique des lunettes de soleil vissées sur le nez. Direction mon appartement en taxi. Je passe ensuite quatre jours dans le noir complet à « regarder » *The Voice*. Bien pratique pour se mettre dans la peau du jury et des auditions à l'aveugle !

Sans mes yeux, je deviens dépendante, j'ai besoin d'aide pour manger, m'habiller et même me doucher : l'idée de recevoir du savon dans les yeux devient une peur panique ! Au bout de quatre jours, la douleur à laquelle je m'étais préparée atteint un seuil insupportable : celui de la souffrance. Je n'ai plus mal, je souffre le martyr. Je suis très inquiète car mon œil droit est bien plus douloureux que le gauche et mon instinct me dit que quelque chose cloche : j'ai la sensation constante d'avoir des aiguilles qui me traversent l'œil et cette asymétrie est comme un drapeau rouge d'alerte. J'appelle donc le médecin et lui explique mes symptômes. Il me demande de le rejoindre en urgence à son cabinet.

Bien sûr, en bonne aventurière dans l'âme, je m'y rends en... métro, alors que ce n'est pas la porte à côté. Je me laisse guider et découvre le quotidien d'une personne malvoyante, une expérience terrifiante ! À mon arrivée, le

chirurgien m'ouvre les yeux. Pour la première fois depuis l'opération il y a cinq jours, quelqu'un voit ce qui se cache sous mes paupières. Je ne peux pas voir le médecin mais j'entends la panique dans sa voix, qu'il a du mal à masquer. Il ne cesse de répéter : « Mais qu'est-ce que vous m'avez fait ? » Je ne peux m'empêcher de penser que c'est l'hôpital qui se fout de la charité, c'est quand même lui, le chirurgien ! Quand ce dernier lui annonce son diagnostic, Vincent a un petit cri d'horreur. Tout le monde essaie de minimiser la situation et de me cacher la vérité, mais ils ont plutôt intérêt à me dire ce qui est en train de se passer ! Il s'avère que la partie blanche de mon œil a complètement disparu, remplacée par une horrible couleur rouge sang.

Commence alors une course contre la montre à base de plus de quarante collyres par jour pour combattre l'infection qui est en train de ronger mes yeux et qui risque de me faire perdre définitivement la vue. Le pronostic que le chirurgien me donne ce jour-là est que mes yeux sont perdus. D'après lui, je n'ai que 20 à 30 % de chances de retrouver leur usage, en étant optimiste. Il y a donc 70 % de risques pour que je reste aveugle... Imaginez qu'un médecin vous fasse cette annonce alors que vous n'avez que vingt-quatre ans et que vous avez choisi l'opération (au contraire d'une opération vitale) !

Je suis dévastée, ainsi que mes proches. Pourquoi me suis-je jetée dans la gueule du loup en dépensant toutes mes économies pour peut-être me retrouver aveugle ? J'essaie de tourner la situation en dérision pour ne pas trop en souffrir mais je réalise à quel point la vue est précieuse. Ma grand-mère, très croyante, prie pour moi et se met à faire des dons auprès d'associations pour les aveugles ou la recherche contre les maladies des yeux, ce qui n'est pas pour me rassurer !

Pendant plusieurs mois, je deviens un cas d'école, je suis trimballée de consultation en consultation avec les plus grands spécialistes de la vue de France, notamment à l'hôpital du 15-20 à Paris, spécialisé en ophtalmologie. Aucun d'entre eux ne parvient à comprendre ce qui a bien pu se passer... L'aspect de mon œil suggère une greffe de la cornée, bien loin de l'opération que j'ai réellement subie : le doute plane. Petit à petit,

dans un laps de temps de huit mois, le rideau blanc qui me barre la vue s'estompe, il devient moins opaque. Je peux enfin rouvrir les yeux sur le monde : un vrai miracle ! Pendant des mois, étant très sensible à la lumière, je fais ma star en portant constamment des lunettes de soleil, même à l'université. J'ai la chance inouïe de n'avoir que peu de séquelles : seules une hypersensibilité à la lumière et une vision nocturne catastrophique me gênent encore. Je suis paradoxalement reconnaissante de cette épreuve qui m'a fait prendre conscience de la valeur de mes yeux. L'expression « tenir à quelque chose comme à la prunelle de ses yeux » a pris tout son sens pour moi !

Je suis infiniment reconnaissante envers Vincent et ma mère qui ont pris soin de moi et ont été mes lumières quand tout était noir. Vincent avait au départ posé des congés, puis ma mère est venue s'installer chez nous pendant un mois pour s'occuper de moi, étant elle-même disponible car en rémission de son cancer. C'était une année à la fois maudite et bénie pour notre famille puisque tout le monde s'en est sorti indemne. Merci maman, du fond du cœur !

Après tous ces rebondissements et ces obstacles qui se sont dressés sur mon chemin, je peux enfin me concentrer sur la préparation des tests physiques pour devenir pompier de Paris, la raison pour laquelle je me suis infligé cette épreuve. Après mon inscription au centre de recrutement de l'armée de terre où un officier évalue mon dossier, je reçois une convocation pour deux jours de tests quelques semaines plus tard, dans un fort militaire de la périphérie de Paris. J'hésite énormément sur la conduite à tenir lors de la visite médicale : dois-je me montrer honnête en évoquant mon opération, au risque d'être recalée en fonction du médecin qui m'auscultera, ou est-ce qu'au contraire, il me faut essayer de la cacher en croisant les doigts pour que rien ne soit décelé au test de vue ? Je décide de ne pas tenter le diable et de dire la vérité. Le résultat tombe comme un couperet le premier jour des tests : je suis renvoyée *illico presto* chez moi avec la consigne de passer des examens complémentaires des yeux dans un hôpital militaire, examens qui détermineront si je suis classée apte ou non.

Puisqu'on me laisse le choix de l'établissement, j'appelle d'abord des

hôpitaux militaires tels que Begin ou Percy, mais ils n'ont pas de disponibilité avant plusieurs mois ; je ne pourrai pas passer les tests physiques avant très longtemps alors que je me suis entraînée pour être au top maintenant... On sait tous à quel point il est difficile et long d'atteindre une bonne condition physique, mais si facile de la perdre. Ma ténacité me pousse donc à passer ma journée au téléphone, appelant tous les hôpitaux militaires de France. Hors de question que je me résolve à perdre autant de temps. À force de patience et de détermination, je réussis à obtenir une consultation éclair au Val-de-Grâce... le lendemain ! C'est donc demain que mon avenir va se jouer et que je saurai si je suis autorisée à passer les tests physiques.

Je me sens à un moment crucial de ma vie. J'ai tellement donné pour en arriver ici, je me suis investie corps et âme dans cette préparation. J'arrive tremblante à l'hôpital militaire pour vérifier mon état de convalescence et de récupération visuelle suite à l'opération que j'ai subie. Les critères sont stricts, c'est là toute la raison de mon opération : les candidats sont nombreux et les barèmes sélectifs ne permettent aucun défaut physique. Le médecin militaire et son équipe d'infirmières me font passer une batterie de tests et scrutent mes yeux sous toutes les coutures. Je retiens mon souffle pendant l'examen clinique par l'ophtalmologiste : je sais que les complications de l'opération ont laissé des cicatrices et j'ai peur qu'il ne les voie. Je me sens pâlir, je perds espoir, jusqu'au moment où il tamponne enfin mon justificatif médical : je suis apte à passer les deux jours de tests sportifs et, si je les réussis, à suivre l'entraînement à Villeneuve-Saint-Georges, la prestigieuse école des pompiers de Paris.

Différentes étapes ont jalonné cette dernière année : d'abord, mon opération des yeux bien sûr, puis une fois ma vue retrouvée, ma préparation physique : j'ai perdu presque quatre kilos de graisse pour en gagner trois de muscles, je me suis affinée et dessinée. Pendant un an, je me suis entraînée en partant de rien, c'est-à-dire d'un corps sans musculature développée ni endurance, incapable de tirer la moindre traction, pour, au meilleur de ma forme, parvenir à en faire jusqu'à trente consécutives ! Vincent m'aide beaucoup, croyant en moi, ce qui me pousse à me battre encore plus car je

ne veux pas le décevoir. Tous les jours, je m'entraîne aux épreuves de gainage, d'étirements, et je vais à la salle de musculation. Il me faut plus de trois mois pour réussir à tirer cette première traction, grâce à l'aide des coachs sportifs de la salle et de la machine à traction assistée. Celle-ci est vraiment ingénieuse : tu y mets tes genoux puis tu choisis le nombre de kilos que tu souhaites ôter à ton propre poids. Ainsi, tu tires d'abord ton poids soulagé de dix kilos, puis de cinq, et enfin tes muscles se sont suffisamment développés pour supporter ton poids total. J'ai aussi utilisé les élastiques de gymnastique à mettre sous les genoux, j'étais de toute façon prête à tout essayer ! Le jour où j'ai senti que j'allais réussir à passer mon menton au-dessus de la barre, c'était un jour béni, quelle concrétisation, j'étais si fière !

L'autre épreuve phare des tests est celle qui permet de juger l'endurance cardiovasculaire : le « Luc Léger », rien que ce nom me donne encore des boutons ! Ce test est conçu pour calculer la vitesse maximale aérobie (VMA) et est très utilisé par l'armée pour juger les nouvelles recrues. Entre deux lignes espacées de 20 mètres, il faut courir le plus longtemps possible en respectant un rythme qui accélère toutes les minutes, par le biais d'un bip strident. Une véritable torture, je suis toujours au bord de l'évanouissement à la fin ! Mais je continue de m'accrocher et, après quelques semaines, je monte du palier 3 au palier 8. Pour beaucoup, ce n'est pas énorme, mais pour moi, c'est une immense victoire personnelle. Vincent est le seul témoin de tous ces efforts et, comme un roc dans la tempête, il me soutient, me motive et partage mes victoires.

En plus des tractions et du Luc Léger, je dois m'attaquer à un autre très gros morceau : la natation ! Je n'ai jamais pris de cours de ma vie et j'ai seulement appris à nager la brasse de manière assez épique avec ma sœur d'un côté de la piscine et mon père de l'autre. Je suis donc très loin des temps minimums demandés pour les tests d'entrée à la brigade. Je prends des cours pour apprendre le crawl, une vraie épreuve ! L'instructeur de la piscine parisienne où je me rends est particulièrement mauvais en pédagogie et je suis prise de crises de panique à l'approche de chaque cours. Mais je persiste, jusqu'à ce que mon crawl devienne bon. En

revanche, malgré un nombre incalculable de tentatives de plongeon, ils restent catastrophiques et je finis toujours en plat ! Le jour du test, poussée par le stress, je fais d'ailleurs un plat tellement lamentable que je casse mes lunettes de plongée en deux au niveau du nez et n'ai d'autre choix que de finir le reste de la longueur à l'aveugle. Bref, un sketch, mais je ne lâche rien et je réussis l'épreuve !

Quand je retourne passer les deux jours de tests sportifs après mon aptitude médicale validée par le Val-de-Grâce, je suis plus déterminée que jamais. Je réussis haut la main toutes les épreuves et je suis admise pour intégrer la formation en juin 2014 au fort militaire de Villeneuve-Saint-Georges, ce fort mythique qui accueille les futurs pompiers depuis 1966 mais n'est ouvert aux femmes que depuis 2002 !

Les quatre mois de formation sont très éprouvants physiquement et psychologiquement. Je me débrouille bien, et je suis même convoquée par le lieutenant en charge de la formation : il tient à me dire qu'il voit en moi le potentiel pour devenir la première femme officier issue du rang.

L'une de mes difficultés majeures est que la plupart des autres recrues sont pompiers volontaires et connaissent déjà le métier. Les instructeurs passent donc rapidement sur beaucoup de points et suivre le rythme me paraît difficile, étant totalement novice dans le milieu. Mais j'ai la niaque et je ne lâche rien ! Je suis l'une des rares femmes et, même si j'ai du mal à l'accepter, le niveau physique naturel des hommes est bien plus élevé que le nôtre : je dois travailler d'autant plus pour combler l'écart. Je fais au moins quatre heures de sport par jour avec ma section, complétées par une heure et demie le soir, seule, pour m'améliorer et prendre plus de masse musculaire.

Car je veux réussir la fameuse planche, l'épreuve ultime tant redoutée de la Brigade des sapeurs-pompiers de Paris (BSPP). La pression est constante : chaque pompier doit passer l'épreuve de la planche avant d'être autorisé à prendre sa première garde en étant affecté à un engin. Le niveau physique doit toujours être optimal. La planche est un morceau de bois fixé à 2,40 mètres du sol. Le but est de s'y agripper avec les doigts et de s'y hisser à la seule force des bras en tenue de feu, soit avec une quinzaine de kilos de matériel en plus de son propre poids. Les regards sont lourds et je

sais que la planche est l'une des clefs de l'intégration rapide, au même titre que le grimper de cordes : plus tu en montes rapidement et plus ton intégration sera facile. Je fais tellement d'efforts pour avoir le niveau physique, je travaille d'arrache-pied. Mais ce n'est toujours pas assez. J'enrage de voir des hommes réussir toutes les épreuves haut la main, sans jamais s'entraîner, simplement parce qu'ils ont eu la chance d'être gâtés par la nature. Le jour où j'échoue à l'épreuve de la planche pour la première fois, à la fin du troisième mois de formation, j'expérimente ce qu'on appelle communément dans l'armée une « fracture du moral » : ma tête ne suit plus, mon moral flanche, produisant un effet dominos : mon corps lâche à son tour... et ma motivation en prend un sacré coup... Un vrai cercle vicieux !

Ces quatre mois m'endurcissent mentalement et m'apprennent à me battre pour obtenir ce que je veux et persister, persévérer malgré les moments de doute. Je développe ma capacité d'adaptation et ma résistance au stress et à la fatigue, j'apprends à vivre en collectivité et à repousser chaque jour un peu plus loin mes limites pour gagner le respect et la confiance de mes pairs. L'un des lieutenants en charge de notre formation me prend un jour à part pour me dire : « Si tu n'es pas prête à prendre le risque d'échouer, tu ne réussiras jamais ! » La peur de l'échec nous empêche souvent de vivre la vie à laquelle on aspire. Pire, elle nous pousse à renoncer à nos rêves les plus fous. Pour être épanoui, il faut apprendre à considérer les échecs comme des chances. Comme le disait Mandela, « je ne perds jamais. Soit je gagne, soit j'apprends ».

Lors du quatrième et dernier mois de la formation, mon corps et surtout mon mental finissent par lâcher pour de bon. Je n'arrive plus à faire face à la pression et à la compétition constantes. Après mon premier échec à l'épreuve de la planche, plus moyen de la réussir, je suis simplement épuisée. Pour ne pas être en échec de formation, et puisque mes résultats ont été bons tout au long des quatre mois, je suis autorisée à rester un mois supplémentaire au fort dans le seul but de m'entraîner pour réussir de nouveau cette épreuve.

Je suis affectée au bureau administratif où je travaille en collaboration avec les lieutenants qui me concoctent un programme sportif personnalisé.

Je suis très chanceuse de recevoir leur aide. Je m'accroche de toutes mes forces et cet acharnement paie : je réussis de nouveau à me hisser au sommet de la planche en validant ainsi la dernière épreuve de cette formation. Le jour de la cérémonie, mes efforts sont enfin récompensés quand je reçois, émue et tremblante, mon casque. Je deviens enfin sapeur-pompier de Paris.

Des frissons de fierté me parcourent le corps de la racine des cheveux à la pointe des pieds quand nous défilons devant nos familles. Je cherche mes parents et ma sœur du coin de l'œil quand nous marchons au pas en chantant notre hymne, *Paris, nous voilà*. Je suis tellement fière, tant de sacrifices et d'efforts pour en arriver là ! Je scrute la foule quand nous faisons face à l'assemblée, mais rien à faire, je ne trouve pas ma famille. J'avais tant fantasmé ce moment du défilé en uniforme devant mes proches pendant les périodes difficiles de ces quatre derniers mois : seul l'espoir de cet instant de fierté me permettait de m'accrocher quand j'avais envie de jeter l'éponge. Mais je ne les vois pas, impossible de croiser leurs regards. Je sens ma gorge se serrer et mes yeux s'embuer. Je dois être forte, je sais qu'ils sont là, quelque part. Eux peuvent au moins me voir, même si je ne le peux pas. Au final, cette cérémonie aura été dans la lignée de toute ma formation : une déception. Je sais que je dois en tirer le meilleur mais ce n'est pas facile quand la réalité est si loin de ce que tu avais imaginé.

Le jour de la remise de casque à la fin de l'instruction, un journaliste souhaite recueillir mon témoignage, celui d'une femme qui a réussi cette formation mythique, au même titre que les hommes. J'ai ainsi mon portrait dans *Le Parisien*, un article qui précède mon arrivée dans ma future caserne, où mes futurs collègues m'attendent de pied ferme avec le journal à la main. Le lendemain de la cérémonie, je reçois mon affectation : direction l'une des casernes les plus sollicitées d'Europe. Moi qui en espérais une calme et familiale, je suis servie ! Le point positif est que je vais y apprendre en peu de temps ce qui m'aurait pris bien plus d'années dans un petit centre de secours.

J'y teste ma force de caractère et ma combativité dans un univers sans pitié où il n'y a que peu de place pour les femmes et aucune place à l'erreur.

Je suis la seule femme, et pas particulièrement la bienvenue. Cette expérience m'enseigne qu'on grandit et qu'on devient plus fort dans l'adversité. Je participe à des interventions variées que seule la capitale peut permettre. J'apprends beaucoup et j'adore le métier en lui-même mais je déteste de plus en plus l'institution. Ma désillusion face à ce corps d'élite est immense : machisme, manque d'humanité auprès des victimes... Pendant ces quelques mois, je tombe dans le piège de l'addiction aux antidépresseurs et aux somnifères, des échappatoires à mes angoisses de l'échec et de la garde suivante. Je consulte un médecin (civil, car je ne veux pas être déclarée inapte) qui tire la sonnette d'alarme : mon corps et mon esprit sont épuisés... J'entends encore ses mots : « Renoncer n'est pas toujours abandonner, c'est parfois un signe d'intelligence. Tu as fait preuve de ténacité et de courage mais il est temps de prendre soin de toi si tu ne veux pas y laisser ta peau. »

Le contrat initial que j'avais signé était d'une durée d'un an, contrat que l'on m'a proposé de prolonger dès que j'ai atteint sa seconde moitié. Je sais déjà au fond de moi que je ne devrais pas signer mais je ne peux pas me résigner à refuser, sinon j'aurais fait tout ça pour rien. Le jour où je prends mon courage à deux mains pour m'engager à cinq années supplémentaires au sein de l'institution, le comportement de mes collègues, et notamment du chef de garde que je crains le plus, change du tout au tout. Quand je reviens au centre de secours, il me regarde droit dans les yeux en me disant sans ciller : « Ça y est, tu as signé, tu es pieds et poings liés. Maintenant, tu vas en chier ! » Je découvre par la suite qu'une directive interne « incite fortement » les gradés à ne pas trop pousser les jeunes recrues pour ne pas les décourager à signer car la brigade est, à ce moment-là, en manque d'effectif. Par contre, une fois le contrat de cinq ans signé, c'est carte blanche ! J'ai la sensation d'avoir été trompée par une publicité mensongère car ce que j'ai accepté en signant ne correspond plus du tout à ce que je trouve après la signature.

La BSPP connaît en effet un *turn-over* énorme, avec des chiffres qui trahissent un malaise profond : 30 % des recrues quittent la brigade au bout de la période probatoire de six mois, qui précède la signature d'un contrat

de cinq ans. Et parmi les 70 % qui signent, comme moi, ce fameux contrat, seule la moitié le renouvelle. La brigade doit donc recruter mille deux cents nouveaux « brigadous » (surnom des pompiers de Paris) chaque année, et cela pour deux raisons. Tout d'abord, les missions ne correspondent pas aux attentes : beaucoup sont déçus que les incendies ne représentent que 3 % des interventions, le reste étant constitué de secours à victimes, parmi lesquels énormément d'appels abusifs. Les pompiers ne sont dans ce cas qu'un « taxi rouge ». Cette sursollicitation est épuisante pour un salaire de misère : 1 800 euros net pour 380 heures mensuelles de travail. La deuxième raison est la désillusion face aux réalités de l'institution : ambiance de travail délétère, harcèlement, humiliations...

J'ai bien sûr rencontré de bons officiers et collègues à la brigade mais j'ai aussi croisé la route d'hommes misogynes, directifs et peu humains, dont un en particulier. Le simple fait de savoir qu'il était le chef de garde le lendemain m'empêchait de dormir et j'arrivais à la caserne la boule au ventre. J'entends encore ses mots résonner : « Je n'aime pas les femmes, tu n'as pas ta place ici. » Il nous faisait grimper des cordes et nous autorisait à arrêter uniquement quand nos mains étaient en sang... Je me suis souvent demandé quelles raisons poussaient certains pompiers à martyriser, voire à harceler les plus jeunes recrues. J'ai remarqué qu'il s'agissait toujours de ceux qui en avaient le plus bavé eux-mêmes pendant leur intégration. Dans leur logique, le nouveau doit subir autant qu'eux, ils se vengent de cette manière de ce qu'ils ont vécu, puisque c'est à leur tour d'être en position de force. Le principe même de la victime qui devient agresseur.

Le rythme effréné des séances de sport use mon corps et, après six mois de service à la caserne, mon épaule m'abandonne lâchement. C'est la luxation qui m'attend en haut de la planche. Mon chef de centre m'explique clairement que cette blessure va me rendre inapte au service incendie. Comme mes expériences professionnelles passées et mes diplômes universitaires m'ont permis d'acquérir certaines compétences, il me dit de ne pas trop m'inquiéter : les ressources humaines me trouveront sûrement un bon service administratif où travailler le temps de me soigner et de reprendre du poil de la bête. Pourtant, il s'avère que je suis affectée au

mess, le restaurant des officiers de l'état-major. C'est clairement ma punition pour avoir fait l'erreur de postuler à certains postes de la base de données et avoir ainsi court-circuité le système hiérarchique. Il faut savoir garder sa place à l'armée et laisser gérer les affectations aux gradés. En clair, on veut que je devienne une serveuse déguisée en pompier. Quand j'arrive à l'état-major pour prendre mon nouveau poste, on me dit mot pour mot : « Si tu t'écrases et que tu rases les murs pendant deux ans, tu pourras peut-être espérer réintégrer un jour une compagnie d'incendie. Tu n'as pas le choix, de toute façon, tu as signé. » Je ressens comme un élan de vie qui surgit en moi quand on me dit que je ne peux pas partir. Je dois m'échapper de ce cauchemar, je dois sauver ma peau...

Je ris jaune, j'ai un flash où je vois défiler la vie qui sera la mienne si j'accepte de rester ici et de gâcher ma jeunesse dans les couloirs miteux de ce bâtiment au gris déprimant, bien assorti à la couleur du ciel de la banlieue parisienne. J'ai toujours eu en moi ce côté rebelle. Plus on me dit que je n'ai pas le choix, plus j'ai envie de partir et de reprendre ma liberté ! Quand j'entends ces mots, je sais que c'est à la fois mon premier et mon dernier jour ici... Mon instinct de survie me crie de m'enfuir !

À ce moment précis, ma vie m'apparaît complètement vide de sens, j'ai la sensation d'avoir reçu une gifle et même un poids lourd en pleine face. Le constat est amer : je me suis entraînée pendant de longs mois, j'ai donné tout mon cœur et toutes mes tripes pour me retrouver devant ce vieux type aigri aujourd'hui. La vacuité de mon existence me saute aux yeux. Nous sommes tous en quête de sens, cette quête est intrinsèque à notre nature, et je me rends compte que ma vie n'en a aujourd'hui plus aucun. Mon horizon se retrouve bouché. Il me faut servir des hommes qui me mépriseront ou, au mieux, m'ignoreront. Cette mise au placard sans préavis et sans échappatoire possible n'est due qu'au fait que mon corps n'a pas suivi et que je n'ai pas su tenir ma place et mon rang : l'armée ne pardonne pas !

Avant même cette blessure, le *burn-out* s'est installé tranquillement, insidieusement, comme sur la pointe des pieds. Un peu plus chaque jour, j'étouffe, j'ai du mal à supporter le rythme des gardes : quarante-huit heures sans dormir, la misogynie qui règne dans ce monde d'hommes et la

mentalité générale. Je ne me sens pas à ma place, malgré tous mes efforts pour intégrer ce corps d'élite. Il m'en faut plus : j'ai besoin d'aller explorer le monde, d'apprendre d'autres langues, de découvrir de nouvelles cultures, de tester des saveurs... Je me sens dans un cercle vicieux : travailler plus pour pouvoir me payer plus de voyages, en ayant par conséquent moins de temps pour voyager.

J'ai du mal à accepter les règles de la société, je me sens comme un hamster qui tourne furieusement dans sa roue mais qui accepte tout de même cette aliénation en échange de quelques artifices comme les sorties et les vacances. J'accepte, jusqu'à ce jour où je décide de ne plus vivre seulement deux jours par semaine et cinq semaines par an. J'ai réalisé un rêve, place au suivant !

Je m'enferme aux toilettes pour envoyer un message à Vincent. Avant même que j'aie eu le temps de lui faire part de ma décision, il m'envoie ces mots qui changeront tout : « Viens, on s'casse. » Je termine ma journée comme un robot puis, à la fin de la garde, je me change et je range minutieusement mon armoire et mon paquetage. J'emballer ma dotation militaire au complet avec minutie. Puis je referme le cadenas et je pars, sans me retourner. La fin d'un rêve, la fin d'une étape, la fin d'un chapitre de ma vie. Une libération.

Je pense que nombreux sont ceux qui ont intégré une grande école ou un corps d'élite et qui ont ressenti cette immense déception, à l'image du profond fossé entre ce que l'on imagine, voire fantasme, ce que l'on espère vivre et ce que l'on y vit vraiment. Ces institutions jouent sur leur image : c'est joli de l'extérieur mais dedans, c'est souvent un vrai nid de guêpes. Quand on s'engage corps et âme dans quelque chose et qu'on sacrifie tout, il est difficile d'admettre qu'on s'est trompé de voie, qu'on a fait erreur et qu'on serait finalement plus heureux ailleurs, surtout quand le métier en lui-même nous plaît. Je pleurais souvent le soir, de colère, de déception, quand enfin le masque pouvait tomber, loin du regard des autres et de leur jugement. Je pleurais aussi de rage car j'avais toujours cette flamme au fond

de moi, cette rage de vaincre, et je ne voulais pas leur donner ce plaisir de me voir abandonner.

J'avais peur d'en parler à qui que ce soit, et surtout à Vincent qui m'avait tant aidée pour en arriver là. J'ai toujours eu besoin d'avoir des gens à admirer et à épater, des mentors, et Vincent a clairement été l'un d'entre eux, je ne voulais surtout pas le décevoir...

J'anticipais la réaction de mes proches, leur incompréhension, craignant leur regard et leurs mots réprobateurs : « Tu es bien sûre ? », « Pourquoi abandonner après tant d'efforts ? », « Tu as donc fait tout ça pour rien ». Se l'avouer et l'avouer aux autres est sans conteste le plus difficile. Cette désillusion et mon environnement que je sentais hostile me rendaient si malheureuse. Ils étaient en train de me détruire à petit feu, de me ronger de l'intérieur.

Les pompiers de Paris représentaient pour moi un mythe, je les voyais défiler le 14 juillet dans leur uniforme magnifique et je rêvais de ces héros devant tous les documentaires à leur sujet que je regardais à la télévision et sur Internet. Et pourtant le choc a été rude, l'institution, bien loin de mes attentes et de l'image que j'en avais. Le pire est que j'adorais le métier en lui-même. Je n'ai eu aucune surprise de ce côté-là, mais la brigade en elle-même m'a dégoûtée, d'elle et du métier.

J'ai connu, et d'autres connaissent ou connaîtront un jour, ce sentiment terrible d'avoir tant rêvé d'un projet, d'y être parvenu, et de se rendre compte qu'il n'est pas si beau qu'on avait voulu se l'imaginer. Cette désillusion, ce désenchantement, est extrêmement dure à vivre. Ce mythe qui s'effondre, ce revers de la médaille, découvrir l'envers du décor, est une chute violente qui laisse des traces. Le plus dur n'est pas d'entrer à la BSPP mais peut-être de prendre la décision d'en partir après tant d'efforts et de sacrifices. Une personne plus sage que moi m'a dit un jour qu'il fallait du courage pour montrer sa vulnérabilité et demander de l'aide, et c'est ce que j'ai essayé de faire, mais sans trouver l'oreille que j'espérais.

Je décide donc de répondre à ce besoin viscéral de me sauver et de chambouler ce quotidien que je trouve bien trop raisonnable, de m'écarter de la vie toute tracée que nous impose la société : études, travail, retraite,

vie toute tracée qui m'ennuie déjà. La plus incroyable des leçons est d'apprendre à lâcher prise sur la peur du manque... Manque d'argent, manque d'amour... C'est un travail de longue haleine que d'apprendre à apprécier ce que l'on a et d'en être reconnaissant. J'ai toujours été extrême : si je deviens pompier, j'intègre l'élite avec les pompiers de Paris, si je pars en voyage, c'est pour une durée indéterminée : c'est tout ou rien, pas de demi-mesure. C'est soit le meilleur, soit le pire jour de la vie, j'ai du mal avec les justes milieux, la moyenne... C'est d'ailleurs pour cette raison que je vais m'initier plus tard à la méditation, pour apprendre à nuancer et à gérer ces extrêmes.

Avant le départ, nous annonçons notre décision de partir uniquement à nos parents et à ma sœur, sans préciser que nous partons sans y être autorisés. Même s'il ne cherche pas à m'en dissuader, je lis la déception dans le regard de mon père : il était si fier de sa fille qui avait intégré un corps prestigieux que mon départ le laisse perplexe, il ne sait pas ce que j'y ai vraiment vécu. Ma mère et les parents de Vincent reçoivent la nouvelle sans vraiment la commenter car dans un sens, tout le monde sait que faire un tour du monde était notre grand rêve. Je rejoins ma sœur devant Notre-Dame de Paris pour lui annoncer la nouvelle. Pour elle, apprendre que sa petite sœur quitte la ville pour une durée indéterminée dès le mois suivant est un coup dur, mais elle accepte et comprend ma décision quand je lui en explique les véritables raisons. Elle est, de toute façon, irrévocable : il faut que je parte. Personne d'autre ne sera mis au courant avant que nous soyons déjà à l'autre bout du monde.

Le mois suivant cette décision, nous prenons un tournant radical : nous vendons 90 % de nos biens. À chaque objet vendu, je me sens allégée, chaque vente représente une délivrance. J'ai peur de l'inconnu mais je sens que je suis sur le bon chemin, dans la bonne direction... C'est la première étape vers la personne minimaliste que je suis aujourd'hui. Je ne le sais pas encore, mais devenir nomade va m'apprendre à être bien plus heureuse avec moins et à me reconnecter à l'essentiel. Après un mois intensif de résiliation des différents abonnements qui nous rattachaient à une vie sédentaire en

France et un va-et-vient incessant d'acheteurs potentiels de nos possessions matérielles, nous sommes enfin prêts !

Ce grand débarras a d'ailleurs donné lieu à des situations comiques : imagine des inconnus venir chez toi pour acheter un gaufrier, imagine-toi leur dire qu'absolument tout ce qui se trouve dans l'appartement est à vendre, du frigo à l'horloge en passant par la couette. Nous vivons donc ce dernier mois dans un dépôt-vente géant avec des clients qui défilent chaque jour, la plupart voulant tout pour rien, essayant de saisir l'opportunité de ce déstockage géant pour nous faire accepter des prix dérisoires, parfois à la limite du racket ! Au fur et à mesure que l'appartement se vide, nous nous déplaçons : d'abord, le lit est vendu, puis le matelas, et enfin le canapé. Nous passons donc nos derniers jours dans notre appartement parisien en mode camping. Nous offrons des quantités impressionnantes de vêtements, ustensiles de cuisine et meubles à Emmaüs, en espérant que ces dons fassent des heureux... Au moment de rendre les clefs de notre appartement, la sensation que nous éprouvons est inoubliable, c'est la porte d'une nouvelle vie qui est en train de s'ouvrir !

Jusqu'au dernier moment, c'est la course. Nous faisons les derniers dons le matin même du départ, ainsi que nos dernières lessives à la laverie (la machine à laver a été vendue la semaine précédente : on prend même le départ de notre tour du monde avec des vêtements humides, anecdote qui prouve notre niveau de préparation). Pendant ce temps, le gardien parcourt l'appartement à la recherche de dégâts éventuels avant de nous faire signer l'état des lieux de sortie... Après la signature, nous sortons avec lui et, une fois sur le trottoir, nous réalisons quelle immense étape vient d'être franchie : ça y est, nous sommes officiellement sans domicile fixe, des nomades ! Nous n'avons plus de clef en poche, plus de filet de sécurité.

Nous allons à la poste avec nos sacs sur le dos pour régler la dernière étape administrative : le suivi du courrier pour les six mois à venir, détail que nous n'avions pas encore eu le temps de régler. C'est alors que je me rends compte que je n'ai plus de sac à main. Je pense que c'est à cet instant précis que je réalise que l'aventure dont je rêve depuis si longtemps commence, et ce que ce grand départ implique. Je ressens une grande peur,

recouverte par une excitation bien plus grande. Ce moment passé dans ce bureau de poste parisien restera gravé dans ma mémoire !

En partant, je ne sais pas encore que l'une des destinations phares de cette épopée sera moi-même, et que ce voyage sera semé d'embûches mais aussi de trésors. Je me souviens de ma sœur qui avait peur que cette aventure ne me marginalise. Pourtant, au lieu de m'isoler, ce tour du monde m'a connectée aux autres et je me sens plus que jamais une citoyenne du monde. La route n'a pas été aussi droite que je l'imaginais, il y a eu des détours, des chutes, des surprises, des virages inattendus, mais je n'ai aucun regret car ce chemin a construit, modelé la personne que je suis aujourd'hui. Que l'aventure commence !

OceanofPDF.com

Les premiers pas partagés

En amour, rien ne remplace l'insouciance.

JEAN LEMIEUX

Le 24 mars 2015, nous nous envolons avec un aller simple pour la Thaïlande sans vraiment de plan. Il nous paraissait logique de commencer par notre pays de cœur pour commencer par se reposer après toutes ces péripéties avant d'entamer un tour du monde en pleine forme !

Partir sans date de retour, quoi de plus excitant ? Notre départ serait digne d'un scénario de film car je ne t'ai pas raconté toute l'histoire. J'en ai eu honte pendant très longtemps et je n'ai réussi à en parler que récemment. Puisque nous nous étions tous les deux engagés (Vincent avait lui aussi intégré le corps des Sapeurs Pompiers de Paris quelques mois après moi), partir en étant militaires signifiait déserteur... Un grand terme qui fait peur et qui est associé à la honte : déserteur, lâche, traître... Mais nous ne sommes pas en temps de guerre et désertir dans ma situation signifiait simplement quitter un poste de serveuse ! Certains choisissent de se faire réformer en cours de contrat, après passage devant le psychiatre. La seule solution pour ne pas désertir... Mais je ne l'envisageais pas, je voulais partir la tête haute, ne pas leur donner ce plaisir de me voir réformée : ils n'auront pas gagné, pas réussi à me briser !

Je recevrai d'ailleurs par la suite des messages de jeunes recrues en détresse me demandant des conseils pour quitter cet enfer (mon nom est inscrit sur la liste officielle qu'édite chaque année l'armée, rassemblant les noms des déserteurs. C'est ainsi que la légende du couple de pompiers qui est parti s'est créée). Je suis maintenant fière d'avoir eu le courage de partir. Pour ne pas mettre la caserne de Vincent dans une situation délicate et forcer ses collègues à prendre double garde, nous nous arrangeons pour

qu'il parte au début d'un stage pour passer le permis. Ainsi, aucun de nous ne met en déficit un engin dans une compagnie d'incendie (à chaque camion est affecté un certain nombre de pompiers).

La veille du départ, nous désactivons nos profils Facebook et une fois dans l'avion, je casse ma carte SIM. J'ai vraiment l'impression de m'évader et cette sensation est à la fois extrêmement grisante et excitante, mais aussi terrifiante... Je viens d'effacer mon identité, ma vie passée. Bien sûr, il m'arrivera plus tard d'avoir des regrets, mais je sais que c'est la seule solution pour me sauver... D'ailleurs, même après quatre ans, je n'ai toujours pas de carte SIM. J'aime cette liberté de ne pas être joignable à tout moment. J'ai du mal à comprendre les voyageurs dont le premier réflexe, en arrivant à l'étranger, est d'acheter une carte SIM. Pourquoi ne pas se déconnecter et être pleinement dans l'instant ? Nous avons tous une manière différente de profiter... J'ai toujours admiré les premiers voyageurs, les pionniers, ces aventuriers qui partaient à l'autre bout du monde avec pour seul moyen de correspondance les lettres et, bien des générations plus tard, les cybercafés. J'essaie de ne jamais être connectée à Internet la journée pour être pleinement connectée aux lieux que je visite et aux personnes avec qui je suis. Des treks de plusieurs jours m'ont parfois donné l'opportunité de ne pas avoir le wifi pendant une semaine, un vrai bonheur !

En ce jour de printemps, je suis prise de vertiges. C'est le grand départ mais est-ce la bonne décision ? Trop tard pour se poser des questions. Je passe les derniers appels avant d'embarquer ; à mon père et à ma mamie. Le plus dur est de partir. Une fois lancés, le plus dur sera derrière nous.

J'ai cogité et gardé secret ce projet de tour du monde pendant très longtemps, ce rêve était trop précieux pour que je prenne le risque de le mettre entre les mains de ceux qui auraient pu tenter de m'en dissuader. « N'écoutez pas ceux qui n'ont jamais investi ou qui ne sont jamais passés à l'action », conseille Napoleon Hill. Notre départ est sans conteste placé sous le signe de l'insouciance. Nous embarquons dans l'avion avec notre chanson : *Rois demain* de Damien Saez. Elle, qui nous a toujours émus, tourne en boucle dans nos écouteurs : « Qu'importent les chemins que nous

prendrons ensemble, qu'importe sous quels cieux seront nos mains qui tremblent... » Nous savons que, tant que nous sommes ensemble, tout ira bien. Rien ne peut nous arriver ! Dans l'avion qui s'élève, je regarde les lumières de la ville devenir comme des étoiles dans le lointain, je ressens un immense soulagement en quittant cette vie où je n'étais que l'ombre de moi-même. Je suis heureuse d'avoir choisi de ne plus être tristement raisonnable en suivant une voie qui n'était pas la mienne... Même si j'ai bien sûr l'appréhension et la peur au creux du ventre, l'excitation d'une nouvelle vie qui se dessine est bien plus forte.

En arrivant à l'aéroport de Bangkok, nous prenons un train de nuit pendant quinze heures puis un ferry, direction Koh Lanta, une petite île paradisiaque pour laquelle nous avons eu un coup de cœur l'an dernier, dans le sud de la Thaïlande, loin du tourisme de masse. Le premier voyage que nous avons fait à l'étranger ensemble était un voyage organisé avec l'UCPA. J'en ai honte car la Thaïlande est un pays où il est tellement simple de voyager, de par la qualité de ses infrastructures, le tourisme développé et la sécurité. Bref, j'ai vraiment commencé en « bébé voyageuse »...

Puisque, malheureusement, on s'habitue à tout, même au pire, à Paris, j'étais devenue l'une de ces Parisiennes stressées et pressées, je ne prenais plus le temps de sourire ou de regarder les autres. C'est en arrivant en Thaïlande que je me suis rendu compte à quel point cette douceur de vivre m'avait manqué. Comme si je reprenais mon souffle pour la première fois après avoir été en apnée pendant des années. Les sourires des habitants m'aident à retrouver le mien après des mois difficiles de vie militaire. Je me souviens du goût du premier *pad thai*, la grande spécialité, que j'ai savouré en arrivant : il avait le goût du bonheur, saupoudré du sourire des Thaïlandais et épicé de soleil. Là-bas, même le plus modeste des boubous qui ne paie pas de mine au premier abord prépare toujours une cuisine pleine de saveurs. L'extase culinaire y est toujours au rendez-vous.

Le premier soir, nous nous asseyons tous les deux sur la plage, un peu ahuris, comme si nous venions seulement de réaliser ce que nous avons fait : tout quitter. Ce sentiment d'être perdus est accentué par le fait d'avoir effacé toute existence numérique en supprimant nos profils sur les réseaux

sociaux, notamment sur Facebook, du moins pendant notre premier mois d'évasion. C'est comme si nous repartions à zéro, tout est à reconstruire, même notre identité.

Dès le premier mois de voyage, je prends l'habitude de suivre le rythme du soleil et de me réveiller en même temps que lui et les locaux. La routine matinale est primordiale car, en travaillant dès l'aube, j'arrête de rêver en dormant mais je me réveille tôt pour construire mes rêves. J'écoute enfin mon corps et mon horloge biologique et je rattrape le retard de sommeil de ces dernières semaines, voire de ces derniers mois. Nous posons nos sacs et notre esprit pendant deux mois sur cette île.

Nous sommes bénévoles dans un refuge pour animaux et assistons les vétérinaires dans les opérations de stérilisation des chats et des chiens errants en surnombre. Nous promenons les chiens qui manquent cruellement d'activité physique. Des bénévoles du monde entier se relaient et je trouve cette envie collective d'aider formidable. La simplicité de cette vie m'apporte le bonheur que je cherchais depuis longtemps.

Nous réfléchissons à la direction à donner à notre voyage, chose à laquelle nous n'avions finalement pas vraiment pensé avant, trop pris dans le rush du départ... Nous prenons d'abord une location d'un mois dans l'extrême Sud de l'île. Une seule pièce, un confort rudimentaire, mais nous n'avons besoin de rien de plus qu'un lit et une douche froide. Je ressens la nécessité de me dégager du superflu et de me concentrer sur l'essentiel. C'est l'euphorie du début, nous faisons le bilan de ces trois premières semaines en réalisant à quel point nous nous sommes déjà créé énormément de souvenirs. Nous faisons tout ce que nous n'avions pas eu le temps de faire récemment : se parler, regarder des films, prendre le temps de manger, nous faisons du scooter pendant des heures pour explorer l'île, en long, en large et en travers, du kayak dans la mangrove, des séances de câlins avec des chiens dans les temples... Nous nous prenons d'affection pour deux chiots âgés de trois ou quatre mois qui vivent dans un temple enfoui dans la jungle. Nous allons les voir tous les jours en scooter pour passer du temps à jouer avec eux. C'est fou de voir à quel point câliner un chien détend. C'est

d'ailleurs pour ça que beaucoup de victimes de stress post-traumatique, notamment les vétérans, ont des chiens qui les aident à soulager leur stress.

Un chien adulte arrive au centre et réclame notre attention lui aussi. La jalousie provoque une bagarre entre lui et l'un des chiots. Il attaque le plus jeune, la violence me tétanise, je saisis le chiot pour le mettre en hauteur dans mes bras mais il me mord à l'épaule et, dans le feu de l'action, je le lâche. Il retombe en proie à la mâchoire du plus gros chien. En leur jetant de l'eau, je réussis à les séparer mais l'état du chiot est inquiétant. Alertés par le bruit, les moines ont rappliqué et sont maintenant autour de nous. Ils nous promettent de s'occuper du chiot blessé et de l'emmener voir un vétérinaire qu'ils connaissent. Nous leur faisons confiance et repartons, la boule au ventre, dans notre chez-nous du moment.

Toujours inquiets, nous retournons au temple le lendemain pour prendre de ses nouvelles. Dès notre arrivée, les moines nous paraissent étranges et évitent notre regard. Comme j'insiste auprès de l'un d'entre eux, il m'avoue à demi-mot que le vétérinaire était trop cher et que le chiot n'a pas reçu de soins. Je lui demande où il est. Horrifiée, je vois qu'il tend la main vers une cabane au fond du bois qui sert de débarras pour le matériel d'entretien. Je cours et ouvre la porte à la volée pour trouver le chiot dans le noir, seul, à l'agonie. Une colère noire m'emporte. Comment des bouddhistes peuvent-ils être capables d'une chose pareille ? N'est-ce pas à l'encontre même du respect de la vie ? Le bouddhisme a toujours reconnu que les animaux font l'expérience de la douleur et la craignent. Ce que je vois, en total désaccord avec cette philosophie, me révolte.

J'appelle Vincent et je vois dans ses yeux la même révolte mêlée de tristesse. Il amène le scooter et je prends le chiot dans mes bras, en essayant de m'installer dans la position la plus stable possible pour réduire sa souffrance et lui éviter les soubresauts de la route. Nous quittons le monastère, toujours furieux, direction le cabinet vétérinaire. Je regrette tellement d'avoir attendu, je pensais sincèrement que les moines prendraient soin de lui. À chaque secousse, le chiot pleure et essaie de me mordiller pour me faire comprendre sa douleur. Je suis soulagée d'arriver enfin au cabinet. Dès l'examen, le vétérinaire ne se montre pas rassurant, il

est préoccupé par la patte arrière qui présente une fracture multiple causée par l'acharnement de l'autre chien. Le problème est qu'il n'y a pas de service de radiologie vétérinaire sur l'île et il est impossible de réduire une fracture à l'aveugle. La seule solution pour lui sauver la vie me brise le cœur : l'amputation. Nous finissons par accepter au vu de l'insistance du vétérinaire et de l'urgence de la situation. Il nous demande de trouver un nom au chien avant l'opération. Balou nous vient tout de suite à l'esprit, le nom que nous voulions donner au chien que nous n'avons jamais eu...

Nous restons auprès de lui pendant l'opération et les jours qui suivent. Le problème qui se pose est que nous n'avons aucune envie de le ramener au monastère. Nous faisons donc le tour de l'île pour lui trouver une famille d'accueil. Notre espoir se porte sur une famille qui tient un restaurant les pieds dans l'eau au bord de mer. Ils ont l'air d'adorer les chiens et en ont déjà trois. Après de longues négociations pour les convaincre, ils acceptent d'adopter Balou, à la condition que nous payions les frais vétérinaires, ce qui est une évidence ! Nous lui achetons plusieurs sacs de croquettes et un tapis. Je suis confiante car il est entre de bonnes mains.

Après ce premier mois à Koh Lanta, nous partons explorer le nord du pays, notamment Chiang Mai. Les voyageurs que nous avons rencontrés ne tarissaient pas d'éloges au sujet de cette ville mais la nature nous manque vite et nous décidons de repartir un mois supplémentaire à Koh Lanta, où nous rejoignent nos amis français Tristan et Mathieu. En leur faisant visiter l'île à scooter, je me fais arrêter par un policier qui me demande mes papiers. Or je n'ai que le permis français. Je savais que je prenais un risque en conduisant sans permis international, celui de devoir céder à la corruption et au bakchich, en glissant par exemple un billet en cas de contrôle de police. Pour me sortir de ce mauvais pas, je recours à ma technique habituelle : celle de jouer la bête, la fille naïve qui bredouille l'anglais et ne parle que le français. Pour l'instant, ça a toujours marché !

Sur la plage, je suis perdue dans mes pensées et je réfléchis à l'avenir : j'ai toujours rêvé d'avoir plusieurs vies, de tester différents métiers, d'apprendre sans cesse. Je pense que l'on devient vieux quand on arrête d'apprendre et je ne veux pas prendre de l'âge avant l'heure. Le problème

que nous rencontrons dès maintenant est de concilier nos envies : je veux partir à l'aventure, la vraie, l'intense, alors que Vincent rêve d'une vie plus posée...

En Thaïlande, nous en apprenons plus sur le tsunami qui a frappé le pays de plein fouet il y a quelques années. Des panneaux indiquent la direction à suivre en cas de tsunami et la propriétaire de notre immeuble nous raconte comment elle a perdu sa famille dans la tragédie. Elle nous conseille le film *L'Impossible* qui retrace l'histoire d'une famille de touristes tentant de survivre après le tsunami meurtrier du 26 décembre 2004. À cette occasion, un séisme de magnitude 9,3 a déclenché des vagues géantes touchant quatorze pays de l'océan Indien et faisant 220 000 morts et disparus. Ce séisme, le plus important de la planète depuis 1960, s'est produit au large de l'île indonésienne de Sumatra, provoquant de gigantesques vagues sur les côtes des pays d'Asie tels que le Sri Lanka et la Thaïlande. Sa puissance était telle que les vagues sont arrivées jusqu'en Afrique ! Le souvenir de cette tragédie est toujours très frais et douloureux pour les Thaïlandais mais le bouddhisme leur donne cette force incroyable d'acceptation et de résilience qui leur permet d'aller de l'avant. L'être humain est un survivant et a une force d'adaptation incroyable qui m'impressionnera toujours !

Nous avons obtenu un visa de deux mois à l'ambassade de Thaïlande à Paris, que nous prolongeons d'un mois sur place jusqu'à ce que ces trois mois soient écoulés. Il est temps de découvrir un autre pays ! J'ai tellement hâte ! Le prochain sur notre liste est le Vietnam, qu'on découvre en arrivant à Hanoï. Puisqu'en Thaïlande, nous avons eu le temps de réfléchir à la suite, j'ai contacté un orphelinat catholique au Vietnam, tenu par des sœurs au grand cœur, et leur ai proposé notre aide pendant notre séjour. La mère supérieure a accepté. Ces moments partagés sont d'une authenticité et d'une pureté incroyables : les petites filles sont adorables et très drôles. Elles comprennent que j'ai parfois du mal à les différencier car elles ont toutes la même coupe au carré et des vêtements identiques, et elles en profitent pour me jouer des tours ! Nous leur offrons notre caméra car elles nous promettent qu'elles en feront bon usage en réalisant des projets scolaires. Comme nous ne pouvons pas dormir à l'orphelinat (la police vietnamienne

est très stricte et veut toujours savoir où se trouve chaque touriste), nous nous installons dans une *guesthouse* voisine. Cette superbe expérience me marque et j'ai du mal à les quitter. Pour me réconforter, Vincent me lit cette citation du Dr Seuss, qui me redonne tout de suite le sourire et que j'ai toujours en tête depuis dans les moments difficiles de séparation ou de fin d'une étape heureuse : « Ne pleure pas parce que c'est fini, souris plutôt parce que c'est arrivé. »

Nous repartons en bus vers une autre étape de notre voyage au Vietnam. Je suis particulièrement sensible au mal des transports et les souvenirs des heures passées en minibus en Thaïlande avec la nausée et le sac plastique sur les genoux hantent encore ma mémoire. Car sur la route, tous les messages parvenant à mon cerveau se mélangent : ceux de la vue, ceux de l'oreille interne et ceux de la sensibilité profonde. Mon cerveau est complètement perdu entre toutes ces informations contradictoires. Je décide donc d'assurer mes arrières et de prendre un médicament pour les longues nuits en bus. Mais le problème de ce médicament est son effet secondaire : une somnolence importante. Je suis complètement shootée et j'ai un mal fou à rester éveillée ou même à parler, comme après une piqûre d'anesthésie chez le dentiste. Malgré mon état comateux, j'essaie d'interagir avec le monde extérieur, ce qui donne des vidéos assez drôles.

Puisque nous voulons en apprendre davantage sur l'histoire de la guerre du Vietnam, nous visitons le musée de la Guerre et les tunnels de Cu Chi qui atteignent environ 250 kilomètres. Ils ont permis aux Vietnamiens, de petite corpulence, de se déplacer de manière très discrète pendant le conflit, ce qui leur a accordé un avantage considérable sur les Américains. L'ambiance y est mystique : il pleut et la brume qui enveloppe le site me rappelle la scène de *Forrest Gump* où le héros explique qu'un jour il a commencé à pleuvoir au Vietnam et qu'il a plu sans discontinuer pendant des semaines... Nous visitons aussi la prison Hôa Lò, également appelée Maison centrale, utilisée au xx^e siècle. Elle fut à l'origine construite par la France en Indochine afin d'incarcérer les patriotes vietnamiens et les combattants révolutionnaires.

Le voyage est une base d'apprentissage : en voyageant, je me sens plus

connectée au monde, j'ai une soif inextinguible d'apprendre, et même les événements qui ne m'intéressent pas habituellement éveillent mon intérêt quand je peux visualiser les endroits où ils se sont passés ! J'apprends sur l'histoire, la géographie, les arts, les coutumes, la religion du pays... Et ce que j'apprends directement sur place, dans l'ambiance, reste gravé dans ma mémoire. J'ai besoin d'apprendre par l'expérience.

En Asie, le harcèlement des moustiques est tellement intempestif que nous devons enfumer tous les soirs la chambre de répulsifs et je me dis souvent qu'à ce rythme-là, nous allons attraper un cancer des poumons plus vite que la dengue !

Je décide aujourd'hui de tester un salon de coiffure vietnamien. Je ne suis pas rassurée au vu de l'uniformité de la coupe des personnes que je croise mais j'ai vraiment besoin de rafraîchir la mienne après quatre mois de vadrouille. Je confie donc mon avenir capillaire à une coiffeuse de rue. Bien sûr ce n'est pas la coupe de l'école de coiffure Dessange où j'avais l'habitude d'aller à Paris mais je suis contente du résultat. Je ne peux pas me plaindre après une dépense d'un dollar ! Nous parcourons le Vietnam du nord au sud et la ville qui nous réconcilie avec le pays est Da Nang, située presque exactement au centre, entre Hanoï et Hô-Chi-Minh-Ville. Nichée entre la mer de Chine et les montagnes, Da Nang est une ville chaleureuse où l'on voit des sourires pour la première fois sur le visage de Vietnamiens, ça fait un bien fou ! Nous nous y régalons de mini-baguettes à la Vache qui rit, souvenir de la présence coloniale de la France, et de jus frais de canne à sucre au citron.

Au contraire de Da Nang, je n'accroche pas du tout avec Nhat Rang où il y a plus de Russes que de Vietnamiens. Nous avons tout juste commencé à comprendre les codes de ce pays, à l'aimer, quand nous arrivons ici. Les Russes parlant rarement anglais, beaucoup de pays ouverts au tourisme leur réservent une ville où tout est fait pour eux. Nous avons l'impression de faire escale en Russie et d'avoir changé de continent : l'écriture cyrillique s'affiche partout, des devantures des magasins aux menus des restaurants, et on nous interpelle même en russe ! Station balnéaire vietnamienne préférée des Russes, cette petite ville de bord de mer est un parfait exemple du

tourisme de masse sans aucun charme, on y vient pour faire bronzette le jour et la fête le soir dans l'un des bars bling-bling. Les Russes y fuient le froid sibérien et les Vietnamiens se sont tellement adaptés à leur demande que l'authenticité a totalement disparu. Les Russes sont assez particuliers, notamment concernant la notion d'« espace personnel » qui leur est inconnue, ils ne savent pas comment garder une distance confortable entre individus et se collent très près de vous sans que ça leur paraisse gênant.

Ce que je trouve extraordinaire au Vietnam, c'est que tous les soirs, des centaines de mini-tabourets bleus, rouges ou verts envahissent les rues. Le pays est réputé pour produire la bière la moins chère du monde, ce qui attire les locaux comme les touristes. J'ai toujours détesté la bière et je n'en avais jamais bu une goutte avant, mais les pintes à 0,10 euro du Vietnam et leur légèreté les rendant faciles à boire m'ont séduite ! Le plus amusant est la vitesse à laquelle les tabourets et leurs occupants disparaissaient en quelques secondes quand les lumières des gyrophares de police se reflètent sur les murs de la ville. Une fois les flics à distance raisonnable, tout le monde revient comme si de rien n'était, incroyable !

Après un mois passé au Vietnam, nous avons hâte de retrouver davantage de chaleur humaine. Même si les Vietnamiens du Sud sont très différents et bien plus chaleureux que ceux du Nord (le Sud est anciennement capitaliste pro-américain et le Nord anciennement communiste), j'ai beaucoup de mal à accrocher avec la population vietnamienne. Les avis sur le pays sont, à l'image de l'Inde, en général très tranchés. Soit les voyageurs l'adorent, soit ils le détestent. Et je fais partie de cette seconde catégorie. Côtoyer au quotidien les Vietnamiens froids et distants pendant un mois m'a déprimée car je suis une vraie éponge. Mon impression sur les lieux est donc très mitigée et je suis heureuse de passer la frontière vers le Cambodge, fatiguée des négociations musclées, des arnaques nombreuses, et de me sentir comme un porte-monnaie sur pattes.

Au contraire des Vietnamiens, les Khmers sont chaleureux et leurs sourires, pleins de vie et d'espoir. En passant la frontière avec le Cambodge, je me sens revivre, ce qui prouve une fois de plus à quel point je suis sensible à mon environnement. En l'occurrence, l'atmosphère du Vietnam

était nocive pour moi. Le sourire des Cambodgiens me redonne du baume au cœur après la froideur de leurs voisins. Le passage frontalier est assez mythique pour que je te le fasse partager. Ayant lu les blogs d'autres voyageurs, j'avais eu vent de problèmes de corruption à la frontière, ce qui s'est avéré exact. Nous sommes dans un bus rempli de touristes (nous n'en sommes qu'au début du voyage et je ne suis pas encore rodée) et le chauffeur, une fois arrivé au poste-frontière, nous réclame nos passeports et la somme pour les visas, en y ajoutant bien sûr une commission ! Je le remercie mais lui dis que je souhaite faire la démarche moi-même. Il voit rouge, mais hors de question que j'encourage la corruption ! Je vais donc au bureau et quelques minutes plus tard, alors que je suis en train de remplir le formulaire, je n'en crois pas mes yeux : le bus s'en va ! Avec nos sacs à dos dans la soute (et donc tout ce qu'on possède) ! Le conducteur a rempli rapidement le visa des autres passagers et, furieux contre nous, ne nous a pas attendus. Je suis tellement bouche bée qu'il me faut quelques minutes pour réagir. Nous voilà à négocier avec les chauffeurs de moto-taxi, dans un anglais approximatif, une course-poursuite avec le bus pour récupérer nos sacs !

Une arrivée en grande pompe au Cambodge, à trois sur un scooter, essayant de rattraper un bus plein de touristes ahuris nous voyant faire de grands gestes pour attirer l'attention du chauffeur et lui demander de s'arrêter ! Au bout d'un moment, puisque nous roulons à sa hauteur, il ne peut plus nous ignorer. Je pense que les autres touristes nous viennent en aide car ils s'agitent autour de lui : il finit par s'arrêter au bord de la route, cédant à la pression. Pour se donner une contenance, il va commander son déjeuner, le plus naturellement du monde. J'ai envie de céder à la colère et de lui hurler dessus mais je sais à quel point se laisser aller à ses émotions est mal vu en Asie : il faut être capable de les contenir pour ne pas faire perdre la face à son interlocuteur. Je laisse donc couler, soulagée que ça se termine bien. J'ai juste envie de profiter de ce premier jour au Cambodge.

Dès que je passe une frontière, je pense à la chanson de Calogero, *Voler de nuit* : « Vu d'en haut ces frontières, ces lignes qui nous écartent ne sont que des dessins, que des traits sur la carte. Derrière chaque maison, des gens

rêvent, des gens s'aiment. C'est beau comme vu d'avion on a l'air tous les mêmes. » Je dois avouer que, même si j'aime mon pays, je ne me suis jamais vraiment sentie patriote, et ce sentiment de patriotisme s'est d'autant plus estompé en voyageant. Je suis fière d'être française et je me sens chanceuse d'avoir un passeport français mais je me sens davantage citoyenne du monde. J'ai souvent eu cette discussion concernant la légitimité des frontières avec d'autres voyageurs. Les frontières sont des inventions humaines, qui se sont déplacées au gré des conquêtes et des invasions, mais aussi du vol de certaines terres par les peuples colonisateurs. Chaque homme ne devrait-il pas avoir le droit de s'installer là où le climat est le plus clément ? Nous allons devoir réfléchir de plus en plus à ces problématiques dans un futur proche avec l'arrivée des réfugiés climatiques, à cause des dérèglements qui découlent du réchauffement de la planète. Je pense que la richesse donnée par la nature devrait appartenir à tous.

Grâce au sourire des Cambodgiens, je me sens tout de suite bien dans ce pays pourtant encore en guerre il y a peu : la capacité de résilience des Cambodgiens m'épate ! Je me renseignais depuis longtemps pour faire du volontariat, et je finis par trouver une école dans la campagne de Siem Reap qui recherche des professeurs d'anglais. Tous les matins, pendant deux semaines, nous allons donner des cours d'anglais de base aux enfants (ce qui fera d'ailleurs beaucoup rire les Néo-Zélandais plus tard car nous sommes loin du niveau des anglophones). En étant bénévole, je découvre la notion de « volontourisme » consistant à proposer ses compétences à des populations défavorisées au cours d'un séjour à l'étranger, un mélange de volontariat et de tourisme. Sans le savoir, en faisant partie de cette machine, on fait malheureusement souvent plus de mal que de bien. En effet, comment puis-je proposer des cours de qualité aux enfants en un si court laps de temps ? Je dois d'abord déterminer leur niveau, leurs difficultés... Et surtout, comment ne pas déstabiliser par cette précarité d'enseignement des enfants déjà touchés par d'autres problèmes d'instabilité sociale ou familiale ?

J'ai compris, en discutant avec des professionnels de l'aide humanitaire et

de l'éducation, que les seules missions vraiment utiles sont les missions longues. Le volontourisme est devenu un business juteux dont les victimes sont souvent des enfants. Certaines entreprises n'hésitent pas à faire payer plus de 2 500 euros les deux semaines de volontariat, une vraie aberration ! De plus, les volontaires sont trop souvent en contact quotidien avec des enfants, sans qu'aucune information judiciaire n'ait été demandée ni contrôlée au préalable, laissant la porte ouverte à toutes les dérives ! Le lien affectif sans cesse rompu par les volontaires qui entrent, puis sortent de la vie des enfants est particulièrement néfaste pour eux car ils se sentent abandonnés. Ces abandons répétés peuvent engendrer des problèmes pour les futures capacités relationnelles de l'enfant. Et il y a pire : de « faux orphelinats » ont fait leur apparition, notamment au Népal, remplis d'enfants qui ont été littéralement arrachés à leurs parents. Puisque beaucoup de touristes veulent visiter des orphelinats durant leurs vacances (encore une fois en partant d'un bon sentiment) et leur faire des dons, un véritable marché s'est mis en place : il y a de la demande, alors on crée de l'offre en proposant parfois sur brochure des visites d'orphelinat ! Il s'agit pourtant de lieux de vie et non pas de zoos. Malgré les meilleures intentions du monde, ces actions ont de terribles conséquences. Je suis tombée dans ce piège au Cambodge car je souhaitais me rendre utile, mais je n'ai pas pris assez de temps pour l'être vraiment.

Si c'était à refaire, je m'engagerais pour plusieurs mois ou pas du tout, j'ai appris cette leçon aux dépens des enfants. Je ne veux pas paraître moralisatrice mais seulement partager avec toi la conclusion que j'ai tirée de cette expérience. Nous arrivons donc avec notre naïveté, notre insouciance et nos bonnes intentions, pour deux superbes semaines dans cette école. Dans la campagne environnante, une mini-cabane en bambou tient encore par miracle debout et abrite un salon de coiffure des plus rudimentaires. Ça tombe bien, Vincent commence à avoir une sacrée touffe et il est temps de rafraîchir tout ça. La scène est comique car le coiffeur n'a aucune idée de la manière de couper ce type de cheveux et pourtant, on lui demande la coupe la plus simple qui soit : tout raser de manière uniforme, presque la boule à zéro, en laissant simplement un millimètre de cheveux.

Le coiffeur, très souriant, est pris d'un fou rire et rameute tous les villageois. Tout le village est donc présent et encourage le pauvre homme dans sa tentative de coiffure d'une chevelure occidentale. Après une bonne demi-heure et des trous un peu partout sur le crâne de Vincent, j'essaie désespérément de lui montrer comment faire quand il finit par abandonner en haussant les épaules. Je suis abasourdie de voir qu'il abdique et me tend la tondeuse pour que je rattrape le coup ! C'est donc moi qui finis la coupe sous un tonnerre d'applaudissements. On va dire qu'on aura payé la location de la tondeuse et un sacré souvenir ! Leur sourire a contribué à le rendre inoubliable !

Quelques jours après notre arrivée, des pluies diluviennes frappent le pays, suivies d'inondations qui nous font patauger dans l'eau jusqu'aux cuisses, ce qui n'inquiète pas le moins du monde les locaux habitués aux caprices de la nature.

Pour aller explorer les célèbres temples d'Angkor, nous avons envie d'être originaux en enfourchant un tandem pour la première fois, sans savoir que nous ferons, deux ans plus tard, le tour de la Californie de la même manière. Le vélo est une merveilleuse façon de découvrir ces trésors architecturaux. En jouant à Indiana Jones, j'ai la sensation de voyager dans le temps, dans des décors dignes d'une production hollywoodienne, et pourtant réels. La nature a repris ses droits dans ces vestiges du royaume khmer, laissant libre cours à l'imagination de ce qu'avait été jadis cette cité. Situé au milieu de la jungle tropicale du Tonlé Sap, Angkor Wat est le plus grand et le plus vaste complexe religieux d'Asie du Sud-Est. C'est aussi l'un des plus beaux sites archéologiques au monde. La majorité des structures que l'on y trouve a une grande importance architecturale, archéologique et artistique pour la culture khmère. Avec le déclin du royaume, la capitale d'Angkor fut abandonnée vers 1431 et ses temples furent envahis par la végétation foisonnante de la jungle cambodgienne. Depuis 1992, Angkor a été classé au patrimoine mondial de l'Unesco et fait désormais partie des sept nouvelles merveilles du monde. Comme le site est étendu sur plus de 400 kilomètres carrés, je suis heureuse d'être à vélo ! Pendant deux jours, nous arpentons et explorons ce lieu fascinant dans les moindres recoins. Je

me sens comme transportée dans le temps, surtout en étant à vélo, l'un des moyens de déplacement les plus utilisés au Cambodge depuis toujours. Sans moteur, nous sommes connectés aux éléments et je ressens la puissance que dégage ce lieu. Chaque ruine favorise l'imagination, l'atmosphère est mystique. Un incontournable !

Puis nous suivons les recommandations du propriétaire de notre auberge à Siem Reap (Au petit Paris), qui nous conseille d'aller visiter une ferme de crocodiles dans le village voisin, ce dont, avec du recul, je me serais bien passée... Des centaines de crocodiles sont entassés dans de minuscules enclos insalubres. La scène est désolante, l'établissement vend leur peau et leurs œufs. L'élevage des crocodiles a connu son âge d'or dans les années 2000 mais aujourd'hui, la sécurité et l'hygiène des fermes ont largement été délaissées par leurs exploitants. Beaucoup d'élevages sont réputés pour leur surpopulation et le manque de propreté, bien qu'il existe des standards internationaux afin qu'une ferme soit éligible à l'export pour le cuir de ses bêtes. La plupart des éleveurs vendent des nouveau-nés à des acheteurs vietnamiens plutôt que d'élever des adultes pour leur cuir. Je me sens vraiment mal à l'aise dans ce lieu, et désolée de voir des crocodiles se battre pour accéder à la nourriture ou à l'eau...

Bien qu'on ne soit qu'au début du voyage, la différence de rythme entre Vincent et moi commence à se faire sentir : « Tu es une pile, c'est dur de te suivre », me dit-il. Comme il veut voyager à un rythme plus cool, nous essayons de trouver des compromis pour que chacun y trouve son compte et que personne ne soit frustré.

Je souhaite en apprendre plus sur l'histoire, malheureusement sombre, du Cambodge. À Phnom Penh, la capitale, nous visitons l'ancienne prison S21, devenue aujourd'hui le musée Tuol Sleng, où plus de 12 000 enfants et adultes périrent pendant la période sanglante du régime des Khmers rouges. Ceux-ci ont transformé ce lycée en plus grand centre d'interrogatoire sous torture du régime. Le génocide commis par les Khmers rouges, sous les ordres de Pol Pot, a exterminé 25 % de la population cambodgienne, dont une majorité d'intellectuels, entre 1975 et 1979. Leur cible était les bourgeois car leur éducation constituait un danger à leurs yeux. Nous y

apprenons que les gardiens de la prison étaient des adolescents endoctrinés. Les plus jeunes, âgés seulement de douze ans, avaient pour rôle de surveiller et de torturer les détenus, parfois même de leur propre famille. La visite de la prison est vraiment éprouvante car tout a été laissé en l'état, y compris les machines de torture et les taches de sang au sol ! La répression des Khmers rouges a coûté la vie à 1,7 million de Cambodgiens. Leur crime ? Être enseignant, parler une langue étrangère, être religieux ou même simplement porter des lunettes. La résilience des Cambodgiens après ce chapitre sanglant de leur histoire est formidable et moins de quarante ans après la fin du génocide, les sourires n'en sont que plus émouvants.

Après ce mois au Cambodge qui a aiguisé ma soif de découvertes, un vrai changement de décor va s'opérer : nous découvrons Taïwan et le site d'échanges culturels HelpX (du verbe *to help* et X pour *exchange*). Tout se fait au final un peu par hasard pendant notre voyage, au fur et à mesure des envies et des rencontres. Dans ce cas, nous sommes simplement tombés sur un site mettant en relation les voyageurs et les locaux pour un échange culturel chez l'habitant. Dream et Clinton sont nos premiers hôtes et je ne les remercierai jamais assez pour leur accueil incroyable ! Ils nous offrent la meilleure introduction possible à ce site (ce qui nous vaudra d'ailleurs quelques désillusions plus tard en Nouvelle-Zélande...). À notre arrivée à l'aéroport de Taipei, toute la famille, composée de Dream, Clinton et de leurs enfants Kiki et Clark, nous attend à l'aéroport avec une grande pancarte fièrement tenue par la petite fille : « *Welcome home Justine and Vincent* ». Je suis émue aux larmes car c'est la première fois que quelqu'un m'attend à l'aéroport et c'est d'autant plus touchant que cet accueil si personnel nous est offert par des inconnus (ils ne le resteront pas longtemps !).

En Asie du Sud-Est, malgré le dépaysement, nous avons quand même nos repères. Les pays que nous venons de visiter sont dans la boucle touristique classique : on trouve presque tout en anglais et la majeure partie des locaux parlent anglais dans les lieux touristiques. Quand nous arrivons à Taïwan, c'est une autre histoire. Nous perdons nos repères et tous nos sens sont aux aguets pour percevoir et comprendre notre environnement. La première

chose qui me frappe, c'est l'immensité de la ville. Les gratte-ciel de Taipei m'impressionnent. Après la rusticité du Cambodge, c'est un sacré changement de décor ! En arrivant chez Dream et Clinton, nous comprenons qu'ils vont tous partager une chambre pour nous laisser la seconde, ce qui nous touche beaucoup mais nous met aussi très mal à l'aise. La mère de Clinton vit également avec eux, une cohabitation intergénérationnelle habituelle en Asie et que j'adore. Elle s'occupe des enfants quand les parents travaillent et elle met son amour de grand-mère dans chaque plat qu'elle prépare... La nourriture taïwanaise est vraiment fantastique et surtout très différente de ce que nos papilles de Français connaissent. Le soir, ils nous amènent au marché de nuit, une institution à Taïwan, avec de vraies expériences culinaires ! Je fais le tour de moi-même : toutes ces enseignes lumineuses à la graphie chinoise me donnent le tournis, je me sens on ne peut plus dépaylée et je vais vite devenir accro à cette sensation grisante. Rien n'est écrit en anglais ou presque : déchiffrer les panneaux, les noms des rues et les enseignes devient un défi quotidien !

La générosité de Dream et Clinton est incroyable : à chaque fois que j'ouvre la bouche pour leur dire que j'aime ceci ou cela, par réaction spontanée et sans arrière-pensées, cela se transforme en cadeau et l'objet en question (en général des mets succulents) arrive entre mes mains en moins de temps qu'il n'en faut pour le dire : je n'ose presque plus leur faire part de mes réactions devant une nouvelle découverte de peur qu'ils ne veuillent me l'offrir...

Après deux semaines passées dans leur cocon, nous décidons de partir arpenter l'île en stop pour confronter la première image que Dream et Clinton nous ont donnée de Taïwan au reste du pays. Pour cela, j'apprends à rédiger le nom des villes en chinois, un exercice de copie qui me prend facilement quinze minutes par mot ! Mais ça se fait, avec un peu de pratique ! Nous testons le stop pour la première fois, stop qui devient vite une source inépuisable de rencontres et d'expériences atypiques. Nous sommes littéralement éblouis par la générosité des Taïwanais : nous n'attendons jamais plus de cinq minutes au bord de la route avant qu'une voiture ne s'arrête pour nous embarquer. En plus de nous emmener à

destination, les gens tiennent à nous faire découvrir leur gastronomie. La nourriture est tellement incroyable que je finis par prendre cinq kilos ! Nous faisons le tour de cette petite île de 400 kilomètres de long sur 140 de large et tombons sous le charme de la côte est, très sauvage, grandiose et très loin de l'image industrielle que l'on peut avoir de Taïwan.

La barrière de la langue a parfois donné lieu à de sacrés quiproquos... Nous voilà perdus au milieu des montagnes taïwanaises dans le véhicule de deux hommes qui viennent de nous prendre en stop mais qui ne m'inspirent pas franchement confiance... Nous avons accepté de monter à bord par désespoir après plus de trois heures d'attente dans un lieu isolé. Pour me faire comprendre, j'ai pour habitude d'utiliser Google traduction, surtout à Taïwan. Nous commençons à discuter quand ils me tendent le téléphone. Sur l'écran, je lis : « On veut vous manger. » On les regarde alors. Leur mine est patibulaire... Mon regard va de Vincent à ces deux types qui ont l'air de tueurs à gage. Je reprends le portable et tape : « Vous voulez nous manger ? »... Quand ils lisent la traduction en chinois, ils partent d'un fou rire contagieux qui nous tiendra plusieurs minutes, un sacré moment !

Dès les longues heures de stop à Taïwan, nous nous sommes rendu compte de la difficulté de répéter toujours la même chose, surtout lorsqu'il s'agit d'une rencontre furtive : il nous arrivait même d'espérer que le conducteur ne parle pas anglais pour éviter de scander inlassablement les mêmes informations... L'avantage d'être deux est que l'un peut prendre le relais de l'autre. La solidarité dont les chauffeurs de camions font preuve à notre égard est extraordinaire : au lieu de nous déposer et de nous laisser à notre sort dans l'incertitude, chose inacceptable à leurs yeux, ils cherchent toujours à la cibi (leur réseau de radio) notre prochain conducteur ! On saute donc de camion en camion sans même avoir à tendre le pouce !

Démunie de tout *self-control* quand il s'agit de nourriture, surtout quand elle est offerte et que je veux faire honneur à mes donateurs, je teste ici toutes les spécialités, même le tofu puant, jusqu'au dernier jour. Dans la conception des Taïwanais, il est impossible d'acheter un produit que l'on n'a pas goûté avant, ce qui fait de Taïwan le paradis des gourmands avec des échantillons à tester dans absolument tous les magasins et tous les

marchés. Attention aux kilos ! Tellement concentrés sur la dégustation qu'offrent les magasins de l'aéroport, Vincent et moi ratons presque l'avion qui nous emmène en Indonésie ! En effet, avec des milliers de souvenirs plein la tête, une liste d'amis qui s'est allongée et quelques kilos de plus, il est temps de quitter Taïwan, direction Bali, où mes parents viennent nous rejoindre après les six premiers mois de notre périple. Pour éliminer notre surcharge pondérale, nous nous mettons à l'épreuve du jeûne pendant nos sept premiers jours sur place, semaine durant laquelle nous n'ingérons que de l'eau et du café ! Le résultat est impressionnant : six kilos perdus et une taille normale retrouvée pour que mes parents puissent nous reconnaître à l'aéroport...

Cette cure de détox m'a purifiée, je me sens comme neuve après avoir nettoyé mon système encrassé par les *dumplings* et autres *bubble tea*. Pendant cette période, ce qui m'a manqué autant que la nourriture, c'est le moment de passer à table (qui est toujours excitant pour une gourmande comme moi) et le partage qu'il représente. Après ce jeûne, les aliments gras ne m'attirent pas du tout, contrairement à la nourriture équilibrée. Comme digérer nécessite beaucoup d'énergie, se priver de nourriture sur une courte période offre une pause bienfaisante à l'organisme ! Le point négatif pour moi (ou plutôt pour Vincent qui me subissait), c'est que je n'étais pas super agréable pendant cette période...

Dès les premières secondes, je tombe sous le charme de Bali même si je suis un peu stressée car je sais que je dois prendre mes marques rapidement : mes parents arrivent bientôt et ils vont compter sur moi pour les guider. Ils ne sont presque jamais partis à l'étranger, à l'exception du mariage de ma sœur en Tunisie et, surtout, ils ne parlent pas un mot d'anglais (ou presque)...

Je rêvais de Bali depuis toujours, une destination dont le simple nom appelle au rêve, un lieu que j'imaginais comme la destination parfaite pour une lune de miel, et je ne suis pas déçue : l'atmosphère est envoûtante. Notre jeûne se poursuit : nous avons clairement moins de patience, nous nous énervons plus facilement mais nos efforts sont récompensés. Nous reprenons un repas solide pour la première fois la veille de l'arrivée de mes

parents, histoire de reprendre des forces, et nous mangeons tout, y compris le riz, avec des baguettes, pour réhabituer notre corps à la nourriture en mangeant doucement. Mon but est d'initier mes parents au voyage routard en les faisant rouler à scooter dans la jungle de la circulation indonésienne et manger dans des bouis-bouis. Mon père, pourtant chauffeur routier, est dépassé : « Mais c'est incroyable, ils arrivent de partout, j'ai l'impression qu'un éléphant va tomber du ciel ou qu'un scooter avec une famille complète dessus va surgir du sol... » Je m'amuse de les voir surpris ou interloqués devant des situations qui sont devenues complètement banales pour moi et ne m'interpellent plus du tout ! Nous partons ensuite sur les îles Gili au large de Bali où nous nageons littéralement dans le bonheur en évoluant pour la première fois avec des tortues. Un moment magique. Je prends mes palmes chaque matin pour rejoindre les tortues : je suis tellement bien en leur compagnie que j'en oublie le temps et je reste dans l'eau pendant des heures, ne me rendant compte du temps écoulé qu'une fois retournée sur la terre ferme, les jambes flageolantes et faibles d'avoir tant nagé. Nous fêtons nos cinq ans de vie commune en grande pompe avec notre baptême de plongée dans un vrai jardin aquatique tropical. Je me sens à ma place, épanouie. L'avenir me paraît plus prometteur que jamais, je suis enfin en train de réaliser mon rêve, rien ne pourra ternir ce bonheur. Enfin, c'est ce que je pense.

Car après plusieurs jours au paradis, je reçois un message étrange de ma tante Françoise : « Continue ton beau voyage, mamie a toujours voulu ton bonheur »... Ayant un très mauvais pressentiment, je cours aussi vite que possible jusqu'au port où j'ai rendez-vous avec mes parents puisque nous sommes censés quitter l'île aujourd'hui. En voyant la mine décomposée de mon père, je comprends immédiatement que mes craintes sont fondées et je m'effondre. Mamie n'est plus des nôtres. La première pensée qui me traverse l'esprit est : « Oh mon Dieu, ma petite mamie ne sera pas là le jour de mon mariage et elle ne connaîtra pas mon mari et mes enfants... »

Sur cette plage, entourée de touristes insouciantes et heureux, je suis dans un état de panique absolue. Leurs rires me sont insupportables, je me sens tomber dans un puits sans fin...

L'un des touristes assis au café, médecin, m'administre un anxiolytique pour calmer ma crise d'angoisse. Je n'arrive pas à y croire, ça n'est pas possible, je vais me réveiller de ce cauchemar... Dans le bateau qui nous ramène des îles Gili à Bali, je dois prendre une décision : me faut-il rentrer pour les obsèques en France alors que nous sommes censés partir dans deux jours en Nouvelle-Zélande ? Il y a quelques heures, je flottais sur un nuage de bonheur et je me sens maintenant envahie par une tristesse absolue. La vie ne tient vraiment qu'à un fil...

J'ai toujours été extrêmement proche de ma petite mamie qui m'a donné l'affection et la tendresse maternelle dont j'avais besoin et qui me poussait chaque jour à devenir une meilleure personne. Je n'arrive pas à croire que je me mets à parler d'elle au passé. Elle était mon modèle : de gentillesse, de générosité et de tendresse... Que vais-je faire sans elle ? Nous montons dans une barque qui doit nous mener jusqu'au ferry. Le bateau couvert de rouille qui se dresse devant nous est loin de nous inspirer confiance. Dans cette minuscule embarcation, impossible pour le capitaine de faire démarrer le moteur ! La scène est complètement surréaliste, j'ai appris le décès de ma grand-mère il y a moins de deux heures, et nous sommes maintenant en train de dériver dans une barque sans moteur, emportés par les courants. Je suis à l'opposé de mon père dans le bateau. Une immense vague de tristesse m'emporte quand je le vois, la valise sur les genoux, hagard, le regard perdu dans le vide. On dirait un petit garçon abandonné et la vérité me frappe de plein fouet : je ne suis pas la seule qui a perdu un être cher, il vient de perdre sa maman. Nous échangeons un regard d'une intensité incroyable, qui vaut tous les grands discours.

Me reviennent alors en mémoire, sans prévenir, les mots de l'une de mes amies quand elle a perdu sa mère : « Quand tu perds l'un de tes parents, c'est comme si tu perdais ton dernier refuge car tu prends conscience de ta propre mortalité. Je ne pensais pas ressentir un tel sentiment de vulnérabilité et d'insécurité après le décès de mes parents mais je me rendu compte que je n'étais plus la fille de personne et que, dans l'ordre des choses, la prochaine sur la liste, c'était moi. Ça m'a donné un appétit de vivre et une conscience aiguë de l'urgence de réaliser mes rêves que je ne

soupçonnais pas. » La mort, le chagrin et le deuil sont des sujets tabous dans notre société. On veut trop souvent faire son deuil rapidement pour ne pas encombrer les autres de son chagrin mais ressentir la peine est primordial pour espérer la surmonter. Quand on est à l'étranger, cela prend une autre dimension et la question « dois-je rentrer ? » se pose naturellement quand on vient de perdre un être cher. Bien sûr, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, je pense qu'il faut juste réfléchir à ce dont on a besoin pour faire son deuil. Penser à ce que la personne disparue aurait voulu pour nous peut aussi aider dans la prise de décision.

La route permet à certains de panser les plaies et d'apaiser les souffrances. Il faut essayer de ne pas culpabiliser d'être à l'autre bout du monde quand une tragédie touche notre pays ou notre famille. Le deuil à distance est une problématique à laquelle beaucoup de voyageurs sont malheureusement confrontés. La distance lors des événements heureux comme les mariages ou les naissances n'est, elle non plus, pas à oublier : en étant à l'autre bout du monde, on rate forcément des moments importants de la vie de ses proches même si ça fait partie du jeu, comme dirait mon père. Il faut juste en être conscient et l'accepter avant de partir.

Rentrer en France pour dire un dernier au revoir à ma petite mamie est pour moi une évidence, je ne peux pas concevoir d'être absente. Sa disparition est sans aucun doute une épreuve qui marque un tournant dans mon existence, la fin d'une certaine innocence, la prise de conscience de la fragilité de la vie...

Dans le malheur, je suis rassurée car mon assurance prend en charge mon rapatriement vers la France et mon billet d'avion vers la Nouvelle-Zélande. Après une semaine éprouvante en France pour les funérailles, je décide de continuer le voyage car je sais que c'est ce que mamie aurait voulu et qu'elle est avec moi, de là-haut, à veiller sur moi. Elle est mon étoile, mon ange gardien pour toujours.

Cap sur la Nouvelle-Zélande

*C'est le propre des longs voyages que d'en ramener tout autre chose
que ce qu'on y est allé chercher.*

NICOLAS BOUVIER

Le contexte de notre arrivée en Nouvelle-Zélande est assez particulier puisqu'il y a une semaine encore, nous étions sous le soleil de Bali. J'y étais insouciant et heureuse, mais depuis, j'ai perdu ma grand-mère et je suis en plein deuil. Nous arrivons donc en Nouvelle-Zélande perdus et déboussolés.

Pendant notre escale en Corée du Sud, nous recevons un message de notre future hôtesse néo-zélandaise qui nous dit être contrainte d'annuler notre visite suite à une chute dans les escaliers. Nous sommes désolés pour elle mais aussi pour nous : nous n'avons plus de point de chute. En arrivant, le stress monte... Comme un coup de pouce du destin, la compagnie aérienne nous surclasse sur le deuxième vol Corée du Sud-Nouvelle-Zélande, ce qui nous permet de passer douze heures dans le luxe : sièges qui se transforment en lits, repas gastronomiques servis dans de vraies assiettes avec du champagne et service impeccable. Je me dis que c'est maintenant ou jamais qu'il faut en profiter car nous n'avons aucune idée de ce qui nous attend sur place. Je fais de mon mieux pour oublier mon anxiété mais elle est bien présente, d'autant plus que l'on n'a quasiment plus d'économies.

Ce voyage-ci est clairement une fuite mais où que je sois, il va me falloir affronter mon deuil. Quand nous atterrissons, j'ai l'impression d'arriver dans un autre monde, tout est très vert, parsemé de milliers de taches blanches. En nous approchant, nous comprenons qu'il s'agit de... moutons ! Il y a en réalité quarante millions de moutons dans le pays, soit dix fois plus que d'habitants ! Comme les Maoris, les kiwis et les All Blacks, les moutons représentent bien le pays.

Ici, les douanes sont très strictes car ils ont très peur des germes qui pourraient être amenés par les voyageurs et contaminer les sols. On doit donc montrer patte blanche et n'avoir aucune trace de terre sur nos chaussures. Ni la tente, ni aucune nourriture ne sont acceptées. Comme nous arrivons avec un visa vacances-travail, nos économies sont contrôlées et on nous demande un relevé bancaire pour s'assurer que nous allons être capables de subvenir à nos besoins sans avoir à mendier pour continuer le voyage (*begpacking*). Comme nous avons un compte commun, nous réussissons à contourner le système en imprimant notre RIB en double. Ainsi, nous entrons sur le territoire avec, en poche, à nous deux, la somme minimale requise pour une personne. Dès la descente de l'avion, je suis choquée par la violence et la force du soleil. En effet, l'Australie et la Nouvelle-Zélande se situent sous l'énorme trou de la couche d'ozone et les rayons ultraviolets y brûlent sans filtre la peau. L'Australie présente d'ailleurs le plus haut taux de cancers de la peau au monde : deux Australiens sur trois développent cette maladie au cours de leur vie ! Moi qui n'avais jamais pris de coups de soleil auparavant, je brûle littéralement malgré la crème solaire !

Puisque, comme à Taïwan, nous voulons tester la vie chez l'habitant, nous nous obstinons à chercher un hôte malgré les déconvenues. Quand, après plusieurs heures de vaines recherches à l'aéroport, notre hôtesse initiale, que nous avions trouvée sur la plateforme internet Workaway (l'équivalent de HelpX), nous écrit pour nous dire que l'une de ses amis peut nous recevoir, nous sautons de joie et de soulagement. Chez elle, je vois la carte du monde affichée dans les toilettes et, pour la première fois, je panique un peu en me rendant compte de la distance qui me sépare maintenant de la France, littéralement à l'autre bout du monde ! J'étais certes souvent allée en Asie mais c'est la première fois que je ressens ce « waouh ! Je suis vraiment loin ». Mon état psychologique fragile à la suite du deuil en est sûrement l'une des raisons. Nous avons convenu avec notre hôte de l'aider trois à quatre heures par jour en échange du gîte et du couvert. Malgré la fatigue du voyage et le décalage horaire de dix heures, il nous faut commencer dès le lendemain et c'est un travail des plus physiques qui nous

est demandé : déraciner une haie entière pour la remplacer par une barrière dont la construction doit se faire par nos soins ! Cette expérience chez l'habitant est à l'opposé de celle que nous avons eue avec Dream et Clinton : Debby est bien plus intéressée par le fait d'avoir de la main-d'œuvre gratuite que par l'échange culturel. Nous nous sentons vite exploités par cet échange loin d'être équitable.

Le soleil de Bali me paraît de plus en plus loin. Nous restons deux semaines dans ce premier endroit, plus par dépit (car on est un peu perdus) que par envie. Debby et Mark sont l'exemple même des hôtes Workaway à éviter... Pour ne pas se faire avoir et être sur la même longueur d'onde que l'autre partie, il faut être clair dès le départ en posant toutes les questions possibles pour que l'échange soit clair et juste. Certaines histoires de voyageurs parvenues à nos oreilles, notamment en Australie, font froid dans le dos : de jeunes voyageurs sont en effet victimes d'esclavagisme moderne car, n'ayant pas assez d'économies, ils se retrouvent coincés chez des hôtes qui les exploitent en les faisant travailler bien trop d'heures en échange d'un logement insalubre surpeuplé et de repas peu copieux. Workaway permet, dans la plupart des cas, une incroyable expérience d'échange avec les locaux mais il peut se transformer en exploitation pure et simple. Si tu as envie de tester ce système pendant ton voyage, regarde bien les commentaires et assure-toi de poser toutes tes questions avant par e-mail, voire de faire un Skype avec tes hôtes pour t'assurer que le feeling passe bien entre vous.

Nous quittons enfin cet endroit pour tenter de découvrir les richesses qu'offre la Nouvelle-Zélande puisque, pour l'instant, à part le jardin de Debby, nous n'avons pas vu grand-chose. Il faut aussi remettre cette situation dans le contexte de l'époque : nous ne parlions que très mal anglais, je me débrouillais avec des phrases simples et un niveau scolaire. Quant à Vincent, il n'était au départ pas capable de tenir une conversation, ce qui le rendait dépendant de moi. Ce n'était pas facile pour son ego.

Croyez-le ou non mais je suis partie faire le tour du monde sans la base : le sac à dos ! Notre départ a en effet été tellement précipité que je suis partie avec un simple sac de sport (qui se porte en bandoulière comme pour aller à

la salle de sport au coin de la rue), que je me suis trimballée tant bien que mal pendant nos six premiers mois en Asie ! J'ai tout fait à l'envers : au moment où l'on réduit le rythme de nos vadrouilles en Nouvelle-Zélande, je deviens enfin l'heureuse propriétaire d'un sac à dos. Je me suis fait plaisir ! J'ai choisi un sac à dos de compétition : 75 litres avec petit sac détachable et même des roulettes pour ne pas avoir à le porter dans les aéroports et les gares... Au final, si je dois faire un retour d'expérience sur cet achat, je dois avouer qu'il était bien trop grand. Voyager léger, c'est la vie : aujourd'hui, mon sac n'a que 40 litres de contenance !

En Nouvelle-Zélande, le premier pays occidental que nous parcourons depuis la France, le fait de ne pas avoir une garde-robe sympa me manque, même si je ne suis pas particulièrement féminine. Ce n'est pas parce qu'on voyage qu'on ne peut pas se faire belle et se pomponner. En Asie, un simple tee-shirt à deux euros suffisait à me faire plaisir en m'offrant les joies de la nouveauté. C'est incroyable à quel point un nouveau petit haut peut faire du bien ! En Océanie, la simplicité que m'offrait mon fort pouvoir d'achat dans les pays précédemment traversés me manque immédiatement mais ça fait partie du jeu : il nous faut renflouer les caisses...

Notre deuxième expérience d'échange n'aurait pas pu être plus différente de la première. Vikki et sa famille nous accueillent comme des membres à part entière de leur foyer. Quand je repense à eux et à leur chaleur, un grand sourire se dessine sur mon visage, je ne crois pas qu'ils sachent à quel point ils sont arrivés dans ma vie au moment où j'en avais le plus besoin. J'ai toujours été une grande enfant et je le prouve quand Vikki me propose un défi : m'accrocher à la bouée tractée par leur bateau sur le lac près de chez eux. Je ne suis pas rassurée mais j'accepte le challenge. J'ai déjà fait du parachute ascensionnel et ça sera du même ressort, enfin, c'est ce que je pense. Malgré mon fou rire nerveux, ils ne réussissent pas à me faire lâcher prise, je me tiens tellement fort que mes phalanges blanchissent ! Nous fêtons Pâques avec la traditionnelle chasse aux œufs. Ce jour-là, je me sens tellement bien. Quel plaisir de retrouver les joies d'une vie de famille à l'autre bout du monde. J'adore Vikki, c'est une bonne vivante qui a toujours

la banane et de l'énergie à revendre. Elle cache une quantité hallucinante d'œufs de Pâques absolument partout. C'est le paradis !

Par le biais d'une autre voyageuse qui nous a donné son contact, nous arrivons ensuite chez Barry, un « kiwi » (surnom des Néo-Zélandais) qui a besoin d'aide dans sa ferme et dans le golf qu'il a construit, perdu au milieu des montagnes. Barry est un ours mal léché avec un cœur énorme, à la fois bourru et attachant. Il vit seul depuis toujours et sa maison est un vrai refuge pour homme célibataire. Son accent est tel que j'ai un mal fou à le comprendre. Les silences pesants me mettent souvent mal à l'aise mais renforcent ma complicité avec Vincent : nous nous serrons les coudes dans la galère. Tondre la pelouse, nourrir les chevaux et les poules, recevoir les clients du golf, ces tâches deviennent notre routine et nous devenons experts en la matière.

Plus tard, un autre volontariat nous conduit chez un fermier infâme. Arrivés en stop de l'autre bout de l'île pour passer deux semaines chez lui, nous découvrons qu'il est de ceux qui exploitent les voyageurs un peu paumés et parfois coincés après avoir épuisé leurs économies. En échange de huit heures de travail par jour, il nous propose une simple cahute et des sandwichs jambon-beurre. Je suis révoltée. Et encore, ce n'est pas le pire ! Quand nous arrivons, il nous prend de haut à l'entrée de sa vigne. Me connaissant depuis deux minutes top chrono, il ose me dire : « Tu es irresponsable, voyager sans carte SIM est immature. J'en ai marre de tous ces jeunes qui se croient tout permis chez nous. Vous êtes ici chez moi et vous allez obéir à mes règles tant que vous serez sous mon toit... » Après avoir échangé un regard rapide, Vincent et moi décidons de quitter immédiatement cet ignoble personnage. Hors de question de passer ne serait-ce qu'une nuit ici ! Il fait déjà noir quand nous partons. Nous essayons de trouver une auberge de jeunesse mais tout est plein. Heureusement, on réussit à négocier l'autorisation de dormir sur un canapé en face de l'auberge : une nuit horrible mais qui valait le coup puisque l'honneur est sauf !

Mais Workaway n'est maintenant plus un choix pour nous, c'est devenu une contrainte car nos économies ont fondu comme neige au soleil et nous

avons du mal à trouver un travail rémunéré, sûrement parce que nous avons envie de travailler ensemble. À Queenstown (dans le sud de l'île du sud), la capitale mondiale de l'aventure, nous arrivons chez une famille de *traders* extrêmement aisée qui me met tout de suite mal à l'aise. Heureusement, ils seront nos derniers hôtes en Nouvelle-Zélande. Je suis vraiment fatiguée de vivre chez les gens. L'accueil est très solennel dans cette maison immense et impersonnelle, sans une once de chaleur humaine. Ses habitants se qualifient eux-mêmes de « requins de la finance » puis nous font part de leur vision de la vie et de la réussite qui, d'après eux, passe forcément par des possessions matérielles démesurées. Ils sont bien sûr sidérés que l'ensemble de nos biens tienne dans deux sacs... Notre mission chez eux est de jardiner et de construire une clôture pour fermer la propriété. Ce qui est étrange, c'est que nous travaillons avec des jardiniers professionnels, qu'ils emploient et donc paient, ce qui renforce mon sentiment d'être exploitée. Sentiment qui se confirme quand ils nous font creuser des fondations pendant plusieurs heures sous une pluie battante, avec pour seule compensation quelques repas simples et une chambre. Avec du recul, je n'arrive toujours pas à comprendre pourquoi nous avons accepté cette situation. Je me révolte enfin et je leur annonce notre départ, ils trouveront sûrement d'autres « pigeons » (voyageurs) !

Cette expérience a quand même eu du positif car elle me permet de réaliser mon rêve avec un baptême de rafting dans une rivière de classe 5 ! C'est pour fêter mes vingt-cinq ans que Vincent m'offre ce cadeau : payer sur la rivière Shotover. Un rêve de gosse pour ce quart de siècle. Nous nous sommes serré la ceinture pour pouvoir nous offrir cette activité et je compte bien en profiter ! Nous partons en stop jusqu'au point de rendez-vous où tout le monde a l'air aussi excité que moi. Après le briefing sur les règles de sécurité, on nous demande de signer une décharge de responsabilité car « le rafting étant une activité à risque, l'agence n'est en aucun cas responsable en cas d'accident lors de l'excursion ». Je signe, ce n'est pas le moment de me dégonfler ! On nous équipe d'un casque et d'une combinaison (l'eau vient des glaciers et elle est gelée), puis on embarque dans un minibus qui slalome à travers des routes sinueuses qui me donnent le vertige. Je ferme

les yeux et me concentre pour me calmer et ne pas être malade. Notre guide est une Japonaise poids plume et j'ai l'impression qu'un rien pourrait la casser en deux, ce qui ne me rassure pas. J'ai beaucoup de mal à comprendre les instructions en anglais, ce qui contribue à aggraver la panique qui est en train de m'envahir. Je stresse jusqu'à ce que nous prenions le départ puis toutes mes angoisses s'envolent comme par magie, dissipées par les vagues et les rires. Je me sens si légère, je ris aux éclats jusqu'à la chute finale, la grande cascade ! Elle ne dure que quelques secondes mais j'ai l'impression de la vivre en *slow motion*, avec une vue extérieure de la scène. En sortant du bateau, Vincent et moi sautons l'un sur l'autre. Avec le torse rembourré de nos gilets de sauvetage, nous sommes comme deux sumos en plein combat. Je ris encore, je retrouve l'insouciance des premiers jours du voyage en Asie. Ce souvenir de mes vingt-cinq ans restera ancré en moi comme un trésor.

Nous continuons notre tour des deux îles de Nouvelle-Zélande en stop, nous relayant pour tendre le pouce. Quand arrive mon tour, je souris pour inspirer confiance aux conducteurs qui me dépassent. Cet exercice me met au départ très mal à l'aise, je me sens gênée, presque honteuse d'oser demander l'aide d'autrui. Puis au fur et à mesure des rencontres, la gentillesse des Néo-Zélandais me met en confiance et j'ose davantage, tendant de manière plus assurée le pouce dans l'espoir que l'une des voitures nous offre un *lift*. Je fais de mon mieux pour être de bonne compagnie, je pense que c'est la moindre des choses quand un inconnu s'arrête pour nous inviter dans sa voiture, son espace privé. Je rends la pareille à ma manière, en racontant mes histoires quand la personne me questionne mais plus souvent en écoutant, ce que l'on oublie souvent de faire au quotidien... Depuis ma rencontre avec un moine bouddhiste thaïlandais de l'île de Koh Lanta, j'ai toujours en mémoire cette phrase tirée des écrits de Confucius : « Si l'homme a deux oreilles et une bouche, c'est pour écouter deux fois plus qu'il ne parle. » Je me retrouve parfois, surtout lors de longs trajets, à échanger sur des sujets très privés et j'adore cette intimité qui s'instaure si rapidement !

Travailler commence à nous manquer et nous sommes heureux de trouver

enfin un boulot, d'abord dans une usine d'emballage de pommes puis dans des vergers (cerises, kiwis). Cette expérience de travail à la chaîne est difficile, il faut à la fois être concentré pour maintenir la cadence et débrancher son cerveau pour travailler de manière automatique. Nos collègues se répartissent en deux groupes : une moitié de Maoris et l'autre constituée d'un adorable groupe de jeunes Thaïlandaises. J'aime travailler sur leur ligne car elles sont rapides, efficaces et toujours souriantes. L'une d'entre elles me prend en affection et me glisse dans la poche un baume du tigre pour soulager mes courbatures. Je les adore car elles apportent de la fraîcheur et de l'exotisme dans ce hangar. Notre mission est de mettre des pommes miniatures dans des tubes en plastique : un conditionnement jugé mignon dont raffolent les Japonais qui vendent les fruits comme des produits de luxe. Dommage qu'il y ait presque plus de plastique que de fruits dans le produit final ! Mais l'usine ferme quelques semaines plus tard par manque de pommes. En tant que voyageurs, les conséquences pour nous sont minimales, nous reprenons la route, mais cette situation est bien plus dramatique pour les Maoris qui travaillaient avec nous et qui se retrouvent sans travail du jour au lendemain, donc sans revenus pour leur famille.

L'une des rencontres qui m'a particulièrement marquée est celle de Kathleen, une Néo-Zélandaise à la retraite rencontrée sur la route de Wellington. Le but ce matin-là était de parcourir plus de 600 kilomètres en stop. Le problème avec le stop, c'est son côté très aléatoire. On peut être très chanceux et faire en trois heures ce pour quoi on avait prévu la journée, ou au contraire ne pas avoir de chance, comme ce jour-là. Nous avons croisé Kathleen, qui rentrait chez elle rejoindre son mari après une petite escapade en solitaire. Nous avons passé quasiment toute la journée avec elle. Pas de chance, sa voiture est tombée en panne sur le chemin. Comme elle avait été adorable, nous ne voulions pas la laisser seule et nous avons attendu avec elle le garagiste. Les réparations faites, nous avons repris la route, mais impossible de rattraper le retard perdu et nous sommes arrivés chez elle à la tombée de la nuit. Ayant été trop ambitieux sur la distance (nous sommes devenus bien trop confiants), il va nous falloir retourner tendre le pouce à 20 heures sur une route peu fréquentée. Qui prendrait des

auto-stoppeurs de nuit ? Le problème est qu'il nous reste plus de 150 kilomètres pour arriver à destination ! En disant au revoir à Kathleen, je la remercie pour sa belle philosophie de vie et sa gentillesse. Je pense qu'elle lit l'inquiétude dans mon regard, je n'ai encore que peu d'expérience de voyage à ce moment-là (nous sommes en décembre 2015) et j'ai clairement peur, pour être honnête. Avant de nous quitter, elle nous dit que si d'ici une heure, aucune voiture ne s'est arrêtée, nous pouvons venir passer la nuit chez elle. Je suis extrêmement soulagée. Une heure plus tard... nous arrivons, tout penauds. On entend des rires, elle est avec son mari et des amis qui sont sur le départ. Quand ils nous voient, ces derniers nous disent : « C'est parfait que vous soyez là, on avait la consigne de vous inviter si on vous voyait en repartant. »

Rassurés, nous entrons et Kathleen et son mari Steve nous accueillent comme des amis de longue date : bon vin, fromage et rires nous accompagnent tout au long de cette soirée. Elle nous a même préparé une chambre. Cette histoire reste dans ma mémoire et dans mon cœur comme la première expérience de pure générosité de ce voyage. Mais elle ne s'arrête pas là... Quelques mois plus tard, nous quittons la Nouvelle-Zélande, direction l'Australie. Kathleen et Steve ayant déménagé entre-temps à Melbourne, elle nous invite chez eux le temps de notre visite. Par un mauvais concours de circonstances, ils sont en déplacement quand nous arrivons mais je reçois un e-mail de sa part me disant qu'ils ont laissé les clefs de leur appartement au concierge et que le logement est à nous pour la semaine. Je suis bouleversée par tant de bonté et, surtout, de confiance. Je garde Kathleen et Steve dans mon cœur comme des exemples et j'espère un jour leur ressembler ! Merci de m'avoir inspirée et de rendre le monde meilleur à votre façon ! Kathleen, sans le savoir, a été celle qui m'a fait prendre confiance en l'autre mais aussi en le destin et, pendant ces quatre ans, je n'ai cessé de faire confiance à la vie car, quoi qu'il arrive, la roue tourne toujours. En apprivoisant l'inconnu et en me perdant dans des contrées lointaines, hors des sentiers battus, je découvre chaque jour un peu plus le meilleur de l'humanité.

Après notre rencontre avec Kathleen, nous travaillons aux côtés de Peter

dans son champ de kiwis : notre routine est alors de pédaler 10 kilomètres le matin pour rejoindre sa maison, à laquelle est adossé le champ. Pendant trois semaines, huit heures par jour, la seule chose que nous voyons, ce sont des kiwis à perte de vue... J'ai toujours cette vidéo mythique tournée dans ces champs où je deviens assez hystérique, la vue du moindre kiwi me devenant insupportable ! Car passer des heures courbée sous les longues allées d'arbres fruitiers formant comme une arcade est un calvaire pour le dos quand on mesure un mètre quatre-vingt comme moi. Les toiles d'araignée et les insectes en tous genres viennent également s'agripper à ma chevelure, me laissant quelques souvenirs à éliminer à la fin de chaque journée de travail. Je suis heureuse quand on finit enfin !

L'immersion dans un pays anglophone a été compliquée au début mais nous savions que c'était la seule manière de progresser, nous n'avions pas le choix pour communiquer avec notre entourage. Apprendre une langue de cette façon est efficace mais épuisant, car il faut toujours réfléchir avant de parler et la spontanéité en prend forcément un coup. Le plus difficile, à mon sens, est d'avoir des difficultés à faire des blagues, puisqu'il faut être rapide et naturel pour être drôle. Quelle frustration quand tu prépares ta blague depuis cinq minutes et que, quand elle est enfin prête, tu te rends compte que le groupe parle maintenant d'un sujet complètement différent. L'humour est si subtil et si culturel qu'il est probablement ce qui s'apprend en dernier. Quand tu l'acquiesces enfin, c'est que tu es devenu parfaitement bilingue.

Mon souvenir le plus fort de ce pays reste la découverte des Maoris, le peuple indigène de Nouvelle-Zélande qui représente 14 % de la population. Leur culture, leur langue, leurs traditions, leurs mythes et leurs légendes sont une pièce maîtresse de l'identité du pays. Les sculptures, les décorations, les tatouages, les chants et le fameux Haka imprègnent le pays tout entier.

Le 13 novembre 2015, jour des attentats meurtriers de Paris, nous vivons avec une famille près d'Auckland, la capitale. Nous sommes sous le choc en voyant notre ville attaquée par la bêtise de ces extrémistes. Six mois auparavant, nous étions encore pompiers de Paris et nous nous sentons

coupables de ne pas être là-bas pour aider nos concitoyens. Notre impuissance et notre peine sont immenses. Voyant notre désarroi, la famille qui nous héberge nous organise une surprise extraordinaire : Julie, la mère, nous emmène dans une association où un groupe de Maoris a pour habitude de répéter des chants traditionnels. Ce groupe danse le Haka pour nous montrer son soutien. Cette danse ancestrale rendue célèbre par l'équipe nationale de rugby est un véritable support de communication, dont le message peut varier. Le Haka peut symboliser la tribu, son histoire, défier, mettre en garde, mais c'est aussi un moyen de témoigner de son estime, de sa reconnaissance. C'est un véritable symbole culturel néo-zélandais. En plus des matchs de rugby, il est réalisé au sein de l'armée ou encore dans les écoles et les universités. Cette danse me transporte et les larmes me montent aux yeux. Ils se mettent ensuite tous en ligne pour effectuer le Hongi, le salut traditionnel maori nez contre nez, front contre front, pendant lequel le souffle de vie est échangé et mélangé. Un moment intense de communication et de partage gravé pour toujours dans mon cœur !

Après quelques mois passés en Terre du Milieu, il est temps de découvrir de nouveaux horizons ! Nous décidons de tenter d'abord notre chance en Nouvelle-Calédonie, pour voir si la vie nous y plaît. Notre plan bis est Taïwan, ce pays qui nous avait tant plu et qui serait une excellente seconde option.

Il est temps de prendre un nouvel envol et de voir où notre cœur nous portera...

Là où le vent nous portera

La vie des êtres passionnés, entiers et excessifs, ressemble à une corde raide uniquement tendue entre le meilleur et le pire.

ROMAIN GUILLEAUMES

Nous arrivons en Nouvelle-Calédonie, ce petit bout de France à plus de 15 000 kilomètres de la métropole, en mai 2016. Nous avons quitté le froid et le gris d'Auckland pour arriver trois heures plus tard au paradis ! En tout cas, je n'ai jamais rien vu qui s'en rapproche autant ! Le nez si collé au hublot que je pourrais fusionner avec lui, j'observe le lagon et ses mille nuances de bleu, j'ai la bouche tellement ouverte d'excitation que ma mâchoire pourrait bien se décrocher, et je me tourne sans cesse vers Vincent pour partager ce moment unique et chercher dans son regard l'émerveillement que je ressens. Je sens mes yeux s'embuer et les poils de mes avant-bras se dresser. Cet atterrissage est pour moi symbolique et je pense que découvrir une nouvelle contrée va m'aider à surmonter le deuil.

À la vue du premier uniforme de police français à la douane, je ressens de l'appréhension, comme si j'étais en cavale. L'armée nous recherche-t-elle ? Je pousse Vincent discrètement pour qu'il passe le premier au contrôle de police, comme si ça allait changer quoi que ce soit, comme si j'allais pouvoir m'échapper si une alerte se déclenchait au moment du scan de son passeport... Mais aucune sirène ne résonne et nous reprenons nos papiers sereinement avant de nous élancer à la découverte du « Caillou ». C'est très étrange d'être en France et de ne plus entendre le français que de la bouche de Vincent. Là où beaucoup se sentent rassurés, je me sens au contraire mal à l'aise, le cocon de français que nous avons en pouvant parler librement me manque déjà.

Il est temps de tester le stop sur cette île. J'ai souvent entendu à quel point

« faire du pouce » était ici monnaie courante et donc extrêmement facile. Comme dans tous les endroits où la voiture n'est pas un bien courant, ici, elle se partage et l'auto-stop fait partie des habitudes. En nous éloignant de l'aéroport, nous ne tardons pas à découvrir l'hospitalité et la gentillesse des locaux.

La Nouvelle-Calédonie est peuplée de différents groupes ethniques : les Kanaks (qui sont les Mélanésiens autochtones), les Caldoches (descendants d'Européens, en général d'origine française, souvent métissés) et les Métros (Français de métropole). C'est David, un Caldoche, qui est le premier à s'arrêter pour nous rapprocher de nos hôtes Couchsurfing de ce soir-là. Le feeling passe immédiatement et, après quelques minutes, nous avons l'impression de le connaître depuis toujours. Faire du stop et côtoyer les membres des différents groupes ethniques nous fait prendre conscience des clivages. Le référendum qui doit décider de l'indépendance de l'île approche à grands pas et les avis des uns et des autres sont très tranchés. Certains pensent que l'île doit s'assumer et prendre son envol alors que beaucoup sont au contraire persuadés qu'il est plus sage de rester sous le giron français. Finalement, les résultats tombent : l'indépendance, ça sera pour plus tard...

Le point d'orgue de notre visite de la Nouvelle-Calédonie est la découverte du cœur de Voh, une formation végétale naturelle en forme de cœur qui m'émue aux larmes quand on la survole en ULM, ainsi que le lagon : c'est sans conteste le paysage qui m'a le plus coupé le souffle durant ce tour du monde ! Ce cœur se trouve d'ailleurs sur la couverture de *La Terre vue du ciel*, le livre de Yann Arthus-Bertrand. De là-haut, nous admirons la nature dans ce qu'elle a de plus pur, un vrai paradis sur Terre avec la végétation tropicale, des dauphins et même des raies manta ! J'ai la sensation d'être dans un documentaire du National Geographic, comme si j'avais été aspirée par des paysages que je n'avais vus auparavant qu'au travers d'un écran.

Nous en apprenons plus sur l'histoire de la Nouvelle-Calédonie grâce aux témoignages des habitants et au film *L'Ordre et la Morale*, avec Mathieu Kassovitz, qui retrace la prise d'otages par des indépendantistes kanaks de

vingt-sept gendarmes sur l'île d'Ouvéa en 1988. L'un de nos hôtes a tenu à le visionner avec nous.

Après réflexion et deux semaines dans ce territoire d'outre-mer, nous décidons de retourner à Taïwan où les opportunités nous paraissent meilleures. À la fin de cette escale en francophonie, nous nous arrêtons une semaine à Melbourne où nous avons la chance de profiter de l'extraordinaire appartement de Kathleen. Un confort que nous apprécions après deux semaines de camping... Melbourne est une ville incroyable et je me sens tout de suite portée par l'énergie qu'elle dégage, j'ai l'impression d'être dans une cité à taille humaine plutôt que dans une mégalopole. Les gens sont adorables et la ville est très cosmopolite avec beaucoup d'expatriés asiatiques. Ce véritable coup de cœur me donne vraiment envie de poser mes valises pour un temps mais je sens que c'est à mon tour de faire plaisir à Vincent et j'accepte de le suivre dans son envie d'expatriation taïwanaise. À Taïwan aura lieu une aventure incroyable, malheureusement loin du happy end des contes de fées que j'espérais.

En débarquant à Taïwan, il nous reste moins de 800 euros en poche, soit 400 euros chacun. Nous avons donc bien conscience qu'il va nous falloir faire preuve de débrouillardise pour renflouer les caisses. D'ailleurs, nous n'avons même plus de compte en banque durant cette période de transition car nous venons de clôturer nos comptes français et néo-zélandais. Alors, comment travailler ici sans visa de travail et sans même parler la langue ? Un pari fou ! Notre première idée est de vendre des quiches françaises sur les marchés taïwanais mais le prix des matières premières est tellement élevé que le bénéfice aurait été quasi nul. De plus, la compétition féroce en termes d'offres, plus que variées sur les marchés, nous pousse à abandonner cette voie.

L'idée d'enseigner le français me traverse l'esprit, idée qui avait germé dès la Nouvelle-Calédonie. J'ai la fâcheuse tendance à m'emballer rapidement pour des idées parfois farfelues mais je pense que celle-ci peut tenir la route. Pas besoin d'investissement de départ si ce n'est un tableau blanc, quelques livres et ma pédagogie. En arrivant, j'ai l'idée de coller des affiches et de distribuer des flyers « La petite française » devant toutes les

écoles, collèges, lycées, universités, ainsi que de les partager dans les groupes Facebook. Mes potentiels élèves n'ont plus qu'à scanner le code-barres sur l'affiche et une fenêtre de discussion s'ouvre directement sur l'application de messagerie la plus utilisée en Asie : Line. C'est un immense succès ! Le fait que je sois diplômée de la Sorbonne m'aide beaucoup car ce nom résonne dans l'imaginaire de mes élèves asiatiques, bercés par l'idéal de Paris, la « Ville lumière ». Parfois, quand ils me parlent de la ville qu'ils imaginent, j'ai envie de leur demander : « Où est cette ville merveilleuse ? Moi aussi j'aimerais bien y aller ! » Car leur conception de la capitale est faussée par les films qu'ils ont vus, notamment *Le Fabuleux Destin d'Amélie Poulain*.

À force de travail et d'obstination, je trouve de nombreux élèves, de tous âges et de tous niveaux. Avant de trouver notre appartement, je fais jusqu'à trois heures de scooter aller-retour pour me rendre chez certains d'entre eux, en partant de chez Dream et Clinton, parfois sous une pluie battante. Je sillonne Taipei sur mon scooter, allant d'appartements en cafés et de restaurants en maisons aux quatre coins de la ville, donnant parfois des cours dans des lieux incongrus. Je prends plaisir à apprendre un nouveau métier, je me sens respectée pour ma pédagogie et mes compétences d'enseignante.

Un an et plus de deux cents élèves plus tard, je me sens plus légitime sous ma casquette de professeure et mes économies sont remontées en flèche. Pourtant, au fond de moi, je sais bien qu'être prof n'est pas ma vocation et l'aventure m'appelle. Pour parvenir à avoir assez d'argent pour partir à l'aventure et voyager, je développe les cours à distance *via* Skype. Ce système va me permettre d'avoir des rentrées d'argent régulières en voyageant. Quelle satisfaction de voir un élève qui ne parlait pas un mot de français lors du premier cours s'exprimer ensuite couramment dans notre langue ! Le profil de mes étudiants est très varié, du débutant total au passionné de l'Académie française ! C'est la première fois de ma vie que j'ai le plaisir d'être payée immédiatement après avoir travaillé : comme je suis rémunérée en liquide à la fin de chaque cours, j'apprécie de voir presque en instantané le résultat de mon travail.

À Taïwan, on m'offre également l'opportunité d'être mannequin pour la première fois de ma vie. L'une de mes élèves, designer de robes de mariées, cherche en effet une égérie occidentale pour sa marque, car c'est ce qui fait vendre à Taïwan. Me voilà donc engagée comme modèle ! Après plus de trois heures de maquillage et de coiffure (il y avait du boulot), j'enfile près de trente robes puis je m'efforce de prendre les poses qu'on me suggère pour le futur magazine. Je peux vous dire que j'ai beaucoup de respect pour les modèles, leur métier n'est vraiment pas facile ! J'accepte de porter toutes les couleurs de robes, sauf le blanc que je veux réserver pour mon propre mariage. Suite à ces photos, je suis contactée par une agence de mannequins qui me propose une séance photos pour une publicité mettant en valeur des produits pour chiens. Comme c'est très bien payé, je ne cherche pas plus loin et j'accepte le *shooting* sans poser plus de questions, imaginant que ce sera sûrement une pub pour des croquettes. Il s'avère que c'est une publicité pour promouvoir des poussettes pour chiens ! Me voilà donc dans les rues de la capitale, à poser avec un chien hideux en poussette ! J'ai un sacré fou rire au départ, puis je m'efforce de me concentrer pour paraître professionnelle... En fait, très peu de pattes de chiens effleurent le sol de Taïwan : leurs maîtres utilisent soit des poussettes, soit des petits chaussons ! J'ai même vu des chiens porter des couches ! Que l'on soit humain ou animal, nous ne sommes vraiment pas tous nés sous la même étoile !

Taïwan est tellement plus que le fameux *made in Taïwan* que nous connaissons tous en Europe... Un monde et une culture de Bisounours, comme protégé du reste du monde. Tellement de choses ne sont propres qu'à cette île : la sieste générale que font tous les employés après le déjeuner, dont ils sont réveillés par une douce mélodie, les incalculables typhons et tremblements de terre, la nourriture incroyable et déroutante par ses contrastes de saveurs et de textures. Ce sont sans aucun doute nos meilleures découvertes gastronomiques de ce voyage ! D'ailleurs, j'ai tellement adoré leurs spécialités (sauf le tofu puant !) que ma courbe de poids a fait un bond catastrophique ! Les Taïwanais sont incroyablement gentils et prévenants, ils feraient tout ce qui est en leur pouvoir pour vous

rendre service, leur accueil va au-delà de ce que j'avais expérimenté auparavant et travailler à leurs côtés m'en apprend encore davantage : leur naïveté est touchante, leur candeur adorable... Et si vous aimez les temples, il y en a plus de cinq mille ici !

À chaque instant de cette aventure, nous avons la chance d'être soutenus sur tous les plans par Dream et Clinton, notre « famille » de cœur taïwanaise. Ils nous laissent vivre chez eux pendant un mois, le temps de nous retourner, jusqu'à ce que nous finissions par trouver notre nouvel appartement. Quel bonheur d'avoir un chez-soi, après un an et demi de vadrouille, surtout après avoir autant vécu chez l'habitant ! Sur l'un des murs, j'accroche une carte du monde similaire à celle que j'avais dans ma chambre d'enfant, pour rêver en imaginant nos prochains voyages.

L'un de mes souvenirs importants est le festival des lanternes qui marque la fin du Nouvel An chinois. Le *Taipei Lantern Festival* est célèbre pour ses innombrables lampions décorés, ses danses du dragon et du lion, ses spectacles acrobatiques et ses processions solennelles. Le voyage pour s'y rendre au départ de Taipei est sportif : l'équivalent du RER parisien bondé nous amène sur le lieu du lâcher de lanternes, les voitures du train sont tellement pleines que j'ai la sensation que les gens sont empilés jusqu'au plafond mais ça n'a l'air de déranger personne. Ma taille est cette fois un avantage, je dépasse tout le monde d'une tête, ce qui me permet de respirer. Nous apportons nous aussi notre lanterne pour envoyer nos rêves de l'année à venir aux dieux. Je suis émue aux larmes en voyant ces milliers de lanternes s'envoler, portant les espoirs de tous ceux qui m'entourent ! C'est magique mais je me pose aussi la question de l'impact écologique de cet événement. Puisque la lanterne, une fois envoyée en l'air, va parcourir environ 1,5 kilomètre avant de retomber au sol, l'état des sols le lendemain sera beaucoup moins magique ! Je me renseigne alors sur la composition de ces lanternes et c'est une bonne surprise : 95 % de papier de riz, un matériau entièrement naturel qui se dégrade avec l'humidité ambiante. Sa biodégradation totale prend en moyenne dix jours. Le reste est fait d'une autre matière naturelle : le bambou, situé à la base de l'objet, qui permet de renforcer sa structure. Me voilà donc rassurée !

Malheureusement, je suis ici confrontée au problème des soins en voyage. Comme beaucoup, j'ai une assurance santé pour voyageurs mais celle-ci ne couvre que les urgences et non pas les maladies préexistantes dont les symptômes remonteraient à la surface. Or, malgré mes vingt-cinq ans, j'ai encore une dent de lait qui n'est jamais tombée car la dent adulte pousse trop en arrière dans le palais. Sauf que voilà, cette prémolaire finit par tomber en ce jour maudit, me laissant... un trou ! Catastrophe absolue, je refuse de sortir de la salle de bains pendant au moins trois heures mais je dois me rendre à l'évidence : il faut que je trouve une solution. Je pars donc faire le tour des dentistes de Taipei, en panique totale. J'ai du mal à trouver un médecin qui m'inspire confiance, ils ont tous une solution différente à me proposer et je suis perdue face à ces multiples offres de soins, totalement opposées. Finalement, on me conseille d'aller dans un hôpital plutôt que dans un cabinet pour le rapport qualité-prix, ce que je fais.

J'obtiens une consultation dans un hôpital universitaire et le jeune chirurgien insiste sur le fait qu'être nomade ne me permet pas le luxe d'un traitement orthodontiste pour tracter la dent adulte : il faut donc l'arracher. Comme j'ai beaucoup regretté de ne jamais avoir porté de bagues dans le passé, cette dent perdue aurait pu être l'occasion de rattraper ce regret et de faire d'une pierre deux coups. Mes dents ont toujours été pour moi un grand complexe, qui s'est transformé en véritable obsession après la perte de ma dent. Le sourire représente, à mon sens, un vrai avantage social car l'image que l'on dégage est différente et, par conséquent, joue sur la confiance en soi. Après un débat interne, je finis par lui faire confiance et j'accepte : le rendez-vous est pris pour l'extraction. Je ne peux pas me permettre de rester plus d'un an et demi supplémentaire à Taïwan, ma seule solution reste d'arracher la dent adulte cachée dans le palais pour mettre par la suite un implant.

J'aurais déjà eu les pétoches en France mais avec la barrière de la langue, j'ai encore plus peur. Après trois piqûres d'anesthésiant, le dentiste commence l'intervention. Je doute de plus en plus de lui mais je n'ai plus vraiment le choix, il a maintenant les mains dans ma bouche et une pince autour de l'une de mes dents ! Pendant toute la durée de l'intervention, j'ai

devant les yeux l'image du tronc d'un arbre énorme que nous avions dû déraciner pendant des heures en Nouvelle-Zélande. Nous nous étions battus contre la force des racines profondément ancrées dans le sol en leur opposant un mouvement de balancier. Ce pseudo-médecin (j'ai perdu toute confiance en lui quand la durée de l'extraction a dépassé les trente minutes) est en train de faire exactement la même chose avec ma dent. L'anesthésie me fait baver et je sens ma tête claquer de droite à gauche contre les rebords de l'appui-tête. Il glisse une première fois et sa main vient heurter mes dents, je suis soulagée car je pense qu'il vient de réussir l'extraction. Mais non, le voilà qui reprend de plus belle. Quand c'est enfin terminé, je suis complètement sonnée et j'ai l'impression d'avoir été lynchée. Je ne peux bien sûr pas parler alors j'écris un mot, un seul et unique sur un papier que je tends à Vincent : « Traumatisant ». Effectivement, je n'ai jamais vécu une expérience aussi traumatisante. Je sors en titubant, une main maintenant le pansement dentaire pour éviter le saignement, l'autre tenant la prescription d'antidouleur.

Je souffre tellement les jours suivants que je prends trop d'antalgiques et l'excès de médicaments me donne les paupières et les lèvres bleues ! Même à cette période, je continue mon rythme effréné de cours, attirée par l'argent facile. Mais enseigner avec des problèmes d'élocution et des joues de hamsters, on a vu mieux ! Je comprends mieux les autoentrepreneurs fatigués. Les vacances sont un luxe qu'ils ne peuvent en général pas se permettre.

En enseignant sept jours sur sept, sept heures par jour pendant presque un an à mon compte, je réussis à mettre beaucoup d'économies de côté pour la suite du voyage mais j'en ressors épuisée. Le juste milieu est difficile à trouver et ça me rendait malade quand j'entendais certains me dire : « Tu n'es pas à plaindre, tu es en vacances à l'étranger. » Malgré mon rythme intense, j'étais forcément en train de me la couler douce dans leur esprit, alors que je vivais simplement une vie d'expatriée !

À Taïwan, nous profitons de notre proximité avec d'autres pays qui nous faisaient rêver depuis longtemps pour les visiter, comme le Laos et les Philippines. Quel contraste ! En une heure d'avion, nous quittons le pays

des enfants rois pour un pays où l'on croise la misère à chaque coin de rue. Je suis choquée par l'écart monstrueux de niveau de vie entre Taïwan et les Philippines, pourtant si proches d'un point de vue géographique. J'ai un immense coup de cœur pour le Laos et sa spiritualité mais j'y ai aussi de grosses frayeurs dans les bus de nuit, de vrais cercueils ambulants où la sécurité est aussi inexistante que la propreté. Je prie durant ces nuits blanches passées à slalomer sur les routes laotiennes pour arriver en vie !

À Luang Prabang (la cité de l'aube), une ville au bord du Mékong classée au patrimoine mondial de l'Unesco, se déroule chaque jour, au lever du soleil, le Tak Bat, la quête matinale des offrandes par les moines qui ont renoncé à tous biens matériels et qui ne vivent que de l'aumône. Ce rituel est impressionnant : plusieurs centaines de moines bouddhistes drapés de leurs robes couleur safran avancent en file indienne, recevant dans leur *bat* (bol servant à collecter l'aumône) les offrandes des fidèles agenouillés face à eux. Pour les bouddhistes, il ne s'agit pas de charité : il s'agit d'élever et de purifier son âme à travers un acte de générosité. Les moines, quant à eux, confrontés à leur vœu de pauvreté, en retirent de l'humilité. Comme les dons sont en général trop importants, les enfants des rues attendent à la fin de la procession, en espérant recevoir le surplus.

Un peu plus au nord, dans un petit village reculé, nous distribuons les cadeaux que nous avons achetés en Nouvelle-Zélande quelques mois plus tôt pour les enfants du Vanuatu (où nous pensions aller). Les réactions des enfants sont magnifiques, notamment celle de ce garçonnet de trois ou quatre ans à qui j'offre une petite voiture : quand je reviens vers lui pour lui serrer la main, il a tellement peur que je lui reprenne son cadeau qu'il se sauve en courant. Si j'avais su, j'aurais apporté plus de choses, comme les échantillons de parfum qu'on peut avoir chez Sephora car on m'a souvent réclamé du parfum en Asie. J'aurais fait plus d'une heureuse si j'en avais eu avec moi. L'appareil photo Polaroid est aussi génial pour laisser un souvenir impérissable et pour permettre à certains locaux de se voir en photo pour la première fois !

Je me sens particulièrement bien en Asie, je m'y sens chez moi. Le sourire des gens, leur bienveillance sincère m'apporte un réel bien-être. On me dit

d'ailleurs souvent que j'ai les yeux bridés (je ressemblerais à une Mongolienne ?) et, depuis son enfance, mon père a toujours eu pour surnom « petit Chinois ». Alors qui sait, peut-être ai-je des origines asiatiques ? Encore aujourd'hui, pas un jour ne passe sans que je pense à l'Asie. Ce continent m'attire, je pourrais même dire qu'il m'aimante. Comme beaucoup de voyageurs, il me chamboule car il remet en question mes valeurs et me fait apprécier les choses simples de la vie. Où que tu ailles en Asie, tu verras des sourires, des intrigués, des intéressés, des surpris, des timides... Il n'y a rien de plus beau. La spiritualité du bouddhisme, de l'hindouisme et du taoïsme est d'ailleurs devenue un refuge pour les Occidentaux en quête d'autres modèles de vie...

Après notre expatriation à Taïwan, je sens que je ne tiens plus en place et que j'ai hâte de m'essayer à un nouveau défi, celui qui me trotte dans la tête depuis très longtemps : un grand voyage à vélo ! Et pas n'importe lequel : en tandem ! Après avoir été cloîtrée pendant un moment dans notre petit appartement taïwanais, j'ai besoin d'étancher ma soif d'aventure et de grand air ! Voyager à vélo est tellement incroyable pour tant de raisons ! Bien sûr, c'est écologique car nous n'avons pas d'impact négatif sur la planète... Ensuite, on se sent vraiment connecté à son environnement, tous nos sens sont éveillés, on se sent en osmose avec la nature et ce qui nous entoure. On va aussi à la bonne vitesse pour apprécier ce qui se trouve sur notre chemin : à pied, c'est trop lent à mon goût et en véhicule motorisé, trop rapide ! Mais où partir pour ce voyage ?

J'adopte la même stratégie que d'habitude, celle qui nous a par exemple permis de découvrir Taïwan par hasard : en utilisant Skyscanner, un comparatif de vols, j'indique uniquement mon lieu d'origine et je choisis « partout » pour la destination. Je suis aussi souple sur la date en indiquant « tout le mois ». De cette manière, je trouve un billet à prix cassé pour San José. Après quelques recherches, je comprends qu'il s'agit d'un petit aéroport à 80 kilomètres au sud de San Francisco. Je saute de joie en comprenant que nous partons en Californie !

Avant de partir, je reçois un nombre incroyable de bouteilles de vin, français bien sûr, de la part de mes élèves, qu'on n'aura d'autre choix que

de boire avant le départ ! Je suis tellement heureuse de reprendre la route : l'envie de repartir pour élargir encore un peu mon horizon est devenue incontrôlable et je suis la plus heureuse le jour où l'on achète nos billets d'avion.

Avec du recul (on est toujours plus malin après), nous n'aurions jamais dû rester à Taïwan aussi longtemps alors que j'étais la seule à pouvoir y travailler. Un fossé d'incompréhension s'est creusé entre Vincent et moi au fil des jours, sans vraiment qu'on s'en aperçoive, jusqu'à ce que le fossé devienne un immense cratère infranchissable... Nous arrivions de Nouvelle-Zélande où nous avions des jobs alimentaires de voyageurs pas vraiment valorisants, mais au moins nous étions ensemble. À Taïwan, je suis devenue une professeure de français respectée, je gagnais très bien ma vie mais Vincent, lui, n'était pas épanoui. Nous aurions dû réagir et partir mais, attirés par l'argent facile pour continuer notre voyage dans de meilleures conditions par la suite, nous avons décidé de rester, ce qui nous a séparés. Nous qui avions l'habitude de parler pendant des heures chaque soir de notre journée, de nos rêves, de nos projets, nous avons perdu cette qualité de communication qui faisait notre force.

Et, de manière insidieuse, pas à pas, le drame arrive... Je ne sais toujours pas comment je n'ai pas su voir les signes d'alerte. Je pense que je m'en voudrai toute ma vie. Je n'ai pas compris la profondeur de sa souffrance et de son mal-être, jusqu'au jour où il est monté sur le toit de notre immeuble pour sauter. Dieu merci, il s'est arrêté à temps et, au lieu de se jeter dans le vide, il a choisi de partir. Il est redescendu, a fait son sac et il est parti... marcher 35 kilomètres jusqu'à l'aéroport.

Ce jour-là, quand je rentre de ma journée de cours, je ne vois d'abord pas ses chaussures à l'extérieur, puis je remarque l'absence de son ordinateur et enfin, je vois que toutes ses affaires ont disparu... Je finis par trouver sa lettre, cette lettre terrible que je connais par cœur, cette lettre aux mots atroces qui est gravée en moi pour toujours. Il m'y fait ses adieux, me disant qu'il doit partir pour se sauver, pour se retrouver. Qu'il a failli se donner la mort aujourd'hui mais qu'un dernier élan de vie l'a sauvé. Je m'évanouis presque, tombe à genoux et hurle de toutes mes forces, ce qui

alerte nos colocataires qui débarquent en courant dans ma chambre. Il faut absolument que je lui parle. Quand je tente de lui écrire sur Messenger, impossible de le trouver, je m'aperçois alors qu'il m'a supprimée et bloquée sur tous ses réseaux sociaux. Je sens une immense vague de panique grandir jusqu'à m'engloutir totalement. Puisqu'il me parle de sa tentative de suicide dans la lettre, le compte à rebours s'enclenche dans ma tête. Je dois le retrouver au plus vite ! Par miracle, l'un de nos colocataires, un étudiant allemand, parle chinois et m'emmène au poste de police faire une déposition pour lancer un avis de recherche. Je sais qu'il n'a quasiment aucun argent sur lui et je me creuse la tête pour répondre aux questions de l'officier de police. « Où pourrait-il avoir trouvé refuge ? » Je n'en ai aucune idée, mon esprit est vide. Je tremble tellement que j'ai du mal à tenir mon portable pour chercher une photo de Vincent à lui montrer. Comment a-t-on pu en arriver là ?

Ce jour reste le pire de ma vie et j'espère ne jamais avoir à revivre une telle horreur : toute la nuit, j'arpente Taipei, morte d'angoisse, je regarde dans chaque supérette ouverte, puis j'ai l'idée d'appeler les casernes de pompiers, notamment celles où il a récemment fait un reportage. Personne ne l'a vu. Je le supplie par e-mail de me répondre, uniquement pour me dire qu'il va bien. Je lui promets que je respecterai son choix, je veux juste savoir s'il est... en vie.

Un frisson glacé me traverse l'échine quand je pense aux familles des personnes disparues. Je ne pourrai jamais vivre dans cette incertitude. Alors, inlassablement, je lui envoie des e-mails, je lui en écris sûrement bien trop, jusqu'au plus grand soulagement de ma vie. Il me répond qu'il va bien mais qu'il est à l'aéroport, en partance pour la France. Je pleure toutes les larmes de mon corps. À tel point que le caissier de la supérette où j'ai trouvé refuge s'inquiète sérieusement pour moi.

Nous avons tous connu des moments que l'on voudrait changer. Ces moments qui ont déterminé notre futur, ces croisements de vie... Et celui-ci est sans aucun doute l'un des plus grands tournants de ma vie, qui en précède un autre, bien plus intense, trois mois plus tard. Je fais l'immense erreur de le convaincre de revenir, et de nous laisser une dernière chance.

Je ne réalise pas l'ampleur de sa détresse et de sa souffrance. Je ne comprends pas que son état n'a rien à voir avec moi ou notre couple : il va mal et tant qu'il ne s'aimera pas lui-même, il ne pourra pas aimer une autre personne. Après ce qui me semble être des heures de discussion, il accepte que je vienne le chercher à l'aéroport. Comme dans une scène de film, je saute dans le premier taxi que je trouve et je demande au conducteur ahuri de me conduire aussi vite que possible à l'aéroport. Je fonds en larmes en le voyant, je m'écroule littéralement de soulagement. Je l'aime tellement. Avec du recul, je sais et je reconnais que j'ai eu tort. Tort d'insister, tort de tout faire pour le convaincre de rester, tort de ne pas l'avoir laissé partir se ressourcer, se reposer, se retrouver en tête à tête avec lui-même...

Au lieu de ça, nous partons ensemble, comme prévu, cinq jours plus tard en Californie, prenant le risque de tirer encore un peu plus sur une corde déjà prête à rompre. Quitte ou double. Ça passe ou ça casse. La dernière chance. Je me dis que nous nous sommes perdus à cause de ce rythme de vie à Taïwan et de la solitude qu'il y a ressentie, que passer trois mois tous les deux sur un tandem à sillonner la Californie ne pourra que nous rapprocher. Mais si, justement, ce n'était pas me retrouver moi dont il avait besoin, mais se retrouver lui-même ? Mais j'ai trop la tête dans le guidon pour pouvoir appréhender tous les tenants et les aboutissants de la situation, je ne pense qu'à sauver notre couple sans comprendre que le problème est bien plus profondément installé. Son nom est tabou : la dépression.

Je ne cherche pas à décourager ceux qu'ils veulent partir en tour du monde avec leur moitié. Au contraire, je pense qu'il n'y a rien de plus merveilleux. Je souhaite simplement mettre en garde quant aux risques de partir ensemble et de vivre l'un sur l'autre vingt-quatre heures sur vingt-quatre, sept jours sur sept, pendant plusieurs mois voire plusieurs années. En être conscient avant de partir afin de s'y préparer pour que l'aventure se passe au mieux est primordial. Il faut mettre toutes les chances de son côté en faisant des compromis pour l'autre, mais jamais de sacrifices, au risque de s'oublier dans la relation et de s'y perdre.

Alors que nous étions tous les deux sapeurs-pompiers de Paris, il était passionné par le métier et l'institution, il adorait tout ce qui en relevait alors

que je m'y sentais à l'étroit, pas à ma place, déçue et brisée par le machisme, les comportements et les attitudes inadaptés. Par amour, Vincent s'est sacrifié et m'a proposé de partir à l'aventure avec moi et de réaliser ainsi le rêve qui nous avait unis quelques années plus tôt, notre rêve de tour du monde. Mais il s'est perdu en chemin... Tout a toujours été passionnel et excessif entre nous, c'est ce qui définissait notre relation. Nous avions rêvé dès notre premier rendez-vous de partir au bout du monde au long cours.

Nos choix nous définissent et je n'ai jamais regretté celui-ci car partager cette route avec lui a fait de moi celle que je suis aujourd'hui, mais j'ai souvent retourné ce voyage dans ma tête en me demandant ce que je changerais pour essayer de nous sauver si j'en avais le pouvoir. Cette réflexion m'a amenée à la conclusion que vouloir tout partager est une erreur. Je pense que, comme dans une vie plus classique, nous avons tous besoin de respirer et d'avoir notre espace quand nous voyageons. Pourquoi l'inciter à faire du yoga avec moi s'il n'en a pas envie ? Certes, il le fera pour me faire plaisir, mais il n'y trouvera pas son compte. Aujourd'hui, je pense qu'il est sain et même vital pour le couple, dans un voyage au long cours, de se séparer plusieurs jours, voire plusieurs semaines, afin que chacun se retrouve face à lui-même et puisse souffler, faire un bilan, rencontrer d'autres personnes... Et surtout faire des activités pour soi, sans chercher à convaincre l'autre de l'accompagner.

Le danger est de se perdre dans l'autre, de se confondre, de ne plus faire qu'un. Je me souviens qu'aux Philippines, un autre client de l'auberge de jeunesse où nous dormions nous avait fait cette réflexion : « C'est marrant, vous dites toujours : on aime ça, on veut ça, on fait ça... » Effectivement, ça faisait très longtemps que nous n'avions plus utilisé la première personne du singulier... Nous étions chacun devenu une extension de l'autre. Je pense qu'il ne faut jamais oublier que nous sommes toujours deux individus bien distincts, avec des idées et des conceptions différentes, qui ont simplement décidé de partager le même chemin de vie. Il faut faire d'autant plus attention quand il s'agit de passer 100 % de son temps avec l'autre. Le voyage est un accélérateur d'expériences et de sentiments... Car, loin de sa

zone de confort, on voit le vrai visage de son partenaire en voyage, et c'est à mon avis le meilleur des tests avant de s'engager.

Vincent a en quelque sorte vécu mon rêve, celui que nous avons partagé au départ, mais qui était devenu uniquement le mien avec le temps. Or, on ne peut pas vivre le rêve de quelqu'un par procuration. Avec du recul, j'ai compris que Vincent a accepté de partir en Californie pour me faire plaisir, pour me rendre heureuse, mais j'aurais dû être la plus forte et accepter son envol vers la France pour qu'il se ressource...

Mais à cet instant, ce voyage en Californie, je le sais au fond de mon cœur et de mes tripes, est notre dernière chance. J'espère lui redonner goût à la vie avec cette aventure. La question qui se pose maintenant est : la Californie nous sauvera-t-elle ?

OceanofPDF.com

Un tandem en Californie

Que vos choix reflètent vos espoirs et non vos peurs.

NELSON MANDELA

Ce 14 avril est une date symbolique, date à laquelle nous quittons Taïwan et ses moments sombres pour le soleil de Californie. J'ai l'espoir (peut être insensé) que le changement d'environnement va favoriser un changement d'état d'esprit et un mieux-être. J'y crois dur comme fer. Nous faisons d'abord escale pendant quarante-huit heures à Shanghai, cette ville cosmopolite au brassage culturel impressionnant : un air d'Europe dans cette mégalopole asiatique ! En arrivant à l'auberge de jeunesse, nous découvrons qu'il y a eu un problème dans notre réservation et qu'au lieu d'avoir une chambre privée, nous avons deux lits réservés dans deux dortoirs différents, l'un réservé aux hommes, l'autre aux femmes. Quand Vincent me dit : « Au moins, ça va t'habituer à être seule », je comprends que plus rien ne sera plus jamais pareil entre nous.

Avant d'atterrir en Californie, nous vivons deux fois le 16 avril en voyageant à travers différents fuseaux horaires. C'est drôle, cette sensation que le temps s'étale et se dédouble, comme une sensation de déjà-vu. La notion du temps est bien relative ! Si seulement ça pouvait arriver plus souvent, imagine que tu puisses revenir dans le passé pour rattraper tes erreurs ou changer le cours des choses. Mais gare à l'effet papillon et aux vagues de conséquences de ces actions ! Dans l'avion, je fais de mon mieux pour contrôler la vague d'angoisse qui menace de m'engloutir quand je repense au drame que nous venons d'éviter à Taïwan, j'ai la sensation de marcher sur des œufs et que la moindre épreuve pourrait détruire Vincent. Je le sens extrêmement fragile, je vais devoir veiller sur lui, je suis persuadée que ce voyage va tout arranger et nous permettre de nous

retrouver ! Pour retrouver le goût de la liberté et de la vie... Quand je suis angoissée, mon mécanisme de défense est de concentrer mon attention sur un point particulier. Quand nous sommes rentrés en France pour l'enterrement de ma mamie, ma fixette s'était par exemple portée sur les chaussures que Vincent allait bien pouvoir porter pour la cérémonie, ce qui avait occupé mon esprit tout le vol. Cette fois, c'est ma coupe de cheveux ratée de la veille : aucun coiffeur Taïwanais n'a jamais su quoi faire avec mes cheveux fins d'Occidentale ! Pour relativiser, je me dis que j'aurai le casque pour cacher le désastre !

Ces derniers mois ont été riches en rebondissements, notamment concernant l'organisation du voyage à vélo. C'est bien beau d'avoir eu l'idée, encore fallait-il trouver un tandem qui soit capable de tenir la distance ! Et sur ce coup-là, nous avons eu une chance inouïe... J'avais lu un article quelques semaines auparavant qui parlait d'un site d'entraide entre voyageurs à vélo, appelé Warmshowers (littéralement « douches chaudes »). Sur le même principe que Couchsurfing (« surfer sur le canapé ») mais réservé aux cyclistes. Une fois notre profil créé, nous avons écrit les premiers messages aux hôtes de San Francisco.

Tellement habituée à recevoir peu de réponses des hôtes Couchsurfing, j'envoie vingt demandes sans trop y croire. Le lendemain matin, en allumant l'ordinateur, je découvre vingt réponses, toutes positives et plus chaleureuses les unes que les autres ! Je reste bouche bée ! Sont-ils si chaleureux parce qu'ils font partie de cette communauté de cyclistes ? Parce qu'ils sont Américains ? Californiens ? Je pense que c'est un mélange de tout ça qui donne des gens ultra cool ! J'en profite donc pour leur demander des conseils sur le meilleur lieu d'achat d'un tandem pour notre futur périple. Et voilà que Jim me répond qu'il possède un tandem Santana, l'une des meilleures marques qui soit, stocké dans son garage mais dont il ne se sert pas car l'expérience n'a pas été concluante avec sa femme. Lui est un vrai passionné de cyclisme, avec plusieurs longs voyages à son actif, y compris dans des situations extrêmes comme dans le désert, mais ce n'est pas vraiment le truc de son épouse. Je suis sidérée par la confiance qu'il nous accorde sans même nous connaître en nous proposant de nous prêter

son tandem pour notre voyage, confiance d'autant plus impressionnante quand on sait qu'il vaut plus de 10 000 dollars et qu'il ne nous connaît ni d'Ève ni d'Adam ! Avec notre naïveté de débutants, nous avons au départ prévu d'acheter un tandem bas de gamme à 300 dollars. Je ne pense pas que nous serions allés bien loin ! Pour équiper ce super tandem, nous faisons l'acquisition d'une remorque. Pas franchement prévue pour le voyage au long cours, elle est plutôt destinée au transport des courses mais nous sommes séduits par son design et... son prix. Nous tentons le coup en croisant les doigts et elle sera au final fidèle sans aucun problème pendant nos trois mois d'aventure.

Moins de quinze jours après avoir pris la décision de pédaler aux États-Unis et moins d'une semaine après le drame évité, nous atterrissons en Californie, une destination de rêve qui fascine et excite l'imagination. En apercevant les côtes américaines par le hublot, ce qui me marque en premier, c'est l'espace et la nature. Je vais enfin pouvoir respirer après ces mois passés en ville. La nature de la Californie va nous faire un bien fou après le béton de Taïwan. Je suis surexcitée, je sens qu'une aventure hors du commun nous attend ! La Californie est un monde à part, une région dotée d'un caractère propre où l'innovation et l'audace font partie du quotidien, une terre d'explorateurs et de pionniers depuis la conquête de l'Ouest. Elle est l'un des États américains les plus progressistes et l'un des plus médiatisés, qui attire des visiteurs du monde entier. Si l'État de Californie était un pays, il serait la sixième puissance économique mondiale, à la place de la France dans le classement !

Jim, notre premier ami américain, vient nous chercher à l'aéroport. Avant de le retrouver, nous subissons l'interrogatoire poussé des agents de l'immigration. Je n'avais jamais été aussi impressionnée en arrivant dans un pays. Les immenses drapeaux aux quatre coins de l'aéroport et les policiers avec leurs molosses au pied intensifient mon sentiment. Le douanier, un immense gaillard avec la boule à zéro qui ne doit pas lésiner sur les protéines à la salle de sport, est agréable comme une porte de prison. Il semble surpris par le nombre de tampons sur nos passeports et nous observe d'un regard suspect. Il appelle finalement l'un de ses collègues et ils me

séparent de Vincent, nous interrogeant séparément pour s'assurer de la véracité de nos propos.

Leurs soupçons dissipés, nous sommes autorisés à entrer sur le territoire pour trois mois. Danse de la victoire et rencontre avec Jim et sa femme Teresa qui nous emmènent fêter ça en goûtant à la gastronomie américaine : un bon burger ! Pour nous qui n'avons mangé que des *dumplings* et des nouilles depuis presque un an, c'est un sacré changement ! Il va falloir faire attention à la ligne ! Le jour même, exténués à cause du long voyage et du décalage horaire mais excités par la perspective du départ, nous préparons le matériel en luttant pour garder les yeux ouverts.

Après le casse-tête du montage de la remorque et le transfert du contenu de nos sacs à dos dans celle-ci, l'installation du compteur kilométrique et la visite d'un magasin de vélos pour s'équiper d'outils, de chambres à air et d'une nouvelle chaîne, tout est prêt pour partir sereins ! Avant de se coucher, Jim nous propose, pour parfaire notre expérience californienne, de fumer du cannabis. C'est ma première fois ! Autorisé depuis longtemps sous forme thérapeutique, le cannabis récréatif n'est devenu légal qu'en janvier 2018 en Californie. Jim s'en sert pour soulager ses douleurs dorsales. Nous dormons très peu cette nuit-là, anxieux devant l'ampleur du challenge que l'on s'est lancé. Je ressentirai ce même sentiment de vertige bien plus intensément encore quand je m'élancerai, un an plus tard, seule cette fois.

En ouvrant les yeux après une nuit mouvementée, je me rappelle presque immédiatement qu'aujourd'hui est notre première journée de vélo. Sans le moindre entraînement, nous nous élançons pour plus de 4 000 kilomètres ! Les premiers kilomètres sont hésitants. Quoi de mieux qu'un tandem pour se sentir en cohésion, en équipe, soutenu par l'autre ? Je suis surexcitée et enthousiaste, une aventure extraordinaire nous attend et j'ai la certitude que Vincent ira mieux grâce à elle. Mais nos avis divergent déjà. Pourtant, impossible d'adopter des rythmes différents en partageant un tandem... Il va falloir être unis, soudés. Le premier jour est une journée de test pour appréhender le tandem et se familiariser avec la bête. C'est le cas de le dire car il est customisé avec des motifs de vache (taches noires sur fond blanc).

Il a même les pis roses en dessous, ce qui fait bien rire tout le monde. Un homme lance à Vincent : « Attention, tu ne le vois pas mais elle ne fait rien derrière... » Cette blague, nous l'entendrons ensuite plusieurs fois par jour pendant trois mois...

Nous arrivons, tout timides, pour la première fois à vélo, chez des inconnus, les premiers d'une longue liste : Vikki et Mark. Ils ne nous connaissent pas mais nous reçoivent comme des amis de longue date. Ils nous donnent des précieux conseils pour l'itinéraire et la logistique en général. Mes émotions sont assez confuses, je ressens à la fois un immense sentiment d'accomplissement car je me sens aventurière pour la première fois et non plus simple vacancière ou touriste. J'ai envie de me dépasser et de repousser mes limites. D'un autre côté, j'ai peur et je suis triste car je sens qu'il est trop tard, Vincent n'est déjà plus vraiment là, son corps est certes présent mais son esprit est déjà parti... Il me dit que ça ne lui plaît pas, qu'il est fatigué, que tout va trop vite pour lui. Je le supplie d'essayer, on n'a encore rien vu. Il accepte à contrecœur...

Après une nuit passée sur le canapé de Vikki et Mark, il est temps de se lancer dans la première vraie étape : 80 kilomètres. Nous avons peur mais le fait d'être deux est rassurant. Nous ne le savons pas encore mais ce premier jour sera le plus difficile de ces trois mois ! Nous testons sans tarder nos K-Way quand le crachin se transforme en trombes d'eau : une vraie drache comme on dit dans le Nord... Des montées énormes nous font déjà douter : nous serions-nous surestimés ? Il faut dire que nous nous lançons dans un périple de 4 000 kilomètres sans même avoir fait d'exercice physique, depuis presque un an pour moi ! Nous avons surtout beaucoup trop chargé la remorque. La grande capacité de celle-ci nous a incités à prendre beaucoup d'affaires et nous sommes retombés dans les travers du voyageur débutant.

Face au dénivelé positif, nous devons descendre plusieurs fois : Vincent pousse le vélo et moi, la remorque car elle nous entraîne littéralement en arrière, un vrai poids mort. La pluie a cessé de tomber en fin de matinée mais reprend de plus belle quand nous arrivons en bas de la colline au sommet de laquelle se trouve la hutte où nous allons passer la nuit. Mal

organisés, nous n'avons pas pensé que le mauvais temps serait de la partie aujourd'hui et nous n'avons donc pas protégé l'ordinateur et la caméra. On les cache comme on peut sous nos tee-shirts pour monter aussi vite que possible à la yourte, à l'aveugle, en suivant les indications de John, son propriétaire. Il n'est pas là aujourd'hui mais nous a permis l'accès à son logement pour la nuit en cachant la clef à l'entrée. Ouf ! Nous y sommes et l'électronique est à l'abri.

La pluie redouble d'intensité et c'est un vrai déluge qui s'abat sur la région. Nous comprenons que notre remorque de pacotille ne tiendra jamais le coup toute la nuit sous cette tempête. Pas le choix : il faut redescendre la chercher. Vingt minutes pour descendre contre plus d'une heure pour remonter. Nous poussons la remorque de toutes nos forces mais le terrain est devenu un vrai champ de boue où l'on glisse, pleure et tombe : nous jetons nos dernières forces dans cet effort et, arrivée à l'entrée de la yourte, je vois que la porte est coincée et ne peut pas s'ouvrir de plus de cinquante centimètres. Pas le choix : il faut vider la remorque et démonter les roues pour la faire entrer à l'intérieur en la mettant à la verticale, le tout sous une pluie glaciale !

Je pleure de rage et de fatigue, les affaires propres que j'avais méticuleusement pliées et rangées la veille sont maintenant immondes et trempées. L'horreur ! Je jette tout à l'intérieur pendant que Vincent s'attelle au démontage. Après un long effort, les roues cèdent enfin et la remorque tombe à l'intérieur. Nous nous retrouvons, hébétés, assis par terre, tremblants de froid. Pour couronner le tout, nous avons perdu le message du propriétaire expliquant comment allumer l'électricité, ce qui rend la cuisson des pâtes impossible. Il va falloir se contenter de fruits secs. Avec nos affaires mouillées et le thermomètre au plus bas, il est urgent de trouver du bois pour faire un feu. Heureusement, une petite réserve nous sauve pour ce soir. Nous déplaçons le lit en face de la cheminée et nous nous y écroulons de fatigue. Quelle première journée ! Une vraie tempête se déchaîne cette nuit-là.

Le lendemain matin, il pleut toujours des trombes d'eau et nous hésitons sur la stratégie à adopter : rester ou prendre le risque de repartir pour

pouvoir manger chaud ce soir et se doucher. Nous décidons de prendre le risque d'essayer d'atteindre la prochaine étape d'ici ce soir. Par miracle, il arrête enfin de pleuvoir pendant la longue descente de la colline, en bas de laquelle nous retrouvons le tandem avec soulagement. Il n'est pas abîmé malgré les vents violents. 60 kilomètres nous attendent pour rejoindre Santa Cruz et Alex, notre prochain hôte. Le brouillard nous accompagne toute la journée, rendant l'atmosphère mystérieuse et un peu glauque, il faut l'avouer, et surtout bloquant la visibilité à un mètre ! Heureusement qu'il y a beaucoup moins de dénivelé que la veille car les épreuves d'hier ont laissé des traces dans nos organismes ! Les routes sont inondées par plus de trente centimètres d'eau par endroits à cause des pluies de la nuit dernière. Nous rejoignons la côte austère, avec ses falaises abruptes. Sur les dix derniers kilomètres, nous n'avons plus rien à manger mais Vincent est affamé : il utilise alors la seule chose qui nous reste dans la remorque pour finir l'étape : du ketchup, pour refaire le plein de sucre, qu'il boit à grandes gorgées ! Beurk ! À la guerre comme à la guerre, on fait avec les moyens du bord ! En arrivant enfin à destination, je me jette dans le premier supermarché pour dévaliser le rayon des M&M's. Je dois y aller seule car nous venons de découvrir ce à quoi nous n'avions pas pensé avant : impossible de sécuriser la remorque pour pouvoir la laisser sans surveillance. Un attelage si long et encombrant est un handicap dans certains endroits mais au moins, notre cortège ne passe pas inaperçu !

L'accueil chaleureux et la douche chaude qu'Alex nous offre nous réchauffent le corps et le cœur : il nous raconte ses périples à vélo dans le désert pendant que nous préparons des pâtes. Nous l'observons, muets d'admiration. Nous n'avons encore que très peu confiance en nous et en notre capacité à pédaler, les premiers jours ne nous ont pas vraiment rassurés et l'entendre balancer tous ces chiffres qui nous paraissent extravagants nous remet en question. Il éclate de rire en voyant nos visages pâles et nous dit : « Mais pourquoi avez-vous choisi le vélo ? »

Entendre parler de performances chaque soir m'entraîne dans l'escalade du chiffre, je veux en faire de plus en plus, au risque de nous fatiguer... Le soir, il nous amène faire un tour en ville en voiture et je m'aperçois qu'il a

une batte de base-ball près de son siège. Quand je lui demande pourquoi, il nous raconte des histoires d'agression à main armée, jusqu'à ce qu'il croise mon regard dans le rétroviseur et y voie la peur. Il change alors vite de sujet : bienvenue aux États-Unis ! Nous restons une journée de plus en sa compagnie et cette pause nous donne le temps de réfléchir. Elle fait émerger nos différences : j'ai adoré chaque aspect du trip à vélo jusqu'à présent, y compris (et surtout) les galères, alors que Vincent n'y trouve pas d'intérêt et me réitère son envie d'arrêter, ce qui, à la fois, me rend triste et me donne envie de lui faire prendre davantage de plaisir... On verra bien ! Un pas après l'autre et une journée à la fois. Il ne peut pas m'abandonner là alors que nous venons à peine de commencer... Je m'endors inquiète mais toujours pleine d'espoir.

Je suis très émue de quitter Alex le lendemain, car sa simplicité et sa gentillesse m'ont touchée. Il va me manquer ! C'est le jour du Seigneur aujourd'hui (je ne suis pas croyante mais j'ai toujours entendu ma petite mamie dire ça) et nous partageons la route avec les cyclistes du dimanche qui nous encouragent. C'est génial. L'un d'entre eux nous entraîne à l'église du coin où il y a une distribution de *donuts* gratuits pour les paroissiens. Ça vaut bien une petite prière ! Cette journée regonfle nos batteries et nous arrivons sous un soleil radieux à Monterey où nous reçoit Michael qui s'apprête lui aussi à partir en tour du monde. Avec lui, nous nous attaquons sans pitié à une partie de jeux de société. Ce qui est formidable en voyage, c'est que tu te lèves chaque matin avec la promesse de nouvelles aventures et de rencontres formidables. Je suis aussi confrontée pour la première fois à ce qui va toujours arriver ensuite : la difficulté de faire bonne impression en étant exténués, difficulté doublée par celle de devoir sourire malgré les disputes au sein du couple. Les gens qui te reçoivent ont envie de passer un bon moment avec toi et pas de te donner des conseils conjugaux. En quittant Michael, nous découvrons Carmel by the Sea, la ville dont était maire Clint Eastwood : l'adorable faune (loutres, otaries) et l'incroyable flore sont l'idéal pour se relaxer.

Pour la première fois, nous avançons sans destination précise pour ce soir. Notre seule certitude est qu'une famille nous attend à 220 kilomètres d'ici

dans trois jours. Nous allons donc avancer dans l'inconnu pendant trois jours et deux nuits, ce qui est assez angoissant pour une première. Après 110 kilomètres, nous prenons la décision de nous arrêter à King City, une ville pas franchement attirante. Notre premier réflexe est de chercher les deux lieux qui sont toujours gage de sécurité, quel que soit l'endroit : la caserne de pompiers et l'église. Cette ville est tellement petite que les pompiers sont des volontaires et ne sont donc pas à la caserne mais d'astreinte chez eux. Il nous reste l'église. En approchant, je vois une bénévoles en train de désherber le jardin. Je me présente et lui demande l'autorisation d'y camper : « Oh, je ne peux pas décider mais je vais demander au père Jean. » Quelques minutes plus tard, je la vois revenir accompagnée d'un prêtre à la carrure imposante et au sourire chaleureux. « Vous pouvez camper à l'intérieur si vous voulez, dans la salle de catéchisme, vous serez plus tranquilles pour votre vélo et surtout, il fera moins froid que dehors. Le mercure peut encore descendre assez bas la nuit en avril. » Extrêmement reconnaissants, nous nous installons à l'intérieur. Nous disposons même de la salle de bains et de la cuisine du presbytère. Un vrai luxe et, surtout, il nous en restera une sacrée anecdote à raconter : c'est quand même assez rare de camper dans une église !

Après une courte nuit (sans matelas ni sac de couchage, dur, dur de trouver le sommeil), nous reprenons la route avec le projet ambitieux de pédaler 125 kilomètres pour rejoindre au plus vite les zones habitées. Nous traversons beaucoup de champs aujourd'hui et y rencontrons des travailleurs mexicains payés au lance-pierre. Des milliers d'entre eux vivent en effet dans les villes frontalières et traversent chaque jour la frontière pour aller travailler dans les champs américains. Ce sont des *pisqueros*, ils récoltent des fruits et légumes, un travail répétitif, fastidieux et pénible, souvent mené sous des températures caniculaires, pour un salaire de misère mais tout de même payé en moyenne quatre fois plus qu'au Mexique. Nous prenons notre pause déjeuner avec eux et je discute avec José de ses conditions de travail : « Si Trump veut fermer la frontière, qu'il vienne et fasse les récoltes ! Je ne sais pas si le président sait qui nous sommes et le travail que représentent les salades qui arrivent dans son assiette ! Il est

raciste mais il n'est pas idiot, il a besoin de nous pour préserver l'agriculture et pour réaliser sa promesse de faire croître l'économie », me dit-il avant de retourner récolter des laitues.

Nous avons choisi cet itinéraire pour emprunter la Highway 1, la célèbre route panoramique qui longe la côte, mais à cause des pluies diluviennes (des quantités d'eau record pour la saison), les routes ont subi de graves glissements de terrain et d'immenses tronçons ont été fermés. Nous sommes donc contraints de pédaler sur la route 101, à l'intérieur des terres. Sa monotonie et son manque d'intérêt vont vite nous saper le moral mais nous permettent au moins de voir cette face cachée de la Californie, loin du tourisme.

Ce jour-là, nous avons l'audace (ou la bêtise, ça dépend du point de vue) de pédaler dans un parc de puits de pétrole et d'engins de forage pétrolier. Le lieu est assez surréaliste. Il se trouve que c'est un parc privé et la sécurité arrive vite pour nous escorter à l'extérieur. Nous faisons les idiots pour éviter les ennuis et ça marche plutôt bien. Le parc est tellement immense qu'ils nous suivent pendant un moment, ce qui nous met la pression pour aller plus vite mais nous sommes au maximum de nos capacités. À la sortie du parc de forage, nous devons pédaler sur l'autoroute pendant un moment. Je sens que mes nerfs commencent à lâcher, entre la fatigue accumulée de ces derniers jours, la peur des voitures qui nous frôlent et la douleur que me fait subir la selle, je ne peux retenir mes larmes, je suis à bout ! Nous n'en sommes qu'au huitième jour du voyage et je me rends compte de l'importance du choix de la selle. J'ai gardé celle d'origine, qui est une selle d'homme. Je me tortille dans tous les sens, essayant de me soulager en changeant les points de pression et d'appui. Le poids du cycliste se partage entre les pédales, le guidon et la selle, et c'est le fessier qui en reçoit la plus grande part. Ce sont deux os, les ischions qui viennent se poser sur la selle. Le bassin féminin étant conçu pour laisser passer la tête d'un bébé, les ischions sont logiquement plus distants chez la femme que chez l'homme. Rouler sur une selle adaptée n'est donc pas une question de confort mais bien de santé. Il n'y a pas que les ischions qui

reposent sur la selle, mais aussi le périnée, les selles féminines sont donc fendues pour ne pas l'écraser.

Le projet des 125 kilomètres était définitivement trop ambitieux et nous nous arrêtons finalement à Bradley, une ville paumée, après 60 kilomètres dans une campagne ennuyeuse. Quand nous arrivons dans cette bourgade, nous préparons notre plus beau sourire pour aller demander aux pompiers de la caserne du coin s'il est possible de planter notre tente dans leur jardin. Ils acceptent pour notre plus grand bonheur. Quel soulagement ! Dans cette campagne reculée comme dans la plupart des campagnes américaines, les gens voyagent peu et je vois bien que nous leur paraissions suspects au premier abord, mais heureusement, ils se réchauffent vite quand ils nous cernent davantage. Ils nous expliquent qu'être pompier en Californie est difficile avec les énormes incendies qui ravagent la région tous les ans. Ils nous parlent des *smokejumpers*, ces pompiers d'élite qui sautent en parachute près d'incendies nés dans des zones inaccessibles par camion pour les éteindre quand ils sont encore facilement contrôlables. Imaginez leur courage !

Après une nuit glaciale (toujours pas de sac de couchage ni de matelas mais nous sommes à l'extérieur cette fois), il est temps de repartir pour malheureusement subir, quelques kilomètres plus loin, notre première attaque de chiens. D'énormes staffs nous courent après et nous font craindre de perdre un mollet au passage... L'avantage d'être en tandem est de pouvoir lever les jambes lors d'une attaque de canidés pour laisser les mollets de l'autre en évidence ! Nous continuons : Atascadero, San Luis Obispo, Morro Bay... toujours sous la pluie. Quand nous arrivons enfin chez Corey, nous avons de la boue jusque dans les cheveux. Nous lavons d'abord le vélo et la remorque à grandes eaux dans le magasin de vélos du coin pour tout dégraisser. Nous en profitons pour faire un check-up et changer la roue avant. L'accueil de Corey est formidable, nous sommes ses premiers invités Warmshowers et il fait de son mieux pour rendre l'expérience inoubliable. La rencontre est sincère et l'échange vient du cœur. Nous passons deux jours avec lui et cette pause revigorante regonfle

nos batteries ! On mange chaud, on dort au chaud, tout est merveilleux. Que demander de plus ?

Je continue à enseigner le français, notamment à mes élèves de Taïwan, *via* Skype, avec la problématique du décalage horaire, ayant des élèves aux quatre coins du monde. Je me lève souvent à 5 heures du matin ou me couche à plus de minuit (difficile de tenir après une journée de vélo), mais pour la première fois du voyage, j'équilibre mes rentrées et mes sorties d'argent. Avant, je n'avais connu que le schéma classique d'économiser pour ensuite dépenser en voyage. Avoir une ressource financière tout en voyageant est un changement profond, je fais désormais partie des *digital nomads*. Même si entrer dans une case n'est pas important, c'est un vrai accomplissement...

Le lendemain, nous avalons sans difficulté les 140 kilomètres qui nous séparent de la ville huppée de Santa Barbara. Nous découvrons chaque jour un peu plus les avantages et les inconvénients du tandem : quand on veut pousser et aller vite, on prend rapidement de la vitesse et l'effort est moins important. On va extrêmement vite en descente, entraînés par le poids de la remorque ! D'ailleurs, on change rapidement les freins pour ne pas finir dans un ravin. Par contre, monter une côte est un vrai challenge : notre chargement est un boulet à traîner. On réalise seulement maintenant les conséquences du poids excessif ! Nous découvrons le phénomène aérodynamique d'aspiration quand d'autres cyclistes se mettent derrière nous pour pédaler, profitant de la moindre résistance de l'air à cet endroit. C'est logique et c'est d'ailleurs une technique utilisée par tous les cyclistes, notamment professionnels, mais je n'y avais jamais fait attention jusqu'à ce que plusieurs vélos se mettent en file indienne derrière nous.

Je fais ma première chute à Santa Barbara sans même pouvoir avoir le plaisir de raconter une chute impressionnante ou provoquée par une noble raison. Je tombe simplement, de la manière la plus ridicule qui soit, dans les escaliers : je manque plusieurs marches et dégringole toute la volée, ce qui me vaut une collection d'hématomes aux couleurs variées.

Aujourd'hui, nous passons la barre symbolique des quatre chiffres au compteur : nos 1 000 premiers kilomètres après dix-huit jours de vélo !

J'aimerais pouvoir me remémorer de beaux souvenirs de ce moment mais malheureusement, nos différends sont aggravés par la fatigue et nous nous disons, pour la première fois, sous le coup de la colère, que tout est fini entre nous... Je suis en train de vivre un véritable ascenseur émotionnel, entre le sentiment d'être si heureuse de vivre cette incroyable aventure à vélo, le fait de me sentir démunie et impuissante face à la dépression de Vincent et parfois, je dois l'avouer, la colère que je ressens contre lui quand il me parle mal ou la tristesse dans les moments qui pourraient être merveilleux mais qui ne le sont pas. Le pire sentiment qui puisse exister, ce vicieux sentiment de gêne, est en train de prendre une part de plus en plus grande dans mes émotions. Je fais de mon mieux pour le contrôler mais il est comme une maladie contagieuse qui contamine chaque partie de mon cerveau.

Nous arrivons, sans nous parler, en nous jetant un regard glacial, chez notre hôtesse Michelle. Elle vient de terminer la traversée Vancouver-San Diego à vélo et elle est heureuse de pouvoir à son tour recevoir des voyageurs et rendre la générosité qu'elle a reçue pendant son voyage. La soirée avec ses amis est chaleureuse et me permet de supporter nos disputes. Pour les remercier de leur accueil, je propose de me coller à l'atelier crêpes, ce qui fait plaisir à tous.

Sous prétexte de poils de chat un peu trop irritants, nous faisons chambre à part pour la première fois. Le lendemain matin, Vincent me dit qu'il a dormi sous la véranda. Son état de tristesse profonde mais surtout ses idées et ses mots noirs m'inquiètent de plus en plus, je me sens désemparée. J'appelle mes parents pour qu'ils me donnent des conseils, j'ai besoin d'aide moi aussi. J'ai alors l'idée d'appeler l'assistance psychologique incluse dans notre assurance de voyage : des psychologues répondent aux appels des voyageurs en détresse aux quatre coins du monde. Mais Vincent refuse de leur parler. Je fais de mon mieux pour conserver ma patience et ma bienveillance mais les mots qu'il a contre moi sont tellement durs que j'ai parfois du mal à garder ce cap car il m'accuse d'être la cause de tous ses maux. Nous nous fixons pour but commun d'emmener le tandem à Los Angeles et de s'y séparer, moi continuant à vélo, lui repartant en

France. L'ambiance électrique sur la route de Santa Monica contraste avec les paysages paisibles. Nous observons des dauphins, c'est merveilleux. Émue, je le prends dans mes bras pour partager ce moment et, je l'espère, recoller les morceaux, mais c'est trop tard. Il n'est pas réceptif, je sens qu'il est ailleurs. Malgré mes mots qui dépassent, comme les siens, souvent ma pensée, je l'aime encore et j'espère de tout mon cœur qu'on va s'en sortir. Quand on arrive à Malibu, j'ai l'impression de plonger dans une scène du petit écran : mes souvenirs de dimanches après-midi devant *Alerte à Malibu* refont surface. Cabines de *lifeguards*, maillots de bain rouge, bouées orange et 4 × 4 jaunes sur la plage, tout y est !

Le soir, l'arrivée sur la jetée de Santa Monica est incroyable avec le parc d'attractions sur l'eau : je vois en vrai toutes ces choses que je n'avais vues avant que dans les séries américaines ! La jetée est en fait la fin de la route 66 qui traverse le pays jusqu'à Chicago et me rappelle la scène où l'on voit Forrest Gump y arriver en courant et faire demi-tour pour continuer sa course vers d'autres horizons. Comme dans tous les lieux touristiques, notamment aux États-Unis, le marketing y est poussé à l'extrême. Nous y trouvons un restaurant Bubba Gump, du nom de l'ami de Forrest, où tous les plats sont à base de crevettes (ça ne s'invente pas), restaurant accolé à un magasin dont tous les articles sont à son effigie. Je tombe dans le piège de la consommation : je me sens comme une enfant excitée et émerveillée dans les rayons. Je finis par me faire plaisir en m'offrant un tee-shirt « La vie, c'est comme une boîte de chocolats, on ne sait jamais sur quoi on va tomber » ! Nous sommes impressionnés par la cool attitude des Américains dont Venice Beach est le paroxysme : l'ambiance est assez délirante entre les skateurs, les SDF, les artistes en tout genre, les gens en train de se faire tatouer... Un joyeux bordel avec les côtés glauques des excès typiques de la société américaine !

La prochaine étape est Long Beach avec une escale chez Ken et Kenny, un adorable couple gay. Ce sont les membres les plus actifs de la communauté Warmshowers, ils organisent régulièrement des événements de toutes sortes pour les cyclistes. Ils ont même créé plusieurs écriteaux « *Warmshowers – Cycling the Pacific Coast Highway* » ou encore « J'ai été embrassé par

Murphy » (un de leurs chiens qui aime montrer son affection par de grands coups de langue). Nous pensions camper chez eux et, merveilleuse surprise, ils nous ont réservé une chambre. Après le repas, nous allons promener leurs bouledogues qui font du toboggan dans le parc pour enfants voisin en effrayant quelques bambins au passage. Original !

Sur le chemin, nous passons près d'un supermarché dont les poubelles sont pleines à craquer de denrées qui ont l'air tout à fait consommables, ce qui me fend le cœur. Après avoir vu la misère, j'ai vraiment du mal à accepter le gâchis. J'ai été éduqué avec ces valeurs et je me bats toujours à mon niveau pour sensibiliser à ce problème les personnes que je rencontre. Je pense que le gros souci des Américains dans ce domaine est la taille de leur caddie. Ils achètent tellement qu'ils oublient ce qui se trouve au fond de leur frigo et ne le découvrent qu'une fois moisi quelques jours plus tard. Je suis une professionnelle de la cuisine avec les restes, il n'y a pas de raison de ne pas préparer un bon plat avec des aliments qu'on a aimés la veille ! Le gaspillage alimentaire constitue à mes yeux un véritable scandale éthique (un tiers des aliments produits dans le monde est jeté, alors qu'une personne sur six souffre de malnutrition, soit un milliard d'êtres humains), économique (nous jetons des sommes considérables à la poubelle) et environnemental (cela contribue au réchauffement climatique, au gaspillage d'eau ou encore à la pollution des milieux naturels).

Le lendemain, grande journée ! C'est la grande arrivée à Los Angeles, le cœur de l'industrie cinématographique et télévisuelle américaine, et même du monde ! À peine arrivés, nous voyons déjà plusieurs tournages en cours et une intervention du Swat, l'unité d'élite de la police. J'en prends plein la vue sur le *Walk of Fame* où sont regroupées les étoiles et les empreintes des stars. L'un des endroits les plus touristiques de la ville qui devient assez glauque dès qu'on s'en éloigne un peu avec un concentré de misère et de laissés pour compte, les oubliés du rêve américain. Sur place, nous découvrons des figurants dans des costumes vieillots et défraîchis de personnages de Walt Disney, en train de mourir de chaud sous ce soleil de plomb, espérant un pourboire. Des femmes et des hommes à moitié nus

déguisés en super-héros... Un condensé du pire de ce que le tourisme peut produire !

Los Angeles abrite les studios de production Paramount (avec le célèbre château d'eau), le cinéma de Tarantino et les studios de Charlie Chaplin. À partir de ce soir et pendant notre semaine en ville, nous avons la chance d'être hébergés par Thuan, un extraordinaire Américain d'origine vietnamienne. Il insiste même pour nous laisser sa chambre pendant notre séjour. Son histoire est particulièrement émouvante : né en 1960 au Vietnam, il est arrivé avec sa famille aux États-Unis en 1975, pour fuir le régime communiste après la fin de la guerre. Sa femme est décédée il y a quelques mois et un petit autel est dressé dans un coin du salon en son hommage, avec des poèmes écrits de sa main. Je suis émue par la pureté de leur amour.

Presque tout le monde nous demande notre opinion politique en ce mois d'avril 2017 historique qui rappelle les réactions d'horreur qu'avait entraînées le passage de Le Pen père au deuxième tour des élections présidentielles de 2002. Nous allons au consulat français de Los Angeles aujourd'hui voter par procuration pour les élections présidentielles. Je veux remplir mon devoir de citoyenne, surtout dans le contexte qui voit l'extrême droite monter dans les sondages d'opinion. Nous continuons la visite de quartiers mondialement connus par le biais des séries et des films américains qui inondent le monde entier (Beverly Hills, Rodeo Drive...) : quel plaisir de manger notre casse-croûte sur un banc quand tout ce qui se trouve autour de nous coûte une fortune et le moindre sandwich au moins 20 dollars... J'ai l'impression de faire un beau pied de nez à la société de consommation ! Nous grimpons ensuite sur les hauteurs pour prendre les incontournables photos de la pancarte « Hollywood ». Nous pouvons être originaux en posant avec le tandem porté à bout de bras au-dessus de nos têtes ! La journée se finit à l'observatoire du parc Griffith qui offre une magnifique vue et un panorama sur la ville à 360 degrés. Mais le télescope est fermé à cause de fumées causées par un départ de feu dans la colline, qui obscurcissent le ciel. La poisse ! J'avais tellement rêvé de tous ces lieux mythiques que la déception face à la tournure prise par les événements me

laisse un immense sentiment de gâchis que je n'arrive pas à réprimer... On aurait dû venir ici bien plus tôt... Les « et si » tourbillonnent dans ma tête. Si on avait fait ceci au lieu de cela... Mais ce qui est fait est fait et on ne peut pas changer le passé. Je dois apprendre à accepter...

Les deux jours suivants vont bien me changer les idées : je retombe en enfance avec la visite du parc Universal Studios Hollywood. Les vrais fans me comprendront si je dis que j'étais en larmes (de joie) devant le château reconstitué de Poudlard, la voiture de Mr. Weasley écrasée sur le Saule cogneur après la vaine tentative de conduite de Ron, le village de Pré-au-Lard, le chemin de Traverse avec le pub du Chaudron baveur, la banque Gringotts (gérée par des gobelins), la librairie Fleury & Bott, la boutique de baguettes magiques Ollivander, des échoppes de vêtements pour sorciers, un magasin d'accessoires de Quidditch ou encore des apothicaires... Tout y est, je cours partout, j'ai l'impression d'être dans un rêve avec l'univers qui m'a tant fait rêver et m'a permis de m'évader de mon quotidien d'enfant et d'adolescente triste. Je n'en reviens pas d'être ici ! Je suis ébahie, fascinée, époustouflée d'être dans le monde de mon héros. J'ai bien dû lire au moins cinq fois chacun des livres... En me voyant si heureuse, Vincent est attendri et je ressens pour la première fois depuis des semaines de l'affection de sa part, ce qui me regonfle d'espoir ! J'espère de tout mon cœur que ça va durer... Les attractions sont vraiment loin de tout ce que j'avais connu jusqu'à présent, notamment le jeu en 4D où on a l'impression de faire équipe avec Harry pour jouer au Quidditch, une expérience totalement immersive ! Nous y retournons deux jours de suite et ces deux jours sont une vraie pause appréciable, un break salvateur où il ne faut penser ni à l'itinéraire, ni à la logistique. Nous pouvons enfin lâcher prise.

Nous avons convenu d'aller ensemble jusqu'à Los Angeles où Vincent devait reprendre l'avion pour la France. Je suis plus heureuse que jamais quand il change d'avis et me fait la surprise d'accepter de continuer jusqu'à la fin, jusqu'à notre retour à San Francisco, pour que nous bouclions la boucle ensemble ! Nous prenons donc d'abord la direction du sud : San Diego et la frontière mexicaine où nous arrivons après plusieurs arrêts et 1 800 kilomètres parcourus depuis le départ... Je suis vraiment exténuée,

plus psychologiquement que physiquement, je n'arrive pas à récupérer la nuit car il y a toujours une raison : des ronflements, l'angoisse des disputes ou encore le fait de ne pas encore avoir trouvé d'hôtes pour les jours à venir... J'ai du mal à gérer l'organisation logistique et le bien-être de Vincent qui, à mes yeux, dépend de moi.

La fatigue nous fait perdre patience l'un envers l'autre et nous dire des méchancetés... Et même si j'adore les rencontres, il est parfois difficile de faire face aux soirées qui s'éternisent, de lutter pour garder ses paupières ouvertes. Je m'en veux d'être si fatiguée et que cette fatigue me fasse passer à côté de bons moments mais je dois accepter que, comme tout le monde, j'ai besoin de moments pour moi, et de me reposer. Je pense que si j'ai une telle peur de la routine, c'est que j'ai peur de la banalité, d'être ennuyeuse. Je dois apprendre à lutter contre ce sentiment en faisant la paix avec moi-même plutôt qu'en recherchant toujours un élément extérieur pour m'apporter le bonheur.

En arrivant à San Diego, nous allons jusqu'à la frontière mexicaine, le fameux mur. Je brûle de traverser, de découvrir le Mexique et le Yucatan, mais Vincent n'en a aucune envie alors nous prenons la décision de remonter vers San Francisco où l'on doit de toute façon rendre le tandem à Jim et prendre l'avion dans deux mois. Je réalise à quel point le corps et l'esprit sont liés quand, d'un coup, les deux me lâchent littéralement, lâchement. Je tombe sérieusement malade : une grippe carabinée me prend en traître et me fait perdre la voix et le moral. Je dois lutter pour me relever. Le problème est que je ne sais pas à quoi me raccrocher : notre premier objectif était le Sud, la frontière, et rien n'était clair pour la suite une fois celle-ci atteinte. On ne sait clairement pas où aller maintenant, si ce n'est que nous devons emprunter la route pour remonter vers le nord... Les disputes ont affaibli mon mental et les nuits d'insomnie ont fatigué mon corps qui pouvait accumuler la fatigue sans problème tant que j'avais un but mais qui dit maintenant stop. Tout lâche d'un coup et j'ai l'impression de perdre le contrôle. La seule chose qui peut me sauver est un nouvel objectif. Nos hôtes de San Diego ne sont pas très sympas et rien ne nous pousse à

nous attarder. Nous reprenons donc la route malgré la fatigue, vers des contrées plus hospitalières.

La frontière est incroyablement triste, il est si facile de sortir du territoire américain avec un simple tourniquet alors que le retour est une tout autre paire de manches : contrôles poussés et gardes armés jusqu'aux dents. Je vois un couple en pleurs près de la mer, la femme côté américain, son mari côté mexicain. Maria et Antonio acceptent de me raconter leur histoire : « Nous avons réussi à entrer tous les deux clandestinement aux États-Unis quand j'étais enceinte il y a trois ans. Un an après notre arrivée, nous vivions à Los Angeles quand mon mari a été arrêté et expulsé au Mexique. Mon fils a la nationalité américaine puisqu'il est né sur le sol américain mais pas moi, je suis toujours sans papiers. Du coup, je ne peux pas aller au Mexique pour être avec mon mari, sinon je ne pourrai plus jamais revenir aux États-Unis et je veux y rester pour pouvoir offrir une belle vie à mon fils. La seule solution est donc qu'Antonio réussisse à nous rejoindre, et ça ne peut être qu'illégalement. » Leur témoignage et le désespoir qui se lit sur leur visage me font monter les larmes aux yeux ! Antonio poursuit le récit de sa femme : « Toutes les nuits, j'essaie de nager pour contourner le mur. La nuit dernière encore, je suis resté dans l'eau pendant quatre heures mais il y a des détecteurs partout et ils m'ont encore attrapé. Je vais retenter ma chance ce soir ! » Le pire est que l'espace entre les barreaux du mur est si large qu'on peut facilement s'y glisser mais les détecteurs de présence, les gardes en Jeep avec leurs chiens et les hélicoptères sont dissuasifs.

La promesse phare de Trump à ses électeurs lors des élections de 2016 était la construction de cet immense mur à la frontière sud du pays pour bloquer l'arrivée des migrants d'Amérique latine. Environ un tiers de la frontière sud des États-Unis est déjà fermée par des murs et des barrières mais le président veut terminer sa construction le long de la frontière. Le mur qu'il imaginait en 2016 est en fait irréalisable car la géographie n'est pas favorable avec des fleuves et des montagnes. Trump a donc revu ses ambitions à la baisse : ne pas couvrir la totalité des 3 140 kilomètres de frontière mais seulement la moitié, environ 1 600 kilomètres.

Antonio m'explique qu'il vient de la région d'Oaxaca où il a été bénévole

dans une association, *Hermano en el Camino* (Le frère sur le chemin), créée par le père Solalinde. Ce refuge accueille les migrants fuyant pour la plupart les violences d'Amérique centrale et leur fournit l'aide dont ils ont besoin lors de leur transit par le Mexique (nourriture, hébergement, soutien médical et psychologique, conseils juridiques). J'aimerais y être bénévole un jour ! Je leur souhaite bonne chance du fond du cœur et je repars vers San Diego, bouleversée par cette rencontre.

Quelques jours plus tard, j'ai repris des forces et nous partons explorer la ville. C'est le 5 mai aujourd'hui : le *Cinco de Mayo* commémore la bataille de Puebla (une ville et un État mexicain) où, le 5 mai 1862, les forces mexicaines du général Ignacio Zaragoza ont vaincu de façon très improbable les troupes françaises de l'empereur Napoléon III, deux fois plus nombreuses ! Les chants et les spectacles de danse traditionnelle sont superbes et le clou du spectacle est la *lucha libre*, l'équivalent du catch mexicain : les prises sont spectaculaires mais les combats sont moins violents que dans le catch américain car les coups ne sont pas vraiment portés, ce qui donne des matchs assez comiques car tout est scénarisé. Les rounds sont très aériens et impressionnants. Beaucoup d'appuis sur les cordes pour des sauts à l'intérieur ou à l'extérieur du ring. Ce spectacle populaire et comique est une vraie institution au Mexique.

Nous devons maintenant prendre une décision pour la suite. Il faut que je prenne les commandes pour que Vincent se sente épaulé et soutenu. Nous allons à la gare nous renseigner sur les options de train pour retourner à San Francisco. Il est quasiment impossible d'embarquer la remorque sans payer une somme exorbitante et les tandems ne sont pas autorisés... Je contacte Jim pour lui demander conseil pour le tandem et il me propose une solution que je trouve incroyable sur le coup : si Vincent souhaite arrêter, il propose de venir me rejoindre à San Diego pour prendre la route du retour avec moi... Mais je suis heureuse d'apprendre que Vincent accepte de continuer. Même si ses mots sont durs et que les méchancetés fusent, je ne lui en tiens pas rigueur car je sais que c'est la dépression qui parle.

Le problème est que, même si je me sens coupable, j'aurais aimé qu'il arrête là. Je suis partagée entre la peine que je ressens pour lui et l'immense

déception et colère devant le gâchis qu'est ce voyage : ça aurait pu être le voyage d'une vie, celui soude pour toujours. C'est clairement le plus beau de nos voyages, mais je culpabilise de ressentir cet épanouissement face à la tristesse de Vincent, c'est comme un sac de nœuds d'émotions et de sentiments partagés.

Ces deux années de voyage nous ont appris que voyager à deux crée une promiscuité qui agit comme une caisse de résonance en amplifiant l'intensité de nos émotions et les problèmes de communication. Impuissante, je fais chaque jour des recherches pour savoir comment aider une personne en dépression, jusqu'au jour où je tombe sur la vidéo la plus simple, claire et tendre qui soit. La maladie y est personnifiée par un gros chien noir qui est d'abord de taille normale et tenu en laisse par son maître, puis le chien devient immense, monstrueux, énorme au point qu'il empêche tout rayon du soleil d'atteindre son maître, l'ombre du chien le recouvrant totalement. L'homme doit alors, à force de patience, faire de son mieux pour dresser le chien et en reprendre le contrôle. Cette image du gros chien noir me reste longtemps en tête et m'aide à comprendre la situation.

Le programme des prochaines semaines est enfin décidé : face à l'impossibilité de prendre le train, nous allons faire une boucle par l'intérieur des terres pour remonter vers San Francisco, en faisant escale dans des lieux variés entre lacs d'altitude, forêts et déserts. Aujourd'hui, nous arrivons très fatigués chez Stephen et Diana, un couple de triathlètes au palmarès impressionnant dont la complicité me rend nostalgique et silencieuse pendant la soirée. J'aimerais que nous soyons comme eux... Si je suis honnête avec moi-même, l'une des raisons pour lesquelles j'aime tant le voyage à vélo, c'est l'intensité des rencontres mais aussi leur courte durée. En ne restant chez les gens qu'une soirée, je peux donner le meilleur de moi-même et me présenter sous mon plus beau profil. Mon manque de confiance en moi et mon insécurité jouent clairement dans ces réactions de défense. J'ai toujours peur de rester plus longtemps et que les gens ne m'aiment pas. Je dois travailler sur moi pour réussir à me dévoiler davantage en espérant ne pas être blessée au passage...

Le lendemain matin, comme deux fois par semaine, je me réveille très tôt

pour donner un cours sur Skype à mon élève américaine qui vit à Taïwan...

Stephen nous avait prévenus que la ville que nous allions traverser le lendemain était dangereuse et qu'il nous faudrait être très prudents. Je n'avais pas vraiment pris au sérieux ses mises en garde jusqu'à ce que je voie la ville en question : San Bernardino, et surtout ses habitants ! Crânes rasés, corps tatoués presque intégralement, y compris le visage... L'abondance de croix commémoratives RIP ne m'aide en rien à me détendre ! Mon instinct me dit de tout faire pour éviter les regards et de pédaler le plus vite possible. Nous apprendrons le soir même que cette ville détient le record du nombre de gangs et de meurtres par armes à feu en Californie ! Je l'aurais bien évitée...

Puis nous faisons escale quelques jours à Los Angeles, de retour chez Thuan qui nous a spontanément proposé de revenir quand il a vu sur ma page Facebook que nous remontions la côte. Je n'aurais jamais osé le lui demander... Mes neurones carburent à plein régime pour essayer de trouver une solution pour la suite : Vincent ne veut plus pédaler et on a besoin de se retrouver. Alors je demande à Thuan s'il serait d'accord pour qu'on laisse la remorque chez lui pendant une semaine, le temps qu'on aille à... Las Vegas ! Je trouve des billets de bus à 15 dollars depuis Los Angeles et la compagnie accepte même qu'on mette le tandem dans la soute. Ainsi, nous aurons notre moyen de transport sur place (mais pas de remorque, seulement un sac à dos). Avant de quitter Thuan, je tiens à cuisiner un bon repas pour le remercier : une quiche typiquement française et un gâteau aux pommes. Sans réfléchir, je règle le four à 180 degrés Fahrenheit, l'équivalent de 80 degrés Celsius. Je peux attendre longtemps que mes plats cuisent ! Heureusement, je réalise vite ma bourde. Il a fallu nous adapter à ce système, différent de notre système métrique. Plus de kilomètres, degrés Celsius, mètres ou grammes, mais bonjour les miles, degrés Fahrenheit, pieds ou encore *cups* en cuisine. J'ai ainsi par exemple appris que je ne mesurais plus un mètre quatre-vingts mais cinq pieds et onze pouces !

Je me creuse la tête pour trouver ce qui pourrait aider Vincent à se sentir mieux. Je l'incite à profiter du fait que l'on soit aux États-Unis, et surtout dans des villes telles que Los Angeles ou Las Vegas, pour faire des vidéos

présentant les casernes de pompiers de ces villes emblématiques pour développer sa chaîne YouTube consacrée aux pompiers. De mon côté, je fais de mon mieux pour développer ma page Facebook. Bien sûr d'abord pour le plaisir de partager mais aussi parce que j'espère un jour pouvoir être reconnue en tant que blogueuse. Mais j'ai du mal à maîtriser les codes des réseaux sociaux, c'est loin d'être inné pour moi ! Même si je n'aime pas y passer trop de temps, je sais que par la suite, ça pourrait être un débouché professionnel. Je décide par exemple de faire gagner des montres (dont le cadran représente le monde et l'aiguille un avion en mouvement) à ma communauté. Avant de me coucher, je me force à faire un footing pour éliminer : après cinq jours à Los Angeles sans pédaler, je me suis empâtée !

Dans le bus, je suis heureuse car je sens renaître l'espoir, je ne veux pas me voiler la face mais je pense vraiment que cette semaine de pause dans un univers à part comme Vegas ne peut nous faire que du bien ! Je fais une liste de ce qui nous plairait pendant notre escapade dans le monde des machines à sous et des magiciens... Vegas se trouve au milieu du désert de Mojave, dans l'État du Nevada. Vous connaissez forcément le fameux dicton : « Ce qui se passe à Vegas, reste à Vegas » car Las Vegas est la ville de tous les péchés et de la démesure, où les gens viennent se défouler et oublier leur quotidien dans le jeu. La traversée du désert, en bus donc (j'aurais adoré la faire à vélo pour le challenge mais il faut savoir faire des concessions), est très impressionnante, nous croisons d'énormes camions qui me font penser à mon père, lui-même conducteur de poids lourds, mais de biens plus petits modèles que ces monstres ! En arrivant quelques heures plus tard, nous avons le plaisir de sortir le vélo de la soute et de retrouver la liberté d'aller où l'on veut ! C'est comme si nous venions de débarquer dans un parc d'attractions géant pour adultes où tout est fait pour s'amuser : Vegas est en constante effervescence. Nous nous éloignons vite du centre-ville en pédalant jusqu'à la ville voisine, Henderson, où nous attend Sheldon, notre hôte Warmshowers.

La différence d'atmosphère entre les deux villes est incroyable ! Entre la folie de Vegas et la quiétude de cette petite bourgade seulement distante d'une quinzaine de kilomètres, il y a un monde. Cet octogénaire très

chaleureux nous accueille avec une liqueur dès notre arrivée pour fêter le début de la folie de Vegas ! Le soir, il nous propose de nous guider à travers le quartier historique de la ville : anciens casinos, vieilles machines à sous... J'apprends que la première machine à sous à rouleaux fut créée en 1898 et qu'au cours de la prohibition, les jeux d'argent étaient interdits aux États-Unis. L'industrie de la machine à sous était donc menacée. Une parade fut toutefois trouvée et les bandits manchots convertis en distributeurs de bonbons : les symboles sont changés en fruits (prune, orange, citron...) et les joueurs remportent des jetons qui peuvent être échangés contre des lots... Bien pensé les filous !

Sheldon nous emmène ensuite à Fremont Street découvrir le plus grand écran géant du monde. En m'y baladant, je me rends vite compte que les mœurs sont ici... légères : des filles quasi nues posent pour des photos, les serveuses de la plupart des bars sont elles aussi vêtues très légèrement... La folie va jusqu'au restaurant *Heart Attack* (arrêt cardiaque) qui propose les plats les plus gras possible, le repas étant offert aux personnes obèses qui dépassent un certain poids (elles sont pesées sur la balance de l'entrée). Une vraie aberration créée par un docteur qui a d'ailleurs été radié de l'Ordre des médecins depuis !

Shelton insiste ensuite pour nous emmener dans l'un des buffets illimités dont la ville regorge. Pour des grands gourmands comme nous, c'est le paradis : un buffet à volonté pour 3 dollars ! Et de très bonne qualité ! Sheldon nous explique comment fonctionnent ces buffets et surtout comment ils peuvent être rentables pour les patrons des casinos malgré ces prix imbattables : ce que vous trouvez en premier à votre arrivée, ce sont les féculents : riz, pâtes, purée : le but est de vite remplir votre assiette (qui est souvent de plus petite taille que la moyenne) et votre estomac à moindre coût. De cette manière, quand vous arrivez au niveau des mets plus coûteux (viandes, poissons), votre assiette est déjà pleine. J'entends encore Sheldon nous dire : « Soyez stratégiques, ne choisissez que ce que vous mangez peu en voyage : ce qui est cher », et il a bien raison... Ce qui est incroyable, c'est à quel point tout est contrôlé. Vincent a eu les yeux plus gros que le ventre et n'a pas réussi à finir son assiette de desserts : il ne lui restait qu'un

muffin et, plutôt que de le jeter, il l'a mis dans son sac avant de sortir. Des agents de la sécurité ont presque bondi sur nous pour nous empêcher de sortir ce muffin du restaurant, comme si c'était un diamant ! Nous avons oublié qu'à Vegas, tout est surveillé : les caméras sont absolument partout. Moi qui ai toujours du mal à me contrôler dans ce genre de buffet, il faut que je défasse un bouton de mon pantalon pour réussir à me lever... Et il nous faut pédaler pour rentrer !

L'artère principale de Vegas, de jour comme de nuit, est particulièrement stylée. Et notre tandem « vache » interpelle beaucoup. Las Vegas est un vrai labyrinthe, au sens propre ! Dans chaque casino, même si tu essaies de suivre les panneaux « Sortie », tu tournes en boucle, sur le même principe que dans les magasins Ikea. L'objectif est de te tenter un maximum, et de te garder le plus longtemps possible. Nous avons pourtant trouvé de nombreuses solutions pour profiter de Vegas sans nous ruiner... Le but des casinos étant de t'attirer, si tu t'inscris en tant que nouveau client, la plupart d'entre eux t'invitent à tester gratuitement leurs tables de jeux pour la première fois. Et en sachant que les serveuses servent gratuitement des cocktails aux joueurs pour les inciter à jouer (et dépenser), ça nous permet de nous amuser en jouant et en buvant un verre (et même en mangeant parfois) sans dépenser un centime ! Te concentrer sur les chiffres du Bingo quand tu as bu un coup, c'est vraiment difficile ! Et c'est là tout le but de la manœuvre. Vegas est la ville de tous les excès. Je suis choquée de voir que certaines personnes, accros aux jeux, portent des couches pour ne pas avoir à aller aux toilettes et risquer ainsi que quelqu'un ne remporte le jackpot à leur place... Il est courant de voir des gens déambuler tels des zombies, ayant perdu toute notion du jour et de la nuit car il n'y a intentionnellement pas de fenêtres ! Il y a aussi ceux qui ont tout perdu à Vegas et dont la vie a basculé car ils n'ont pas su contrôler leur addiction au jeu... J'ai l'impression d'être dans un *escape game*, trouver la sortie revient à résoudre une énigme angoissante !

Ce soir, Sheldon nous propose de dîner avec lui et son ami. Un repas dans la pure tradition juive : Vincent est invité à porter la kippa, Sheldon lit la Torah et il se sert d'une fontaine à vin spéciale : la fontaine à *kiddouch*. J'en

apprends beaucoup sur leurs traditions culinaires, à mes dépens. Saviez-vous que certains Juifs ont de la vaisselle en double ? Voire en triple ? En effet, les adeptes stricts de la *cacherout* (loi concernant l'alimentation des Juifs) séparent les ustensiles destinés aux plats casher et ceux destinés aux autres produits pendant la préparation des repas. Ils attendent également un « certain temps » entre l'absorption des plats casher et des autres car la viande et les laitages ne doivent jamais être en contact, ni dans l'assiette, ni dans la bouche. Il existe donc un service pour les produits laitiers, un pour la viande et un autre pour les aliments neutres (riz, pommes de terre). Après avoir mangé de la viande, il faut attendre six heures pour pouvoir avaler des laitages, et se brosser les dents entre-temps. Par contre, après avoir consommé des produits laitiers, on peut consommer de la viande sans attendre si on se lave les mains et qu'on se rince la bouche. Si on a, par mégarde, mis du lait dans un plat de viande, l'ustensile nécessite une « cachérisation » dans de l'eau bouillante. Il faut également avoir deux éviers, l'un réservé aux produits laitiers, l'autre à la viande. Il existe même des lave-vaisselle avec deux compartiments étanches pour s'assurer que les deux services de cuisine n'entrent pas en contact pendant le lavage... Il est aussi défendu de cuire des mets de lait et de viande en même temps dans un four, même dans des plateaux différents...

Ces règles sont très strictes et je pensais les avoir comprises après que Sheldon me les a expliquées. Je lui demande donc l'autorisation de cuire des pâtes pour notre pique-nique du lendemain. Après avoir obtenu son accord, je me lance en utilisant une casserole « neutre » mais puisqu'il n'a pas de couverts « neutres », j'utilise une fourchette « lait » pour tourner. Et c'est le drame. Il se met dans une colère noire, ce que je peux comprendre mais je n'avais sincèrement pas vu le problème... J'adore m'intéresser et essayer de comprendre les autres cultures. Je ne voulais pas me montrer irrespectueuse de ses croyances et, rouge de honte, je me suis confondue en excuses pendant ce qui m'a semblé être une éternité !

Le lendemain, nous partons vers le Red Rock Canyon où l'on peut admirer des roches d'un rouge intense, j'ai l'impression d'être dans le film *127 heures* qui retrace l'histoire d'un randonneur resté avec le bras coincé

entre une énorme pierre et la falaise dans une crevasse pendant plus de cinq jours. Nous déjeunons du fameux plat de pâtes de la veille. Je les apprécie particulièrement en sachant quelle difficulté j'ai eu à les cuire. Pendant la visite du parc, la chaleur intense (je pense bien qu'on pourrait faire cuire un œuf sur nos fronts) dégonfle les pneus du vélo. Toute la journée, nous avons l'impression d'avoir un pneu crevé, ce qui nous tape sur les nerfs : passer son temps à chercher une crevaillon imaginaire n'est vraiment pas une sinécure ! Les Américains que l'on croise sont géniaux, ils nous offrent de l'eau en tendant le bras en dehors de leur voiture climatisée, pour s'assurer que l'on ne se dessèche pas sous ces 40 degrés (Celsius !) C'est adorable !

À Vegas comme ailleurs, les gens nous arrêtent souvent pour nous complimenter sur le tandem. Encore plus qu'ailleurs, j'ai découvert aux États-Unis le pouvoir d'un compliment et je me suis intéressée à cette différence culturelle. Dans la culture française, il y a une certaine réticence à faire des compliments. Selon le sociologue Philippe d'Iribarne, les Français y ont toujours vu une manière de manipuler quelqu'un. Par exemple, dans la fable de La Fontaine *Le Corbeau et le Renard*, le renard complimente le corbeau simplement pour obtenir le fromage que tient le corbeau dans son bec... Nos références françaises qui naissent dans l'enfance nous forment à l'idée qu'un compliment, surtout venu d'un inconnu, est calculé et peu sincère. Contrairement aux Américains qui pensent que la reconnaissance vient du regard des autres et de ce qu'ils vont penser et dire de soi, les Français se veulent au-dessus de tout compliment. Les Françaises, notamment, ne veulent pas attendre qu'on leur dise : « Vous êtes très jolie » pour se sentir jolies. Ce besoin de se sentir indépendant et au-dessus de tout jugement serait propre à notre culture. Lorsque quelqu'un nous fait un compliment, nous avons souvent le réflexe de nous demander pourquoi et surtout quel intérêt a la personne qui nous le fait. Et pourtant, un compliment peut parfois tout adoucir et redonner confiance en soi... Si nous mettions nos doutes de côté et que nous complimentions davantage, nos journées ne seraient-elles pas meilleures ? Je constaterai de nouveau ce pouvoir plus tard aux côtés de Célia (en Birmanie) qui complimente

facilement les autres femmes sur leur beauté ou leur élégance, ce que je trouve formidable.

Le jour suivant, je fais chauffer ma carte bleue pour m'offrir un baptême en hélicoptère ! C'est mon rêve mais Vincent n'a pas envie de le partager, ce qui me fait beaucoup hésiter : est-ce que j'y renonce ou est-ce que je le fais quand même, même si ça implique d'embarquer seule ? C'est la première fois que je fais une activité sans lui. Ça me serre le cœur car notre relation est au point mort mais je ne veux pas manquer cette opportunité. C'est une super offre que m'a aidée à trouver Sheldon : un petit avion va m'emmener de Vegas jusqu'à l'ouest du Grand Canyon. Ainsi, je profiterai du vol en hélicoptère uniquement au-dessus du Grand Canyon (et non pas sur le chemin de Vegas au Grand Canyon...).

L'avion surplombe d'abord le grand barrage de Hoover, le fleuve Colorado et le désert de Mojave. C'est un petit coucou et les turbulences sont tellement violentes que tout le monde est malade et a franchement peur. Même moi qui n'ai jamais peur en avion, je ne fais pas la fière et j'ai même carrément la trouille ! Une fois arrivée au deuxième aérodrome, j'embarque dans l'hélicoptère qui nous emmène à 1 200 mètres d'altitude pour survoler les rives nord et sud du splendide Grand Canyon. J'ai une chance incroyable : la place qui m'est attribuée est la meilleure ! Comme il y a sept passagers par hélicoptère, pour s'assurer de l'équilibre de l'appareil, le poids des passagers doit être bien réparti et uniformisé. Je suis par chance avec une famille de six Texans bien en chair et j'ai, de mon côté, exactement la même corpulence que le pilote, ce qui fait que je suis installée à ses côtés, bénéficiant ainsi d'une vue imprenable, et qui m'évite d'être entassée à l'arrière avec les autres, la disposition des sièges n'étant pas particulièrement bien pensée. Pour ceux qui sont de dos à l'arrière, l'expérience perd de son intérêt et je suis désolée pour eux. Je sens les larmes me monter aux yeux (comme au-dessus du lagon de Nouvelle-Calédonie). Je suis impressionnée par les merveilles que nous offre la nature ! Cette expérience est tout de même complètement différente de la Nouvelle-Calédonie (qui était très familiale et personnalisée). Ici, même prendre une photo avec le pilote n'est pas autorisé sans payer : c'est une

vraie usine à touristes où tout se marchande ! Mais ça vaut le coup : j'ai l'impression d'être dans un film, c'est fascinant. De retour à l'aérodrome, un bus nous emmène au bord du canyon, une autre expérience à couper le souffle !

Quand je reviens, je suis heureuse de retrouver Vincent, il m'a beaucoup manqué et c'était dur de ne pas partager ce moment... Il est lui ému aussi, ce qui me fait reprendre espoir en notre couple. Peut-être que c'était vraiment ça, la clef : faire des activités chacun de son côté... Nous allons ensuite voir le spectacle sons et lumières devant les fontaines du Bellagio puis nous baigner dans la piscine d'un hôtel de luxe, dont l'un des amis de Sheldon nous a permis l'accès. Notre hôte a vraiment rendu notre expérience de Vegas inoubliable ! Merci Sheldon !

De retour à Los Angeles, je suis choquée par tous les SDF que l'on voit quand on arrive de nuit. Les États-Unis doivent vraiment faire un effort au niveau de la prise en charge sociale pour éviter que tant de leurs citoyens soient laissés pour compte. Nous avons rendez-vous quelques heures plus tard avec ceux qui doivent nous emmener à San Francisco en covoiturage. Dès que leur van pourri (il n'y a pas d'autre mot) se gare devant chez Thuan, je me demande dans quelle galère nous nous sommes embarqués. Le conducteur m'avait assuré qu'il avait de la place pour nous dans son « utilitaire cinq places ». Il s'avère qu'il s'agit d'une camionnette de la guerre 14 avec seulement deux sièges à l'avant. Je ne sais toujours pas pourquoi nous acceptons de monter à l'arrière de ce cercueil ambulancier. Sûrement à cause du peu d'espoir que nous avons quant à une autre solution avec un chargement aussi encombrant que le nôtre. Nous parcourons donc 600 kilomètres assis dans le noir, à l'arrière, dans un canapé probablement plus vieux que moi. Je suis déjà énervée contre les deux jeunes conducteurs quand je me rends compte qu'ils veulent nous déposer à Oakland, une ville située de l'autre côté de la baie de San Francisco. Je n'ai aucune envie de m'arrêter là, surtout après ce que j'ai entendu sur cette ville : les gangs de la Bay of Area y auraient leurs quartiers. Considéré comme le vilain petit canard de la baie, Oakland a longtemps été relégué au rang de ville

dangereuse et, même si elle l'est moins aujourd'hui, sa réputation reste difficile à changer !

Débarqués de force du mauvais côté de la baie, nous tentons de passer un premier pont à vélo avant de comprendre qu'il ne mène pas à San Francisco mais à Treasure Island... Je commence à paniquer un peu à cause de la réputation de la ville, mais aussi car la nuit vient de tomber... Finalement, tout se goupille bien, comme si l'univers conspirait pour nous apporter ce dont nous avons besoin à ce moment-là : nous avons la chance inouïe d'embarquer dans le dernier ferry qui va à San Francisco en sautant littéralement dedans alors qu'il est déjà distant d'un bon mètre du quai. Je suis tellement rassurée, et puis c'est quand même la classe d'arriver en ferry à San Francisco ! Revers de la médaille, nous sommes terriblement gênés quand nous arrivons chez notre hôte Nathan à plus de 23 heures, sains et saufs mais très en retard. Nous n'avions aucun moyen de le joindre et nous le trouvons en train de nous attendre, inquiet, sous son porche. Ce qui est extraordinaire dans la communauté Warmshowers, c'est que ceux qui te reçoivent sont passés par ce que tu vis : Nathan connaissait les imprévus de la route et les acceptait de bon cœur en recevant des cyclistes.

Le lendemain est la pire journée du voyage et probablement la deuxième pire de ma vie, après celle de Taïwan : après une grosse dispute, Vincent disparaît toute la journée et toute la nuit suivante sans donner de nouvelles... pour ne réapparaître que le lendemain après-midi ! Je ne saurai sans doute jamais ce qui s'est passé durant ce laps de temps, et notre couple me paraît maintenant irrécupérable...

J'ai passé toute la journée et une bonne partie de la nuit à sillonner la ville à sa recherche, arpentant les rues aux côtés de ceux qui vivent la nuit et des accidentés de la vie, ce n'est malheureusement pas ce qui manque à San Francisco, la ville étant particulièrement généreuse avec les SDF. Les programmes sociaux attirent de plus en plus de personnes en grande précarité des quatre coins du pays. Cette nuit d'horreur me rappelle tristement celle de Taipei, mais j'ai encore bien plus peur cette fois-ci car nous sommes loin d'être dans le pays des Bisounours qu'est Taïwan : la rue est ici dure, violente, et ne laisse pas de place aux plus faibles. Je redoute

qu'il fasse une mauvaise rencontre. Comme dans un cauchemar, je m'arrête sur chaque corps de SDF pour vérifier si ce n'est pas lui. Je me mets même à courir comme une dératée, pleine d'espoir, quand je pense l'avoir identifié. Vers 2 heures du matin, je décide de retourner chez Nathan mais impossible de fermer l'œil de la nuit. Toute la journée suivante, j'essaie de le joindre en affirmant que tout va bien à Nathan et ses colocataires, même si j'ai juste envie de pleurer sur l'épaule d'un ami et de cracher tout ce que j'ai sur le cœur ! Quand il revient enfin, Vincent va se coucher sans un mot ni une explication et, même si je brûle d'envie de savoir ce qui s'est passé, je prends sur moi et je le laisse tranquille pour ne pas envenimer la situation.

Aujourd'hui, nous traversons le Golden Gate Bridge en direction du nord et je ne peux m'empêcher de pleurer : je rêvais depuis tellement longtemps de ce moment, d'être sur ce pont qui me fascine depuis toujours. Mais notre relation est au plus bas et je n'arrive pas à surmonter les regrets et les remords, c'est encore une fois la sensation de gâchis qui vient tout contaminer, tout salir... La scène est pourtant on ne peut plus magique : deux baleines sont en train de nager gracieusement devant nous, elles paraissent si sereines quand elles glissent à la surface de l'eau, indifférentes au monde qui les entoure ! Le fait que ce moment soit si beau rend ma tristesse encore plus intense, plus profonde. Ça aurait dû, ça aurait pu être extraordinaire...

Heureusement, Amelia, notre hôtesse de ce soir-là, nous reçoit de la manière la plus accueillante qui soit, elle est formidable et son cocon nous met du baume au cœur. Je pense que les difficultés de la vie de nomade nous abîment parfois, ne plus se sentir chez soi nulle part, être un peu perdus est dur mais ce genre de moments panse les plaies ou en tout cas les apaise.

Nous continuons vers le nord : plus nous montons, plus la Californie nous plaît : des rencontres plus authentiques, de moins en moins de gens superficiels, de bling-bling et de m'as-tu-vu. Cette authenticité fait vraiment du bien. Le problème que nous rencontrons maintenant est le choix de notre itinéraire, nous aimerions trouver un autre covoiturage qui nous mènerait à

Seattle... Finalement, faute d'en trouver un, nous changeons d'idée et partons à l'est, vers le lac Tahoe, en traversant les fameux vignobles des vallées de Napa et de Sonoma.

Ce soir-là, nous sommes censés camper mais nous avons la bonne surprise de recevoir à 18 heures un e-mail de Charlène et Douglas qui nous invitent à manger avec eux et à passer la nuit dans leur camping-car ! Ils viennent juste de voir le message que nous leur avons envoyé dans l'application Warmshowers : « On espère que vous aurez notre réponse à temps, on vous attend. » C'est cette spontanéité qui est extraordinaire avec cette communauté ! Et c'est dur à dire mais je suis soulagée de ne pas avoir à passer la soirée en tête à tête avec Vincent. Douglas est un vétéran de la guerre du Vietnam et il nous raconte quelques anecdotes sur le ton de la rigolade même si je vois bien dans ses yeux à quel point cette guerre l'a marqué... Comme beaucoup d'autres anciens combattants, il a été victime de stress post-traumatique en rentrant au pays, ce qui l'a isolé. Comment se réinsérer dans une société qui a continué de tourner sans vous alors que vous étiez engagé sur les pires théâtres de guerre de la planète ? Le nombre de vétérans de la guerre du Vietnam morts de suicide est maintenant plus important que le nombre de soldats morts sur le terrain. On estime même aujourd'hui à un quart le nombre d'anciens combattants SDF... Heureusement, Douglas a eu la chance d'avoir une famille aimante qui l'a empêché de tomber dans la drogue ou l'alcoolisme. Pendant le repas, ils nous en apprennent plus sur l'histoire des États-Unis. Le soir, ils nous laissent dormir dans leur incroyable caravane. D'un gabarit au moins deux fois supérieur à la moyenne des caravanes européennes, ce véhicule est impressionnant et donnerait envie à tous de camper, même aux détracteurs habituels du camping ! J'ai une fois de plus le cœur serré en pensant à quel point ça serait extraordinaire si Vincent et moi étions encore proches puis je m'endors en position fœtale pour repousser la solitude...

Le lendemain, nous pédalons vers Sacramento, la capitale de la Californie, où nous sommes accueillis comme des rois par la caserne de pompiers. Erika est la capitaine et Vincent, son oncle qui nous a reçus quelques jours plus tôt, nous a mis en relation. L'équipe a préparé un super barbecue (je me

demande où je mets toute la nourriture que j'ingurgite ce soir-là), et nous emmène ensuite avec le camion faire un tour de la ville. Ils nous paient même une glace ! Ils nous préparent un lit à chacun dans la chambre de garde, ça fait tellement de bien de se sentir intégrés comme ça ! Je suis aux anges en voyant Vincent avec le sourire jusqu'aux oreilles, il est dans son élément et rien ne pourrait me rendre plus heureuse... Il règne toujours dans les casernes une atmosphère unique de camaraderie et de testostérone. Quand la capitaine me propose de décaler avec eux (partir en intervention), j'accepte avec enthousiasme ! Il n'y aura pas de grande intervention mais cette nuit restera gravée dans ma mémoire. Ce matin, c'est *tacos* au réveil avant d'aller visiter la ville pour en apprendre plus sur la ruée vers l'or, après avoir remercié les pompiers pour leur accueil incroyable.

Le soir, nous sommes reçus par Jim et Pauline, un adorable couple d'octogénaires. L'ambiance est diamétralement opposée de celle d'hier : c'est beaucoup plus distingué avec assiettes en porcelaine et verres en cristal. S'il y a bien une chose que le voyage m'a apprise, c'est l'adaptabilité à différentes situations et différents interlocuteurs. Je passe facilement d'un extrême à l'autre, comme aujourd'hui. Leur maison est superbe et Jim est un merveilleux cuisinier. Sa gentillesse m'inspire : une fois par semaine, il cuisine un repas pour cinquante SDF qu'il va lui-même leur distribuer, quel exemple ! Hier, de la chambre de la caserne, je voyais tous ces sans-abri et je me sentais mal à l'aise, comme dans une tour d'ivoire avec de la nourriture à profusion... Les rencontres de ces deux derniers jours m'ont vraiment offert une grande leçon de vie. Nous discutons toute la soirée avec eux de l'importance de réaliser ses rêves et de la place de la peur dans ceux-ci. J'adore le contact des personnes âgées car elles ont la sagesse de l'expérience (et cet enracinement que je trouve rassurant).

Je demande à Jim comment surmonter l'angoisse qui parfois nous envahit avant de réaliser nos rêves : « Le meilleur conseil que je puisse te donner est de te lancer, quel que soit ton rêve ! Comme le dit Will Smith, il est inutile d'avoir peur avant le jour J. Lui a voulu sauter en parachute car des amis l'avaient mis au défi. La semaine précédant le saut, il faisait des

cauchemars et il était au paroxysme de l'angoisse. Finalement, au moment de sauter, il s'est rendu compte que le moment de danger maximal (être dans le vide à 4 000 mètres d'altitude !) était aussi le moment de peur minimal. La conclusion qu'il en a tirée est que la peur est inutile et que tout paraît toujours plus effrayant vu de l'extérieur... Quoi que tu fasses, reste toi-même et ne cherche pas à ressembler aux autres. » Merci Jim !

Comme disait ma grand-mère, « à trop vouloir entrer dans le moule, on finit par devenir tarte ».... Quoi que tu fasses, tu seras toujours critiqué, alors autant l'être en faisant quelque chose qui te fait vibrer, pas vrai ? Il ne faut jamais oublier que l'on peut devenir la personne que l'on veut, que tout est possible, il faut juste apprendre à voir en dehors du cadre, repousser ses limites mais aussi être reconnaissant pour le chemin parcouru, l'aide reçue, et ne pas oublier ses racines. Ces fameuses racines ont d'ailleurs été la source de nombreux questionnements pour moi...

Nous sommes invités à passer la nuit suivante chez Tampas, l'un des pompiers rencontré l'avant-veille, et je reste bouche bée devant la quantité d'armes qu'il a chez lui : une armoire entière avec trois fusils, deux pistolets et je dirais bien cinq cents cartouches. Je l'interroge car je voudrais vraiment comprendre pourquoi il a besoin de cet arsenal ! Il m'explique que c'est un droit fondamental pour les Américains. Le deuxième amendement de la Constitution des États-Unis d'Amérique reconnaît la possibilité pour le peuple américain de constituer une milice (« bien organisée ») pour contribuer à « la sécurité d'un État libre », et il garantit en conséquence à tout citoyen américain le droit de porter des armes. Le pays s'est ainsi construit sur la lutte armée de ses citoyens. Il me dit se sentir plus en sécurité en ayant une arme près de son lit, au cas où il devrait défendre sa famille.

Nous refaisons une beauté au vélo, avec l'aide d'un des amis de Tampas, en changeant tous les accessoires : chaîne, pneus, et en entretenant le reste... Nous sommes fin prêts pour reprendre la route ! Le jour suivant est littéralement interminable et teste nos capacités de résistance avec cinq crevaisons, 120 kilomètres et du dénivelé à n'en plus finir. Nous traversons des petites villes adorables où vivaient les chercheurs d'or

pendant la grande ruée vers l'or... Mais difficile de les apprécier à leur juste valeur avec la fatigue. Les crevaisons à répétition jouent avec nos nerfs. À peine nous en réparons une qu'une autre se déclare : c'est un cercle sans fin ! Et surtout, nous n'arrivons pas à en comprendre la cause, nous n'avions jamais eu de crevaison avant aujourd'hui et voilà que ça ne s'arrête plus. La route est loin d'être plate, nous devons prendre de l'altitude pour rejoindre notre destination du jour. Nous sommes tellement au bout du rouleau qu'on essaie même le stop, mais impossible d'être embarqués à cause de la remorque volumineuse ! Il s'avère que ces crevaisons sont dues aux réparations de l'ami de Tampas qui a retiré, par erreur, la protection de la jante, la mettant ainsi à nu et au contact direct du pneu qui ne pouvait, dans ces conditions, que crever.

Heureusement, l'accueil de Jake et de son frère est fantastique. En arrivant et en le voyant, je fonds en larmes dans ses bras : je suis tellement soulagée, j'ai cru qu'on n'allait jamais y arriver ! Je pense que mes nerfs lâchent à cause de la fatigue physique et psychologique. Jake nous aide à réparer notre vélo puis nous invite le soir dans le restaurant de sa sœur pour un énorme *burrito*. Il n'y a définitivement rien de mieux que manger pour se remonter le moral ! Il nous prête un petit *cottage* dans la forêt pour nous reposer : un vrai havre de paix. Il est sidéré par le contenu de notre remorque : elle est remplie à ras bord de boîtes de conserve (tu m'étonnes qu'on galère dans les côtes) car nous savions la nourriture hors de prix du côté du lac Tahoe. Il essaie de nous en chaparder et va même jusqu'à recommander à nos futurs hôtes d'essayer à leur tour de nous alléger, sur notre profil Warmshowers. J'ai un bon fou rire en découvrant son annotation, pour le moins originale. D'ailleurs, il n'a pas tort, mon genou me fait souffrir et tirer tout ce poids dans les côtes est éreintant... Nous avons l'air de coursiers Deliveroo avec cette réserve de nourriture pour la semaine mais tant pis, pas question de reproduire notre erreur de débutants, le ketchup, ça va une fois, pas deux !

Jake a la gentillesse de nous conduire le lendemain matin un peu en altitude vers le lac Tahoe, pour nous aider et soulager mon genou. Il nous embarque dans son 4 × 4 jusqu'aux deux tiers de la montagne, une aide

précieuse, quasi indispensable. L'eau du lac Tahoe, niché dans les montagnes de la Sierra Nevada bordant la Californie et le Nevada, est limpide, presque transparente, c'est grandiose ! Nous restons deux jours dans une nouvelle famille adorable. Je ne pense pas que tous ces gens, pour qui nous ne sommes qu'une parenthèse dans leur quotidien, se rendent compte de l'impact positif et du soutien qu'ils nous apportent : ils sont le phare dans notre océan quand nous passons une dure journée, l'objectif auquel se raccrocher et notre bouée de compréhension du lieu, ils nous expliquent le pourquoi et le comment des choses, les us et coutumes des locaux. Nous en avons souvent discuté avec Vincent qui avait du mal à comprendre cet accueil inconditionnel, sans attente, pur. Cette gentillesse le mettait mal à l'aise quand il avait la sensation de ne rien pouvoir offrir en échange et ce sujet arrive dans la conversation ce jour-là.

— Pourquoi recevez-vous des voyageurs ? Qu'est-ce que ça vous apporte ? Au final, vous ne faites que donner : un lit, un repas...

— J'espère que tu plaisantes ? Quand j'ai des voyageurs à la maison, j'ai l'impression de recevoir bien plus que de donner : ils m'offrent l'évasion dont j'ai besoin. L'exotisme de leurs récits et la fougue de leur jeunesse m'aident à me sortir de mon quotidien : quand ils me racontent leurs aventures, j'ai l'impression de les vivre par procuration et ce dépaysement qui m'est offert vaut tout l'or du monde !

Après ce discours passionné, je vois dans les yeux brillants de Vincent qu'il a compris la pureté de nos échanges. Certes, nous n'offrons pas d'argent à nos hôtes mais nous leur apportons autre chose, et ça compte ! Nous sommes aujourd'hui dans la neige sur les hauteurs du lac et pique-niquer au bord d'un lac gelé est à couper le souffle ! Qu'est-ce que je me sens bien dans la nature ! L'après-midi est incroyable : 60 kilomètres de descente nous attendent, j'ai l'impression d'être sur un scooter mais sans le bruit du moteur. Partager un tandem implique vraiment de faire confiance à l'autre, nous allons à une telle vitesse que je réalise à quel point je suis vulnérable et dépendante de la conduite de Vincent. Je lui fais confiance, mais j'ai quand même la trouille quand le compteur indique 59 kilomètres à l'heure !

Avec le poids additionné du tandem, de nos corps et de la remorque, nous sommes un sacré attelage, emporté par son propre poids. Les freins fument, je ferme les yeux d'angoisse mais ils tiennent bon. Que de sensations ! Le soir, nous rencontrons Forest qui nous invite dans sa maison au milieu de la forêt. Il nous cuit un énorme steak chacun et la réaction de mon corps est très étrange. Depuis trois mois, je n'ai quasiment pas mangé de viande, ou seulement du poulet et en petites quantités alors, quand ce soir j'avale une énorme pièce de bœuf, cet apport massif de viande rouge m'empêche de fermer l'œil de la nuit : maux de ventre, bouffées de chaleur et palpitations sont les symptômes de ma digestion difficile ! C'est décidé, je vais continuer à manger très peu de viande. Cette décision sera aussi bonne pour ma santé que pour l'écologie... Nous reprenons la route et la pureté de la nature m'émerveille : la forêt et les rivières sont immaculées, quel bonheur ! Nous rejoignons Kat et Parker ce soir dans leur petite cabane en bois au milieu de la forêt. Après avoir fait le tour du monde à vélo, ils se sont installés tous les deux ici et travaillent pour le service des forêts et des parcs nationaux des États-Unis : ils sont chargés de construire les chemins de randonnée et de s'assurer de leur propreté. Plutôt sympa comme job !

En les quittant, nous savons que nous allons vivre une journée de pur bonheur : c'était dur d'arriver en haut de la montagne mais nous allons être récompensés avec la descente ! Nous leur disons au revoir sans savoir que nous attend la journée de tous les records : 2 000 mètres de dénivelé positif, 3 000 de négatif et 150 kilomètres avec une nouvelle pointe de vitesse à 65 kilomètres à l'heure : de la folie ! Les paysages sont incroyables. Ce jour-là, nous allons au bout de nous-mêmes, je pleure pendant la montée, mais je sens que cet effort commun nous rapproche : nous sommes une vraie équipe. Dans le dernier virage qui nous mène vers la maison de Kathy et Michael, nous évitons de justesse le pire quand le pneu avant crève alors que nous roulons à pleine vitesse. Nous aurions pu nous prendre une sacrée gamelle, mais Vincent réussit à garder le contrôle. L'hospitalité de Kathy est sans limite : elle a passé toute l'après-midi en cuisine pour nous préparer le repas et même un sac de provisions pour le lendemain. Au dernier moment, elle reçoit l'appel d'un jeune cycliste tchèque et elle n'hésite pas une

seconde pour l'inviter à nous rejoindre à table. Il voyage de manière très différente, campant dans les cimetières et se lavant aux robinets qu'il trouve. Kathy est la première Américaine avec qui il entre vraiment en contact... Comme elle n'a jamais vadrouillé, ses invités la font voyager par procuration et c'est extraordinaire. Nous devons malheureusement consacrer une bonne partie de la soirée à réparer les crevaisons sur les... quatre pneus (deux du vélo et deux de la remorque). Après un au revoir émouvant, les kilomètres du lendemain se font sous une pluie battante, et c'est dans un état déplorable que nous arrivons chez Adam qui nous remonte le moral avec une douche bien chaude et les légumes de sa ferme. J'adore sa mentalité : il est adepte du *slow-food*, en opposition au *fast-food* qu'il déteste. « C'est vrai, me dit-il, la cuisine est un art. Pourquoi vouloir toujours tout précipiter ? Il faut utiliser les cadeaux que nous offre la nature et fuir les aliments transformés. »

À la fin du voyage en Californie, les gens nous interrogeaient sur notre état d'esprit par rapport à notre retour en France le mois suivant, en juin 2017, pour la première fois après deux ans et demi passés à l'étranger et un départ, il faut bien l'avouer, un peu précipité. J'entendais souvent sans comprendre : « Tu as raison d'en profiter à ton âge », réflexion à laquelle je répondais : « Je compte bien en profiter toute ma vie, certes d'une manière différente quand j'aurai des enfants mais toujours aussi intensément » ; ou encore : « Tu as de la chance, tu retournes quand à la réalité ? », « Le retour à la vraie vie va faire mal »... Bien sûr, cette phrase prend une tournure différente si elle sort de la bouche d'un Birman ou d'un Français. J'ai conscience que ma nationalité est une grande chance mais je pense que le reste de la chance se crée ! Tout est une question de choix et de priorités, comme l'est la nuance entre réussir sa vie et réussir dans la vie. Je ne crois pas avoir eu de chance particulière. Certes, parfois les planètes se sont bien alignées et ma bonne étoile m'a sûrement aidée mais dans l'ensemble, j'ai provoqué ma chance. J'ai eu la ténacité de réaliser mes rêves, quitte à parfois perdre quelques plumes au passage, mais ça valait largement le coup ! Le voyage est devenu bien plus qu'une parenthèse dans ma vie, il est mon mode de vie. Donc bien sûr que je suis terrorisée par ce retour !

Après ce tour des vallées de Napa et de Sonoma au rythme des dégustations de vin, nous revenons à Sausalito, sur la rive nord du Golden Gate. Shirley, alias Miss Cookies, nous y reçoit comme des rois, avec quatre fournées de cookies et un repas digne d'un restaurant étoilé. Elle invite ce soir-là ses amis qui demandent à Vincent : « Tu vas où après avec ta copine ? » Je me décompose en l'entendant répondre : « Ah non, nous ne sommes pas en couple, c'est juste une amie. » Voilà comment j'apprends que notre relation est terminée, après sept ans de vie commune, devant un groupe d'inconnus... Je ne peux retenir mes larmes, qui doublent d'intensité quand Shirley lui répond : « Pas de problème, j'ai deux chambres d'amis. » J'aurai donc ma chambre privée cette nuit pour pleurer toutes les larmes de mon corps et ressasser le passé.

Pour faire des concessions, j'avais accepté la semaine dernière qu'on se pose un peu à la demande de Vincent puisqu'il en avait assez de pédaler. J'ai accepté de passer les dix derniers jours chez une famille au nord de San Francisco pour leur apporter de l'aide avec des cours de français et un peu de jardinage, et ainsi rester chez eux jusqu'au retour en France. J'ai peur de m'y ennuyer, j'aurais aimé continuer l'aventure jusqu'au bout mais ce n'est plus possible. Nous nous rendons chez eux aujourd'hui pour les rencontrer : Jeanice et Jason sont géniaux, ils veulent que leurs enfants aient la chance d'être entourés d'étrangers pour être plus ouverts d'esprit. Leur mode de vie m'inspire beaucoup. De chez eux, nous allons visiter Alcatraz et assister au festival célébrant les cinquante ans du Summer of Love (ambiance *peace & love* à souhait !) ainsi qu'à la Gay Pride. J'ai beaucoup de mal à tenir en place : passer mes journées dehors me manque cruellement. Mais ces moments avec eux nous permettent de terminer notre périple d'une manière plus douce et de créer des liens plus intimes en passant plus de temps avec les mêmes personnes. Vincent refuse de dormir avec moi et préfère s'installer dans la chambre voisine en rénovation, à même la moquette. Mon lit me paraît soudain bien trop grand et le sentiment d'abandon immense. J'éprouve alors un mélange de tristesse, de regret et de culpabilité.

Allongée sur le lit, les yeux fixant le plafond bleu turquoise, je me

remémore les dernières semaines. Il y a trois mois, nous avons atterri sur le sol américain sans trop savoir ce qui nous y attendait. Nous avons vite compris que les villes américaines et leurs banlieues étaient très étalées et les distances énormes mais que l'incroyable communauté des cyclistes de Warmshowers serait notre force, un repère nous offrant l'hospitalité en chemin. Nous avons rencontré des personnes passionnées, généreuses, avec un grand cœur, dont le seul but était de soutenir les voyageurs au long cours, sans rien demander en échange, si ce n'est un peu d'aventure par le biais d'anecdotes de voyage croustillantes. Plus la date de retour en France approche et plus j'angoisse... J'ai peur de me sentir étrangère dans mon propre pays.

Quand nous arrivons chez Jim pour lui rendre le tandem, la nostalgie me prend à la gorge. Nous lui offrons la remorque pour le remercier de nous avoir prêté son incroyable vélo. J'étais tellement heureuse de pédaler sur ce tandem Santana, d'autant que tous les autres cyclistes étaient équipés comme des pros, nous aurions fait tache dans le décor si nous avions eu le tandem qu'on avait prévu d'acheter au départ, mais surtout, nous ne serions jamais arrivés au bout ! J'ai l'impression que c'était hier que nous étions dans cette même chambre, prêts à prendre le départ de l'aventure, et c'est aujourd'hui terminé : il est temps de vider la remorque et de séparer nos affaires dans nos sacs à dos respectifs. Chacun aura même son propre chariot à bagages pour la première fois à l'aéroport : le symbole est plein de sens et la scène digne d'un film dramatique.

La Californie restera donc un voyage mitigé à mes yeux, l'un des meilleurs moments car ma première fois à vélo et avec un vrai goût d'aventure, mais aussi le pire car elle symbolise la fin de notre relation. En pédalant sur les terres californiennes, j'ai ressenti une profonde liberté : dormir chez l'habitant pour s'imprégner de l'âme de la région avec le bonheur de repartir chaque matin, sentir que la route nous appartient et que l'horizon des possibles s'ouvre devant nous est merveilleux ! Le voyage à vélo est comme une allégorie de la vie : des montées grandioses ou interminables, des descentes casse-gueule mais à fond la caisse... J'ai appris à aimer comme à détester le cyclotourisme, une relation avec des

hauts et des bas, à l'image de la route et de la vie. Toutes les émotions y sont condensées, comme le sont les épreuves de la vie : ça demande de la volonté, de la ténacité et parfois du courage. Je voulais réapprendre à profiter de chaque plaisir simple. Quand tu es enfant, tout est nouveau, étonnant et fascinant, ton cerveau est parfaitement éveillé, stimulé à chaque seconde par de nouveaux apprentissages. En grandissant puis en vieillissant, ton cerveau devient plus paresseux et les stimulations se font moins nombreuses. Une fois que ton cerveau a établi la routine, tu es moins éveillé, moins vigilant à toutes ces stimulations, la fascination que tu avais enfant en découvrant le monde s'en va et tu vis de manière plus automatique. Je pense que le voyage en général réveille ton cerveau ! En allant dans de nouveaux pays, tu perds tes repères, c'est comme si tu repartais à zéro et j'adore ce sentiment de confusion. Tu vas dans des pays dont tu avais peur à cause des médias et tu es fasciné par ce que tu y découvres. Mon but est d'être pleinement éveillée chaque jour de ma vie, je veux arriver à l'âge de quatre-vingts ans et être épuisée d'avoir trop aimé, trop dansé, trop ri, en ayant vraiment vécu chaque jour de ma vie.

Enfant, l'émerveillement est naturel. Adulte, l'émerveillement est un choix. Tu choisis de mettre de l'aventure et de la fougue dans ta vie. Sortir de sa routine est la plus incroyable des sensations. Et c'est pour cela que j'ai d'abord choisi de partir et ensuite de continuer ce voyage : je ne veux pas que mes jours, le calendrier me contrôlent, je veux contrôler mes journées et choisir d'avoir une vie d'aventure, un esprit éveillé et ouvert, aux autres et aux découvertes. Car il faut apprendre à profiter de l'instant. Je pense que le plus important est de ne jamais oublier de s'amuser et de ne pas trop se prendre au sérieux ! J'ai la conviction que cet état d'esprit transforme une centaine d'années sur cette planète en un millier d'années... Le monde est un terrain de jeux, essayons de ne pas l'oublier en route !

Seule au monde

Si tu ne peux pas voler, cours. Si tu ne peux pas courir, marche. Si tu ne peux pas marcher, rampe. Mais quoi que tu fasses, tu dois continuer à avancer.

MARTIN LUTHER KING

Je suis très angoissée pendant tout le vol retour et, quand il m'embrasse sur le front pour me dire au revoir à l'aéroport de Paris, je perds tous mes repères. Il vient de me confirmer que tout était fini entre nous et je sais au fond de moi que c'est la dernière fois que je le vois. J'ai le cœur qui saigne en me demandant de quoi demain sera fait, j'ai cette sensation que nous sommes des enfants qui auraient grandi trop vite, des gamins qui se sont aimés passionnément mais sans trop savoir comment bien s'aimer. L'amour n'est jamais fourni avec un mode d'emploi... Quoi qu'il se passe dans le futur, je n'oublierai jamais ce merveilleux chapitre de ma vie, ces sept années à ses côtés ont construit la femme que je suis aujourd'hui et pour cela, je lui en suis reconnaissante.

Il est bien connu qu'un retour dans son pays natal est difficile après un voyage au long cours ou une période d'expatriation. On se sent acculturé, comme étranger dans son propre pays. J'espérais éprouver ce sentiment de retour aux sources, d'appartenance à mon pays, mais j'ai peur que ce ne soit jamais le cas. En plus de la claque de la rupture, je dois gérer seule la difficulté de rentrer là où personne ne m'attend. Ce retour en France devait, dans l'idée, n'être que temporaire, le temps de revoir la famille et les quelques amis qui nous y restaient. Nous avions trouvé notre mode de vie : être des nomades, des voyageurs. En tout cas, j'avais trouvé le mien. Mais la rupture change la donne et tous les projets : ce retour se transforme en

une longue errance de plusieurs mois en quête de sens et de nouveaux buts à atteindre seule.

À l'époque de notre vie en France, avant de partir en voyage, notre relation de couple m'avait fait couper les ponts avec la plupart de mes amis. Après deux ans et demi à l'étranger, je me sens donc très seule quand vient le moment du retour et, surtout, je me connais peu : me retrouver face à moi-même me terrifie ! Notre relation était extrêmement fusionnelle, et je pense, avec du recul, qu'il a été, en plus de mon petit ami et de mon compagnon de vie, un remplacement maternel, il m'a offert ce que je n'avais pas suffisamment eu dans le passé : de l'amour et de la tendresse. Il était tout à la fois : mon amoureux, mon meilleur ami, mon frère, ma figure maternelle... En le perdant, j'ai perdu mon monde, mon univers tout entier et tout est à reconstruire. Il me faut donc me découvrir et me consacrer à moi, à mes besoins, à mes envies et à mes rêves, même contre mon gré, dans une solitude initialement forcée.

De juillet 2017 à février 2018, de la rupture au moment où je trouve enfin la force de me relever, je vis dans un brouillard, une sorte de léthargie dont j'ai un mal fou à me sortir, j'ai la sensation de tomber dans un puits sans fond dont les parois sont trop glissantes pour m'y accrocher. Je l'attends pendant six mois car, puisqu'il a exprimé son besoin d'une pause pour se retrouver face à lui-même, j'ai l'espoir qu'il revienne et qu'on puisse reprendre nos projets là où nous les avons laissés. Je suis en fait en plein déni. Je suis en pause dans mon couple mais aussi en pause dans ma vie, j'attends, je l'attends...

Ce qui est déchirant pour moi, c'est que la seule personne qui a été témoin de mon émancipation, de mon changement, de mes progrès pendant ces deux ans a certes décidé de me gommer de sa vie au sens figuré en me quittant, mais me gomme aussi littéralement au sens propre puisque Vincent raconte son voyage en le présentant comme un voyage « solo » dans les vidéos qu'il dépose sur Internet... Je ne fais plus partie de l'équation et j'ai la sensation de ne plus être dans les souvenirs de quiconque pour ces deux dernières années... Sur YouTube, il présente des vidéos journalières et, puisqu'il m'a bloqué de tous les réseaux sociaux et que je n'ai aucun moyen

de le contacter, c'est une véritable torture de le voir tous les jours à l'écran raconter son tour du monde en solo et les leçons de vie qu'il en a tirées sans pouvoir lui parler. D'autant que j'ai la conviction que dans la plupart des vidéos, il y a des messages subliminaux qui me sont adressés...

Me retrouver devant ce mur de silence est une situation horrible. Son projet était d'ailleurs l'une des raisons du break : c'était sa chaîne YouTube ou moi. Quand on perd face à une chaîne alors que les deux sont conciliables, l'estime personnelle en prend un sacré coup. En octobre, soit quatre mois après notre retour, il accepte enfin de me revoir, après d'innombrables sollicitations de ma part. Nous avons rendez-vous devant un café de Paris, l'ambiance est sinistre, il fait sombre, je l'attends pendant plus de deux heures sous une pluie battante mais il ne viendra jamais. Le soir, je reçois un e-mail où il m'explique : « J'ai essayé, je suis venu mais je n'ai pas eu la force de te parler, je suis désolé, je te souhaite une belle vie, adieu. » Ma sœur me rejoint en urgence quelques heures plus tard pour m'aider à surmonter l'un des moments les plus durs de ma vie...

Je dois faire un effort surhumain pour tourner la page. Je me mets à dresser une liste de toutes mes options, bien trop nombreuses pour que je puisse choisir, puisque la plupart me paraissent inenvisageables seule. Sans lui, je (pense que je) ne suis rien, j'ai perdu mon partenaire, ma moitié. Pour la première fois, je ne fais plus partie d'un binôme : Justine et... mais qui est Justine seule ? Je le comprendrai bien plus tard, cette solitude destructrice se révélera salvatrice, libératrice et était peut-être même vitale !

Essaie de ne pas t'enfermer dans un modèle de couple fusionnel, au risque d'être frustré : ne t'oublie pas et n'oublie pas *tes* rêves et *tes* objectifs de vie, cela ne te rendra que plus heureux et tu seras ainsi également plus épanoui dans ta vie de couple. Respire, vis tes expériences et aime celui qui partage ta vie encore plus passionnément ! Prends garde, en disant oui à quelqu'un, à ne pas dire non à toi-même car agir en accord avec ses valeurs profondes est l'une des clefs du bonheur ! On peut vouloir s'enfermer dans une relation fusionnelle par manque de confiance en soi mais il est vital de ne pas oublier son individualité en dehors du couple pour son équilibre personnel et celui de la relation. Ayant été en couple pendant si longtemps,

depuis l'âge de mes dix-neuf ans, et ayant voyagé avec lui pendant deux ans et demi, cette sensation de perdre pied quand nous nous sommes séparés m'a presque tuée. Dès que je parlais de ce que j'aimais, de ce que je voulais, de mes projets, je disais « nous ». À la fin de notre relation, je pense que j'avais plus besoin de lui que je ne l'aimais vraiment et une relation de couple ne devrait jamais être dans cette dynamique du besoin de l'autre. La première personne qu'il faut aimer, c'est soi-même. Tu ne pourras jamais aimer, ou du moins avoir une relation saine avec quelqu'un, si tu ne t'aimes pas toi-même, et personne ne pourra t'aimer pour qui tu es vraiment si tu ne le sais pas toi-même... À mon humble avis, par amour, on peut faire des compromis, mais surtout pas de sacrifices !

Je me réfugie dans les bras de ma sœur dans cette période sombre, elle m'aide à me relever avec sa force réconfortante, même si elle se sent vite démunie face à mes indécisions et mes doutes... Au fond de moi, je sais très bien ce que je veux : vivre une vie d'aventures, mais il est tellement plus simple d'aller à contre-courant du système quand on est deux. Seule, j'ai peur de me marginaliser... Bien sûr, elle pourrait plus facilement m'aider si elle savait comment, par exemple en me remettant dans les rails d'une vie classique avec un travail et un appartement, mais je sais au plus profond de moi, je sens dans mes tripes, que ce n'est pas pour moi, ce n'est pas ma place... Je dois trouver la force de repartir pour trouver ma voie. Le problème est que je suis toujours dans l'extrême et que j'ai peur d'oublier mes rêves en me posant, même pour un temps donné, et de ne plus jamais repartir. J'aurais dû me donner un cadre en me posant quelques mois et, surtout, un travail m'aurait permis de me reposer l'esprit en arrêtant de penser sans cesse à la direction que j'allais donner à ma vie. Pendant ces mois à Paris, je tente de me faire de nouveaux amis, mais pour tous ces gens que je rencontre, je suis la fille toujours sur le départ, prête à sauter dans le prochain avion : cette indécision finit par devenir pathétique et je me tape sur les doigts d'être si incertaine.

Je finis par accepter une chambre de bonne au dixième étage sans ascenseur dans les quartiers chics de Paris en échange de baby-sitting pour les filles de la famille du propriétaire. L'échange pourrait paraître équitable

vu le prix des hébergements à Paris... Et effectivement, en termes de chiffres, il l'est, mais les membres de cette famille sont si hautains et pourris gâtés que cette expérience m'enfoncé encore un peu plus... L'accès à ma chambre sans fenêtre se fait par l'escalier de service en bois, ce qui me rend vite claustrophobe et paniquée à l'idée de m'y retrouver piégée en cas d'incendie. J'ai assez étudié les incendies pour connaître l'horreur qu'ils peuvent provoquer dans les chambres de bonne...

Ma détresse est profonde et ne fait que s'aggraver à mesure que je vois arriver la lassitude de mon entourage face à ma situation. Ils m'ont aidé mais ils se sentent de plus en plus dépourvus et impuissants : ils m'exhortent à me remettre en selle, au sens propre comme figuré. Paralysée par la peur de repartir, je suis les conseils de ma famille et postule à plusieurs postes. Je décroche un boulot sympa pour six mois dans une agence de voyages, que je refuse finalement quelques heures après qu'on me l'a offert. J'ai l'impression de revenir en arrière alors que j'avais réussi à devenir nomade et à vivre de ma passion. Si je perds ce statut de voyageuse, de « digital nomade », en plus de ma relation, je perdrai les deux choses qui me caractérisaient le plus et je ne saurai vraiment plus du tout qui je suis ! Puisque j'ai déjà perdu l'une de mes deux bases, il faut que je m'accroche à la seconde pour ne pas me perdre : il faut que je reste une globe-trotteuse. Pour être épanouie, je pense en effet qu'il faut respecter l'équilibre entre nos différents besoins, qui peuvent être symbolisés par un tabouret à trois pieds : chaque pied représente un pilier de la vie : un pied pour la vie professionnelle, un pied pour la vie sociale et les activités, et un pied pour la vie affective et personnelle : si l'un des piliers est trop long, trop court ou manquant, l'équilibre est bancal et le résultat inévitable est la chute ! Il est donc vital de prendre soin de tous les piliers de notre tabouret et le mien est clairement en miettes. Je me bats pour sauver le dernier pied !

Dès le lendemain de mon refus du poste à l'agence de voyages, je regrette mon choix et surtout je panique. Ça y est, puisque j'ai refusé ce poste (qui n'était pourtant qu'un CDD), il faut que je reparte en voyages puisque c'était la raison même de ce refus. Pourtant, cette fichue peur me paralyse. Je n'ai pas peur en soi de voyager seule, pas peur de la logistique ni des

dangers, mais je me questionne plutôt sur le sens du voyage en solitaire : pourquoi voyager et vivre de belles choses puisque je n'aurai de toute façon personne avec qui partager ce bonheur, personne avec qui vibrer ? Mais finalement, je me lance. Je n'en peux plus de procrastiner, il faut que j'agisse !

En me retrouvant seule, je sais que je n'ai pas d'autre choix que celui d'avancer : j'ai une liste immense de possibilités et la peur de me tromper me paralyse. Tellement d'opportunités, cumulées à tous ces *stimuli* extérieurs (réseaux sociaux où je compare ma vie à celle des autres, avis de ma famille et de mes amis...) me font tourner la tête. J'en viens à ne même plus dormir : je demande, ou plutôt je supplie mes proches, de choisir pour moi. Mais tous me répondent par la négative, je suis seule face à moi-même. Je me perds comme devant une carte de restaurants avec un choix de plats trop important, mais je finis par jeter mon dévolu sur un plat réconfortant aux parfums connus : Taïwan.

J'achète un billet pour le premier vol direction Taipei, en me disant que c'est la meilleure solution puisque je connais déjà l'endroit et que c'est ainsi une reprise en douceur, un premier voyage à l'étranger facile dans un terrain connu. Dès que j'ai pris cette décision, je me sens mieux. Et ce n'est pas qu'une impression, il a été prouvé que le fait de prendre une décision réduit l'anxiété ! Les processus mentaux tels que créer des intentions, poser des objectifs ou encore élaborer des stratégies pour y parvenir sollicitent le cortex préfrontal. Ainsi, la prise de décision induit un changement dans les circuits de l'attention et dans la manière dont nous nous sentons par rapport au problème suite à une hausse de la dopamine, l'hormone de la récompense. Nous nous sentons davantage heureux quand ce qui nous arrive de bien est consécutif à notre décision. Quand nous sommes confrontés à une décision que nous avons subie ou que nous prenons sous le poids des conventions sociales, le circuit de la récompense n'est pas activé dans le cerveau, mais c'est plutôt celui du stress ! On ne se contente donc pas de choisir les choses qu'on aime, on aime aussi les choses qu'on choisit !

Pour ne pas me perdre dans cet océan de possibilités, j'ai trouvé la

solution qui m'aide à prendre mes décisions bien plus facilement : quand je suis à un croisement des chemins et que je dois prendre une décision mais que je ne sais absolument pas laquelle, quand le dilemme est trop grand, je me demande quelle histoire j'aimerais raconter à mes petits-enfants quand je serai vieille, quel choix me fera devenir une personne dont je pourrai être fière. Ce recul m'aide à voir l'image globale pour accéder à ce qui me rendra fière de moi, même si le chemin est épineux et semé d'embûches... Quelle histoire ai-je envie de raconter à mes petits-enfants ? Quelle image de moi je veux leur présenter ? Celle d'une gentille fille qui a toujours été responsable et agit avec raison ou au contraire l'image d'une femme qui a eu le courage de suivre ses rêves et a vécu avec passion ? Les décisions sont, depuis que j'utilise cette technique, bien plus faciles à prendre ! Et ça marche aussi quand j'essaie de rendre fière la version plus âgée de moi-même. Quand j'ai eu trop de décisions à prendre le même jour, je lève le drapeau rouge « quota atteint ». J'ai souvent imaginé la conversation que je pourrais avoir avec la Justine plus âgée :

— Est-ce que tu crois que je serai fière de moi si je pars à vélo seule ? Je n'arrive pas à me décider, j'ai cette super opportunité d'emploi dans une agence de voyages et je devrais sûrement accepter, après tout, ça me donnera un cadre, des collègues, une structure et je me sentirai sûrement moins perdue...

— Tu sais très bien au fond de toi qu'être en face d'un ordinateur toute la journée, ce n'est pas pour toi. Tu viens de perdre la moitié de ce qui te définissait : Vincent, tu ne peux pas en plus perdre la deuxième chose qui te caractérise : tu es une voyageuse...

— Oui mais j'ai peur de repartir seule, je suis brisée et je ne sais pas si je vais réussir à me reconstruire...

— Tu te rappelles ce dicton japonais qui dit : « Ce qui a été brisé brille d'autant plus car il laisse passer la lumière » ? N'oublie jamais que ces épreuves se trouvent sur ton chemin pour te rendre plus forte. Repars et prouve-lui, prouve-toi et prouve à tous que tu es capable de t'en sortir, même seule, et que ton bonheur ne tient qu'à toi !

Après un *housesitting* à Paris pendant le sinistre mois d'octobre et le

rendez-vous raté avec Vincent, je suis dans l'avion direction Taipei, le choix que je pense être celui de la sagesse. Il s'avère que c'est une très mauvaise idée puisque, même si j'adore Taïwan, y remettre les pieds ravive beaucoup de souvenirs douloureux. Je suis hébergée par une famille en échange de cours de français mais les conditions sont insalubres et je me sens plus seule que jamais. Chaque coin de rue, chaque boutique de *bubble tea*, tout me rappelle Vincent et surtout la manière dramatique dont tout s'est déterminé ici.

Il m'arrive d'appeler mon père en plein milieu de la nuit, en proie à de véritables crises de panique : « Papa, j'ai besoin de toi, j'ai peur. » Il me parle encore aujourd'hui de ce moment, de la douleur qu'il avait ressentie : « Tu n'imagines pas à quel point ça m'a fait mal aux tripes, je me suis senti impuissant, surtout en étant si loin », m'a-t-il expliqué. Le plus ironique dans l'histoire est que Vincent est à Taipei en même temps que moi et, le jour où j'y arrive, la vidéo qu'il publie sur YouTube est intitulée « Pourquoi j'ai voulu me suicider à Taïwan ? ».

J'ai l'impression d'être dans un cauchemar. Pour couronner le tout, chaque Taïwanais que je rencontre en rajoute une couche en me demandant ce que je fais ici, seule, alors que Noël est dans quelques jours... Puisque je suis particulièrement faible à ce moment-là, je cède à cette pression, je n'ai rien à quoi me raccrocher ici à part quelques élèves que je suis contente de revoir. Quinze jours plus tard, dans un élan aussi impulsif que celui que j'avais eu pour partir, je décide de rentrer en France le 24 décembre, une manière de tourner définitivement un trait sur ce chapitre de ma vie. Au retour, je comprends que mon obsession de repartir était en partie due au fait que j'espérais retrouver le bonheur d'avant à deux, en occultant volontairement une partie de l'équation : j'étais maintenant seule et plus rien ne serait jamais pareil.

J'ai cette certitude que mon monde, en voyageant, s'est trop étendu pour que je puisse revenir à ma vie d'avant, qui me paraît maintenant si petite, si étriquée. Il m'en faut plus, il me faut aller de l'avant ! Je m'attelle à la construction d'un nouveau projet car je sais qu'avoir un nouveau but à atteindre est la seule chose qui peut me sauver ! J'ai tellement adoré le

voyage à vélo que je veux recommencer, d'autant que le dernier m'avait laissé comme un goût d'inachevé. En pleine période du tour de France, j'ai l'idée de contacter tous les sponsors de cet événement cycliste majeur pour tenter de les convaincre de me soutenir. J'envoie des centaines d'e-mails jusqu'à avoir la surprise et le bonheur de recevoir une réponse positive de Cofidis, qui accepte de me sponsoriser à hauteur de 20 % à condition que je réalise un financement participatif sur leur site, c'est-à-dire que des particuliers qui souhaitent me soutenir dans la réalisation de ce projet peuvent participer financièrement à la cagnotte.

Sachant que j'avais la promesse de dons de deux entreprises que j'avais démarchées en parallèle, j'accepte, et ce moyen permet de financer l'achat du vélo de l'aventure. Je passe des semaines à choisir, comparer, étudier l'offre, mais comme je n'y connais rien, je fais appel aux conseils d'autres voyageurs à vélo. Tout me paraît si compliqué et je regrette la simplicité de la Californie. Préparer est très difficile pour moi : j'aime la spontanéité et la surprise qu'offre un voyage sans trop de préparation ! Je finis par me décider après des semaines de recherche, d'hésitations et de questionnements. Mon choix se porte sur un vélo de marque allemande, le TX400, réputé très robuste, très lourd (16 kilos) mais très costaud et fiable (je n'aurai d'ailleurs aucun problème en 5 500 kilomètres, pas même une crevaison).

Le jour de mes vingt-sept ans, en janvier 2018, je vais au salon du voyage à vélo à Paris et j'y rencontre des voyageurs inspirants qui me poussent encore davantage dans l'envie de réaliser ce projet. En sortant, mes parents m'invitent au restaurant mais le cœur n'y est pas, l'ambiance de janvier à Paris est morne et la vie animée des rues d'Asie me manque... Puisque les plans sont faits pour être changés, je décide d'acheter un billet d'avion le soir même pour un voyage en sac à dos en Asie. Le vélo sera pour plus tard, j'ai d'abord besoin de me ressourcer.

Je ne le sais pas encore mais les cinq mois de voyage en sac à dos qui vont suivre me sauveront la vie... Cela peut paraître excessif mais j'en ai l'intime conviction. Les rencontres vont me redonner goût à la vie... Je ne me sens pas capable moralement, à ce moment-là, de me lancer dans un défi

d'envergure tel qu'un périple à vélo, j'ai besoin d'y aller étape par étape en partant d'abord sac au dos pour me retrouver et tenter de réparer mon petit cœur brisé. Mon vélo m'attendra, au chaud, dans le garage de ma chère amie Béné.

En ce matin grisâtre de février, je déambule dans les couloirs déprimants de l'aéroport Paris-Charles-de-Gaulle, le seul au monde que je déteste, sûrement à cause de tous ces retours du bout du monde ces dernières années dans la grisaille parisienne. Mais ce matin, je suis loin d'être déprimée car c'est un jour de départ ! Je sais que je suis en train de tourner la page de ces mois difficiles, pendant lesquels je suis tombée plus bas que terre. J'ai supplié celui qui m'avait abandonné de revenir, j'ai quémandé de l'amour dans les bras réconfortants de ma grande sœur et j'ai finalement trouvé la force d'avancer...

Ce matin, je m'envole pour l'Asie, pour essayer de remettre à leur place les petits bouts de moi qui ont été éparpillés, éclatés dans l'abandon de la rupture. Cette phrase d'*Into the Wild* me revient en mémoire : « La fragilité du cristal ne le rend pas faible, elle le rend délicat. » J'ai été brisée et j'ai finalement puisé dans mes dernières forces pour arrêter la chute, m'accrocher aux rebords du puits et remonter car une fois que tu as touché le fond, à part creuser, il n'y a plus rien à faire, si ce n'est rebondir pour remonter à la surface, reprendre ton souffle et retrouver goût à la vie. Je m'achète une dernière bonne tablette de chocolat suisse pour le voyage, le chocolat est mon allié de tous les temps et lui ne m'a jamais laissé tomber !

Quand l'avion décolle enfin, je sens des larmes de joie couler sur mes joues et je me dis que même si la vie nous confronte parfois à des tempêtes, il ne faut jamais oublier que les avions décollent toujours face au vent et que faire preuve de résilience aide à naviguer dans les torrents qui peuvent tenter de nous submerger dans les moments difficiles. Si tu es dans une période sombre, tu es sans t'en rendre compte en train de préparer ton envol ! N'oublie jamais que rien ne dure et que la roue finit toujours par tourner. Rien n'est permanent dans ce monde, pas même nos problèmes...

Ma renaissance

Tourne-toi vers le soleil, et l'ombre sera derrière toi !

PROVERBE MAORI

Dans l'avion vers l'Asie du Sud-Est, je me sens revivre : j'échange des sourires avec les autres passagers et la nourriture a enfin du goût. Il est temps de reprendre ma vie en main et d'être la princesse de mon propre conte de fées en affrontant mes démons intérieurs ! En l'espace de sept mois, je suis tombée, j'ai souffert puis je me suis relevée. Les épreuves de cette année m'ont façonnée pour me faire devenir une meilleure personne. J'ai appris que tout n'est que temporaire et il ne tient qu'à nous de tourner la roue dans la bonne direction.

Dans nos sociétés occidentales, nous sommes conditionnés à vivre avec un certain style de vie. Tu es censé aller à l'université, gagner ta vie le mieux possible, te marier, avoir un bon travail et des enfants, avec le chien en prime. Cela rend bien sûr beaucoup de monde heureux mais ne convient pas à tous. Les attentes et la pression sociale sont souvent fortes pour nous amener dans le moule que la société a créé pour nous. Le problème est de ne pas oser réaliser ses rêves en pensant ne pas avoir d'autres choix que de suivre le mouvement. Comment savoir à dix-huit ans qui on veut vraiment devenir ? Je pense que l'année de césure entre le lycée et les études supérieures pour voyager et apprendre à mieux se connaître devrait être une option valorisée.

Nous avons tous nos doutes et nos insécurités, voyager permet de partir à la rencontre de soi-même et de prendre confiance en soi. Le voyage représente l'intensité, le bonheur d'avoir les sens constamment en éveil, ce sentiment de se sentir incroyablement vivant, la sensation d'être davantage ouvert sur les autres et sur le monde... J'essaie de toutes mes forces de

rester la même personne quand je me pose quelque part ne serait-ce que pour quelques semaines mais c'est difficile, et alors la Justine voyageuse me manque. M'imaginer dans une vie sédentaire est un vrai challenge, comme pour la plupart des voyageurs au long cours. Le challenge consiste à garder l'intensité des nouvelles découvertes que l'on a en voyage et à l'adapter à sa vie sédentaire, en gardant ses yeux de voyageur pour s'émerveiller des choses que l'on oublie parfois de regarder autour de nous car le bonheur réside dans ces petits plaisirs.

Je suis mise à l'épreuve dès le début de ce premier grand voyage solo quand j'arrive à Bangkok sans mon sac, perdu en Autriche pendant l'escale. La compagnie me dédommage de 1 000 baths thaïlandais (environ 50 euros), compensation qui me paie mes deux premières nuits en auberge et quelques vêtements de rechange. Il m'arrive parfois de regarder les vêtements que je porte et de sourire en pensant que j'ai acheté chacun d'eux dans un pays différent. En perdant mon sac ce jour-là, j'en tire une bonne leçon : voyager léger et n'avoir qu'un sac cabine !

Je suis bloquée deux jours à Bangkok le temps que mon sac arrive mais, dès que je le récupère, je saute dans le premier train direction le sud, toujours en troisième classe, car en plus d'être la moins chère, c'est toujours la plus conviviale. Je rencontre des inconnus bienveillants qui m'aident à traduire mon billet et à commander sur une carte rédigée en thaï un plat pas trop épicé... Après 15 heures de train, j'embarque dans le minibus qui file vers Koh Lanta (le jeu télévisé a été filmé sur une île voisine) où je fais la connaissance de Patricia, une Américaine dans la cinquantaine qui m'aide, comme une maman adoptive provisoire, à surmonter la solitude des débuts du voyage solo. Nous passons des heures à discuter, je ne peux retenir mes larmes mais je constate tout de même qu'une première étape a été franchie : je pleure, certes, mais ce n'est plus à torrents comme en France. Je vis les étapes de cette séparation comme celles d'un deuil, avec le travail sur soi que cela implique : le choc, le déni, la colère et le marchandage, la tristesse, la résignation, l'acceptation et enfin la reconstruction. D'ici quelques mois, avec un peu de chance, je serai capable d'en parler sans pleurer.

La première nuit, je rêve de ma petite mamie : « Ma chérie, profite de ce

voyage pour retrouver goût à la vie et surtout apprendre à vivre seule, va dans la direction qui te rendra heureuse sans te retourner. Aie confiance, tout va s'arranger ! Je sais que tu es forte, tu as toujours su te relever, tout ira bien pour toi, j'ai confiance ! N'oublie pas que je veille sur toi et que je suis là pour te guider ! » Je me réveille apaisée le lendemain. Un ange est passé...

Mon premier réflexe en arrivant sur l'île est de chercher Balou, mon berger australien à trois pattes : j'avais gardé contact pendant plus d'un an avec ses nouveaux maîtres mais nos échanges s'étaient espacés jusqu'à s'interrompre. Sa photo à la main, je fais plusieurs fois le tour de l'île, dans tous les recoins possibles et imaginables, et je vais même au refuge pour chiens errants. Mais rien, aucune trace de Balou. Trois ans plus tard, le restaurant de la famille a été remplacé par un salon de massage. Comme souvent en Asie, tout est provisoire. Je ne saurai donc jamais ce qui lui est arrivé : j'espère qu'il va bien et qu'il a été adopté par une famille de Suédois, ces têtes blondes étant extrêmement nombreuses à Koh Lanta en raison d'un accord entre les gouvernements suédois et thaïlandais.

Je suis vraiment heureuse d'être de retour en Thaïlande où j'ai déjà passé six mois en additionnant mes différents voyages, et où je me sens comme à la maison. J'y retrouve les sourires du peuple thaï qui m'apaisent presque instantanément : venir ici était la bonne décision !

Puisque c'est la première fois que je voyage seule, je suis bien ennuyée quand vient le moment d'aller à la plage : Comment faire pour me baigner en laissant mes affaires sur le sable sans risquer de me faire détrousser ? Rebecca, une Chilienne que je rencontre à l'auberge, me donne l'idée du siècle : « Tu mets tes affaires dans une couche de bébé que tu enfonces ensuite à moitié dans le sable ! Je peux t'assurer que personne n'y touchera ! D'autant plus si tu y ajoutes un peu de chocolat au lait. Technique infallible ! » Je manque de m'étrangler avec mon thé tellement je ris ! Quelle idée ! Très maligne en fait.

Je fais à Koh Lanta une rencontre déterminante, celle de Célia, une formidable Française avec qui le feeling est immédiat. Nous décidons d'explorer la Birmanie ensemble. Pendant nos quelques jours sur l'île

thaïlandaise, nous visitons une école pour présenter aux élèves la France et notre voyage, à la demande de l'institutrice. Un beau moment de partage, d'autant que j'ai toujours avec moi une mappemonde gonflable qui facilite le contact avec les enfants !

Ce qui m'attriste ici et en Asie en général, ce sont les quantités de sacs plastique utilisés à la sortie des supérettes locales, les 7/11. On les retrouve partout, jonchant les sols et les plages. Même si nous ne sommes pas parfaits en Europe, nous sommes tout de même beaucoup plus avancés : seules la prévention et l'éducation au tri et à la réduction des déchets pourraient faire changer les mentalités et les réflexes.

Nous rejoignons la Birmanie au départ de Thaïlande en stop. Sur le ferry de retour de Koh Tao où nous avons fait une escale, je rencontre Arnaud et sa famille. En m'approchant du bateau, j'aperçois quatre vélos de voyage, chargés de sacoches, deux de taille adulte et deux bien plus petits. Je cherche les propriétaires du regard. Ils ne doivent pas être bien loin puisque les vélos ne sont pas attachés. Effectivement, je trouve vite la petite famille attablée au seul boui-boui encore ouvert à cette heure tardive. Arnaud, sa femme et leurs deux fils sont en train de parcourir l'Asie à vélo, en essayant de convaincre leur plus jeune fils des avantages du cyclotourisme car celui-ci ne prend pas vraiment plaisir à pédaler, au grand dam de ses parents. Je passe la soirée avec eux, à rêver en écoutant leur récit, et mon voyage sac au dos me paraît d'un coup tellement fade ! J'ai hâte de me lancer à vélo moi aussi.

Dès le passage de la frontière birmane, je sens que je vais adorer ce pays. Le policier à l'immigration nous fait asseoir et nous propose des biscuits en nous questionnant comme un vieil ami sur la raison de notre visite. Nous observons au mur une grande affiche indiquant les *no go zones*, c'est-à-dire les zones interdites aux touristes. Est-ce que le gouvernement voudrait éviter les témoins gênants ? L'homme a le regard fuyant et nous répond furtivement dès que nous abordons la question. En sillonnant le pays en stop, nous allons être souvent contrôlés par la police locale par le biais de barrages car les policiers ont pour mission de connaître la position des

touristes afin qu'ils ne se trouvent pas là où ils ne sont pas censés être, et ainsi voir ce qu'ils ne sont pas censés voir.

Une fois mon passeport tamponné et la frontière officiellement franchie, je tombe instantanément sous le charme de la Birmanie. Nous nous retrouvons encerclées par des hommes remuant des billets et nous promettant le meilleur taux de change. Passer une frontière terrestre permet toujours de prendre rapidement le pouls du nouveau pays et de constater les différences avec le pays précédent. Les Birmans sont bien moins aisés mais plus souriants que les Thaïlandais (probablement davantage habitués aux touristes). J'avais beaucoup hésité avant de me rendre dans leur pays car je ne voulais pas cautionner par ma présence le génocide en cours contre une partie de la population. D'un autre côté, je voulais voir la réalité du pays car le voyage permet de se confronter aux horreurs commises par l'homme et de ne pas faire l'autruche. Ce séjour en Birmanie sera l'un des plus marquants de ma vie.

Dès le premier jour, nous comprenons qu'ici, nous allons être comme des rock stars, prises en photo un nombre incalculable de fois, les Birmans voulant tous un selfie à nos côtés. Je pense que notre visage a atterri sur beaucoup de profils Facebook locaux !

La Birmanie est ce pays peuplé de gens aux dents rouges et à la peau jaune, et à la spiritualité fascinante. En effet, les Birmans, y compris les jeunes adultes, sont nombreux à chiquer le bétel : un mélange de tabac, de noix d'arec (appelée noix de bétel) et de chaux, agrémenté parfois d'épices. Outre son effet stimulant, la noix d'arec est vantée pour ses vertus antidouleur. On trouve des petits stands proposant le bétel à chaque coin de rue. Les ingrédients sont enroulés dans des feuilles fraîches de palmier à bétel par des marchands, et le tout est vendu pour l'équivalent de 15 centimes d'euro l'unité. Plus de la moitié des hommes birmans et une femme sur cinq chiquent ce tabac. Évidemment, qui dit chique dit crachat, et le bétel étant rouge, les Birmans ont les dents et la bouche rouges, de la même couleur que leur crachat. Le tabac et la noix d'arec sont tous les deux cancérigènes mais aucune campagne de prévention n'est réalisée dans ce pays figurant parmi les plus pauvres d'Asie. Ce stimulant peut être comparé

aux feuilles de coca que je découvrirai plus tard en Amérique du Sud. C'est très perturbant le premier jour car on a l'impression de voir des taches de sang partout sur le sol. Ce qui est sûr, c'est que le bétel rend le sourire birman unique !

Pour ce qui est du visage, les femmes birmanes se l'enduisent de tanaka, une poudre jaune extraite de l'arbre du même nom. Elle n'est pas seulement esthétique, elle sert aussi à protéger du soleil et prévient l'acné et les rides. La poudre de tanaka est l'écorce de l'arbre broyée, qu'il faut mélanger avec un peu d'eau avant de l'appliquer sur la peau. J'en ai souvent utilisé. Ça donne vraiment une sensation de fraîcheur.

Une autre spécificité de la Birmanie est la conduite ! Le volant est à droite, héritage colonial de l'empire britannique. Mais la conduite s'effectue également à droite (car d'après l'astrologue du dictateur Ne Win, ça porterait chance). La conduite est donc très difficile puisque le conducteur n'a aucune visibilité pour doubler. Ils sont même deux à conduire les bus, le chauffeur à proprement parler et son assistant, qui se tient à gauche et qui lui indique quand la voie est libre ! Je serre les fesses et ferme les yeux quand le chauffeur double des camions et des bus en pleine côte, sans aucune visibilité. La première fois que nous avons tenté le stop en Birmanie, ça a été assez folklorique ! Une fois à destination, le conducteur nous a demandé une somme ridiculement élevée pour la durée du trajet. Nous avons aussi découvert que l'habituel pouce levé n'a ici aucun effet, à part faire rire ou klaxonner les conducteurs. Pour qu'ils comprennent notre objectif, il nous faut tendre la main, paume vers le sol et l'agiter de haut en bas.

Partout où je vais, le mélange de bruits, d'odeurs et de couleurs m'émeut. Je découvre, accoudée à la fenêtre ouverte du bus, qu'il est vraiment possible de pleurer de bonheur. J'ai l'impression de renaître après ces mois de léthargie, tel un phénix qui renaît de ses cendres. Quand je m'effondre le premier soir dans un lit trop petit à même le sol birman, la moindre once d'énergie m'a quittée mais je souris en sentant un bonheur pur envahir chaque parcelle de mon corps. La spiritualité que je perçois partout ici joue un rôle évident dans ce bien-être.

La situation politique en cours et le génocide des Rohingyas posent forcément un cas de conscience au voyageur. Nous nous sommes beaucoup renseignées avant de venir. Nous fallait-il boycotter ce pays superbe, à la population accueillante et aux sites historiques remarquables ? Et que se passe-t-il en Birmanie ? Les Rohingyas sont un groupe ethnique de religion musulmane vivant principalement dans le nord de l'État d'Arakan, à l'ouest du Myanmar où ils sont considérés comme des immigrants illégaux du Bangladesh voisin. Au nombre de 1,3 million en Birmanie, ils ne représentent que 5 % de la population du pays. Une autre grande ethnie, les Barmans, compose la majeure partie de la population, qui compte en tout plus de 50 millions d'habitants. Les Rohingyas font partie des minorités musulmanes rejetées par les bouddhistes et sont l'une des minorités ethniques les plus persécutées au monde d'après l'ONU et les ONG. Les Rohingyas font depuis longtemps l'objet d'une ségrégation impitoyable. En 1982, une loi a déclaré que seuls les groupes ethniques présents sur le territoire avant 1823, date de la première guerre anglo-birmane qui a mené à la colonisation, peuvent aujourd'hui obtenir la nationalité birmane. Certains Rohingyas seraient présents en Birmanie depuis 1 200 ans, tandis que d'autres seraient arrivés des pays voisins plus tardivement, au XIX^e siècle.

Les Rohingyas ne font pas partie des 135 minorités birmanes répertoriées par les autorités birmanes. Jugés apatrides, ils sont interdits de voyage et ont un accès limité à l'éducation et aux soins de santé. Les Barmans considèrent les Rohingyas comme des immigrants, des intrus, et non comme de véritables Birmans. Ainsi, depuis environ soixante-dix ans, des lois ont été adoptées en Birmanie pour empêcher les Rohingyas de s'intégrer à la société. À l'heure actuelle, ils sont plus de 120 000 à vivre parqués dans des camps et des dizaines de milliers d'entre eux se sont exilés au Bangladesh pour fuir le pouvoir birman qui mène une campagne d'épuration ethnique. L'armée, qui a longtemps exercé sur la Birmanie une dictature très autoritaire, a fini par avouer l'existence d'un charnier de victimes de cette communauté...

Nous avons décidé de visiter la Birmanie de manière indépendante et responsable car les touristes, par leur visite, peuvent contribuer à éviter au

pays de basculer à nouveau dans l'isolement et la misère. L'un de nos conducteurs, avec lequel nous avons passé la journée, nous a particulièrement marqués. Le soir, il nous invite à dormir chez ses parents. Cette proposition est vraiment touchante et nous l'acceptons avec plaisir mais avec réserve car nous savons que le gouvernement interdit aux Birmans d'accueillir des étrangers chez eux. D'après lui, avertir simplement la police locale de notre présence serait suffisant. Pourtant, dans la soirée, ses parents prennent peur et appellent un autre commissariat pour signaler notre présence et s'assurer qu'ils n'auront pas de problèmes. Les policiers leur ordonnent alors de nous faire partir. Nous voilà donc à la rue à plus de 21 heures. Heureusement, l'un des membres de la famille nous conduit dans un hôtel des environs, celui qui restera dans nos annales comme le plus cher de tout le voyage, les propriétaires ayant gonflé les prix en comprenant le peu de solutions que nous avions. En effet, le prix des hôtels est très élevé dans ce pays, sans corrélation avec leur qualité, car le peu d'hôteliers présents pour le moment en Birmanie sont tout simplement en position de force : l'offre et la demande ne sont pas équilibrées.

La Birmanie possède des sites incroyables, souvent méconnus ou oubliés. L'un des plus impressionnants est Bagan, un immense site archéologique de 42 km² d'où émergent de la jungle plus de 2 500 monuments bouddhiques, temples et pagodes, érigés du x^e au xiv^e siècle. Les montgolfières qui se lancent dans le ciel chaque matin à l'aube confèrent au lieu une atmosphère magique. Bagan fut avec Angkor le plus grand empire d'Asie du Sud-Est. Il est aussi mythique qu'Angkor, mais avec les touristes en moins. Cet endroit exerce un vrai pouvoir d'attraction et nous y restons presque une semaine pendant laquelle nous profitons de quatre levers du soleil au sommet d'une pagode. Célia et moi avons pris une chambre pour la semaine dans la ville voisine de Bagan. Au premier lever du soleil, nous voilà donc en train d'essayer de faire du stop à 8 heures du matin, 100 kilomètres nous séparant du site où il nous sera possible de louer notre propre deux-roues. Le seul scooter sur la route à cette heure improbable s'arrête finalement et nous hésitons à embarquer avec son conducteur en sentant sa forte haleine de bière. Voulant à tout prix assister à notre premier lever de soleil, nous

décidons de monter avec lui et je me retrouve alors prise en sandwich entre Célia et lui, qui ne cesse de se retourner pour me parler alors que je le supplie de regarder la route. Ce seront les vingt minutes de trajet les plus longues de ma vie ! Finalement arrivées à bon port, nous louons un scooter électrique et nous dirigeons vers l'une des pagodes pour nous délecter des superbes couleurs orangées du soleil à l'aube sur cet endroit mystérieux. Nous y retournons tous les jours, malgré la fatigue, pour avoir un point de vue et une perspective différente du sommet d'une nouvelle pagode.

En arrivant à Yangon, la plus grande ville du Myanmar, nous découvrons un endroit assez sinistre, parfait pour une exploration urbaine. En 1997, les hommes les plus puissants de la dictature du Myanmar s'étaient réunis pour la cérémonie d'inauguration d'un nouveau parc à thèmes au centre de Yangon. La junte semblait espérer distraire, grâce à ce parc, une population vivant sous le joug de la domination militaire brutale. En 2012, sans raison apparente, le parc ferme du jour au lendemain et est laissé, jusqu'à aujourd'hui, à l'abandon. Nous décidons d'y aller nous faire quelques frissons. Les locaux nous indiquent un trou dans l'une des clôtures pour y pénétrer. Le lieu est assez glauque et j'imagine encore les rires des enfants et la joie des parents. La nature y a repris ses droits et la végétation est luxuriante. Ce lieu nous glace le sang et nous ne nous y attardons pas.

J'aime les endroits hors du temps comme le Myanmar, je m'y sens à ma place. La simplicité, la sincérité et l'authenticité des peuples à l'écart du monde moderne me touchent profondément, et c'est la raison pour laquelle j'ai un tel coup de cœur pour ce pays. Voyager en stop dans ces contrées encore méconnues et préservées du tourisme de masse est fantastique. Ce que je recherche dans le voyage, c'est le dépaysement, ce moment où je perds mes repères mais qui éveille chacun de mes sens, et ce voyage est sans conteste rempli de ces moments ! Voilà pourquoi, au contraire, les pays ayant une culture occidentale proche de la nôtre m'attirent beaucoup moins.

J'ai la sensation que le voyage m'offre la ressource la plus précieuse : le temps et je l'utilise, entre autres, pour lire. J'adore prendre le temps de lire, et notamment des biographies. Je trouve que la partie la plus intéressante du

livre est toujours le début, quand la personne se construit, doute et se bat de toutes ses forces, comme un lion pour atteindre son but et s'en sortir.

Célia et moi avons entendu parler du village de Mindat, situé près de la frontière sud de la province de Chin, par différents voyageurs car les dernières femmes au visage tatoué s'y trouveraient (la pratique est maintenant interdite en Birmanie depuis plus de quarante ans). La tradition consistait à tatouer le visage des jeunes filles chin pour les enlaidir et éviter qu'elles ne soient kidnappées par les hommes des États voisins ou par les rois du Myanmar qui sillonnaient le pays à la recherche des plus belles femmes du pays pour agrandir leur harem.

Il nous faut presque deux jours de stop dans des terrains accidentés pour arriver, soulagées, dans cette province reculée. Après tant d'efforts, je suis émue lorsque nous arrivons devant la maison de l'une des femmes de l'ethnie *chin*, célèbre pour son don unique et atypique : jouer de la flûte avec le nez. Elle est décrite comme un rayon de soleil par l'un des photographes du National Geographic venu spécialement la rencontrer. Nous sommes accueillies par l'un de ses fils, un homme à la carrure imposante et au regard sincère. Il nous invite à entrer après nous être déchaussées (comme toujours en Asie). Nous sommes toutes les deux intimidées, il nous invite à nous installer le temps que sa mère se prépare. Nous ne voulons pas la déranger mais elle insiste pour nous faire une démonstration de son art si particulier qui fait sa fierté et qui a fait sa gloire. Elle revient alors avec d'incroyables boucles d'oreilles (si grandes qu'elles ont formé un trou de plusieurs centimètres de diamètre dans le lobe de son oreille), de magnifiques colliers et un sourire jusqu'aux oreilles. Elle nous dit qu'elle est toujours heureuse quand elle reçoit de la visite de touristes, car elle se sent ainsi moins seule. Elle est tellement adorable, elle a une telle douceur dans le regard qu'elle me rappelle ma petite mamie. Sa démonstration de flûte de nez nous laisse sans voix. Je vois à quel point elle veut faire de son mieux, je suis épatée ! Nous profitons ensuite de la présence de son fils qui parle anglais pour lui poser des questions sur sa vie. Elle nous raconte comment elle a été tatouée, à l'âge de quinze ans, par les autres membres de la tribu. À l'évocation de ce souvenir, une ombre passe sur son visage. Elle

est fatiguée et nous ne voulons pas abuser de sa gentillesse, nous nous éclipsions alors en la remerciant chaleureusement.

Dans le village, nous croisons d'autres femmes dont le motif du tatouage diffère en fonction de leur village d'origine. Presque toutes ont cependant d'immenses boucles d'oreilles en bambou, et certaines s'en servent pour y cacher leur tabac !

En descendant les sentiers des collines de Mindat, nous croisons la route d'une sœur catholique qui nous invite à visiter son couvent où elle a créé une école pour les enfants des rues orphelins, un endroit incroyable ! C'est son anniversaire aujourd'hui et elle nous propose de partager son gâteau, un vrai moment simple de partage. En la quittant, nous croisons un local, étonné et excité de voir des touristes perdues dans ce coin reculé de Birmanie. Il nous invite joyeusement à partager une cérémonie chamanique en cours dans la maison voisine : le sacrifice d'un buffle. Pas franchement rassurées, nous y allons à reculons : je n'ai pas envie de voir le sacrifice mais heureusement, celui-ci est déjà terminé quand nous arrivons. La peau et les organes sèchent au soleil et les femmes sont en train de cuire la viande de différentes manières. Il y a une quantité impressionnante de sang sur le sol, ce qui ne semble pas les gêner le moins du monde. Ils nous proposent, pour honorer le sacrifice, de boire dans une jarre en terre cuite (dont le contenu est caché puisque le contenant est opaque) un liquide pour célébrer l'offrande faite aux dieux. N'écoutant que mon courage et voulant faire honneur à leur accueil, j'accepte de boire, priant intérieurement pour qu'il ne s'agisse pas du sang de la bête. J'aspire en grimaçant et en me crispant mais, grand soulagement, ce n'est que de l'alcool de riz fait maison, certes très fort mais j'ai bien besoin d'un petit remontant après toutes ces émotions ! J'explose de rire quand, essayant de communiquer avec l'un des hommes, je lui mime avec les mains de ne pas trop boire. Il me répond avec la seule phrase qu'il connaisse en anglais : « *Step by step* » ! (étape par étape) Le soir, nous trouvons une minuscule auberge avec une vue incroyable sur les montagnes, heureusement équipée d'énormes couvertures de laine pour nous réchauffer de ce froid typique des hauteurs.

Avec ces trois expériences variées et uniques, nous avons eu aujourd'hui l'exemple parfait du mélange des religions et des cultures de cette région. Mindat est superbe, je me sens dans une autre dimension, le temps semble s'être arrêté ici. Moi qui ne suis pas à l'aise avec les nouvelles technologies, qui m'arrache les cheveux dès que je dois passer du temps devant un écran d'ordinateur (imagine-moi écrire ce livre !), je me sens à ma place dans ces pays où l'on prend encore le temps de se parler en face à face et où les écrans n'ont pas remplacé le contact humain.

Le soir, je pars visiter le temple de la ville. Même si je suis athée, j'adore ces lieux mythiques et mystiques qui dégagent une charge spirituelle intense. Nous découvrons aussi le marché du coin. J'adore me rendre sur les marchés locaux, qui rassemblent tous les villageois des alentours dans un méli-mélo de couleurs, de senteurs et de sons, j'aime plus que tout y déambuler au hasard de mes envies et tenter de décrypter ce qui s'y trouve. J'ai remarqué que moins le pays est développé, plus les aliments se rapprochent du sol dans les marchés. Les femmes accroupies y vendent le fruit de leur travail : production agricole, broderie, artisanat... le talent est toujours au rendez-vous ! Quand je voyageais avec Vincent, nous partagions tout ce que nous achetions pour goûter au maximum de choses. En étant seule, comme je veux encore goûter à tout mais comme le gâchis n'est pas une option pour moi, je prends d'abord du poids, puis je finis par trouver une solution en offrant le reste de mes tests culinaires aux enfants du coin : tout le monde y trouve son compte. (Enfin, pour être honnête, cette solution s'applique uniquement si le test culinaire ne s'est pas avéré concluant, sinon, je finis tout, gourmande comme je suis.)

Je prie pour que la Birmanie ne soit pas défigurée dans les années à venir par le tourisme de masse. Ce qui est extraordinaire, c'est qu'en se promenant dans Yangon ou Mandalay, on peut voir des panneaux indiquant « *Please warmly welcome and take care of tourists* », demandant aux Birmans d'accueillir chaleureusement les touristes et de prendre soin d'eux car les autorités savent le poids que peut représenter le tourisme dans le développement du pays.

Quand Célia et moi repartons en stop, un haut responsable politique

s'arrête avec sa famille pour nous emmener. Ils se rendent à Naypyidaw, l'étrange capitale fantôme birmane où ils vivent, et l'homme nous propose généreusement de nous déposer où l'on souhaite sur le chemin. Cette capitale est immense et pourrait contenir soixante-dix fois Paris *intra muros*, ou encore six fois New York. C'est une invraisemblable capitale vide, que les autorités ont étrangement préférée à Yangon. En chemin, le père de famille s'arrête pour une visite diplomatique dans un parc national qui s'occupe de la sauvegarde d'une espèce de tortues. Nous sommes impressionnées par l'accueil qui l'y attend. Les employés se mettent au garde-à-vous et forment une haie d'honneur. Il a l'air d'être sincèrement apprécié et respecté. Plus d'une heure de réunion dans le bâtiment principal en bois, où la température atteint facilement les 40 degrés, teste notre résistance à la fatigue. Célia et moi piquons toutes les deux du nez en résistant de toutes nos forces pour ne pas sombrer dans une sieste comateuse en pleine réunion. Des applaudissements nous sortent enfin de notre torpeur et la responsable du centre tient à nous faire visiter la propriété. Les tortues y mâchouillent joyeusement de la laitue dans un immense parc ombragé sous l'œil bienveillant des soigneurs animaliers. L'un d'entre eux nous explique qu'ils doivent verrouiller l'accès aux enclos car les villageois volaient les tortues pour les revendre au marché noir. Une grande partie de leur travail consiste donc en la prévention et la sensibilisation des villageois.

Nous prenons ensuite le train direction Kalaw, dans les montagnes, où Célia et moi voulons nous lancer dans un trek : vingt-quatre heures de train pour 500 kilomètres nous attendent pour rejoindre le village de départ de la randonnée. C'est une nouveauté : j'ai pour la première fois le mal des transports dans un train ! Dans le premier train de nuit, tout se passe bien, nous partageons une cabine privée que l'on verrouille pour dormir sur nos deux oreilles. L'un des passagers nous conseille de verrouiller également les fenêtres, ce qui ne nous rassure pas particulièrement. Mais nous comprenons que ce conseil était avisé quand quelqu'un vient tambouriner à notre porte en plein milieu de la nuit. Après avoir fait un sacré bond, on se

fait aussi petites que possible, jusqu'à ce que la personne s'en aille enfin. Je reste sur le qui-vive tout le reste du trajet.

Arrivées à la première étape, il nous faut maintenant trouver un train pour Kalaw qui n'est plus qu'à 100 kilomètres, mais ça se complique : ce deuxième train secoue tellement que je suis convaincue qu'il va finir par dérailler ! Nous devenons vite l'attraction puisque nous sommes les seules touristes du convoi, et certains Birmans présents n'ont encore jamais vu d'Occidentales. La rumeur de notre présence se répand comme une traînée de poudre de voiture en voiture et presque tous les passagers passent nous voir. Comme cet adorable groupe de collégiens venus de l'autre bout du pays, voyageant pour la première fois. Ils se mettent en ligne devant nous et, un par un, nous demandent l'autorisation de pratiquer leur anglais avec nous. « *Hello, let me introduce myself...* » ou encore cette femme qui s'assied à côté de nous et sollicite l'aide de Célia pour un cours sur les nombres en anglais. Je tente de contenir mon fou rire naissant en voyant Célia, aussi fatiguée que moi, tenter de faire ce cours à contrecœur.

Je sens ma jauge de sympathie décroître au fur et à mesure que je tourne au vert à cause des secousses du train : je dois vraiment me concentrer pour ne pas être malade, mais, échec lamentable, je passe les dernières heures du voyage (interminables) dans les toilettes du train.

En arrivant à destination, j'ai la sensation d'avoir voyagé en mer pendant vingt-quatre heures ! Kalaw est un adorable village d'altitude où je suis heureuse de trouver des températures beaucoup plus fraîches. L'auberge où nous posons nos sacs nous équipe d'épaisses couvertures sous lesquelles nous cacher pendant la nuit. Je me couche dans ce lit douillet, exténuée. Pourtant, impossible de fermer l'œil et de trouver le sommeil malgré la fatigue et le lit confortable : je repense à la journée qui vient de s'écouler et au chemin parcouru pour en arriver là, puis je m'endors enfin, un sourire aux lèvres.

Le lendemain, nous nous mettons à la recherche d'un guide pour faire le trek pour lequel nous sommes venues jusqu'ici. Nous rencontrons alors un Israélien, Itay, un Américain, Dev, et une Allemande, Linda, ainsi qu'un autre Français, avec qui nous allons partager ces quatre jours de trek, et par

la même occasion une chambre tous les soirs, celle-ci parfois bénie par un moine local. Les profils des voyageurs rencontrés en Birmanie sont différents de ceux de la Thaïlande : d'autant plus respectueux des mœurs et des coutumes du pays qu'ils se sont davantage renseignés sur les conditions de vie des habitants avant d'en fouler le sol...

Cette randonnée hors du temps nous crée des souvenirs forts et il en reste un groupe WhatsApp commun dont le nom est « *We want more food* » (Nous voulons plus à manger), en souvenir des moments où, affamés par l'effort physique, nous réclamions toujours plus de nourriture à notre guide. Pendant ces quatre jours, j'observe avec tendresse le couple formé par Dev et Linda, leur manière attentionnée de prendre soin l'un de l'autre me fait monter les larmes aux yeux. Comme j'aimerais être comme eux... Quand elle trébuche et s'écorche le genou, il accourt pour lui faire un bandage ; quand il s'agit de se laver avec un simple seau d'eau, ils prennent leur douche ensemble pour s'entraider ; quand vient le moment de dormir dans une chambre glaciale, ils partagent la chaleur de leur corps... J'espère juste qu'ils apprécient la chance qu'ils ont.

Pendant ce trek, je comprends qu'on s'habitue et qu'on s'adapte à tout, même au manque d'hygiène. Je suis malade presque tous les jours en Birmanie (sûrement à cause de l'eau) et le premier jour où je me sens enfin en pleine forme, l'estomac dans le bon sens, me paraît presque miraculeux ! Pour le voyage suivant, je m'équipe d'une LifeStraw, une paille révolutionnaire qui permet de rendre de l'eau stagnante potable grâce à un système élaboré de différents filtres, un indispensable pour un voyage hors des sentiers battus.

Nous avons la chance d'avoir un timing parfait pour que nos derniers jours dans le pays concordent avec le Thingyan Festival, c'est-à-dire la fête de l'eau, qui célèbre le Nouvel An bouddhique. Il s'agit en fait d'une bataille d'eau géante à laquelle participent petits et grands pendant près d'une semaine. L'eau est considérée comme un instrument de purification, cet élément permet d'éloigner les esprits malins de celui qui en est aspergé, et est censé lui apporter paix, prospérité et bonheur pour l'année à venir. Dans les villes, on s'arrose à coups de lance à eau ou en balançant de grands

seaux d'eau sur les passants. Il y a de l'eau absolument partout, dans les gares, les trains, les magasins... Aucun endroit où se cacher. C'est de la folie ! Nous montons à l'arrière des pick-up pour être au cœur de l'ambiance déjantée...

Malgré l'incroyable richesse architecturale de la Birmanie, ce qui m'a le plus marquée est de loin la gentillesse inconditionnelle de la population birmane, qui a su faire preuve de résilience malgré les catastrophes qu'elle a subies : dictature, guerres, désastres naturels... J'y ai fait un voyage intérieur et la mauvaise qualité du réseau internet a renforcé cet isolement du reste du monde : rien de mieux que d'être déconnectée !

C'est maintenant le moment de quitter Célia, après un mois passé ensemble à vadrouiller, en partageant tout, de la chambre au pop-corn, en passant par le papier toilette ! Elle part au Vietnam et j'ai choisi (avant-hier seulement) d'aller en Malaisie. La grande question est de savoir comment se rendre à l'aéroport sans finir complètement trempée sur le chemin puisque mon vol est programmé le dernier jour de la fête de l'eau, d'autant que j'ai mon ordinateur avec moi ! Pour ajouter une difficulté supplémentaire, je veux y aller en stop. Puisque j'ai traversé le pays à la force du pouce, je ne veux pas abandonner le challenge maintenant en prenant un taxi. J'ai alors l'idée d'un stratagème : je fais du stop sans mon sac qui, lui, est caché, bien au sec dans un magasin, jusqu'à ce que je trouve un pick-up qui accepte de m'emmener. Un peu comme quand je faisais du stop en Nouvelle-Zélande et que Vincent se cachait, ne se montrant qu'une fois un véhicule arrêté. Une stratégie gagnante, j'étais apparemment un appât plus attirant...

Je suis alors mouillée par un immense seau d'eau glacée sorti de nulle part (apparemment des petits rigolos trouvent marrant de mettre des glaçons dans l'eau) mais je réussis à garder, par je ne sais quel miracle, mon sac sec jusqu'à l'aéroport. Celui-ci est à l'image du pays, d'un autre siècle. Je dois me rendre au bureau de l'immigration pour payer mon amende, étant restée un jour de plus dans le pays que ce que mon visa ne m'y autorisait car je voulais profiter au maximum de la fête de l'eau. Le policier me reçoit dans son petit bureau et inscrit à la main, sur un registre qui a l'air de dater du

siècle dernier, mon nom, ma nationalité et la durée de dépassement du séjour. De A à Z, ce voyage a été authentique, je me suis sentie plus heureuse que jamais au contact de la population birmane, leur simplicité et leur sincérité laissent une marque en moi pour toujours et c'est sûr, je reviendrai. Je me le promets !

J'avais beaucoup hésité quant à ma destination après la Birmanie. Quelle que soit la suite, j'avais peur qu'elle ne soit fade après l'incroyable expérience humaine que je venais de vivre... Célia et moi avons tout partagé et je me sentais déjà perdue à l'idée de la quitter. Que faire ? Où aller ? Comment reprendre une routine solo ? Je me suis réveillée plusieurs fois les jours derniers avec le moral dans les chaussettes mais je savais qu'il ne fallait pas que je laisse s'installer la mélancolie trop longtemps ! Mon choix s'est finalement porté sur la Malaisie, plutôt par dépit, car je connaissais déjà la plupart des pays d'Asie du Sud-Est et je voulais voir quelque chose de nouveau. Mais le pays ne m'attirait pas particulièrement.

J'ai toujours une période de transition d'une semaine entre deux pays, où je suis partagée entre la nostalgie de la fin de l'aventure que je viens de vivre et l'excitation devant l'avenir rempli d'espoir. L'arrivée à Kuala Lumpur est un vrai choc ! Passer de Yangon à la capitale malaisienne, c'est comme passer, en deux heures d'avion, du xx^e au xxi^e siècle. L'indifférence des habitants d'une mégapole a remplacé la chaleur humaine. J'atterris ce jour-là, je ne sais comment, dans un centre commercial et j'ai la nausée dans ce temple de la consommation. Qu'est-ce que je fais là ? Je n'ai qu'une envie : retourner sur-le-champ en Birmanie ! Le dortoir que j'ai choisi pour ces quatre nuits, particulièrement sombre et glauque, ne m'aide pas à me sentir mieux.

Car pendant ce voyage solo, j'expérimente pour la première fois les nuits en dortoir. En Thaïlande, mes premières visites de dortoir avaient été catastrophiques, je rêvais d'une chambre où je pourrais étaler mes affaires sans avoir à me préoccuper des vols ou du manque d'intimité. J'ai vite appris à choisir les auberges de jeunesse : jamais de lits sans rideau mais plutôt des dortoirs de style capsule japonaise où un rideau au niveau des

pieds permet de protéger son cocon et son espace à soi. Je m'y sens dans ma bulle.

Le lendemain, je reçois un message inespéré. Comme si l'univers voulait me donner un coup de pouce, Sheldon, mon ami de Las Vegas, a vu où j'étais sur Facebook et me donne les coordonnées de son vieil ami malaisien avec qui il a étudié plusieurs années auparavant. Celui-ci m'invite à passer quelques jours avec sa famille. Cette rencontre, comme souvent, va changer le cours de ce voyage et transformer ce séjour d'une errance triste et solitaire à un séjour chaleureux dans une maison douillette. Ce type de renversement de situation (qui s'est produit tant de fois en voyage) m'a appris à relativiser et à garder en tête ce que me disait toujours ma grand-mère : « Aie confiance. » J'ai appris à garder espoir car, après les moments les plus difficiles arrivent toujours les plus belles rencontres ou les moments les plus bouleversants. Cette constatation s'est toujours vérifiée et m'a aidée à garder espoir quand le moral ou la santé n'étaient pas au beau fixe, notamment plus tard pendant le voyage à vélo.

Toute la famille vient donc me chercher à l'auberge de jeunesse et je passe quelques jours incroyables en leur compagnie. Ils me font découvrir à leur manière Kuala Lumpur, véritable carrefour des cultures asiatiques. Le cœur de la ville est constitué de gratte-ciel, notamment les tours Petronas, qui furent les plus hautes du monde pendant un temps, détrônées depuis par celles du Moyen-Orient. Kuala Lumpur est une ville cosmopolite constituant une sorte d'enclave bouddhiste dans un pays majoritairement musulman. Sa population est constituée d'une moitié de Chinois et d'une moitié de Malais. Différents groupes ont façonné la ville : les Malais de souche, les prospecteurs chinois, les migrants indiens et les colons britanniques, chacun laissant une trace indélébile et contribuant à l'atmosphère hétéroclite. C'est la raison pour laquelle la gastronomie y est si réputée car elle a des influences du monde entier. J'ai vraiment été surprise par le peuple malaisien. C'est aussi ça, la beauté du voyage, revoir nos idées sur un peuple et changer celles-ci parfois de manière bouleversante.

Mon plan initial était de remonter au nord de la Malaisie, mais après une

semaine, je décide de suivre mon instinct et d'écouter mon cœur en m'envolant sur un coup de tête vers Bali, l'île des dieux. Rien n'y a changé depuis mon dernier voyage il y a trois ans : toujours les mêmes offrandes, les mêmes sourires chaleureux et la même sérénité, la seule différence est que je suis devenue une voyageuse solo. Malgré sa fréquentation, Bali dégage comme une onde magnétique que je n'ai jamais ressentie ailleurs. Je suis sous le charme de son atmosphère bohème qui m'apaise. Je marche des heures au milieu des rizières et je me sens plus sereine que jamais : à cet instant, absolument rien ne manque à mon bonheur.

J'ai la chance d'y arriver en avril, en dehors de l'afflux touristique. J'arpente ses rues, au rythme des prières, des chants et des offrandes. Il faut prendre l'habitude de slalomer entre les paniers d'offrandes (*canang sari*) disposés tous les matins sur les trottoirs, faits avec des feuilles de cocotier et contenant des pétales de fleurs, de la nourriture sucrée et du riz. Les offrandes sont préparées chaque jour et aspergées d'eau bénite. Un encens (*dupa*) est posé dessus et sera ensuite brûlé car c'est la fumée qui permet à l'offrande d'arriver aux dieux ou aux démons.

Ce qui est incroyable à Bali, c'est que certains lieux, comme des cafés ou des restaurants, affichent la mention « Instagrammables ». Des filles s'y alignent avec leurs robes de soirée, prêtes à faire un *shooting* (presque) professionnel. Mais profitent-elles encore du lieu ? Les dérives et risques d'Instagram sont variés, aussi bien au niveau personnel (solitude, mauvaise perception de soi, anxiété, stress, harcèlement) qu'à un niveau bien plus large, qu'on imagine peu : celui de la protection de la nature. L'association internationale de protection de l'environnement et des espèces animales, WWF, est partie du constat que « la géolocalisation sur Instagram des lieux préservés met en péril la biodiversité ». Si donner les coordonnées GPS d'un lieu permet de « partager des paysages idylliques, éloignés des sentiers battus », cela a aussi son revers : « l'arrivée soudaine d'un tourisme de masse », avec comme conséquence la pollution qui l'accompagne (bouteilles et emballages plastique laissés après le passage des touristes...). Pour réduire l'impact du surtourisme (champs de fleurs piétinés au moment de la floraison, faune et flore perturbées par l'arrivée massive de touristes

dans un lieu protégé...), WWF a eu l'idée de génie de proposer une localisation fictive. Au lieu d'indiquer, *via* la géolocalisation proposée par Instagram, le lieu précis de sa découverte, l'utilisateur peut désormais inscrire la mention « *I protect nature* », localisation qui correspond au siège du WWF France, près de Paris. Une superbe idée !

Je pense que j'ai bien fait d'écouter ma petite voix car je fais à Bali des rencontres extraordinaires, celles de personnes inspirantes qui me touchent droit au cœur et me font grandir. C'est incroyable de parler si vite philosophie de vie avec des gens qui m'étaient encore inconnus quelques minutes auparavant ! Je les rencontre tous dans la même auberge de jeunesse d'Ubud, le cœur spirituel de Bali. D'abord, Lis, ma chère amie brésilienne. J'ai immédiatement le feeling avec elle, notre connexion est d'autant plus surprenante que nous venons de nous rencontrer mais c'est un vrai coup de cœur amical. Nous décidons de partir ensemble pour quelques jours sur une île voisine : Nusa Penida, en stop et en ferry, ce qui nous donne davantage de temps pour apprendre à nous connaître.

Elle a eu une histoire d'amour tourmentée et le voyage est, pour elle aussi, une thérapie. Sa récente séparation a finalement été libératrice car elle a appris à se connaître et à agir en accord avec elle-même. Je réalise le nombre élevé de personnes dans mon cas, parties se guérir sur la route après une séparation douloureuse. Créatrice de bijoux en argent, elle imagine une bague spécialement pour moi. Et pas n'importe laquelle, celle-ci représente une boussole pour que je ne me perde plus jamais, au sens propre comme au sens figuré. Moi qui n'avais jamais porté de bague, je ne la quitte plus et elle me guide en me montrant le cap à suivre pour toujours garder le contrôle de ma vie... À l'image d'une grande sœur d'adoption, Lis me guide sur mon chemin de vie.

Nous sommes sur la plage de Kelingking, à Nusa Penida, quand elle me dit : « Tu sais, tu peux oublier les mots que quelqu'un t'a dit mais tu n'oublies jamais comment tu t'es sentie grâce ou à cause de lui. Si tu veux vraiment savoir si tu aimes quelqu'un, essaie d'oublier tout le tralala, les fioritures qui l'entourent pour ne voir que la personne dans sa version la plus authentique. L'aimes-tu même sans sa belle voiture ou sa

reconnaissance sociale ? Pose-toi la question. Ne change jamais pour quelqu'un car tu ne seras jamais aussi belle et attirante qu'en étant toi-même Justine. N'oublie jamais de choisir les rêves, les émotions et les expériences plutôt que les possessions matérielles, le pouvoir et l'argent, car rien ne remplacera jamais ton authenticité. » Je bois ses paroles qui résonnent en moi, d'autant plus dans ce lieu magique.

Pour arriver ici, nous avons dû descendre à moitié à quatre pattes l'immense falaise qui donne accès à la plage. Arrivée en bas, je suis trempée d'un mélange de transpiration due à l'effort et de sueur froide causée par la frayeur que je viens de me faire en osant descendre cette falaise abrupte. Tu peux penser que je suis une chochotte mais je viens de me dépasser ! La descente est si raide que je suis vraiment reconnaissante de ces longues jambes que la nature m'a données : la pointe de mes pieds atteint à peine la marche suivante en étant assise sur la précédente. Lis se jette à l'eau la première mais je n'ose pas la suivre, les vagues sont immenses et j'ai la frousse ! Elle le remarque et vient à ma rescousse : « Suis-moi et cours au même rythme que moi ! On va dépasser les vagues et aller plus loin que là où elles se brisent », me dit-elle. Je lui fais confiance et la suis en calquant mes pas sur les siens. Avant d'y aller, j'enclenche ma GoPro, comme si je sentais la vidéo gag arriver. Effectivement, une demi-seconde d'intervalle entre Lis et moi me fait prendre la vague de plein fouet : les images de mon corps ballotté dans tous les sens comme dans une machine à laver sont hilarantes, la force des vagues me fait même perdre mon haut de maillot de bain, mais surtout mes repères spatiaux. Quand je réussis finalement à remonter à la surface, j'ai l'impression d'avoir survécu à une tempête. Plus jamais !

Je conduis des heures durant notre scooter de location. Lis est à l'arrière et nous continuons de discuter : « Justine, arrête d'avoir peur, ton temps est la ressource la plus précieuse. Ne cherche pas toujours des moments extraordinaires, tu risques d'oublier de prêter attention aux moments ordinaires comme celui qu'on est en train de vivre... » Il y a des rencontres qui font s'envoler les doutes, et celle avec Lis en fait sans aucun doute partie ! Grâce à elle et au voyage, mes pas se font plus légers et plus

confiants. Quelles que soient les directions que nos vies prendront après ce voyage en Indonésie, je sais que nous nous reverrons. Après tout, quand on voyage, ça devient normal de se donner rendez-vous dans un autre pays. Le monde est notre maison.

À cet instant précis, je fais l'une de mes photos mentales, car c'est l'un de ces moments extraordinaires que je veux être sûre de me remémorer dans les moments difficiles : je prends le temps de m'imprégner des émotions de l'instant en faisant un tour à 360 degrés sur moi-même en m'efforçant d'intégrer chaque détail, chaque son, chaque odeur, ainsi que la sensation du vent sur ma peau, pour ne jamais les oublier.

De retour à Bali, nous nous lions d'amitié avec Sebastian, un Argentin venu ici pour une retraite spirituelle, mêlant yoga et méditation. Une vraie « bonne bouille », un sourire sincère, je le trouve sympathique dès le premier regard. Nous devenons tous les trois inséparables, l'alchimie entre nous est parfaite. Quel bonheur de sentir que l'on peut être soi-même, de se sentir compris, de pouvoir se livrer sans avoir peur d'être jugé ! Je ne me rappelle pas la dernière fois où je m'étais sentie si bien avec des amis. Nous passons des heures à discuter, de rien et surtout de tout, à refaire le monde, à partager nos rêves et nos peurs, devant les couchers de soleil grandioses d'Indonésie.

Le lendemain, j'ai la chance de rencontrer un Balinaise francophone qui m'invite à une cérémonie traditionnelle où les étrangers ne sont que rarement conviés. Acceptant sans y réfléchir à deux fois, j'y vais avec un autre voyageur argentin. Il nous habille pour l'occasion en tenues balinaises traditionnelles. Je suis très fière d'avoir cet honneur !

Pour aller au temple, j'apprends à m'installer sur un scooter les deux jambes du même côté, en amazone, le port du *sarong* m'interdisant de passer une jambe de chaque côté. J'espère ressembler, même de loin, aux Balinaises qui sont à mes yeux des princesses d'élégance dans leurs tenues aux couleurs vives. Quant aux hommes, une aura de sérénité se dégage d'eux. La cérémonie, appelée « Galungan », célèbre la création de l'univers. Les Balinaises pensent que les dieux et les âmes des ancêtres descendent vers

les temples ce jour-là. Je suis bénie avec quelques grains de riz et de l'eau bénite sur le front.

J'ai remarqué la relation très différente que les Balinais entretiennent avec la mort, par rapport à nous Occidentaux. Il arrive très souvent de voir des processions funéraires dans la rue, mais celles-ci n'ont rien de triste. Aucune raison d'être triste car la mort n'est qu'un passage... Un jour, j'assiste par hasard à une cérémonie de crémation en pleine rue, au milieu des enfants qui jouent au ballon devant le marchand de glace avec sa musique de fond sonore, une scène assez surréaliste pour moi, mais pas si étonnante quand on connaît les croyances du pays : à la mort des Balinais commence le grand voyage vers l'au-delà. Selon eux, l'âme immortelle, enfin libérée du corps, peut renaître sous une nouvelle forme. C'est également une idée platonicienne de la mort. Platon disait : « Le corps est le tombeau de l'âme », idée selon laquelle l'âme ne vit donc vraiment qu'à la mort de l'individu, lorsqu'elle se libère du corps temporel pour rejoindre le monde céleste des idées éternelles. Cette philosophie de vie permet de ne pas craindre la mort, de l'accepter, voire de la désirer comme une étape nécessaire de la vie. En règle générale, la crémation d'un corps a lieu quarante-deux jours après le décès, pour que le cycle de la vie accomplisse sa boucle parfaite. Cependant, le coût de cette cérémonie reste très élevé et les familles ont parfois besoin de plus de temps pour rassembler l'argent nécessaire. Mais tôt ou tard, la crémation doit avoir lieu car, tant que le corps du défunt n'est pas brûlé, son âme erre et peut se révéler dangereuse. Pour cette raison, lors d'un cortège funéraire, les hommes qui portent le défunt ne cessent de tourner pour s'assurer que le mort perd ses repères et ne puisse plus retrouver le chemin de sa maison. Le corps est ensuite brûlé dans un sarcophage en forme d'animal, différent en fonction de la caste du défunt.

L'Asie a complètement remis en question mon rapport à la mort et la peur que je pouvais en avoir auparavant. Il faut dire que je suis passée par plusieurs phases dans ma vie. Très jeune, à la messe du dimanche, je me demandais l'intérêt de consacrer autant d'efforts à notre vie dans cette existence éphémère sur Terre, alors que l'éternité nous attendait dans l'au-

delà. En grandissant, j'ai eu peur de la mort en étant témoin de décès prématurés et injustes. Puis je suis allée en Asie et ma conception de la mort a été bouleversée car elle y est vue comme une étape faisant partie intégrante de l'existence et non pas comme une fin en soi, ce qui rend cette épreuve inéluctable beaucoup moins effrayante... C'est simplement une étape du cycle de la vie... Le recueillement est bel et bien présent, mais il côtoie des sourires, des danses, des couleurs... car on célèbre la libération de l'esprit du défunt. L'hindouisme se mélange à Bali avec d'autres religions, la tolérance et le respect ne sont pas ici de vains mots. La devise nationale de la république d'Indonésie est d'ailleurs « L'unité dans la diversité », qui prône la tolérance entre les adeptes des différents cultes.

J'ai passé presque la moitié de mon voyage sur le continent asiatique et, pendant cette période, je n'ai quasiment porté que des tongs. Puisqu'il faut toujours se déchausser avant d'entrer dans un bâtiment religieux, chez quelqu'un et même dans certains magasins, autant porter des chaussures faciles à enlever ! J'ai découvert le bonheur de marcher pieds nus et d'être en contact avec la terre. On dit souvent en allant se promener dans la nature, en forêt par exemple, qu'on se déconnecte (sous-entendus, d'Internet, des réseaux sociaux, des e-mails qu'on reçoit en abondance, de tout ce bruit et cette agitation constante autour de nous). Je pense au contraire qu'on se reconnecte à ce qui est le plus important, la nature.

Les bienfaits de la connexion à la Terre et de la marche pieds nus ont été prouvés scientifiquement. Quel bonheur de sentir le sable entre ses orteils ou l'herbe fraîche masser notre pied à son contact, c'est tellement apaisant ! Pour fonctionner à son plein potentiel, notre corps a besoin de cet échange d'énergie avec la Terre. Ainsi peut-on profiter de l'énergie curative de la terre. Les pieds sont incroyablement sensibles car ils possèdent plus de 200 000 terminaisons nerveuses. Celles-ci sont activées lorsqu'elles sont mises en contact avec le sol : la voûte plantaire bénéficie alors d'une sorte de massage naturel. Un massage relaxant qui améliore notre bien-être et notre santé (circulation sanguine, arthrose, sommeil).

À Bali, sur les conseils de Sebastian, je m'initie au yoga et j'adore immédiatement : les effets positifs se font très vite ressentir, je suis sous le

charme ! *Yoga* est un mot sanskrit qui englobe plusieurs notions. D'un point de vue moderne et occidental, le yoga est considéré comme une activité proche de la gymnastique douce, même si certaines pratiques modernes sont très dynamiques. Il n'est ni un sport, ni une gymnastique, ni une religion, mais pourrait être considéré comme un ensemble de tout cela. Le yoga est un état d'esprit selon lequel l'esprit sain et le corps sain vont de pair. Le yoga, né en Inde il y a environ cinq mille ans, repose sur divers principes visant à développer harmonieusement le corps afin de rendre l'esprit plus léger et l'âme sereine.

Je teste tous les types de yoga, du Hatha au Vinyasa, en passant par l'acroyoga : suspendue par des sangles la tête en bas, je repousse mes limites. Pendant l'un des cours, je rencontre les élèves d'une école de massage. Elles me demandent si j'accepterais d'être leur cobaye pour qu'elles puissent pratiquer sur moi les techniques de massage qu'elles ont apprises et leur donner des conseils car elles vont bientôt passer leur examen pour devenir masseuses dans des hôtels haut de gamme de Bali. Comme tu peux l'imaginer, je ne me fais pas prier longtemps ! Je les conseille sur le respect de l'intimité des clientes, je les guide dans la manière d'accueillir la personne, sur les attentes d'un client occidental... J'y vais cinq ou six fois : une expérience que j'espère renouveler la prochaine fois que je retournerai à Bali.

Sur l'île des dieux, j'améliore mes habitudes matinales en découvrant que celles-ci influent sur mon état d'esprit et mon bien-être. Avant cette résolution, mon premier réflexe le matin, quelques secondes après avoir ouvert les yeux, était de regarder mon portable, de consulter mes messages et notifications sur les réseaux sociaux, avec leur lot de bonnes et de mauvaises nouvelles, et ainsi de stress. Maintenant, j'éteins mon portable une heure avant de me coucher et je ne l'allume que trois heures au moins après mon réveil, après avoir fait un peu de méditation, de yoga, pris mon petit déjeuner, après avoir pris du temps pour moi tout simplement. Ainsi, je me sens prête à affronter n'importe quelle nouvelle sans céder au stress (ou presque !).

En faisant ma séance de yoga, je dresse une liste mentale de toutes les

choses pour lesquelles je suis reconnaissante dans ma vie et cela m'apporte une force intérieure puissante. Le soir, j'adopte aussi une nouvelle petite routine : je fais une liste sur un tableau blanc des choses que je veux (et dois) faire le lendemain. J'ai de la gratitude pour ce qui m'est arrivé dans la journée. Quand tu te concentres sur ta reconnaissance pour les petits plaisirs du quotidien, tu as moins de temps pour être triste, déçu ou en colère. Tout dépend où tu veux focaliser ton attention et ton énergie.

Le partage de mon voyage sur les réseaux sociaux est arrivé tard mais m'a beaucoup apporté car il m'a permis de me sentir soutenue et moins seule parfois. J'ai pris un plaisir sincère à partager mes découvertes, mes apprentissages, mes coups de cœur, mais aussi mes coups de gueule. Jamais connectée en ligne la journée pour être pleinement connectée à mon environnement et me sentir dépaylée, je ne désactive le mode avion que le soir pour donner de mes nouvelles à ceux qui me suivent, de près ou de loin.

Mon but est maintenant de me rendre à Java en stop. Plus par envie profonde de partage que par peur, je propose à Rogelio, l'Argentin que j'avais invité à la cérémonie traditionnelle, de m'accompagner. Nous voilà donc partis tous les deux direction Java... Ayant plus l'habitude du stop que lui, je prends les choses en main. Dans le ferry, je me change, quittant le short, acceptable à Bali (seule île hindouiste du pays), pour le pantalon. L'Indonésie est en effet le plus grand pays musulman du monde et il convient d'adapter sa tenue pour respecter les coutumes locales.

Arrivés à Java, nous nous lançons dans plusieurs heures d'auto-stop, enchaînant les pick-up et les camions jusqu'à Banyuwangi, un village voyant passer beaucoup de touristes ayant pour seul et unique objectif : l'ascension du Kawah Ijen (le « cratère vert » en javanais), l'un des volcans les plus réputés d'Indonésie, particulièrement célèbre pour le lac qu'il abrite, le plus acide de la planète, avec un pH de 0,2 ! Ce qui fait aussi sa réputation, ce sont les incroyables flammes bleues, observables de nuit ou à l'aube, qui s'en échappent. Elles sont le résultat de la combustion des gaz sulfuriques au contact de l'air à des températures dépassant les 220 degrés. Je suis fascinée depuis toute petite par les volcans et l'Indonésie est un

terrain de jeu idéal. Puisqu'on ne veut pas passer par une agence de voyages, nous louons un scooter à Banyuwangi, d'où nous nous élançons vers 1 heure du matin, pour parcourir les dix derniers kilomètres qui nous séparent du pied du volcan. Il fait un froid glacial et la route est très accidentée mais je suis fière d'y aller de manière indépendante. Une fois sur place, nous louons un masque à gaz pour nous protéger des vapeurs toxiques. Je me couvre autant que possible pour me protéger du froid mordant. Nous rejoignons ensuite un groupe de jeunes Javanais autour d'un feu de camp. Ils sont venus célébrer la fin des cours par l'ascension du volcan.

Réaliser l'ascension du Kawah Ijen, cette merveille volcanique culminant à 2 799 mètres d'altitude, est l'une des expériences les plus intenses de mon voyage et de ma vie. Son cratère est le lieu de travail de plus de deux cents mineurs, payés en fonction du poids du soufre qu'ils réussissent à en remonter. En dépit de l'effort exigé et des conditions extrêmes, un kilo de soufre ne leur rapporte qu'environ 5 centimes d'euro ! Chaque jour, ils extraient manuellement plus de quatorze tonnes des flancs du volcan. Entre quatre-vingts et cent soixante kilos par jour et par personne, pour un salaire journalier compris entre 4 et 8 euros, une misère pour nous mais quatre à cinq fois plus élevé que le salaire d'un ouvrier agricole local. Leur salaire est payé par un Sino-Philippin qui tient la concession. La plupart des mineurs travaillent sans masque à gaz, alors que les vapeurs sont très toxiques... Ces hommes risquent leur santé pour extraire l'or jaune et ainsi pouvoir nourrir leurs familles. Je suis gênée de voir les touristes, équipés de leur masque (moi compris), slalomer entre les mineurs sur l'unique sentier de trois kilomètres qui serpente jusqu'au cratère. Pourquoi sommes-nous là en train de les gêner ? Voir les touristes, bonnes chaussures de randonnée au pied et appareil photo onéreux autour du cou, côtoyer ces hommes aux traits crispés par la douleur et l'effort me met particulièrement mal à l'aise. Leurs conditions de travail dantesques sont inchangées depuis le début du ^{xx}e siècle. Troubles neurologiques, difficultés respiratoires, lésions oculaires et brûlures abaissent à cinquante ans l'espérance de vie de ces mineurs. À force de porter de telles charges, leurs dos se déforment et leurs

épaules se couvrent d'hématomes et de cicatrices indélébiles. Pendant l'ascension, sur le chemin escarpé, les touristes zigzaguent entre les mineurs portant leurs paniers vides. Une fois arrivés sur l'arête du volcan, ils les laissent descendre seuls dans ses entrailles, 900 mètres plus bas.

En remontant le cratère, je croise le chemin de Muliyono, un jeune mineur âgé d'à peine vingt ans, en train de remonter péniblement sa cargaison. Je vois dans ses yeux le lourd passé qu'il transporte. Pieds nus, la peau des épaules blessée par le poids et le frottement de sa charge, il porte plus de cent kilos de soufre alors que lui-même ne pèse guère plus de soixante kilos. Malgré sa charge énorme, il doit s'arrêter tous les dix mètres pour essayer de contourner les touristes. Je l'entends gémir de douleur sur toute la remontée... Une vraie souffrance. Je ne peux retenir mes larmes. À mi-chemin du sommet, il s'arrête pour prendre une pause et je m'assieds discrètement à ses côtés, nous commençons alors à discuter. Je lui tends un biscuit qu'il accepte volontiers puis il me confie : « J'ai peur tous les matins avant d'aller à la mine, mais il vaut mieux ça que de mourir de faim. Je n'ai pas peur d'être malade, j'ai bien plus peur d'avoir faim... La première fois que je suis venu ici il y a deux mois, j'ai voulu repartir immédiatement mais je me suis fait violence en pensant à ma femme et à mes deux enfants. » Il me tend alors la photo de deux adorables petites filles. J'ai du mal à contenir mon émotion. Nous ne sommes vraiment pas tous nés sous la même étoile... Il m'explique plus en détail le fonctionnement de la mine : « Je viens ici pendant quinze jours, je dors avec les autres mineurs dans une petite baraque en bois au pied du volcan. Puis j'ai quinze jours de repos. Tu sais, quinze jours, c'est long, ça donne le temps au corps de récupérer et je pense que c'est juste assez long pour me permettre d'oublier l'horreur de la mine pour avoir le courage d'y retourner deux semaines plus tard... » Quand il repart, je lui offre le reste des biscuits et lui mets au creux de la main tout l'argent que j'ai sur moi, en espérant que cela lui permettra de faire une pause de quelques jours.

Comme la plupart des touristes sont venus en groupes, ils repartent tous à la même heure, au pas de course, dès le lever du soleil, après avoir observé les flammes bleues mais sans vraiment avoir eu le temps de profiter de la

beauté du volcan ou de discuter avec les mineurs, filant déjà vers le prochain volcan sur leur liste. Le timing de leur programme est serré... Puisque nous sommes venus par nos propres moyens en scooter, nous décidons de rester plus longtemps et de passer du temps avec les mineurs. Ils m'expliquent la rudesse de leurs conditions de travail. Certains essaient de trouver d'autres sources de revenus en profitant du tourisme grandissant : en devenant guides, en vendant des statuettes de soufre, en posant pour des photos... Certains sont même devenus, sans le savoir, des stars d'Instagram. Depuis un an, des chaises à porteurs ont fait leur apparition sur les chemins escarpés de la mine. Rappelant des pratiques de l'époque coloniale, ces chaises bricolées et portées à bras d'hommes transportent de riches Indonésiennes ou Malaisiennes, maquillées et parfumées, jusqu'au sommet du volcan. Pour s'épargner l'effort de la randonnée, elles déboursent une cinquantaine d'euros pour être portées jusqu'au sommet par ces hommes déjà usés. La frontière semble mince entre tourisme de découverte et voyeurisme...

Cette mine de soufre à ciel ouvert est rapidement devenue la coqueluche des tour-opérateurs et des forums de voyage. Le Kawah Ijen attire à lui seul des milliers de touristes chaque année. Si bien qu'à Ijen, poser pour un selfie est devenu vingt fois plus rentable que l'extraction du soufre pour les mineurs (un kilo de soufre est payé 5 centimes alors qu'une photo avec un touriste peut se monnayer 1 dollar). Le volcan prend même des airs de rite initiatique : j'entends une mère de famille coréenne expliquer qu'elle emmène ses enfants visiter la mine « pour qu'ils comprennent mieux la chance qu'ils ont ». Aucune pédagogie n'est cependant faite et certains touristes repartent même d'Ijen sans savoir à quoi sert ce soufre. La société privée qui exploite le volcan envoie le soufre si chèrement extrait des entrailles de la mine dans une usine de la vallée. Il sera vendu pour la production de produits cosmétiques ou d'allumettes.

De retour sur la crête du volcan, je m'engage, seule, pour en faire le tour, ce qui est à la fois effrayant et fascinant. Quand je reviens, je retrouve Mulyono qui m'appelle, en criant, tout excité : « Regarde Justine, j'ai des chaussures. » Un touriste vient en effet de lui offrir une paire qu'il avait en

supplément. Je suis tellement heureuse pour lui. Il me propose de descendre le volcan avec moi pour m'emmener dans l'endroit où il a l'habitude de se baigner après sa journée à la mine pour détendre ses chairs meurtries. J'accepte avec plaisir. Dans l'eau, je le vois enfin sourire pour la première fois, un vrai sourire jusqu'aux oreilles. On dirait une autre personne. Il a l'air d'avoir retrouvé son insouciance et sa joie de vivre, un vrai bonheur à voir. Il continue de se confier sur son quotidien : « Quand j'ai mal aux yeux ou à la tête à cause du soufre, je prends des cachets, la compagnie nous en donne gratuitement, et ça passe... »

Malgré les visiteurs de plus en plus nombreux, le quotidien des mineurs ne s'est pas modernisé et le développement touristique de la mine pourrait même ralentir une quelconque amélioration : sans ce spectacle en chair et en sueur, la mine deviendrait-elle moins photogénique ? En projet durant un temps, l'installation de monte-charges sur les flancs du cratère, afin de faciliter l'extraction du soufre, a d'ailleurs été abandonnée.

Cette expérience restera longtemps gravée dans ma mémoire, ainsi que dans mes vêtements : je n'ai jamais réussi à en faire partir l'odeur de soufre... Émerveillée par ce volcan, je n'ai envie que d'une chose, en voir un deuxième. Je repars donc avec mon compagnon de voyage argentin en stop vers le volcan Bromo, même si je commence à comprendre que son intérêt pour les volcans est limité et qu'il est plus intéressé par moi que par les montagnes fumantes. Nous parcourons près de 300 kilomètres à l'arrière d'un camion jusqu'à Probolinggo, la ville de départ du trek, où nous arrivons à près de 23 heures sans avoir dormi depuis l'ascension d'Ijen. Il reste environ 10 kilomètres à faire en taxi scooter pour atteindre Cemoro Lawang, le village le plus près du mont Bromo.

Commence alors la plus interminable des négociations pour trouver un chauffeur de taxi qui accepterait de nous y emmener. Si nous étions arrivés plus tôt, nous aurions pu prendre un minibus mais à cette heure-ci, peu d'options sont envisageables. Le climat est assez tendu dans ce village et pour la première fois en Indonésie, je ne me sens pas en sécurité. Mon compagnon de voyage non plus et il décide de rebrousser chemin, prétextant qu'il se sent trop en danger à mes côtés car tous les hommes me

regardent. Il m'abandonne donc là, seule. Quel homme courageux ! Je n'arrive pas à y croire ! Sa lâcheté me laisse perplexe...

À ce moment-là, je me demande : « Mais qu'est-ce que je fous là ? Je pourrais être à la maison en train de manger des Chocapic en pyjama devant la télé... » Je décide de faire confiance à mon instinct car je suis certes aventureuse mais pas naïve : prendre un taxi scooter seule en pleine nuit, avec un inconnu dans une route de montagne isolée, aurait été de la folie. Je rebrousse donc chemin, frustrée au plus haut point car c'était ma seule chance de voir le volcan Bromo. Je ne peux pas retenter le lendemain car je dois retourner à Bali d'où décolle mon prochain avion. Même si mon entêtement m'a menée jusqu'ici, ma raison et ma petite voix intérieure ont su m'arrêter ! Je me dis que c'est une bonne raison de revenir à Java dans le futur !

Je prends donc le chemin du retour vers Bali en stop. Je m'étais fixé le défi d'essayer de lever le pouce en Asie et ça s'est avéré bien plus simple que je ne l'avais imaginé, probablement en grande partie parce que les gens sont intrigués par une Occidentale seule au bord de la route... Certaines expériences sont particulièrement cocasses comme lorsque je suis prise en stop par ce groupe de motards balinaï, tous en Vespa, les premiers à s'arrêter quand je tente de quitter Java. « C'est ton jour de chance, on s'est fait une virée à moto à Java et on retourne chez nous, à Bali, grimpe ! » J'enfourche donc le scooter Vespa de celui qui est apparemment le leader du groupe. Ils sont partis entre hommes, sans femmes ni enfants, assouvir leur passion et rouler pendant une semaine. Aussi près de mon pilote, je me dis qu'ils n'ont d'ailleurs pas dû prendre de douche pendant cette semaine ! Ils ont aménagé leurs engins pour pouvoir les charger en vivres et en vêtements pendant leur vadrouille. Ce « gang de Vespa » est assez surréaliste et il nous faut presque vingt heures pour rejoindre Ubud, à Bali, après cette escapade volcanique à Java. Un moment inoubliable !

Dans mes autres tentatives, j'ai aussi été prise en stop par des camions ou des chauffeurs de taxi, sur le chemin du retour vers chez eux ou sur leur chemin pour aller chercher un client, qui acceptaient de m'emmener en échange d'histoires de voyage. Le plus drôle, c'est qu'il n'y a qu'en Asie

que des conducteurs, certes attentionnés mais pas très réfléchis, s'arrêtent alors que leur véhicule est déjà plein à craquer. « Merci mais où voulez-vous que je me mette ? Sur le toit ? »

L'une des seules fois où j'ai eu peur en voyageant seule, c'est ce jour où, alors que je me promène tranquillement seule à scooter dans les environs de Ubud, un Indonésien s'arrête près de moi et me propose, sans passer par quatre chemins, d'avoir une relation sexuelle en me mimant de manière très explicite l'acte puisqu'il ne parle pas anglais. Dans l'imaginaire de certains, les blanches sont des femmes faciles. Bien sûr, j'essaie de partir immédiatement mais il m'attrape violemment le bras, avec une puis deux mains. Je réussis finalement à me dégager et je tente de m'enfuir le plus vite possible, à scooter. Je sens ma tension monter d'un cran quand je le vois, dans le rétroviseur, baisser sa visière et cacher son visage d'un bandana. C'est le début d'une course-poursuite qui va durer plus d'une heure. Je fais tout ce qui est en mon pouvoir pour le semer, en vain. Je m'arrête dans plusieurs magasins, je fais des demi-tours pour le désorienter, mais à chaque fois que je pense avoir réussi à le semer, je le vois réapparaître après quelques minutes dans mon rétro, mon cœur cognant encore un peu plus vite dans ma poitrine... Je ne veux pas rentrer à l'auberge car je veux éviter à tout prix qu'il sache où je loge mais je dois finalement m'y résoudre après une heure et demie de course-poursuite. Je me gare et saute littéralement à l'intérieur pour aller alerter le gérant de la *guesthouse* que je connais bien puisque je suis là depuis un moment. Il sort immédiatement avec moi mais celui qui m'a fait si peur a disparu. Il a dû voir que j'avais du renfort et abandonner. Il me faut tout de même plus de vingt-quatre heures pour oser ressortir de l'auberge. Quelle frayeur !

Si toi aussi tu as envie de tenter le stop, de « faire du pouce », je te conseille de ne pas donner ta destination mais de plutôt laisser le conducteur t'annoncer la sienne en premier, surtout si tu es une femme seule. De cette façon, si tu n'as pas le feeling avec le conducteur et/ou ses passagers, tu as une solution de recul, de repli : il te suffit de dire que vos directions ne sont pas les mêmes... Ça m'a sauvée plus d'une fois !

Quelques jours plus tard, dans cette même auberge de jeunesse, je

rencontre Ayesh, un Sri-Lankais, également grand voyageur, qui me propose d'aller visiter son pays avec lui. Notre passion commune pour les volcans nous rend complices dès le départ. Seul hic : mon vol retour pour la France est prévu le lendemain et je suis censée commencer mon voyage à vélo car les sponsors me mettent la pression puisque celui-ci a déjà été repoussé. La veille de mon vol retour, je passe une nuit blanche car je dois décider si je reste ou non. Je choisis de suivre mon cœur : je ne prends pas l'avion qui était censé me ramener en France mais plutôt un autre en direction de Colombo, la capitale du Sri Lanka (« pays resplendissant » en cingalais). L'une des premières choses que j'aime faire en arrivant dans un pays inconnu est d'aller dans un supermarché local. Ça peut paraître bizarre mais j'adore y observer les locaux, leurs habitudes de consommation, les produits, essayer de déchiffrer les étiquettes... Et bien sûr, goûter, la découverte culinaire est une part tellement importante du voyage pour moi, gourmande comme je suis !

Ayesh et moi avons une idée : puisque le but est de visiter le pays de manière atypique et loin des sentiers battus, quoi de mieux que de louer notre propre tuk-tuk ? Ici, quasiment tous les véhicules sont ces tricycles motorisés, servant pour la plupart de taxis. Les négociations sont grandement facilitées par le fait qu'Ayesh soit un local. Après quelques jours de recherches, nous voilà aux commandes de notre super bolide pour vingt jours au Sri Lanka !

Il existe deux grands groupes ethniques dans le pays : les bouddhistes cinghalais (dont Ayesh fait partie) et les hindouistes tamouls. Une guerre civile les a opposés jusqu'à récemment, de 1983 à 2009 : le gouvernement du Sri Lanka était dominé par la majorité cinghalaise bouddhiste tandis que les Tigres de libération de l'Îlam tamoul, une organisation séparatiste, luttaient pour la création d'un État indépendant dans l'est et le nord du pays. En effet, ces régions sont majoritairement peuplées de Tamouls de religion hindoue (18 % de la population du pays). Cette guerre civile aurait causé la mort de 70 000 personnes et plus de 140 000 ont été portées disparues. Le père d'Ayesh, médecin militaire, a soigné pendant plusieurs années les blessés au front. Enfant, Ayesh ne voyait pas son père pendant de

longs mois quand celui-ci partait sur les zones de combat. Il est d'ailleurs souvent arrivé à son père de devoir sauver la vie de Tamouls qui avaient pris la vie de ses amis : le serment que prête un médecin est de soigner n'importe quel patient, même si la situation pose parfois des questions éthiques ou morales. Aujourd'hui encore, il lui est toujours difficile de parler de cette sombre période.

Ce qui est extraordinaire au Sri Lanka, c'est de pouvoir réaliser un rêve de gosse : manger avec les mains ! Enfin, la main. C'est Ayesh qui m'enseigne cette habitude ancrée en lui. On ne peut manger qu'avec la main droite car la gauche est considérée comme impure et réservée notamment à se nettoyer après être allé aux toilettes. À l'inverse, la main droite sert à dire bonjour ou à manger. Pour être sûre de ne pas commettre d'impair, je m'assure de me coincer la main gauche entre les jambes afin d'éviter le réflexe d'utiliser les deux mains, surtout pour décortiquer une cuisse de poulet ! La dextérité des Sri-Lankais me fascine...

Grâce à la liberté que nous offre le tuk-tuk, nous allons manger dans les bouis-bouis, ces petits restaurants locaux où parfois aucun Blanc n'a jamais mis les pieds avant moi. Leur premier réflexe est de me donner des couverts, que je décline poliment. Quand je commence à manger, ils m'observent toujours, les yeux écarquillés, ce qui est très gênant. Au début, je me sentais rougir à vue d'œil et devenir écarlate. Puis je m'y suis faite et j'ai appris à apprécier mon repas malgré les regards soutenus. La technique consiste à former des petites boules de nourriture que l'on pousse ensuite dans la bouche avec le pouce, ce qui requiert un peu d'entraînement. Le plat national est le « *rice and curry* », une véritable montagne de riz entourée d'une grande variété de légumes et de viande cuisinés de manière raffinée. Au début, j'étais sidérée par les quantités mais au final, je m'y suis faite rapidement, sans pour autant prendre de poids car tout est très équilibré. Les fruits tropicaux à profusion sont un pur bonheur, les étals aux couleurs de l'arc-en-ciel au bord de la route me donnent instantanément le sourire. La gastronomie du Sri Lanka est un vrai coup de cœur pour moi, tout y est merveilleux, y compris les noix de coco que nous cassons parfois à l'entrée de temples pour nous porter chance, en dégustant ensuite leur chair sucrée.

Puisque Ayesh est titulaire du permis de conduire sri-lankais, il peut piloter en toute légalité notre tuk-tuk. De mon côté, comme je n'ai pas fait transcrire mon permis français en permis international, je ne suis pas autorisée à conduire légalement ici mais je prends tout de même le volant sur les routes calmes, loin des grandes villes. Et ces moments sont tout simplement hilarants car je peux lire la confusion dans les yeux des Sri-Lankais que nous croisons : pourquoi une touriste est-elle en train de conduire un local ? Pendant le mois qu'Ayesh et moi partageons au Sri Lanka, les locaux pensent qu'il est soit mon guide, soit mon chauffeur privé. C'est toujours très drôle quand je suis au volant et lui à l'arrière, surtout quand nous proposons aux gens de les emmener gratuitement à leur destination. Parfois, les restaurants essaient d'attirer Ayesh en lui proposant en cingalais un bon prix alors qu'ils me font payer plus cher. Je réponds parfois dans la langue avec les quelques phrases qu'Ayesh m'a apprises et leur réaction de confusion est à mourir de rire.

Un jour où nous marchons sur la plage, nous avons la chance de vivre une expérience formidable avec les pêcheurs du coin. Ceux-ci utilisent une technique ancestrale fascinante. Plusieurs barques déploient un immense filet qui forme ensuite un arc de cercle dans lequel se retrouvent coincés les poissons. Le filet est alors tiré à la main par des dizaines d'hommes sur la plage, de trois endroits différents, pour remonter le plus de poissons possible, qui seront alors partagés entre eux. La traction du filet forme comme une chorégraphie parfaitement orchestrée, presque comme une danse à laquelle je souhaite participer. Les pêcheurs sont ravis d'avoir de la main-d'œuvre supplémentaire ! Ça me fait les biscotos, de nouveaux amis et quelques poissons en récompense, que nous allons préparer ensuite dans un restaurant local, le patron acceptant de nous laisser utiliser sa cuisine en échange de quelques poissons, un bon deal. Cette journée nous laisse des souvenirs plein la tête et l'odeur du poisson sur les mains pendant plusieurs jours.

Le lendemain, en roulant, nous tombons par hasard sur une cérémonie tamoule. Nous nous arrêtons, attirés par la musique envoûtante s'échappant d'un temple hindou où les hommes sont en train de marcher... sur le feu, ou

plutôt sur des braises ! Pour une profane comme moi, la traversée d'un brasier incandescent s'apparente à un spectacle très impressionnant. Mais pour les hindouistes, il s'agit d'une étape importante de leur vie spirituelle. Une pratique millénaire qui consiste à marcher pieds nus sur des braises afin de prouver la suprématie de l'esprit sur le corps ainsi que la force de l'énergie collective. La science peut facilement expliquer ce qui, au premier abord, paraît surhumain. En effet, le charbon a une faible conductivité thermique : lorsque l'on pose brièvement le pied sur les braises, celui-ci n'a pas le temps d'absorber assez de chaleur pour brûler. La faible durée de contact ainsi que le fait que les pieds soient en général mouillés avant la marche expliquent l'absence de brûlure car, au contact de la chaleur, la vapeur d'eau crée un coussin isolant entre le pied et le charbon. Même si je connais la théorie, le voir en vrai prend une autre dimension : les hommes, en transe, traversent les braises avant de s'accroupir et de se faire fouetter les poignets au son des cris et des chants de la foule, la plupart des hommes perdent connaissance et se mettent à convulser, certains même à vomir. Celui qui dirige la cérémonie continue de tourner autour de l'assistance pour choisir le prochain à passer sur les braises. Ayesha n'est pas rassuré car il n'appartient pas à cette communauté et il a peur d'être désigné, ce qui n'arrive heureusement pas. J'ai eu la sensation de vivre un moment privilégié, étant la seule étrangère et la seule femme de l'assistance.

Quelques jours plus tard, alors que nous visitons un temple célèbre, ce ne sont pas les dorures et les Bouddhas couchés qui retiennent mon attention, mais plutôt un chamane à l'entrée de l'édifice religieux. Pour être honnête, je le prends d'abord pour un illuminé mais finalement, nous commençons à discuter. Ses mots poignants (à l'image de ceux de la liseuse des lignes de la main quelques heures plus tard) me bouleversent par leur exactitude. Il me dit : « Je sens que tu es à la recherche de toi-même, tu viens de vivre une rupture et ce voyage est un chemin douloureux. Mais crois-moi, il va te mener au plus profond de toi. Le seul moyen de pouvoir affronter le futur est d'affronter tes démons. Il te faut pour ça faire confiance à ton ami, je sens en lui une grande spiritualité, il saura te guider comme un grand frère bienveillant sur ce chemin. » Des larmes coulent silencieusement,

j'acquiesce, sidérée. Je regarde du coin de l'œil Ayesh qui est aussi ému que moi. Je réalise la chance que j'ai de l'avoir rencontré. À mes yeux, il est l'une de ces personnes à l'âme pure, il me rappelle à bien des égards ma grand-mère, de par sa gentillesse, sa générosité, son attention à l'autre, sa pureté d'âme. J'admire sa capacité à mettre son ego de côté pour aider les autres sans attendre de contrepartie. J'apprends beaucoup de lui chaque jour et je ne pense pas qu'il réalise à quel point je l'admire.

Voulant être respectueuse du pays et ne choquer personne, je porte toujours un pantalon et je couvre toujours mes épaules au Sri Lanka, même pour me baigner. Cet après-midi, je prends un plaisir fou à nager, tout habillée donc, avec les locaux dans un lac où les rires des enfants résonnent pour le plus grand bonheur de tous. Quand je sors de l'eau, une femme insiste particulièrement pour me lire les lignes de la main. Assez réticente au début, je me laisse finalement convaincre en me disant qu'il ne faut jamais refuser une nouvelle expérience. Et, pour la deuxième fois, je reste bouche bée devant la véracité de ses propos. Quand elle me propose cette séance, je la vois d'abord comme l'un de ces charlatans qui veulent vous prédire votre avenir en lisant dans le marc de café, les boules de cristal ou en vous tirant les cartes. Cette rencontre me fait encore réfléchir à mes stéréotypes car il s'avère que 80 % de ce qu'elle me dit est correct : à propos de ma famille, de mes peurs, de mes problèmes, de mon passé... En revanche, seul l'avenir me dira si ce qu'elle m'a prédit est correct. J'en repars bouleversée.

En discutant avec Ayesh de la logistique nécessaire à un tour du monde, je me sens privilégiée. En tant que Français, nous ne mesurons souvent pas la chance que nous avons de pouvoir voyager aussi facilement partout dans le monde ! Nous avons accès à cent soixante-quatre pays sans aucune formalité ou bien avec un simple visa à l'arrivée à la frontière, contre seulement quarante-six pour les Sri-Lankais ! Pour eux, les formalités à remplir pour espérer obtenir un visa sont beaucoup plus lourdes dans la plupart des pays. Notre passeport est notre sésame, une immense chance que nous avons parmi la longue liste de nos avantages de Français dont il faut être conscient.

Ayesh est une personne très spirituelle, nous passons des heures à discuter de méditation, de destin, du karma... Crois-tu que la destinée d'un être vivant est déterminée par la totalité de ses actions passées, voire de ses vies antérieures ? Ayesh est convaincu qu'il faut être bon en toutes circonstances, car nous devons assumer les conséquences de nos actes, tôt ou tard, dans cette vie ou dans une autre. J'ai la chance qu'il m'initie à la méditation. Il a l'habitude de méditer tous les jours depuis l'enfance et il essaie de m'apprendre à ancrer en moi cette habitude. Quelques mois plus tard, je rencontrerai aussi, à Washington DC, un groupe de méditation qui utilise la récitation d'un mantra comme base pour méditer (une formule sacrée dotée d'un pouvoir spirituel). Ma première tentative de méditation se fait devant un temple endormi, face à un immense Bouddha en or. J'essaie de suivre les conseils d'Ayesh en me concentrant sur ma respiration et en vidant mon esprit. Mais c'est aussi difficile que je l'imaginais : des dizaines de pensées traversent mon esprit et plus je me dis de ne penser à rien, plus les pensées affluent. Il me conseille de voir les pensées qui pourraient affluer comme des vagues arrivant et repartant ou encore comme un oiseau qui vole vers moi, se pose puis repart comme il est arrivé. Ses conseils m'aident. Je télécharge aussi l'application Petit Bambou sur mon portable et la voix douce du narrateur me porte et m'accompagne sur le chemin de la méditation. Dès que je sens le stress pointer le bout de son nez, j'essaie de me calmer en inspirant et expirant profondément.

Conduire le tuk-tuk nous vaut des fous rires et quelques frayeurs. Des fous rires quand nous avons l'idée d'aller rouler sur la plage et que, bien sûr, nous passons ensuite des heures à pousser notre engin qui s'est profondément enlisé dans le sable. De la même façon, nous ne faisons pas les fiers quand nous nous retrouvons avec les roues coincées dans une épaisse couche de boue, au bord d'une falaise, boue causée par des jours de pluie torrentielle ! Nous avons quelques frayeurs quand il nous arrive de croiser des bus ou des camions. C'est dans ces moments-là qu'il faut serrer les fesses en priant pour que ça passe. Moi qui ne suis pourtant pas croyante, j'ai alors envie de croire à une présence divine qui nous protégerait de la conduite féroce des chauffeurs de camions. Sur cette île de

l'océan Indien, il est tout à fait banal de doubler un éléphant en pleine rue ! Après avoir suivi l'un de ces mastodontes sur plusieurs kilomètres, nous nous arrêtons dans une petite usine de carnets écologiques fabriqués à base de bouses d'éléphant. Ceux-ci avalent chaque jour des kilos de feuilles et de plantes qu'ils digèrent à peine et qui se retrouvent donc dans leurs excréments non digérées, riches en fibres. Les patrons de cette usine ont eu la brillante idée d'en faire du papier ! L'un des rangers du parc national que l'on traverse nous rappelle l'importance de se tenir à distance des éléphants qui nous ignorent tant qu'ils ne se sentent pas menacés. Il nous apprend que, paradoxalement, un éléphant seul est plus dangereux qu'un couple car ces mammifères ne sont pas des solitaires.

La cause animale me tient particulièrement à cœur et j'essaie de participer à la prévention des dérives animales, à mon humble niveau. La plupart des activités avec des animaux sauvages sont, à mon sens, à bannir, comme la plus connue et maintenant la plus décriée, la balade à dos d'éléphant. La torture que subissent certains animaux pour pouvoir contribuer à notre divertissement est trop souvent méconnue du grand public. Il est de notre responsabilité de voyager et de nous divertir de manière responsable. J'ai fait l'erreur de grimper sur le dos de l'un de ces pachydermes quand je suis allée pour la première fois en Thaïlande en 2012 car je n'étais, à l'époque, pas au courant des atrocités qui se cachent derrière cette activité. L'éléphant est arraché à sa mère dès son plus jeune âge afin d'être dressé jusqu'à devenir parfaitement docile. Les éléphanteaux, âgés de deux à trois ans, sont capturés dans le milieu sauvage et, au cours de la capture, quatre éléphants adultes sont en moyenne tués pour chaque bébé attrapé car ceux-ci essaient de le protéger.

Pour obtenir la soumission totale de cet animal de 5 tonnes et lui faire perdre sa nature sauvage, l'homme a recours à une sorte de torture du nom de *phajaan*. Ce terme signifie « broyer » ou « briser » l'esprit de l'éléphant. L'animal est enfermé dans une cage et enchaîné pendant plusieurs jours. Affamé, assoiffé, roué de coups, battu, privé de sommeil, étouffé, électrocuté... Les pires horreurs lui sont infligées. Jusqu'à 50 % des éléphants meurent pendant le *phajaan*, qui n'est pourtant que la première

phase de torture. Car les éléphants capturés sont torturés toute leur vie. Le souvenir du *phajaan* est ravivé par moments, une fois adulte, en leur enfonçant une pointe à des endroits stratégiques afin de maintenir la domination du dresseur. Les éléphants sont forcés à marcher toute la journée pour promener les touristes, à une cadence élevée. L'éléphant a souvent un point sensible (voire une plaie constante) sur lequel le dresseur appuie de façon discrète. Cette force de la nature particulièrement intelligente ne mérite pas ce traitement atroce. Il m'est arrivé de voir des éléphants dressés pour jouer au foot ou encore peindre, quelle tristesse ! Même s'il est évident qu'il n'y a rien de naturel dans le fait de voir un tel animal faire des acrobaties, certains touristes ne semblent pas le réaliser et contribuent à ce business.

Un éléphanteau soumis (qui a donc vécu le *phajaan*) vaut entre 13 000 et 18 000 euros. En connaissant le niveau de vie en Asie, on comprend mieux pourquoi certains en ont fait leur business. Ces éléphants ne sont pas vendus seulement en Asie, mais aussi en Occident, dans les zoos et les cirques. Or l'espèce est en danger : au début du xx^e siècle, on comptait environ cent mille éléphants en Thaïlande. Il en resterait aujourd'hui un peu moins de cinq mille et la race pourrait disparaître d'ici trente ans. En effet, les animaux maltraités se reproduisent moins et un grand nombre d'éléphants sauvages adultes meurent lors des captures de bébés. Je souhaite faire ici mon *mea culpa* pour avoir participé à cette exploitation animale sans nom.

Les fermes de crocodiles ou de tortues sont un autre lieu à éviter. Elles ont pour but de parquer ces bêtes en les exploitant pour alimenter l'industrie de la mode et de la maroquinerie notamment. Comme expliqué précédemment, j'en ai visité une au Cambodge (une fois de plus par ignorance) et j'ai été dégoûtée par les conditions de vie déplorables des animaux.

Dans les lieux très touristiques, notamment en Thaïlande ou à Bali, il arrive souvent de voir des singes en laisse, obligés de marcher sur leurs pattes arrière comme des humains, pour amuser les touristes en dansant, parfois même déguisés. Cette marche leur cause des déformations et des douleurs. Je me souviens avoir vu des singes déguisés en bébé avec une couche et des vêtements de nourrisson, dont le maître demandait de l'argent

à ceux qui voulaient prendre en photo cette pauvre bête de cirque. J'ai été bouleversée par la tristesse dans le regard du singe alors qu'il s'exécutait comme un robot, résigné. Ceux qui souhaitent être pris en photo faisant un câlin à un tigre devraient également y réfléchir à deux fois car la seule raison pour laquelle le félin accepte de se laisser câliner est qu'il a été drogué en amont. Il en est de même pour les conditions de vie des dauphins et des orques dans les parcs aquatiques qui sont à boycotter !

Trois mois plus tôt, en Thaïlande, ayant trop pris confiance sur mon scooter et me prenant pour une as du guidon, je m'étais aventurée dans une route de terre que je n'imaginais pas si boueuse. Un vol plané plus tard, je me retrouvais au sol avec un policier venu à mon secours en me laissant par chance repartir sans amende. Comme, depuis cette chute, mon genou droit est douloureux, je décide de tester la médecine ayurvédique au Sri Lanka, sur les conseils d'Ayesh. L'ayurveda, ou médecine ayurvédique, est considéré comme la plus ancienne médecine holistique du monde : elle envisage l'homme dans sa globalité (corps et esprit). Créée par les sages de l'Inde classique, cette tradition remonterait à plus de cinq mille ans. Grâce à Ayesh, je vais consulter un vrai médecin ayurvédique et non pas un charlatan attrape-touristes comme il y en a beaucoup ici, à cause de l'effet de mode que connaît cette technique. La salle d'attente est pleine à craquer de tous types de patients atteints de pathologies très variées.

Quand vient mon tour, le médecin m'étale un onguent verdâtre sur le genou en récitant des prières. Il me dit être inquiet car la douleur ne devrait plus être si vive trois mois après la chute. À la fin du massage, la pièce est embaumée d'un parfum très fort d'herbes et d'huiles essentielles, odeur qui me suivra les jours suivants. Il me confectionne une attelle en carton puis me recommande de revenir le lendemain. Deuxième massage, encore des prières et une prescription pour continuer ces massages et envelopper mon genou avec cette même pâte visqueuse pendant plusieurs semaines. Je le paie en m'inclinant devant lui et en lui tendant l'argent dans une feuille de bananier. Très sceptique de nature, j'ai besoin de preuves pour croire. Mais ce médecin est réputé pour avoir fait des miracles. Pour ce qui est de mon

genou, je passerai finalement une IRM en rentrant en France et le médecin me conseillera, paradoxalement et à mon grand soulagement, de faire du vélo. En effet, une anomalie génétique affaiblit mes genoux et cela cause des désaxements de la rotule. Mais plus je muscle mes cuisses, mieux mes genoux sont maintenus grâce à la taille plus importante des muscles, il me faut donc des cuisses bien musclées !

Je profite d'être ici pour visiter les plantations de thé, mondialement réputées sous l'appellation « Ceylan », l'ancien nom du Sri Lanka, le pays étant le second producteur de thé au monde, après l'Inde, son immense voisin imbattable dans ce domaine. Le thé est l'une des industries les plus prospères du pays. Les plantations de l'île sont le vestige de l'époque coloniale britannique dont le client principal est Lipton. Nous visitons une usine et il est fascinant de voir à quel point les goûts diffèrent en fonction des pays. Les thés forts n'ont ainsi pas la même clientèle cible que les thés plus légers... Ce n'est pas la beauté des collines verdoyantes ou l'odeur envoûtante des fabriques de thé qui me marque le plus, ce sont plutôt les conditions de travail et de vie difficiles des cueilleuses de thé, pour la plupart membres de la communauté tamoule. Il est impossible de rester insensible au sort de ces femmes asservies par leurs contremaîtres qui, d'après Ayesh, sont d'horribles tortionnaires. Ces femmes, sans défense et qui n'ont d'autre choix que de trimer dans les champs, sont souvent victimes de viols commis par des *kangani* (surveillants des champs et des cueilleuses) sans pitié. Elles vivent dans des conditions précaires, la plupart du temps directement dans les plantations, celles-ci pouvant d'ailleurs être comparées aux plantations de coton que je visiterai quelques mois plus tard à Charleston, en Caroline du Sud, la « capitale américaine de l'esclavage ». Le thé est le véritable or du Sri Lanka et les locaux aiment le boire sucré, très sucré, à toute heure de la journée. Apparemment, plus votre hôte charge votre tasse en sucre, plus il vous apprécie !

Grâce à Ayesh, je découvre les vraies coutumes des Sri-Lankais, comme lorsque nous rendons visite à ses parents et qu'il m'explique qu'il convient de s'agenouiller devant les personnes plus âgées, témoignant ainsi de notre

humilité et de notre gratitude. Je suis toujours émue de voir plusieurs générations cohabiter en Asie, les enfants prenant naturellement soin de leurs parents.

Quelques jours avant ma date de retour en France, nous décidons de continuer le voyage ensemble et, de notre chambre de Kandy, nous préparons l'itinéraire fictif d'un périple à vélo en France (nous ne savons pas encore où le voyage nous portera), à l'aide de fausses réservations d'hôtels pour appuyer la demande de visa d'Ayesh pour l'espace Schengen.

Nous avons partagé notre quotidien pendant plus d'un mois. Apprendre à connaître quelqu'un en voyageant à ses côtés n'est pas toujours chose aisée mais c'est sans conteste la plus rapide des manières : avec les situations inconfortables, la faim, la fatigue, on se met à nu en dévoilant plus vite ses forces et ses faiblesses. Un binôme de voyage, comme un couple, doit apprendre à se respecter, s'écouter et faire des concessions.

On me demande souvent les différences entre le voyage solo et à deux. J'ai commencé à voyager seule par la force des choses. Au final, j'ai été bien plus ouverte aux autres en voyageant seule. Quand on est deux, on est dans sa bulle, son cocon, et on a moins besoin des autres, on est déjà quelque part dans sa zone de confort. J'ai rencontré des personnes de tous horizons, ce qui m'a ouvert l'esprit. J'ai d'ailleurs souvent partagé un bout de chemin, de quelques jours à plus d'un mois, avec d'autres voyageurs. La solitude fait peur, à moi la première. Mais cette solitude ne m'a pas isolée des autres. Elle m'a, au contraire, permis de me rapprocher d'eux. Beaucoup en ont la hantise, même pour des choses aussi simples qu'aller au restaurant seul, mais c'est un plaisir des sens à tenter ! Le voyage en solo est un voyage intérieur. En étant seul, on repousse son champ des possibles, on prend confiance en soi en brisant ses barrières vers plus de liberté. Quand nous sommes dans notre univers, nos proches ont des attentes tacites, ils ont des idées préconçues sur nous puisqu'ils nous connaissent bien. Mais il arrive qu'ils ne voient pas notre évolution. En voyageant seule, j'adore cette possibilité de me réinventer chaque jour. Être seul, c'est aller au bout de soi-même en étant libre du jugement des autres. Le plus dur pour

moi était bien sûr de faire mes choix sans une épaule sur laquelle me reposer.

Il ne faut pas se mentir, malgré toutes les rencontres, il y a aussi eu des moments de solitude, quand il n'y avait personne d'autre dans l'hôtel que j'avais choisi, pour une visite intéressante... En fonction de mon humeur, je le vivais plus ou moins bien, ça allait du moment où j'étais euphorique face à cette liberté extrême jusqu'aux moments où je vivais des mini-crisis de panique. Ces moments durs m'ont permis de grandir en repoussant mes limites. J'ai appris à me connaître. Par exemple, je sais maintenant que les coups de blues sont davantage susceptibles d'arriver quand la fatigue ou la faim sont de la partie. Je me suis parfois épuisée à créer des liens pour ensuite reprendre ma route et je me suis souvent demandé quel était le sens de ces rencontres éphémères, mais je sais aujourd'hui qu'elles ont été primordiales dans cette quête de moi-même.

J'ai remarqué que je dépensais moins en étant seule. Après deux ans de voyage, j'ai pour la première fois découvert les dortoirs en auberges de jeunesse. J'économisais en mangeant dans les bouis-bouis, ces petites cantines de rue pleines de charme et, pour en trouver, il m'arrivait de marcher très longtemps, je n'avais de compte à rendre à personne. J'étais aussi très souple sur les offres de dernière minute, les places bradées. J'ai toujours eu un petit don pour dégoter les bons plans... Voyager seul signifie que tu peux choisir l'heure de ton petit déjeuner, combien tu dépenses, ton itinéraire... Tu ne dois faire aucun compromis, tu fais ce dont tu as envie, y compris aller vers les personnes qui te paraissent les plus sympathiques ! Voyager seul a des avantages et des inconvénients, au même titre que le voyage à deux ou en groupe.

Quand Ayesh m'emmène à l'aéroport, c'est l'heure du bilan. J'ai beaucoup appris à ses côtés : être humble, généreuse, patiente et en paix avec moi-même, en recherchant le bonheur à l'intérieur de moi et non pas à l'extérieur. Au Sri Lanka, je rêvais devant les vidéos de voyageurs à vélo, notamment Sophie et Jeremy, qui étaient en train de relier l'Alaska et la Patagonie. Il est temps pour moi de rentrer en France pour commencer à mon tour ma grande aventure à vélo. Ces cinq mois en Asie m'ont guérie,

remise sur pied, mon petit cœur est soigné. Je suis enfin prête, physiquement et surtout psychologiquement, à me lancer dans ce périple américain qui me fait rêver depuis si longtemps. Mais je vais d'abord m'élancer cet été, pour la première étape, sur les routes de France.

OceanofPDF.com

La France vue de la selle

La vie est un défi à relever, un bonheur à mériter, une aventure à tenter.

MÈRE TERESA

En ce mois de juin 2018, le retour en France est loin de se passer comme prévu. Malgré les projets plein la tête, c'est le cœur serré que j'atterris à l'aéroport de Paris. Chaque retour en France est teinté d'une note d'angoisse, avec la peur de ne pas être attendue et accueillie, d'avoir été oubliée...

Pourtant, je suis loin d'imaginer ce qui m'attend. Le passage à l'immigration, qui était censé n'être qu'une formalité, tourne au cauchemar. C'est d'abord l'odeur des deux kilos de mangues que j'essaie de dissimuler qui interpelle le policier. « Vous savez qu'il est interdit de rapporter des produits frais sur le territoire français ? » Mes réponses intérieure et extérieure sont contradictoires. Dans ma tête : « Évidemment mais j'espérais que tu ne remarques rien » et à haute voix : « Vraiment ? Non, je n'en avais aucune idée. » Ce n'est qu'un détail en comparaison de ce qui va suivre...

Au moment où l'officier scanne mon passeport, je vois tout de suite dans sa réaction, aussi discrète soit-elle (il a été bien entraîné) que quelque chose cloche. Ses yeux font des allers-retours incessants entre l'écran et mon visage. Il appelle son supérieur, l'officier de police judiciaire de garde ce jour-là. Celui-ci consulte à son tour l'écran et a la même réaction que son subordonné. Je sens mon rythme cardiaque s'accélérer et mon visage s'empourprer. La panique monte et je m'efforce de garder mon calme quand il me dit : « Madame, je vais vous demander de nous suivre au poste. » Je tente de leur soutirer des informations même si je crains d'avoir déjà

compris ce qui est en train de se passer : mon pire cauchemar est en train de devenir réalité.

Ils m'emmènent donc au commissariat de la police aux frontières. Le moins gradé des trois policiers, voulant probablement faire du zèle, veut me passer les menottes. Heureusement, l'officier l'en empêche. Ils m'escortent tous les trois, en formant un triangle autour de moi pour s'assurer que je ne tente pas de m'enfuir. Moi qui étais triste dans l'avion de n'avoir personne pour m'attendre à l'aéroport à mon arrivée... c'est une bénédiction que personne ne soit là pour voir cette scène. Je suis dans un état second. Trop d'informations se confrontent et se bousculent dans ma tête. Il y a encore quelques heures, j'étais avec Ayesh au Sri Lanka en train de siroter une noix de coco et me voilà en direction du commissariat de l'aéroport Charles-de-Gaulle de Paris. Au fond de moi, je sais bien ce qui est en train de se passer mais je me refuse toujours à y croire. C'était il y a trois ans et j'ai déjà passé la frontière plusieurs fois depuis. Pourquoi maintenant ? J'ose enfin demander des informations au plus discret des trois policiers qui marche à côté de moi. Il me répond sans sourciller, sur un ton glacial : « Nous avons un avis de recherche Interpol et un mandat d'arrêt à votre nom. Vous avez été condamnée à un an de prison ferme pour désertion de l'armée française. Vous allez donc être placée en garde à vue dès maintenant, puis transférée ultérieurement à la prison de Fleury-Mérogis où vous purgerez votre peine. »

J'ai la bouche tellement grande ouverte que ma mâchoire pourrait bien toucher le sol, ma tête vacille, je vois flou, j'ai peur de tomber dans les pommes. La situation me paraît si surréaliste que je reste étonnamment calme. C'est impossible, ça fait tellement longtemps, je n'ai jamais reçu de courrier et rien n'est arrivé à Vincent, alors pourquoi moi ? Mon premier réflexe est de vouloir le contacter, ce que je me refuse de faire. Je prends de grandes inspirations en essayant de me remémorer les exercices de méditation pour retrouver mes esprits.

— Les faits datent d'il y a plus de trois ans, j'ai été contrôlée plusieurs fois depuis sans problème ! Ne vous méprenez pas, je suis bien consciente d'avoir fait quelque chose de grave mais c'est du passé !

— Et alors, même si ça avait été il y a dix ans, ça aurait été la même chose, on finit toujours par payer ses erreurs et en assumer le prix !

Je comprends que je vais avoir besoin d'aide et je me demande qui appeler pour m'épauler dans cette situation de crise. J'ai beau chercher, je ne vois pas qui car je ne veux déranger personne, d'autant plus que j'ai honte de la situation. Je traverse l'aéroport, toujours avec l'escorte de flics, jusqu'au tapis à bagages. Tous les autres passagers me dévisagent comme si j'étais une grande criminelle. Heureusement que je n'ai pas les menottes aux poignets ! Une fois mon sac récupéré, nous nous dirigeons vers le poste de police.

J'interpelle tout de suite la commissaire en arrivant pour lui expliquer moi-même la situation, sans omettre ni cacher aucun détail, ce à quoi elle me répond :

— Ce n'est pas à moi de juger vos actes. Vous avez d'ailleurs déjà été jugée en votre absence. Plusieurs convocations ont été envoyées à votre adresse de Paris pour votre jugement qui a eu lieu en novembre 2016, c'est-à-dire un an et demi après votre désertion. Le jugement a sans doute été plus sévère en raison de votre absence : le juge vous a condamnée à un an de prison ferme. Le mandat d'arrêt n'a été partagé à Interpol qu'en mai 2018. Voilà pourquoi vous êtes arrêtée pour la première fois aujourd'hui sans avoir été importunée par le passé. D'après votre dossier, vous avez apparemment été jugée deux fois. La première au tribunal d'instance où vous avez été relaxée. La brigade de sapeurs-pompiers de Paris a ensuite fait appel du jugement et vous avez alors été jugée une deuxième fois au tribunal de grande instance où la condamnation a été fixée à un an de prison ferme. Ils ont apparemment voulu faire de vous un exemple, vous feriez mieux d'appeler votre avocat !

— Mon avocat ? Mais je n'en ai pas. Est-ce qu'il y a une chance infime que tout ça ne soit qu'une monumentale erreur ? Sur le jugement ? Il doit bien y avoir prescription avec le temps...

À croire que j'avais eu un pressentiment en ne prenant pas le vol retour pour la France prévu le mois dernier d'Indonésie. Heureusement que je découvre la situation en revenant en France plutôt qu'en essayant d'en

repartir. Imagine si je m'étais fait arrêter en essayant de repartir le mois suivant avec mon vélo pour le Canada...

Je réfléchis à toute vitesse et j'arrive à la conclusion qu'il faut que je profite du fait que le commissaire soit une femme pour lui faire comprendre les raisons de mon départ. Je vois ses yeux se radoucir au fur et à mesure que je lui explique tout. Je pense qu'elle commence à comprendre. Elle accepte d'appeler le tribunal pour en savoir plus sur la situation. J'ai une chance inouïe qu'elle insiste pour parler à la personne compétente pour mon dossier. S'ensuit alors le plus grand soulagement de ma vie : il s'avère qu'il y a eu une erreur dans la rédaction du compte-rendu du deuxième jugement et je n'ai en fait été condamné qu'à de la prison avec sursis : *je suis libre !* J'ai presque envie de lui sauter au cou pour l'embrasser. Son insistance auprès de l'administration du tribunal vient clairement de me sauver et je suis passée très près de l'erreur judiciaire, j'en ai des frissons ! Quand je sors enfin de l'aéroport, j'appelle Ayesh. « Tu ne devineras jamais ce qui vient de m'arriver... » Je dois tout de même aller ensuite à la gendarmerie pour payer une amende correspondant aux frais de procédure mais ce détail est tellement insignifiant que je le fais avec plaisir. Je m'assieds sur un banc à l'extérieur de l'aéroport pour me remettre de mes émotions, et je souris en voyant le sac à côté de moi : j'ai toujours mes mangues qui ont été oubliées dans l'histoire !

Après toutes ces péripéties, je passe d'abord quelques jours avec ma famille en Belgique où Ayesh est censé me rejoindre mais, comme il rate son avion, nous nous retrouvons à Strasbourg pour commencer ensemble le voyage à vélo. Je suis heureuse de passer du temps avec ma famille et de leur montrer à quel point je vais mieux depuis février et mon séjour en Asie. Je passe ensuite par Paris récupérer mon vélo qui m'attend chez Béné puis je rejoins Strasbourg en train. Puisqu'il n'y a pas de compartiment à vélo (comme prévu) dans le convoi, je dois coincer le vélo devant la porte des toilettes de la voiture et faire croire aux passagers que les toilettes sont bouchées pour les envoyer dans d'autres WC... Ayesh arrive d'Amsterdam où il a récupéré son vélo : nous sommes prêts !

Mais pourquoi commencer par Strasbourg ? J'ai toujours imaginé ce

voyage à vélo avec un fil rouge, un message à faire passer, un sens particulier. Pas simplement pédaler mais partager ce périple avec des enfants qui n'ont pas la chance d'avoir la santé. J'avais besoin d'une mission qui me pousserait à me surpasser quand ma motivation seule ne serait plus suffisante. Un défi solitaire mais solidaire. Après avoir été inspirée par tant de personnes sur ma route, j'espère être à mon tour inspirante pour ces enfants et leur donner de l'espoir et peut-être même de la force dans leur combat contre la maladie. Mes recherches m'ont conduite à contacter l'hôpital de Strasbourg et son association créée par les médecins du service de pédiatrie, *Les enfants malades à l'hôpital*. Je leur ai proposé de partager mon voyage avec les enfants par l'envoi de cartes postales, par le biais d'e-mails et d'appels vidéo, et cette proposition leur a plu immédiatement.

Nous arrivons en ce matin de juin à l'hôpital Hautepierre où j'ai rendez-vous avec le chef du service de pédiatrie et la présidente de l'association. Ils veulent en savoir plus sur mes intentions et me mettre en garde sur ce qui leur tient le plus à cœur dans la prise en charge des enfants, c'est-à-dire leur bien-être physique et psychologique ainsi que le respect de leur vie privée (avec les photos et le droit à l'image). Ils me briefent sur l'état de santé des enfants et nous discutons ensemble de la meilleure manière de les emmener voyager, virtuellement, à mes côtés. Après cette entrevue, ils m'emmènent visiter le service puis me laissent en compagnie de l'enseignante en charge des six enfants dialysés en ce moment. Je fais sa connaissance puis elle m'amène rencontrer les enfants qui attendent ma venue, apparemment avec impatience, accompagnés de leurs parents. Ils sont tous déjà branchés aux machines qui purifient leur sang, leurs lits placés en arc de cercle autour de moi. Je suis très intimidée ! À l'aide d'un PowerPoint, je leur présente mon parcours et mon projet ainsi que la manière dont ils seront impliqués dans celui-ci. Nous élargissons le sujet sur les rêves en général et ils me font, à leur tour, partager les leurs : intégrer le GIGN pour l'adolescent, retourner dans son pays pour la jeune fille originaire des Émirats arabes unis, devenir pilote de ligne pour le plus jeune ou encore aller à New York pour le plus bavard des petits garçons. Je lui promets de le faire voyager à distance à

mes côtés quand j'y serai et de lui faire partager tout ce qu'il a envie d'y découvrir.

Être face à six enfants alités est un défi de taille pour moi : j'essaie de leur insuffler mon énergie positive. Âgés de cinq à dix-sept ans, ils ont pour point commun de souffrir d'insuffisance rénale et sont dialysés, dans l'attente d'une greffe, avec plus ou moins d'espoir en fonction de leur place dans la liste des receveurs d'organes. En attendant, la dialyse permet de filtrer leur sang puisque leurs reins ne fonctionnent plus correctement. Le service de dialyse fait partie intégrante de leur vie. La plupart d'entre eux y passent plus de cinq heures par jour trois fois par semaine (à l'hémodialyse en elle-même, il faut ajouter le temps de transport, la préparation...). Pendant mon voyage, je communiquerai beaucoup avec eux mais nos échanges se feront de plus en plus rares jusqu'à s'interrompre quelques mois plus tard, pour la meilleure des raisons : à tour de rôle, ils recevront tous le plus précieux des cadeaux : un nouveau rein ! Cette greffe tant espérée leur rendra leur liberté et leur joie de vivre d'enfant en les sortant de l'enfer de l'hôpital. L'hémodialyse ne sera plus qu'un lointain souvenir pour eux.

Après ces moments inoubliables, direction le deuxième arrêt de la journée, une école primaire située dans une ZEP de Strasbourg où je vais rencontrer des élèves de CM1 qui suivront eux aussi mon voyage à partir de septembre, durant leur classe de CM2, à travers différents objectifs éducatifs. En y réfléchissant avec (l'incroyable) institutrice, nous comprenons que ce projet peut être le support de presque tous les aspects du programme et de la plupart des matières. D'abord la géographie bien sûr, puis les langues, et même les maths en utilisant le vélo dans les problèmes (si un tour de roue permet de parcourir x kilomètres...). Je tombe immédiatement amoureuse de ces enfants vifs, curieux et ouverts d'esprit. La diversité culturelle de la classe est impressionnante, un vrai *melting-pot* qui regroupe plus de dix nationalités ! J'adore leur innocence et leurs questions candides. Je suis venue avec mon vélo pour rendre ma présentation plus concrète et vivante afin qu'ils se rendent compte que ce deux-roues est devenu ma maison. Nos échanges sont émouvants, ils m'ont

même préparé une chanson qui me fait monter les larmes aux yeux quand ils se mettent à la chanter en chœur pour moi ! Je l'entendrai résonner longtemps. Je suis particulièrement émue quand, en discutant des pays dont ils sont originaires grâce à la mappemonde, je comprends que plus de la moitié des enfants de la classe n'a jamais vu la mer. J'ai envie de tous les emmener pour les sortir de leur quotidien et leur faire découvrir autre chose que leur cité, leur montrer à quel point le monde est beau. J'espère que je pourrai leur mettre des étoiles dans les yeux et des rêves plein la tête, même à distance ! L'une des enfants insiste pour que j'emporte une part d'eux, pour ne pas les oublier durant le voyage, et surtout « pour que tu ne te sentes pas seule dans les moments difficiles et que tu n'oublies pas qu'on est avec toi ». Ces enfants terriblement attachants m'offrent ma nouvelle mascotte qui sera fièrement installée sur le cadre de mon vélo : un petit hérisson en peluche surnommé Billy, accompagné d'un petit drapeau français. Cette mascotte m'aidera beaucoup dans les moments difficiles pour me rappeler pourquoi je fais ça et pourquoi je dois tenir bon : véhiculer aux enfants le message que tout est possible si on s'accroche assez fort à ses rêves et qu'on se bat assez pour eux. Je ne veux surtout pas les décevoir ! Ils insistent même pour me faire une haie d'honneur quand je quitte l'école à vélo, l'un des moments les plus marquants et émouvants de ma vie.

Après avoir rendu visite aux enfants, Ayesh et moi donnons notre premier coup de pédale. Je sens l'émotion monter en me remémorant les derniers mois. Je réalise à quel point il ne faut jamais douter. Même quand on est au creux de la vague, la roue finit toujours par tourner, il faut juste accepter les moments difficiles pour mieux rebondir. J'avais vraiment la sensation, il y a quelques mois encore, que je n'allais jamais retrouver le bonheur, et pourtant, il s'offre enfin, devant moi. Qu'est-ce qu'être en vie ? Quand on meurt, notre électrocardiogramme est plat. Quand on est en vie, il est formé de pointes et de creux : c'est une vraie métaphore de la vie. Nous avons tous des champs de mines et des champs de fleurs à traverser. Une vie de routine, d'habitudes, se traduit par un électrocardiogramme plat, une vie remplie de risques par des hauts et des bas et donc par

l'électrocardiogramme d'un cœur qui bat, qui bat vraiment. Quand j'ai commencé à visualiser cela, j'ai compris qu'à chaque fois que j'échoue, c'est pour réussir de plus belle ensuite.

Me voilà donc, au sommet de la pente, au sens propre comme au sens figuré, prête à renouer avec mes racines. Être avec un étranger pour redécouvrir mon pays me permet de garder des yeux de touriste et de m'émerveiller. Je me rends vite compte que la mauvaise réputation des Français concernant les langues étrangères est avérée. La plupart de nos hôtes ne parlent pas anglais et je suis donc l'intermédiaire entre eux et Ayesh. Nous pédalons tous les deux de Strasbourg à Montpellier où nos chemins se séparent. Ces semaines passées ensemble sont inoubliables : nous partageons le 14 juillet, la victoire de la France à la Coupe du monde de football, des fous rires, des coups de gueule... Une grande expérience humaine. Merci Ayesh !

Puis il part randonner sur le GR 20 de Corse tandis que je continue ma remontée sur la côte ouest de Bordeaux à la Bretagne (en prenant un train de Montpellier à Bordeaux). Quand je passe la barre des 2 000 kilomètres, sur la route de La Rochelle, j'ai un immense ras-le-bol, comme une vague de fatigue qui me submerge. Au moment où je lis ce chiffre rond sur mon compteur, j'arrête de pédaler, je descends du vélo et je m'assieds par terre, le regard dans le vide, en me disant : « J'en ai assez, j'arrête. »

Après deux heures, les fesses par terre au milieu de la campagne française, je prends mon courage à deux mains et remonte en selle. Comme je suis épuisée et que je n'ai plus les idées très claires, je fais une erreur d'itinéraire en choisissant l'option voiture sur Google Maps, ce qui me fait m'engager sur une quatre-voies. En voyant le panneau interdisant l'entrée aux vélos, je me rends compte de ma bourde mais, comme le détour pour l'itinéraire vélo est de plus de 30 kilomètres et que je suis à bout, je m'engage. Ce chiffre paraît dérisoire mais à ce moment-là, avec déjà plus de 100 kilomètres dans les jambes, ajouter 30 kilomètres me paraît insurmontable. Je m'engage quand une voiture s'arrête devant moi. Un couple de l'âge de mes parents ouvre la fenêtre et m'interpelle : « Tu ne peux pas rouler ici, c'est trop dangereux. » Ils me conseillent l'immense détour. Je pense qu'à ce

moment-là, ils voient la détresse dans mon regard. La femme au regard chaleureux, après avoir lancé un clin d'œil à son mari, me lance : « On t'emmène ? » Confuse, je lui dis qu'ils n'ont pas la place pour un vélo dans leur voiture quand elle ouvre son coffre où je découvre un porte-vélo flambant neuf. Je ne saurais expliquer l'avalanche d'émotion que je ressens, un vrai ascenseur émotionnel qui me fait fondre en larmes, rassurée et soulagée. J'ai clairement trop poussé mon corps et j'ai besoin de repos. Cette rencontre furtive mais intense restera gravée dans ma mémoire. Il m'est arrivé de refaire du stop avec le vélo par la suite en cas d'excès de fainéantise ou de flemme prononcée !

On me conseille régulièrement d'emprunter les pistes cyclables de l'Eurovélo pendant ce voyage en France. L'Eurovélo est un réseau d'itinéraires cyclables européen regroupant quinze routes longue distance qui traversent le continent entier, du Nord au Sud, d'Est ou Ouest ou en diagonale en suivant par exemple des fleuves. J'aime la tranquillité et la sécurité de ces pistes pour un ou deux jours mais ce calme devient vite trop pesant, lassant, et ne va pas dans la direction que je souhaite donner à mon voyage, qui est clairement la rencontre. J'aime rouler dans les petits villages et y voir la vie locale, les habitants se réveiller aux premières lueurs du jour. Comme j'aime le calme mais pas la solitude, je sors souvent de ces itinéraires tout tracés pour créer mon propre chemin.

Je rencontre des personnes incroyables durant ce retour aux sources dans mon pays, comme Aurélien qui me connaissait grâce à ma page Facebook et m'a invitée chez lui. Quand je lui fais part de ma souffrance de ne pas avoir de racines profondes, il me fait une magnifique proposition : planter un arbre dans son jardin pour que mes racines y soient ancrées, ainsi qu'un espace chez lui pour que je puisse y entreposer mes affaires, ce qui me faisait cruellement défaut en France. Je suis émue devant ces propositions si attentionnées. Presque la moitié de mes hôtes sont des personnes qui me suivaient *via* les réseaux sociaux. Au départ, j'étais déstabilisée de rencontrer des gens qui en savaient déjà tant sur moi mais au final, cette proximité et cette intimité me font du bien et renforcent ce sentiment de retour au bercail.

J'ai eu l'envie et le besoin de voyager en France afin de me réapproprier mon identité culturelle. Je souffrais de ne plus vraiment savoir où était mon chez-moi ou en tout cas mes origines. Faire en France ce que je ne faisais qu'à l'étranger, partir à la rencontre des locaux, m'a aidée à retrouver mes racines. J'y ai rencontré de belles âmes qui m'ont aidée à me sentir moins étrangère dans mon propre pays, sentiment que partagent beaucoup d'expatriés de retour chez eux. Ce qui est sûr, c'est que j'avais oublié à quel point notre gastronomie était formidable !

J'ai l'opportunité de rencontrer l'équipe Solidream, par le biais de Morgan, l'un des compères de la bande. Ces trois copains s'étaient lancés dans un tour du monde à vélo il y a quelques années et avaient planté la graine de ce rêve au fond de moi. Je rêvais d'un voyage aussi bien organisé que le leur, avec famille et amis au départ. Ce qu'ils ont réussi à faire est formidable : à leur retour de voyage trois ans plus tard, ils n'ont pas repris un travail classique mais vivent désormais de la réalisation de leurs films et de leurs conférences, notamment en entreprise, qui traitent de la force de la collaboration, de la solidarité et du travail d'équipe. J'envie leur amitié et leur cohésion. J'espère que je trouverais un jour ma Solidream à moi, avec une complicité et une connivence similaires.

La colocataire de Morgan, Lolita, va me permettre de vivre une expérience magique ce soir-là. Alors que je viens de la rencontrer, elle me confie : « J'ai un rendez-vous galant ce soir mais je ne me sens pas à l'aise d'y aller seule. Tu serais d'accord pour m'accompagner ? » Ce qu'elle ne précise pas tout de suite, c'est qu'elle doit retrouver un pilote, et que leur rendez-vous est un tour en avion privé de quatre places pour voir le feu d'artifice de la Grande-Motte du ciel, qui est tiré ce soir ! Je suis tellement excitée que je saute partout, l'embrasse et la prends dans mes bras. « Bien sûr que j'accepte de venir avec toi ! Tu me proposes les deux choses que j'aime le plus au monde : un tour en avion et un feu d'artifice, le parfait combo ! » Ce moment est extraordinaire. En atterrissant à l'aérodrome, ils me demandent tous les deux : « Ça t'a plu ? Tu n'as pas dit un mot pendant le vol, tu as eu peur ? » Je reste dans l'incompréhension, jusqu'à ce que je comprenne que le micro de mon casque était coupé. Ils ont pu entendre plus

tard à quel point j'étais expressive dans les enregistrements de ma GoPro !
« Quand rien n'est prévu, tout est possible ... » : merci pour ce moment inoubliable Lolita !

Une autre rencontre très marquante est celle de Françoise et Claude Hervé durant le festival du Roc-Castel, sur le plateau du Larzac, un festival qui fait l'éloge du voyage lent, à pied, à vélo ou même à cheval. Ce couple extraordinaire, parti pour ce qui devait être trois ans autour du monde à vélo, n'est finalement revenu que quatorze ans plus tard, avec un bébé dans ses sacoches ! Luc à Montpellier ainsi qu'Alain et Mylène à La Baule sont d'autres extraordinaires rencontres de ce voyage, des exemples d'inconnus devenus des amis.

Je ne suis pas une cycliste, je n'avais fait que très peu de vélo avant de me lancer dans ce voyage et surtout, même si j'étais en bonne forme générale, je ne m'étais pas entraînée. Je suis donc une débutante totale, surtout au niveau mécanique. Je ne sais pas même comment changer un pneu en cas de crevaison. Je me dis que j'apprendrai sur le tas. Mes jambes seront mon carburant et mon mental mon moteur. Avant mon premier grand voyage à vélo en Californie en 2017, je n'avais jamais fait plus de 10 kilomètres dans la même journée, alors qu'il m'est ensuite arrivé de parcourir plus de 140 kilomètres en vingt-quatre heures. En commençant progressivement, avec des journées de 40 kilomètres, le rythme s'est petit à petit accéléré. C'est bien connu, le corps est une machine et à force d'entraînement et de répétitions, il s'adapte à (presque) tout !

À mes yeux, les 2... kilomètres pédalés en France sont un entraînement pour mon vrai voyage à l'étranger, au Canada et aux États-Unis, qui est sur le point de commencer. Je me presse dans certains endroits où j'aurais aimé prendre plus mon temps car je sens que la fin de l'été arrive rapidement et le froid me fait peur, sûrement sans raison avec du recul car il est bien plus agréable de rouler quand il fait plus frais, à condition d'être bien équipé et d'avoir le vent dans le dos. Car c'est le vent qui est l'élément le plus important, il peut nous freiner quand il est de face alors qu'il peut littéralement nous propulser, comme les fois où, au bord de la mer, j'ai presque eu la sensation de voler. Je sens au fond de moi, dans mes tripes,

que j'ai besoin de me prouver à moi-même que je suis capable de faire ce voyage seule. Je ressens cette flamme, cette fougue, l'aventure m'appelle. Pour avoir un but supplémentaire, je choisis de représenter l'association *À chacun son Everest* créée par Christine Janin, la première femme française à avoir gravi l'Everest, afin de récolter de l'argent pour celle-ci durant le périple. Le nom de l'association peut s'adapter à énormément de situations : nous avons tous nos propres difficultés, nos propres démons et notre propre Everest à gravir, quel qu'il soit, quelle que soit l'étape de notre vie où nous nous trouvons. Pour me réaliser et m'épanouir, j'ai besoin de donner et non plus seulement recevoir. J'ai déjà reçu tellement de gentillesse et de générosité que je souhaite rendre la pareille, à ma façon. L'association soutient les femmes et les enfants en rémission d'un cancer car se remettre d'une telle épreuve n'est pas chose aisée. La plupart des accidents chez les alpinistes ont lieu lors de la descente car, puisque le sommet a été atteint, le défi accompli, la motivation n'est plus la même et la concentration n'est plus aussi intense, la fatigue se faisant sentir. Christine fait le parallèle entre cette descente et la rémission. Le combat n'est pas encore gagné, il faut encore se battre pour reprendre une vie normale, et notamment, pour les enfants, ne plus être en position de victime, être de nouveau comme les autres et reprendre confiance en soi. Pour cela, elle organise des séjours à la montagne où les enfants redeviennent comme les autres, où les femmes sont chouchoutées et où tous gravissent leur sommet en profitant d'un nouvel élan de vie. Un nouveau départ...

Nous pouvons tous nous reconnaître dans le nom de l'association, moi la première. C'est pourquoi je suis fière d'installer le drapeau qui flottera fièrement à l'arrière de mon vélo, un vrai fanion aux couleurs de l'espoir. Ce voyage représente mon propre Everest !

L'Amérique à la force des mollets

Dans vingt ans, vous serez plus déçu par ces choses que vous n'avez pas faites que par celles que vous avez faites. Alors larguez les amarres. Mettez les voiles et sortez du port ô combien sécurisant. Explorez. Rêvez. Découvrez.

MARK TWAIN

Si tu as la santé et tes deux jambes, tu dois foncer pour réaliser tes rêves. En l'occurrence, le mien est de relier Miami à Montréal à vélo et le grand départ est demain. Aujourd'hui, je vais faire réviser mon vélo pour m'assurer de son état général après ces 2 000 premiers kilomètres en France. Il s'avère que je fais bien car la roue avant est voilée, probablement à cause de ma chute à Montpellier lorsque le pneu s'est coincé dans les rails du tram. Mais à part ce problème minime, mon vélo, conçu pour un voyage de longue distance, est un fidèle compagnon prêt à prendre la route de l'Amérique ! Un vrai 4 × 4 (presque un tank vu son poids) équipé de pneus en Kevlar (comme les gilets pare-balles), capable d'affronter tous types de terrains, lourd mais digne de confiance.

Yann, le réparateur, me montre comment démonter les pédales, tourner le guidon dans le sens du cadre et dégonfler les pneus, manœuvres que je dois répéter le soir même, non sans mal, pour préparer le vélo à prendre l'avion avec moi. Le plus difficile en voyageant avec un vélo est de prendre les transports avec lui : emprunter le train ou l'avion peut vite devenir un casse-tête et surtout faire grimper la note. Je retourne chez Béné pour la préparation. Tout se passe bien jusqu'au fameux moment délicat du démontage des pédales : nous nous arrachons littéralement les cheveux ! Dans le sens des aiguilles d'une montre pour dévisser ? On tente même le coup avec une visseuse électrique en suivant tant bien que mal les

instructions du tutoriel YouTube ainsi que les conseils, par téléphone, de Yann, le mécanicien vélo, pour vaincre ces satanées pédales dont nous venons finalement à bout après une longue bataille.

J'emballe enfin le tout dans un drap pour protéger le vélo au maximum. Quelques jours plus tôt seulement, j'ai réservé mon billet d'avion auprès de la compagnie AirTransat en raison de sa politique en matière de bagages grand format. Il y a deux grands clans en ce qui concerne le transport des vélos en avion. D'un côté les fervents partisans du carton (ou de la boîte en plastique) car celui-ci protégerait mieux en amortissant les coups potentiels. De l'autre côté, il y a ceux qui préfèrent, au contraire, n'emballer le vélo que d'un sac en plastique souple dans l'idée (et l'espoir) que les manutentionnaires, voyant qu'il s'agit d'un vélo et donc conscients de sa fragilité, seront moins brutaux et prendront plus de précautions, ce qui éviterait ainsi des casses. Pour le trajet Paris-Montréal, mon vélo n'est donc protégé que d'un drap et d'un sac plastique puisque j'ai choisi d'adhérer au deuxième camp.

Béné est comme une deuxième grande sœur pour moi, elle représente à mes yeux le cocon rassurant, la douceur. Elle me conduit en ce jeudi matin d'août à l'aéroport. Je sais qu'elle voudrait venir avec moi, elle qui aime tant le Canada, mais sa vie est ici. Je lui suis tant reconnaissante pour son aide précieuse. Même si je suis très heureuse d'aller à Montréal, je suis quand même moins excitée que lors des départs en Asie, où le voyage est simplifié par le coût de la vie si abordable pour nous autres, Occidentaux, ce qui offre le luxe de ne rien avoir à préparer, contrairement aux voyages ayant pour destination les pays développés. Pour la première fois, j'ai plus qu'un simple sac à dos pour bagage. J'emporte mon vélo pour un voyage qui, je l'espère, se passera comme sur des roulettes.

Juste avant d'embarquer, j'ai la mauvaise idée de poster sur ma page Facebook une photo de ce qui ressemble à un paquet-cadeau géant raté, mon vélo dont l'emballage est constitué de bouts de carton, d'un drap et d'une tonne de gros scotch marron, ce qui fait bien rire tout le monde. « Mais qu'est-ce que c'est que cette horreur ?! » Les réflexions de certains m'inquiètent : « Tu es inconsciente d'embarquer ton vélo sans plus de

précaution », mais j'ai confiance ! Après avoir fait enregistrer mon vélo, je pars feuilleter les magazines sur le Canada et je prends en photo quelques pages de guides, ce qui montre à quel point je suis préparée. Ce qui est drôle, c'est qu'au moment où j'écris ces lignes, en mars 2019, je suis à La Barbade et je relis mon carnet de voyage rédigé à l'aéroport : « Je pense arriver vers mi-octobre à Washington DC avant de filer au chaud en Floride ! J'ai tellement hâte de fêter mes premières fêtes d'Halloween et de Thanksgiving aux États-Unis. » Je ne sais pas encore que je vais fêter Halloween à Miami ni que, même si je serai à La Barbade pour Thanksgiving, je serai techniquement sur le sol américain car à l'ambassade des États-Unis... (Il faut bien que je mette un peu de suspense pour te donner envie de continuer ta lecture !)

En marchant dans l'allée centrale de l'avion, je ressens comme à chaque fois cette immense vague d'excitation, ma main cherche instinctivement mon collier, celui qui me vient de ma petite mamie. Je sais qu'elle veille sur moi et, depuis que je le porte, je sens ses ondes positives et sa protection. Elle me guide et me montre le chemin. Elle m'apporte cette confiance au fond de moi, cette foi en l'avenir et en ma bonne étoile. J'ai repris du poil de la bête après les épreuves des derniers mois et je vois à nouveau le futur plein de promesses.

Dans les nuages, à 9 000 mètres d'altitude, je m'imagine ce que mamie me dirait : « Tu es sur la bonne voie, vis à 100 % en t'épanouissant et en étant utile pour rendre le monde meilleur. » Mon rêve est d'avoir des albums photo remplis d'aventures et de souvenirs à partager avec mes petits-enfants. La route vers ses rêves est toujours semée d'obstacles mais la récompense sera, je l'espère, à la hauteur des efforts et des difficultés surmontées. Cet avion m'emmène vers le nouveau chapitre de ma vie. J'ai peur mais je vois l'horizon des possibles s'ouvrir devant moi.

Les derniers mois en Asie étaient extraordinaires mais je ne me sentais pas totalement libre car je savais que les sponsors du vélo comptaient sur moi pour réaliser ce projet... Je profite d'ailleurs de ce livre pour leur dire un immense merci pour leur aide ! Je ne serais sûrement pas rentrée en France si j'avais gardé l'argent et acheté le vélo plus tard dans un autre pays, au

lieu de m'en encombrer en France et de devoir voyager avec lui. Bref, je me fais violence, j'arrête de ressasser et je me lance ! Ma nouvelle résolution de ne plus avoir de regrets doit commencer maintenant. Voyager est une chance formidable et je suis chanceuse d'avoir un passeport fort : j'ai d'autant plus mesuré cette chance en étant avec Ayesh dont la nationalité lui a fermé, entre autres, les portes du pays de l'oncle Sam. Je suis excitée comme une puce dans l'avion car la cerise sur le gâteau est que, cette fois, je n'ai qu'un aller simple : aucun retour en France n'est prévu. C'est l'aventure ! Je ressens un profond sentiment d'accomplissement : je prépare ce voyage depuis si longtemps. Grâce au partenariat avec les enfants, j'ai l'impression d'avoir enfin réussi à imbriquer les pièces d'un puzzle, tout me semble parfaitement à sa place à cet instant précis. Je pourrais rester dans cet avion pendant des heures, des jours, tellement le sentiment de bien-être est à son comble ! La gratitude que je ressens pour la vie est indescriptible...

Après huit heures de vol, nous atterrissons à Montréal et ma première rencontre avec un Québécois est des plus comique. Le policier de l'immigration paraît impressionné par mon projet de périple que je lui présente quand il m'interroge sur le but de ma visite, même s'il a l'air de penser que je dois avoir un grain pour me lancer dans un voyage pareil. Il écrit donc ironiquement « sadomaso » en réponse à la question sur ma carte d'entrée au Canada, ça promet ! (Un mois plus tard, j'ai d'ailleurs la surprise de recevoir un message de sa part sur Facebook : il veut savoir si j'ai survécu à ce premier mois : un chouïa inapproprié certes, mais adorable !) La corvée de la douane passée, je récupère enfin ma bicyclette, arrivée à bon port, sans aucune casse !

Jean-François, mon premier hôte, m'attend à l'aéroport. Son visage sympathique et son accent amusant me mettent tout de suite de bonne humeur. Une fois chez lui, dans l'une de ces maisons typiques de Montréal, avec le fameux escalier en fer forgé en façade, il m'aide à remonter mon vélo : une aide précieuse, la mécanique n'étant vraiment pas mon fort. Nous posons ensuite la pièce finale : le fanion de l'association *À chacun son Everest* qui flottera fièrement à l'arrière. Quelques jours avant le départ,

j'avais été émue de recevoir, en plus du drapeau, le tee-shirt de l'association que je porte aujourd'hui : celui-ci me donne un sentiment d'appartenance et la niaque sur la ligne de départ de ce grand périple.

Jean-François est le parfait exemple de la gentillesse et de la chaleur humaine des Canadiens, le premier d'une longue liste. Durant trois jours, il me fait visiter Montréal. Quel bonheur de pouvoir découvrir un lieu accompagné d'un local qui en connaît tous les recoins et trésors cachés. Il m'initie à la navigation avec son voilier sur l'un des lacs de la région, m'apprend des expressions québécoises à mourir de rire et me fait goûter à la poutine, la spécialité québécoise. Je n'étais pas du tout attirée par ce plat qui me paraissait une abomination en matière de gastronomie : des frites recouvertes de sauce brune et de fromage en grains typique ! Finalement, c'est vraiment pas mal mais bonjour les calories. Heureusement que je vais commencer à pédaler bientôt pour éliminer.

J'ai un excellent feeling pour l'instant : ce voyage commence sur les chapeaux de roues ! Après ces trois jours ensemble, dur de le quitter mais il est temps de prendre la route. Pendant deux jours, j'hésite à partir au nord découvrir le Québec ou à prendre la direction de l'Ontario, ce que je choisis finalement. Je ne veux pas faire de boucle et j'ai envie de prendre la direction du sud puisque nous sommes déjà fin août : le froid pointe le bout de son nez ! Est-il préférable de prévoir un itinéraire ou de se laisser porter ? Pour ma part, j'ai un itinéraire global mais ouvert à toutes les variantes qu'on me conseillera : les itinéraires bis sont les bienvenus.

Dès le début de cette aventure nord-américaine, ma capacité (ou plutôt mon incapacité) à prendre des décisions est mise à rude épreuve. Si je pars dans cette direction, peut-être vais-je rencontrer l'homme de ma vie ? Mais si je pars de ce côté-là, peut-être vais-je avoir un accident... Et si là-bas les gens étaient bien plus sympas ? Je monte des scénarios farfelus dans ma tête, en me mettant bien trop la pression. Je me rends malade pour une décision qui n'a pourtant rien d'existentiel mais est à l'image de mon grand problème : que choisir ? Je décide finalement d'aller vers les chutes du Niagara. Ma volonté farouche de m'y rendre malgré l'immense détour fait d'ailleurs bien rire mes nouveaux amis québécois qui trouvent cette

attraction typiquement française, eux préférant les chutes Montmorency, dans la province de Québec. Mais voilà, voir les chutes du Niagara est l'un de mes rêves et je décide d'aller chercher ce rêve coûte que coûte, j'en suis si près !

C'est déjà le moment des adieux. Jean-François m'a offert un accueil extraordinaire et m'a permis de commencer le voyage dans les meilleures conditions possible. J'avoue être anxieuse à cet instant devant l'ampleur du défi qui m'attend mais, une fois le premier coup de pédale passé, j'éprouve une sensation indescriptible : j'attendais ce moment depuis si longtemps, je me suis vraiment battue pour en arriver là, quel bonheur ! Les premiers kilomètres en centre-ville se font dans un sentiment d'euphorie : je me fais aborder par plusieurs coursiers à vélo. Curieux de savoir où je vais, chargée comme je suis, ils m'encouragent dans mon projet : « Vraiment cool ! » Les gens que je croise semblent en général impressionnés par la distance qui me sépare de ma destination. Mais je viens seulement de commencer et je suis pour l'instant loin de l'exploit. Tout est encore à prouver. Ce qui est certain, c'est que j'aime l'improvisation, l'inconnu et l'inattendu, alors je vais profiter de tout ce qui se présente à moi, quoi que ce soit...

Passée l'excitation du début, me voilà maintenant seule à pédaler dans un environnement tristounet, au bord du canal Lachine, une zone très industrielle. Tel un coureur d'ultra-trail, je viens de dépasser l'allégresse de la ligne de départ, les encouragements de la foule et la douceur d'être entourée d'autres humains pour maintenant me retrouver seule, face à moi-même. Je sens une petite vague de panique m'envahir, je me demande ce que je fais là et je ne peux m'empêcher de comparer ce moment avec mon expérience californienne, même si je sais que je ne le devrais pas. Dès que je suis à vélo, mes souvenirs et mes regrets reviennent au galop au risque de tomber dans la nostalgie de l'expérience que nous avons vécue en tandem. Je dois me reprendre, ce n'est pas le moment d'être mélancolique.

Dès que je me mets dans un meilleur état d'esprit, c'est comme si l'univers et ses étoiles s'alignaient, et tout devient plus agréable. J'ai maintenant quitté la zone industrielle pour pédaler au bord de lacs et de petites villes typiques qui correspondent à l'image que je m'étais faite du

Canada. Je pique-nique dans un parc. J'adore cette sensation de communion avec la nature, cette simplicité et cette lenteur qui caractérisent le voyage à vélo, je prends le temps d'apprécier les plaisirs simples. Être dans la nature éveille les sens et aide à se reconnecter à soi-même, sans rien qui ne vienne parasiter ce bien-être, sauf peut-être... les moustiques qui me prennent pour cible et font de moi leur casse-croûte. Je repars couverte de piqûres. Leur attaque me fait fuir ce lieu pourtant magique, mais ce sont les règles de la nature que j'accepte de bon cœur.

93 kilomètres plus loin (j'avais visé fort pour une première étape), j'arrive, épuisée mais heureuse, chez Julie et Gaston. Je suis clairement en hypothermie. De l'extérieur, leur maison ne m'inspire pas confiance, on dirait une maison de conte de fées, celle du méchant de l'histoire. Cette première impression est pourtant infondée et nous passons une excellente soirée tous les trois, ils me font essayer des vêtements qui, selon eux, rendent un - 40 degrés « agréable » (je leur explique qu'il faudrait me kidnapper et m'emmener de force pour que je vienne au Québec en hiver). Ils me font goûter les bières locales aux noms plus incongrus les uns que les autres et me conseillent sur mon itinéraire. Je suis incorrigible : malgré le fait que j'ai choisi cette direction, je ne fais que regretter de ne pas avoir décidé d'explorer le Québec en partant au nord. Je fais une fixette qui m'empêche même de dormir malgré la fatigue. Je dois reprendre mes bonnes habitudes de méditation pour me relaxer. J'ai envie de me taper sur les doigts tellement je m'en veux de réagir comme ça mais c'est plus fort que moi. J'ai besoin d'un binôme pour faciliter mes choix... Pourtant, je vais devoir apprendre à ne compter que sur moi-même.

Après une nuit agitée, nous prenons le petit déjeuner tous les trois. Je leur suis tellement reconnaissante de cet accueil si chaleureux ! Je repars pour 75 kilomètres après un câlin d'adieu et un : « Où que tu sois, si tu as un problème, tu n'as qu'un coup de fil à passer et je viens te chercher » de Gaston. Quelle gentillesse ! Je passe la journée à pédaler en me perdant dans mes pensées... Un voyage, particulièrement à vélo, est avant tout une introspection avec énormément de temps pour penser, en étant huit heures par jour sur la selle. Quand ma propre compagnie devient trop ennuyeuse,

j'écoute des podcasts, que ce soit des interviews inspirantes ou des émissions pour me cultiver. De cette façon, je n'ai plus la sensation de perdre mon temps pendant ces interminables journées de pédalage. Un soir où je campe dans un endroit à première vue peu accueillant, je me fais une drôle de réflexion, je me dis que si j'étais dans l'une des voitures qui passent près d'ici, je me dirais sûrement que cet endroit est effrayant. Mais puisque j'y suis, je vois qu'il n'y a absolument pas lieu d'avoir peur ! Tout est une question de perspective et cette idée me fait brusquement lever toutes mes peurs. Je me sens comme enveloppée d'une couverture rassurante et réconfortante, je pense que je viens de trouver la clef du lâcher-prise : ne plus avoir peur, notamment des autres, du pays voisin... Seul l'inconnu effraie et il suffit de dépasser cette première barrière pour s'apercevoir que ce sentiment est infondé.

La journée suivante est longue et éprouvante avec un vent de face constant. Je m'arrête dans deux épiceries, appelées ici « dépanneurs », pour un thé glacé rafraîchissant sous ces 30 degrés. Les premiers jours seule à vélo sont difficiles psychologiquement : j'ai tellement de mal à gérer la solitude que je vide parfois intentionnellement ma bouteille d'eau pour pouvoir aller sonner aux portes et demander aux habitants de la remplir en ayant ainsi un prétexte pour engager la conversation. Mes hôtes m'offrent chaque soir un cocon éphémère dont il est soit très facile de repartir quand le moral est là et que la route m'appelle, soit extrêmement difficile quand j'ai envie ou besoin de rester dans la chaleur qu'offre leur foyer si mon moral est dans mes chaussettes et que l'envie de me sentir entourée est trop forte.

Une femme seule qui voyage, notamment à vélo, questionne et interpelle : les gens viennent vers vous sans crainte. On vous invite facilement à partager un repas ou un moment de vie. En étant seule, j'inspire la confiance mais aussi peut-être la compassion : tout le monde veut me protéger, notamment les hommes portés par leur galanterie, mais aussi les femmes qui se reconnaissent en moi et veulent être solidaires. Je vais vérifier cette hypothèse un nombre incalculable de fois tout au long de la route.

Après 10 kilomètres de plus qu'initialement prévu (ça compte psychologiquement à la fin d'une journée), j'arrive enfin chez Jenny, François et leur énorme chien Sam et, dès les premières secondes, je pressens que la soirée va être exceptionnelle.

Je prends d'abord une douche qui m'apporte un plaisir démesuré après cette journée exigeante physiquement puis nous apprenons à nous connaître autour d'un repas convivial. Ils suivent un régime original dont je n'avais jamais entendu parler auparavant : le régime cétogène. Qui a déjà vu un régime dont le principe est de manger aussi gras que possible pour perdre du poids ? Ce régime riche en lipides est utilisé depuis longtemps pour traiter certaines pathologies comme l'épilepsie afin de réduire les crises convulsives. L'idée est de réduire considérablement la consommation des glucides au profit des lipides pour provoquer un état de cétose et ainsi perdre du poids rapidement car le corps puise dans les lipides en l'absence d'apport de glucides. On en apprend tous les jours, notamment en dormant chez l'habitant en voyage, ne serait-ce qu'autour du repas car les différences d'habitudes alimentaires entre les familles qui m'ont reçue sont impressionnantes.

« Dis-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es » : déjà en 1820, le gastronome Jean Anthelme Brillat-Savarin soulignait le lien étroit entre le fait de manger et la personnalité de celui qui se nourrit. Au-delà du seul acte de manger, l'acte de cuisiner est révélateur de la personnalité d'un individu, de son tempérament et de sa façon d'être. L'aspect culturel de l'alimentation s'exprime également à travers les rites et les interdits qui l'entourent. Par exemple, le piment, aliment initiatique, n'est autorisé qu'à l'âge adulte dans certaines sociétés. Dans de nombreux pays, certains aliments porteurs d'une connotation virile sont réservés aux hommes, comme le serpent en Asie. En Occident, c'est surtout l'alcool dont la première consommation marque le passage de l'enfance à l'adolescence. Ce que nous mangeons, mais aussi la manière dont nous le mangeons (les bonnes manières à table), témoigne de notre identité et de notre appartenance sociale mais surtout culturelle. En France, finir son assiette prouve que vous avez apprécié le plat, tandis que dans beaucoup de pays, la

politesse veut, au contraire, de laisser toujours quelque chose, une assiette vide signifiant que vous n'avez pas assez mangé. De même, faire du bruit en mangeant et roter à la fin du repas en Asie est signe de plaisir et de satisfaction, alors que ces comportements sont très grossiers en Occident. Il m'est arrivé plusieurs fois de prier avant le repas avec certaines familles et, même si je ne suis pas croyante, j'apprécie toujours ces moments de communion où l'on est reconnaissant de ce qui se trouve sur la table. Partager un repas avec d'autres convives est toujours un moment privilégié.

François a traversé le Canada à vélo il y a quelques années et veut, en recevant à son tour, rendre la pareille. Nous sommes pris de fous rires à l'évocation de certains souvenirs. Nous discutons de sujets profonds tels que le courage, l'acceptation, le fait d'assumer ses choix sans regrets... Leur accueil me réjouit, j'espère vraiment les revoir un jour ! Après une bien meilleure nuit que la précédente et le moral retrouvé, je me réveille avec de l'énergie à revendre. Nous continuons de discuter passionnément pendant le petit déjeuner. Jenny s'étonne de me voir voyager seule et me pose, comme souvent, la question de la sécurité. Je lui réponds en souriant qu'il m'est plus souvent arrivé d'avoir peur à Paris qu'en voyage. Je trouve les gens passionnés, comme Jenny et François, passionnants et je profite à 100 % de chacune des 86 400 secondes que m'offre cette journée en leur compagnie. Le lendemain, puisque Jenny part dans la même direction que moi, elle m'embarque à bord de son pick-up et me fait gagner 20 kilomètres, ce qui me laisse plus de temps pour profiter d'elle et de la journée à un rythme moins soutenu. Malgré le peu de temps passé ensemble, j'ai l'impression de la connaître depuis toujours et les au revoir sont difficiles.

Il est temps de reprendre la route. Je pédale joyeusement jusqu'à ce qu'un avis de tempête me force à prendre une pause pendant plus de deux heures dans un café (je n'ai pas envie de m'envoler), avant d'arriver chez Alice et Steven, dans la banlieue d'Ottawa, le soir. Steven m'emmène voir un son et lumière sur la façade du parlement, retraçant l'histoire du Canada. Ils sont très gentils mais je sens les regrets pointer dans chaque phrase quand ils me racontent leur histoire. Il me dit d'ailleurs : « Je n'ai pas eu comme toi le

courage d'aller à la rencontre de mes rêves et maintenant, je suis coincé puisque j'ai une famille. » J'essaie de le convaincre qu'avoir une famille n'est en rien un frein même si ça demande certes plus d'organisation pour libérer du temps pour soi tout en étant présent pour sa famille. À mon sens, se marier ou avoir des enfants ne devrait jamais être vu comme la fin de la liberté mais plutôt comme la porte vers de nouvelles aventures, différentes mais tout aussi belles, voire davantage puisque « le bonheur est la seule chose qui se double si on le partage » (Albert Schweitzer).

Le lendemain, je parcours les 30 kilomètres qui me séparent d'Ottawa sous le soleil qui pointe enfin le bout de son nez après s'être caché plusieurs jours. Je pique-nique près des écluses où je rencontre un charmant couple qui me conseille de retourner dans la direction de la ville de Québec ! Trop tard, je dois continuer dans celle que j'ai choisie et assumer mon choix. J'arrive enfin chez Glenn où je vais passer deux nuits pour visiter la capitale. Il vit dans une maison de maître grandiose, mais où il manque de la vie, une âme. Tout est très épuré et (trop) rangé, on dirait presque une maison témoin. Voilà toute la différence, à mon sens, entre une maison et un foyer. Son ami suisse Peter est ici pour quelques jours et nous cuisinons ensemble de délicieux repas avec un temps de préparation scandaleux, pour un résultat à se rouler par terre. Le lendemain, nous partons tous les trois faire du canoë sur la rivière des Outaouais et nous y découvrons la ville vue de l'eau, superbe !

Le 1^{er} septembre, je me lance un défi : parcourir pour la première fois, seule, plus de 100 kilomètres en une journée, 121 kilomètres précisément. Je pars à 9 heures en essayant d'organiser ma journée par étapes avec différents points de ravitaillement pour fractionner l'effort : je prends mon premier repas à 30 kilomètres puis mon déjeuner après 70 kilomètres. Je m'étonne car je réussis ce défi assez facilement. Le corps est une machine capable de nous surprendre et de s'adapter avec de l'entraînement ! Je regarde d'ailleurs ce jour-là une conférence TEDx très inspirante retraçant l'histoire d'un homme qui a réussi à repousser les limites de son corps et même des connaissances que l'on avait jusqu'alors sur les capacités du

corps humain en fixant un nouveau record d'apnée : il a tenu dix-sept minutes sans reprendre sa respiration, un véritable exploit !

J'ai la chance de tomber ce soir sur Ralf et Jacky qui me reçoivent comme si j'étais leur fille pour célébrer ce défi relevé. Nous refaisons le monde autour d'un bon repas réconfortant. Passionnés de vélo et connaissant leur région sur le bout des doigts, ils me déconseillent fortement de continuer vers Toronto à vélo. Je suis dépitée. D'après eux, cette route est dangereuse pour les cyclistes et surtout sans aucun intérêt. Où aller maintenant ? C'est dans ce genre de moments que je voudrais avoir un binôme de voyage avec qui faire de nouveaux projets, une épaule sur laquelle me reposer. Jacky a l'idée de prendre un chapeau et d'y mettre des petits papiers sur lesquels elle inscrit mes différentes options. Option numéro 1 : « Retourner sur mes pas et aller au Québec » ou option numéro 2 : « Aller aux chutes du Niagara », quel que soit le moyen, coûte que coûte. Nous nous tournons ensuite vers Ralf pour une main « innocente », et voilà qu'il confirme ce que mon intuition me poussait à faire : voir ces chutes qui m'attirent depuis l'enfance !

À partir de ce moment-là, c'est comme si tout « l'univers conspirait à me permettre de réaliser mon désir » (Paulo Coelho, *L'Alchimiste*). En parallèle de Ralf et Jacky, pour m'assurer d'avoir un hôte ce soir-là, j'avais également contacté Josh dans la même ville. Et voilà que ce matin, il m'envoie un message pour me faire part de ses regrets de ne pas m'avoir rencontrée et de son départ imminent cet après-midi même pour... les chutes du Niagara où il va rendre visite à son père ! Une coïncidence et une chance exceptionnelles que je m'empresse de saisir ! Un dilemme se présente toutefois à moi : est-ce que je m'obstine à tout faire à vélo pour le challenge, au risque de pédaler dans des zones industrielles dangereuses, près d'autoroutes – pour résumer, « bouffer » du kilomètre, comme les puristes du voyage à vélo qui n'acceptent aucun moyen motorisé durant leur voyage ou, au contraire, accepter cette proposition plus qu'alléchante ? Cette fois-ci, il ne me faut pas longtemps pour prendre ma décision ! Sans réfléchir à deux fois, j'accepte.

Je pars donc chez Josh qui vit à un bloc à peine (l'équivalent nord-

américain du pâté de maisons). Je n'ai pas le feeling immédiat et pourtant, il va, sans l'ombre d'un doute, être l'une de mes plus belles rencontres. Nous décidons de partir à l'aube le lendemain matin car nous avons plus de 500 kilomètres à parcourir et il a envie de me faire découvrir aujourd'hui la ville de l'Ontario où il vit. Il y a emménagé voici quelques années après avoir eu un coup de cœur lors d'une visite. Brookville fait partie de la région des *Thousand Islands* entre Montréal et Toronto, région constituée exactement de 1 864 îles sur la rive nord de la rivière Saint-Laurent. Je tombe moi aussi sous le charme de cette charmante ville à taille humaine où tout le monde semble se connaître. Le problème est qu'apparemment, Josh et ses amis se sont ligüés pour m'engraisser ! Sa première amie tient un café et veut me faire goûter la spécialité de la région, une pâtisserie contenant au moins 1 000 calories par bouchée. Sa deuxième amie, pâtissière, m'offre une énorme boîte de brownies à emporter (oui, n'oublie pas ce fameux mantra : « Tu peux te faire plaisir, tu fais du vélo ! »). Pour finir, en revenant chez lui, Josh tient à ce que je teste les gâteaux qu'il vend sur le marché : des petites bombes caloriques faites à base de barres chocolatées « Mars » passées à la friture et enrobées de beurre et de sucre. Une vraie aberration gastronomique qui pourrait vous causer un arrêt cardiaque presque immédiat : il va falloir pédaler pour éliminer tout ça !

C'est la première fois que je suis hébergée par un homme célibataire. En tant que voyageuse solo, j'essaie toujours de choisir des femmes seules, des couples ou des familles. Cette fois-ci, j'avais hésité mais les nombreux commentaires, plus élogieux les uns que les autres, sur son profil Couchsurfing, m'avaient inspiré confiance et poussée à écouter mon instinct. Et heureusement que j'ai suivi les conseils des autres voyageurs : je serais vraiment passée à côté d'une belle âme si je ne m'étais pas arrêtée ici. Josh est un gardien de prison passionné de voyages et d'antiquités. Il aime recevoir des voyageurs afin de voyager par procuration. J'ai rarement rencontré une personne aussi généreuse que lui. Il me fait faire le tour de sa propriété, tout fier de l'avoir rénové seul. Il a acheté cette maison dans un mauvais état et l'a refaite du sol au plafond avec goût, en écumant les magasins d'antiquités du coin pour trouver des trésors qu'il est excité et fier

de me montrer aux quatre coins de la maison. Le soir, il me propose d'étreindre son Jacuzzi flambant neuf. Les muscles toujours tendus de la journée de la veille, j'accepte avec joie ! Il met de la musique et quelques bougies et me demande, tout timide, s'il peut me rejoindre. Puisqu'il est plutôt le profil nounours que dragueur incontrôlable, j'acquiesce en éclatant de rire et nous passons la soirée à refaire le monde, tels de vieux amis d'enfance...

Le lendemain est *la* grande journée ! Celle de la réalisation de mon rêve ! Nous partons à 6 heures du matin, le vélo et tout mon barda embarqués à l'arrière de son pick-up, et cinq heures de route plus tard, nous arrivons enfin. Sur place, il me demande de jouer le jeu en acceptant qu'il me bande les yeux jusqu'à l'arrivée en face de cette merveille de la nature afin de préserver l'effet de surprise. Amusée, j'accepte. Marcher les yeux bandés me rappelle les moments où ma vue m'avait fait faux bond il y a quelques années, mais il est avec moi et je lui fais confiance. Tous mes sens sont exacerbés. Plus l'on s'approche et plus la force de l'eau se fait ressentir : bruit assourdissant de l'eau qui s'écrase après 57 mètres de chute, eau qui nous éclabousse, de plus en plus à chaque pas. Quand le bandeau tombe enfin, je reste ébahie quelques minutes, sans voix. Quelle force de la nature ! Ouvrir les yeux en face de ce trésor est un moment fort en émotions dont je me souviendrai toute ma vie. Quand je me repasse dans la tête les dernières semaines et le chemin parcouru jusqu'ici, l'émotion est à son comble et je ne peux retenir des larmes de bonheur et d'accomplissement. Ça valait vraiment le détour. Dire que j'ai hésité ! Je suis sincèrement heureuse de partager ce moment avec Josh, ça y ajoute une valeur inestimable. J'immortalise ce lieu avec émotion. Après (seulement) vingt jours au pays du sirop d'érable et des caribous, je termine en beauté cette première étape du voyage en réalisant ce grand rêve d'enfant. Nous marchons même derrière les chutes. Quelle puissance ! J'ai le sourire jusqu'aux oreilles toute la journée.

Les chutes du Niagara sont un ensemble de trois chutes d'eau situées sur la rivière Niagara, qui relie le lac Érié au lac Ontario, dans l'est de l'Amérique du Nord, à la frontière entre le Canada et les États-Unis.

Certains se plaignent du business qui s'est créé autour des chutes avec notamment les nombreuses boutiques bling-bling aux alentours. Bien sûr, je suis la première à être dégoûtée par les magasins qui font tourner leur climatisation à fond en laissant les portes grandes ouvertes, mais j'essaie de faire abstraction de ces distractions et de profiter au maximum de la nature.

Plus tard, j'apprends, sidérée, que cette nature est contrôlée par des ingénieurs, capables de régler la puissance et le volume d'eau déversé par les cascades. En fonction de la saison et de la fréquentation touristique, ils ouvrent plus ou moins les valves, tel un robinet, pour les rendre plus impressionnantes et offrir aux touristes ce qu'ils sont venus chercher. Je reste médusée face à cette information déroutante ! J'en apprend beaucoup sur l'histoire du site en visitant le musée. On peut même encore y voir le tonneau utilisé en 1901 par Annie Edson Taylor, la première personne à s'être lancée du haut des chutes du Niagara. Pour tester son invention, elle envoya d'abord son chat qui survécut sans une égratignure... Le jour de son 63^e anniversaire, elle prit place à son tour dans le tonneau en bois avec un simple oreiller pour se protéger. Elle survécut par miracle à la chute et devint ainsi célèbre, sans pour autant atteindre la fortune qu'elle espérait. Les chutes sont souvent le théâtre de défis et d'exploits, comme celui d'Erendira Wallenda, une acrobate américaine qui s'est suspendue par les dents au-dessus des chutes du Niagara depuis un hélicoptère, réalisant une série de pirouettes à quelque 90 mètres au-dessus de l'eau ! Son mari a traversé le vide en marchant sur un fil. Ce lieu a sans conteste un pouvoir d'attraction pour les casse-cou en tout genre !

Pour clore cette journée en beauté, nous partons tenter notre chance dans l'un des casinos dont le site regorge. Après avoir misé 20 dollars, nous remportons l'incroyable somme de 200 dollars. Un énorme coup de bol ! Nous nous offrons donc une montagne de sushis avec nos gains. Ce buffet illimité me force à ouvrir le bouton de mon jean pour gagner quelques centimètres et de la place pour des sushis supplémentaires !

Josh tient à me présenter son grand-père, la raison de sa visite à Niagara Falls. Veuf depuis peu, celui-ci vit en colocation avec l'une de ses amies, qui a elle aussi subi une perte récente. Ils se comprennent et se sentent

moins seuls en vivant ensemble. Je pense que la solitude est l'un des grands maux de nos sociétés occidentales. Des études ont prouvé qu'elle pouvait provoquer ou aggraver certaines pathologies, aussi bien mentales que physiques, au point de devenir un véritable problème de santé publique. Elle tuerait d'ailleurs plus que l'obésité !

La solitude est à différencier de l'isolement social car elle est subjective. On peut se sentir seul même si on est très entouré (car les liens ne font pas sens pour nous) alors qu'on peut, au contraire, être isolé sans se sentir seul, car un seul lien peut parfois suffire. Il est donc vital d'entretenir des relations sociales. Il n'y a rien de plus difficile, à mon sens, que de se sentir exclu, délaissé, abandonné au cœur d'une société individualiste et individualisante. La solitude peut permettre de se ressourcer tant qu'elle demeure occasionnelle, comme lors d'une retraite de méditation. Comme l'a dit Omar Sy, « la solitude c'est ça, le vrai enfer ». J'ai tellement vécu cette solitude enfant que je connais la souffrance qu'elle engendre. C'est pour cette raison que, quand je suis arrivée à Paris, je suis devenue bénévole pour une association dont le but est de lutter contre la solitude des personnes âgées. Je leur rendais visite pour leur apporter le repas, les aider dans leur quotidien ou tout simplement discuter et leur apporter de l'attention et de la chaleur humaine. Des sites se sont créés dans ce sens à Paris, comme la communauté PariSolidaire où des personnes âgées proposent une chambre dans leur appartement à des étudiants, sans échange d'argent, avec pour simple contrepartie leur présence rassurante la nuit et un dialogue entre générations. Ce concept se développe un peu partout en France et à l'étranger, ce qui est formidable.

La veille, avant d'embarquer en direction des chutes, Josh avait appelé Bev et Dev, les parents de son meilleur ami, pour savoir s'ils pouvaient, par chance, me recevoir. Sans hésiter, ils ont accepté en lui demandant :

- Est-ce qu'elle aime le vin ?
- Bien sûr, elle est française...

Voilà comment ma relation a commencé avec ces vrais bons vivants. Je me dis qu'ils s'attendent peut-être à me voir débarquer avec un pull à rayures, un béret et une baguette sous le bras... Plus sérieusement, leur

accueil est formidable. Je suis une inconnue et pourtant ils me reçoivent comme leur propre fille. Une relation forte se crée rapidement entre nous. D'ailleurs, en demandant à Bev le code wifi, je comprends à quel point leur fils unique, qui vit maintenant en Corée du Sud, leur manque, quand elle me répond que le mot de passe est *one lost son* (« un fils perdu »). Notre manque affectif respectif nous rapproche et la compagnie nous fait du bien. Grands amateurs de vin et surtout fins connaisseurs, ils me préparent un échantillon des meilleurs vins de la région pour une dégustation. Ils m'apprennent à reconnaître un bon vin, à tenir mon verre par le pied de façon à ne pas réchauffer le vin blanc frais... Un vrai cours d'œnologie privé ! Ils m'emmènent ensuite voir un feu d'artifice au-dessus des chutes du Niagara. J'ai une chance inouïe car, en ce 3^e septembre, c'est le dernier de la saison estivale. Je suis aux anges, c'est féérique. Bev, malgré ses problèmes de dos et ses difficultés à marcher, nous rejoint à pied alors qu'elle était censée nous attendre dans la voiture. En arrivant, elle me glisse à l'oreille : « Il y a peu de gens pour qui je me serais déplacée jusqu'ici mais je voulais partager ce moment magique avec toi », ce qui me fait monter les larmes aux yeux. Un moment que nous immortalisons par un cliché précieux...

Le lendemain est encore une superbe journée. Je fais une grande boucle vers Niagara on the Lake, une charmante ville très chic et, sur le chemin, je m'attarde devant les barrages pour essayer d'en comprendre le fonctionnement. La gestion de l'énergie renouvelable produite par les chutes est impressionnante. Depuis 2013, un tunnel les relie en effet à une centrale électrique qui fournit 8 % de l'énergie électrique de la province. Grâce à Dev (l'un des guides touristiques du coin), j'en apprends beaucoup sur la région Niagara puisqu'il connaît le site comme sa poche et me fait profiter de ses anecdotes.

Pendant mon séjour, je donne une conférence dans le collège du quartier afin de continuer à transmettre mon message sur l'importance de devenir la personne que l'on souhaite et la réalisation de ses rêves en général. C'est la première fois que je réalise cette conférence en anglais et c'est un vrai challenge ! À la fin de mon intervention, Melissa, l'institutrice, demande

aux enfants ce qu'ils ont retenu de ma visite et quand j'entends « *Never give up* » (« N'abandonne jamais »), « *Believe in you and in your dreams* » (« Crois en toi et en tes rêves »), « *Don't be afraid to fail, otherwise you will never succeed* » (« N'aie pas peur d'échouer, sinon tu ne réussiras jamais »), je suis plus heureuse que jamais : ils ont compris mon message !

Je fais bien rire Bev et Dev car, pendant la semaine que je passe avec eux, je tiens à aller chaque jour, sans exception, admirer les chutes, à 10 kilomètres de là, distance que je parcours à vélo. C'est hypnotique, fascinant, et je ne m'en lasse pas. Il faut bien que j'amortisse ma visite vu l'énorme détour que j'ai fait pour venir les contempler !

Sur les conseils de Dev, je prends le ferry qui m'emmène quasiment sous la cascade. La force ressentie est incroyable ! Plus de deux millions de litres d'eau sont transportés par les chutes à la seconde, c'est colossal. La force de l'eau coupe le souffle, je hurle de toutes mes forces ma peine des derniers mois, éliminant les derniers restes de négativité de mon organisme, tel John Coffee recrachant le mal de son corps dans *La Ligne verte*, puis mon cri se transforme en cri de bonheur, de joie, d'allégresse : aujourd'hui est le premier jour du reste de ma vie.

Pour mon dernier soir en leur compagnie, ils me font la surprise de m'emmener dans un restaurant extraordinaire, *Vineland Estates*, classé dans le top 50 des meilleurs restaurants canadiens. Un orgasme gustatif à chaque bouchée ! Les vins, les légumes et la viande viennent de leur propriété. Impossible de faire plus local : du champ à l'assiette ! Je me sens sur un petit nuage, ces mets délicats sont exquis. Après avoir été gâtée et chouchoutée pendant ces quelques jours, il est temps de prendre mon courage à deux mains et de reprendre la route.

Bev et Dev, mes nouveaux parents adoptifs canadiens, m'accompagnent à la frontière pour être sûrs que tout se passe bien. J'ai le cœur brisé de les quitter mais je sais que d'autres aventures m'attendent et que je reviendrai. Bev m'avouera plus tard qu'elle espérait presque que mon visa américain soit refusé pour que je reste avec eux. Je leur suis reconnaissante de cette semaine magique passée en leur compagnie où ils m'ont reçue comme un membre privilégié de leur famille. Je ne peux m'empêcher de leur exprimer

ma gratitude jusqu'à ce que Dev me dise : « Tu ne comprends pas. Pendant ces quelques jours, tu as été une bouffée d'oxygène, un vent frais dans notre vie, un rayon de soleil. » Quelle émotion ! Ces quelques jours nous ont fait du bien à tous... Ils me font promettre de les appeler si j'ai besoin de quoi que ce soit : « Rappelle-toi Justine, avec notre passeport canadien, on passe la frontière comme on veut, donc si tu as besoin de quoi que ce soit, tu nous appelles, on assure tes arrières. » Ces mots sont tellement touchants que je leur saute dans les bras pour leur faire un câlin. L'adieu est déchirant mais je leur fais la promesse de revenir les voir un jour. Je me retourne plusieurs fois avant de les perdre définitivement de vue en arrivant sur le pont qui sépare les deux pays.

La douanière américaine, agréable comme une porte de prison, tamponne mon passeport sans trop de difficultés, après que je me suis acquittée des 6 dollars de frais, m'ouvrant ainsi la porte des États-Unis et surtout de la suite de l'aventure. Je compare mentalement cette pimbêche au douanier qui avait tamponné mon passeport à mon arrivée à Montréal un mois plus tôt. Quel contraste ! Je me filme, toute contente, sur le *Rainbow Bridge* (littéralement le « pont arc-en-ciel ») reliant les deux pays. Cette vidéo fera d'ailleurs beaucoup rire ceux qui me suivent sur Internet car, ayant besoin de mon passeport à proximité, je garde mon petit sac à main avec mes papiers sur l'épaule. Imaginez une voyageuse à vélo avec des sacoches et un petit sac sur l'épaule. Au moins, ça en a fait rire quelques-uns. Le passage de la frontière est mythique avec les chutes en toile de fond. En voyageant seule à vélo, j'attire l'attention : beaucoup de voitures ou de piétons m'interpellent et me questionnent, notamment du côté américain. Je reçois de nombreuses acclamations : « *You are my hero, you are so brave, be safe!* » (« Tu es mon héroïne, tu es si courageuse, fais attention à toi ! »).

J'ai souvent le sentiment que la réaction des gens est disproportionnée par rapport à ce que je réalise vraiment. Je ressens leur admiration et, même si ça me touche et, pour être honnête, flatte mon ego, je me demande si je la mérite... Quelques personnes m'ont confié qu'elles auraient aimé avoir mon courage en partant elles aussi à l'aventure, notamment Allen, un Canadien croisé dans un parc lors d'une pause, qui m'a fait part de ses

regrets de ne pas avoir traversé le désert australien dont il rêvait. Étant maintenant marié et père de famille, il n'imagine pas laisser ses proches, ne serait-ce pour quelques semaines : « Je veux être un bon père, je ne peux pas être égoïste et les abandonner. » Je le rassure en lui disant qu'il pourra le faire quand ses enfants seront un peu plus âgés, peut-être même avec eux !

À peine passée du côté américain, je ressens une grande différence avec le Canada. Je ne sais pas si l'insécurité ressentie est à 100 % légitime ou si elle est fondée en partie sur mes craintes dues aux mises en garde récurrentes que j'ai entendues par les Canadiens sur cette région... En tout cas, certains quartiers me font vraiment peur et je suis le conseil de Dev : je ne m'arrête pas aux feux rouges pour ne pas être trop vulnérable. La ville de Niagara Falls côté américain est assurément glauque et triste, remplie d'un nombre impressionnant de SDF qui n'ont pas franchement l'air sobres, mais plutôt sous l'emprise d'alcool ou de stupéfiants.

En me dirigeant vers mon premier hôte, je mets mon couteau à disposition sous ma selle, coincé avec ma tente : mieux vaut être trop prudente que pas assez et être capable de se défendre en dernier recours, ou en tout cas pouvoir montrer que l'on a un moyen de défense si besoin...

La première chose qui m'interpelle dans ce coin de l'est des USA est le nombre hallucinant de drapeaux. Je n'ai pas le souvenir d'en avoir vu autant en Californie. En plus des drapeaux américains, les drapeaux en faveur de Trump sont présents à profusion. Bien plus que je n'aimerais en voir. Dans cette région comme dans la plupart des régions rurales, je rencontre beaucoup de supporters de Trump et du parti républicain. Je m'intéresse sincèrement à leur point de vue car je pense que c'est une chance de passer une soirée chez des personnes ayant des opinions si divergentes des miennes. J'aimerais vraiment comprendre ce qui les a poussés à choisir un président si infâme aux yeux du reste du monde. La deuxième constatation que je fais est que les conducteurs se croient dans Mario Kart : je dois être beaucoup plus attentive à la conduite des automobilistes qu'au Canada, surtout quand je comprends que mon assurance santé de voyageuse vient tout juste d'expirer ! Toute la journée, je serre les fesses pour éviter les gros

pick-up qui me frôlent, en me jurant de la renouveler le soir même. Je reçois ma première invitation spontanée pour la nuit par une femme que je croise sur une route de campagne. Ravie mais ayant déjà des hôtes qui m'attendent, je la remercie chaleureusement. Un peu plus tard, je découvre la peur des chiens errants. Pour une raison inconnue, ils sont irrésistiblement attirés par mes mollets qui doivent probablement avoir l'air appétissants. J'ai le cœur qui bat la chamade après avoir pédalé aussi vite que mon endurance me le permet pour échapper à ce groupe de chiens enragés !

Cette première journée aux USA est palpitante mais pas forcément des plus réjouissantes : quelques secondes d'inattention lors d'un arrêt et voilà ma mascotte disparue. Je la cherche partout, en vain... Elle m'a été volée. Un vrai coup dur pour moi. Certes, ce n'était qu'une peluche, mais elle était le symbole de l'espoir, de la ténacité et de la persévérance que je représente pour ces enfants, ce qui me donnait la force de m'accrocher même quand j'étais à bout de forces... Je me reprends vite, je n'ai pas le choix, je n'ai pas le temps de m'apitoyer sur mon sort. Il me reste quelques dizaines de kilomètres avant d'arriver chez mon premier hôte américain. Et cette première soirée sur le sol des USA est l'une des plus marquantes. Mes hôtes, une mère et son fils, Tony, sont de fervents supporters de Trump et m'offrent l'expérience de l'Amérique profonde. Ils tiennent un discours climatosceptique hallucinant. Le réchauffement climatique n'existe pas selon eux et ferait partie d'un complot, d'une machination... Ils sont fatalistes puisque c'est l'œuvre de Dieu et l'homme ne peut rien n'y changer. Mon sang ne fait qu'un tour et bout dans mes veines ! J'essaie de poser mes arguments sur la table avec tact mais je sens que c'est peine perdue.

Ils insistent pour continuer l'immersion dans l'Amérique profonde en me faisant essayer le tir à l'arme automatique dans leur jardin ! Même si les armes à feu ne sont pas ma tasse de thé, j'accepte puisque j'estime que ça fait partie intégrante de la découverte de la culture américaine. Quand je raconterai cette expérience à d'autres Américains plus tard, la plupart me diront : « Waouh, tu es allée chez des *rednecks*. » Au final, contre toute

attente, je passe une soirée mémorable à leurs côtés. Nos discussions me permettent de mieux comprendre le point de vue des républicains et leur désespoir de retrouver un emploi et de revivre les années de l'Amérique prospère d'autrefois.

Pour faire le bilan de cette première journée, on m'a volé mon compagnon de voyage Billy et mon petit drapeau français (il devait faire tache dans cette masse de drapeaux américains), je me suis fait courser par des chiens errants et j'ai tiré avec un Glock dans l'arrière-terrain de mes hôtes. Je pense que je ne suis pas près d'oublier cette entrée en matière originale. Quand Tony me montre le nouveau pistolet qu'il vient d'acquérir, minuscule, de la forme d'un smartphone, je le questionne sur sa relation aux armes et la raison pour laquelle il ressent ce besoin d'être armé puisqu'il me dit ne jamais se déplacer sans une arme dans la poche. « Tu comprends Justine, je ne peux pas me rendre dans des lieux où il y a du monde, comme un centre commercial ou un cinéma, sans mon arme. J'ai besoin de pouvoir me défendre. Imagine si un fou ouvre le feu sur la foule. Il faut que je puisse réagir immédiatement, sans avoir à attendre l'arrivée des flics. J'ai toujours mon arme sur moi, même quand je dors. »

Le droit d'être armé fait véritablement partie de la culture américaine puisqu'il est inscrit dans le deuxième amendement de la Constitution écrit par les « pères fondateurs » à la fin du XVIII^e siècle : « Le droit de chacun de posséder et de porter une arme ne doit pas être enfreint. » Ce droit y a été inscrit en raison de l'oppression subie par le peuple américain lors de la guerre civile, infligée par une armée professionnelle. L'interprétation de la Constitution et son application varient beaucoup en fonction des États. Le port d'arme est d'abord réglementé au niveau fédéral puis par chaque État car, à la différence de la France, les lois diffèrent en fonction du lieu où vous vous trouvez dans le pays. Ainsi, la ville de New York, dans l'État du même nom, est la plus sévère : il y est interdit à un citoyen lambda d'avoir une arme, même pour sa défense personnelle. Certains États, comme la Floride, obligent le vendeur à faire une recherche sur le casier judiciaire d'un acheteur potentiel alors qu'en Géorgie, il suffit de se présenter dans un magasin spécialisé avec une pièce d'identité délivrée par cet État pour en

sortir armé. Les lois qui encadrent la possession d'arme sont étonnantes. En Floride par exemple, la loi impose de cacher son arme : la montrer en public sans raison légitime équivaut à une agression à main armée alors qu'en Géorgie, nul besoin de la cacher ! La Californie, de son côté, est un modèle en ce qui concerne le contrôle des armes à feu puisqu'elle est l'un des États les plus restrictifs et ça paye : le nombre de tués par balles à Los Angeles a été divisé par deux depuis 2010. La ville a créé un système de rachat des armes : 100 dollars offerts en carte-cadeau pour faire ses courses à chaque fois qu'un pistolet est rendu (et jusqu'à 200 dollars pour un fusil). Le Golden State (la Californie) oblige le porteur d'armes, contrairement à la Floride, à porter la sienne de manière visible (pour que tout le monde sache que la personne est armée). Puisqu'en 2018, les États-Unis n'ont pas connu plus de quatre jours sans fusillade de masse, les mœurs doivent sans aucun doute évoluer et Los Angeles pourrait bien être le modèle de ce changement.

Je comprends pourquoi le lobby des armes est si puissant aux États-Unis avec un raisonnement comme celui de Tony qui se prend pour un cow-boy en voulant se faire justice lui-même, d'autant plus que tirer est, pour lui, un vrai loisir auquel il prend plaisir. Quand j'arrive chez lui, j'hésite d'abord à rester puisque la maison est assez glauque et l'hygiène à revoir. Mes doutes redoublent d'intensité quand il me propose d'aller tirer avec lui dans l'arrière-terrain. L'idée de me retrouver seule dans les bois avec un inconnu armé ne me réjouit pas particulièrement mais j'accepte de le suivre, mon téléphone prêt à composer le 911 à la moindre alerte. Il est presque touchant dans sa manière de parler du tir avec affection et passion. Je l'observe d'abord tirer, impressionnée et terrifiée par l'aisance et la facilité avec laquelle il manie ses différentes armes. Il vient souvent ici chasser le sanglier. Puis il me propose d'essayer. Il m'explique les règles de sécurité de base et m'équipe d'un casque antibruit et de lunettes balistiques pour me protéger des projections. Notre cible est l'un de ses anciens manuels de lycée, situé à une dizaine de mètres. Tout un symbole de viser sur un manuel représentant le savoir ! Hésitante, je m'y reprends à plusieurs fois pour viser la cible avant d'appuyer enfin sur la détente. La force ressentie

en tirant et le recul qui s'ensuit sont impressionnants. Je suis surprise d'atteindre la cible et de la toucher presque au centre. La chance du débutant ! Il me propose même de récupérer les balles dans le bouquin ainsi que les douilles éjectées dans l'herbe en souvenir. Il me filme et j'envoie ensuite cette vidéo à mes proches pour leur faire partager mon expérience. Après le visionnage, Bev et Dev, mes parents adoptifs canadiens, m'écrivent. « Justine, où es-tu ? Tu n'es pas en sécurité ! On vient te chercher ! » Je les rassure tant bien que mal et vais me coucher en me refaisant le film de cette surprenante première journée américaine.

J'aime beaucoup échanger avec des personnes dont je ne partage pas les idées, je trouve ça passionnant et j'essaie toujours de pousser la discussion le plus loin possible pour comprendre d'où viennent les idées de mes interlocuteurs. J'ai remarqué que, lorsque l'on ne se braque pas et que l'on essaie sincèrement de comprendre l'autre, on se rend vite compte qu'on recherche tous la même chose mais que notre éducation, nos expériences et notre environnement nous poussent à penser d'une manière différente. Le débat est souvent animé mais enrichissant. Même sans le vouloir ou sans s'en apercevoir, on s'entoure en général de personnes ayant les mêmes convictions que nous. Comment comprendre alors ces autres qui ne font pas partie de nos vies, de notre bulle ? La seule solution est de contrer cette ignorance qui mène à la peur puis, dans un cercle vicieux, à la haine (car l'inconnu fait peur), en osant dépasser ses premières impressions sur l'autre. Quand je pense à la bêtise qu'est le racisme, je me dis toujours que, si la coquille d'un œuf peut être d'une couleur différente, l'intérieur est toujours le même ! J'aime citer Gustave Flaubert : « Voyager rend modeste, on voit mieux la place minuscule que l'on occupe dans le monde. » Je pense que le voyage apprend l'humilité et le respect en général : le respect de l'autre, de la nature et des différences. Ça nous remet à notre place assez insignifiante à l'échelle de la planète et de l'histoire de l'humanité.

Bien sûr, je ne veux pas rester sur cette première impression assez mitigée. Je veux découvrir qui sont vraiment les Américains en allant à leur rencontre. Ce qui se passe à ce moment-là est incroyable. La communauté Warmshowers étant assez petite, beaucoup de cyclistes appartenant à celle-

ci commencent à entendre parler de moi comme de « la fille qui pédale seule avec son sac à main sur l'épaule » (la scène que j'ai filmée en arrivant aux USA avec mon petit sac en bandoulière sur le pont me suivra longtemps). Certains me reconnaissent même dans la rue : « Oh, c'est toi Justine, j'ai entendu parler de ton voyage. » Incroyable, je tombe des nues ! Les réseaux sociaux jouent un rôle déterminant dans ces rencontres, notamment grâce aux groupes Facebook. Le nom du site Warmshowers que j'utilise pour trouver des hôtes (à traduire par « douches chaudes » car le réseau permet une mise en relation entre des hôtes qui proposent l'accès à leur douche, chaude de préférence, et des voyageurs à vélo) fait beaucoup rire certaines personnes (y compris mon futur copain), à qui ce nom fait plutôt penser à un site érotique... On en est loin !

Ce qui est absolument hallucinant, c'est que les Américains sont si généreux avec moi que je ne dépense pas un centime ma première semaine aux États-Unis. Un record ! Je ne suis jamais partie sans argent en voyage car, même si j'ai souvent eu la chance de rencontrer des personnes généreuses, je n'ai jamais voulu dépendre de cette gentillesse et de cette bonté même si la recevoir fait bien sûr toujours un immense plaisir.

À cette période, je discute beaucoup avec Christelle, une autre Française qui pédale, elle aussi seule, sur le même parcours que moi mais avec un peu d'avance. Elle me donne de précieux conseils sur les endroits à éviter et m'oriente vers les meilleurs hôtes. J'ai froid dans le dos le jour où elle m'écrit pour m'annoncer qu'elle vient d'être renversée : elle a reçu un projectile – en fait la roue d'un camion qui s'est détachée de celui-ci –, la percutant de plein fouet avec une force incroyable et lui faisant perdre connaissance. Elle se retrouve à l'hôpital avec seulement quelques bleus et égratignures. Une vraie miraculée ! Elle constate, elle aussi, l'incroyable générosité des Américains quand le chef des pompiers qui l'a secourue l'aide à régler une partie du coût de l'hospitalisation, non couverte par son assurance, et la raccompagne chez son hôte. Après ce jour, j'ai toujours en tête son accident et je redouble de prudence.

Le lendemain, je m'arrête dans un *dinner*, l'une de ces cafétérias traditionnelles, pour prendre un petit déjeuner typiquement américain, à

base d'œufs, de *corned-beef* et de gaufres, le moral retrouvé et ayant hâte de vivre une deuxième journée aux USA, je l'espère moins chaotique que la première. J'avoue que les premiers jours, pas très emballée par le sentiment d'insécurité constant que je ressens ici, j'ai envie de repartir dans l'autre sens vers le Canada, mais je persiste. En pédalant seule, j'ai énormément de temps pour penser, méditer, écouter la nature, observer les locaux, réfléchir à la direction que je souhaite donner à ma vie... Quand je suis fatiguée de mes pensées, je dégaine mon MP3 pour pédaler en rythme.

J'arrive aujourd'hui à Rochester, dans l'État de New York, une ville que je trouve tout de suite déprimante. Rochester a longtemps été connue pour abriter le siège social de Kodak, le géant de la photographie qui s'est effondré dans les années 2000, à l'image d'autres industries. Depuis, on ressent la désolation dans cette ville au passé économique fort, prospérité qui n'est plus qu'un lointain souvenir. Je suis heureuse d'y voir mon premier match de football américain. Il a lieu dans un lycée avec tout ce que j'imaginai : joueurs musclés idolâtrés par les lycéennes, pom-pom girls et mascotte en forme de nounours géant. L'ambiance est géniale, très bon enfant, jusqu'à ce qu'une bagarre éclate entre deux filles, de vraies furies qui essaient de s'arracher les cheveux. Apparemment, elles se disputent le beau gosse du lycée, le *quarterback* (l'un des joueurs). L'officier de police affecté à ce lycée doit intervenir car le risque que la bagarre dégénère est élevé... Ça met de l'ambiance !

Voir une voiture de police devant chaque école me perturbe et j'essaie d'en savoir plus en allant discuter avec cet officier une fois l'altercation terminée. Il m'explique que la présence de milliers de policiers armés (entre 20 000 et 40 000) dans les établissements scolaires a été instituée après la tuerie de Columbine dans le Colorado qui avait fait treize morts en 1999. Le zèle dont font parfois preuve certains officiers relance régulièrement le débat sur leur présence dans les 84 000 établissements scolaires publics américains. Un officier de police est même actuellement poursuivi pour avoir menotté des écoliers de huit et neuf ans qui n'obtempéraient pas à ses consignes dans le Kentucky ! Ils sont censés faire respecter la loi et assurer la sécurité mais en aucun cas ils ne doivent gérer les problèmes de

discipline scolaire. Cette discussion passionnante me fait réfléchir. Ce policier me dit que Trump a même défendu l'idée d'armer les enseignants mais que cette mesure très controversée a heureusement été, jusqu'à présent, catégoriquement rejetée par nombre d'élus du Congrès, démocrates comme républicains. Pourtant, au moment où j'écris ce livre, en mai 2019, le parlement de Floride vient d'adopter une loi autorisant les enseignants à porter une arme à feu en classe. La solution aux violences par armes à feu ne peut pas être davantage d'armes à feu ! C'est le serpent qui se mord la queue !

Après cette visite, j'arrive chez Rob et Chris, assez déprimants, à l'image de la ville, par leur manque de joie de vivre... La maison est sans vie. Pas de musique, pas de photos, je dois me creuser la tête pour combler le silence et trouver des sujets de discussion. Je fais une liste de sujets potentiels dans ma tête mais j'en viens vite à bout par manque de retour de leur part : le silence s'installe pendant le repas, me mettant particulièrement mal à l'aise. Prétextant un appel Skype avec mon père, je m'éclipse pour me coucher tôt. Après une nuit réparatrice, nous partageons le petit déjeuner, aussi calme que le dîner de la veille, mais ils me font la grande surprise d'avoir contacté une amie à New York, qui voudrait me recevoir en échange de quelques cours de français. Quelle bonne surprise ! Une chambre m'attend donc en plein Manhattan pour mon arrivée dans « The Big Apple », ce qui me remonte le moral en flèche. Les crêpes préparées par Chris y sont aussi pour quelque chose. Reboostée, je me remets en route, accompagnée de Rob sur les vingt premiers kilomètres. Je prends aujourd'hui la direction de Geneva. Je me dépêche car je voudrais arriver avant 16 heures chez Jeff, mon hôte, qui est invité pour le traditionnel repas dominical chez ses parents et qui m'a proposé d'y aller avec lui. J'arrive à temps, toute transpirante, après 75 kilomètres. Ce qui est incroyable (et cette théorie n'a presque jamais été démentie), c'est que mes hôtes habitent toujours au sommet d'une côte. Mais pourquoi donc ?

En arrivant en nage, je suis immédiatement séduite par le sourire amical de Jeff. Le feeling est immédiat ! Son appartement a pour vue l'un des Finger Lakes, ces fameux lacs en forme de doigt de la région. Il va y nager

presque tous les jours et il y est l'organisateur d'un triathlon local. Finalement, ce sont ses parents qui nous rejoignent ce soir car le locataire de Jeff vient de déménager et lui a offert une énorme pièce de bœuf qu'il ne pouvait emporter. Nous partageons donc tous ce festin. Jeff est sec comme un clou comme on dit, pas un pet de graisse, mais sa manière de cuisiner me laisse perplexe. Pour accompagner la viande, il prépare des haricots verts, avec plus de beurre que de légumes. Pour éviter d'exploser mon compteur calorique de la journée, j'évite paradoxalement la verdure ce soir-là. Puis nous jouons tous ensemble à un jeu de société : une superbe soirée qui restera dans mon cœur.

Je remarque l'impact de mon énergie sur les autres. Les gens sont toujours très attentionnés et bienveillants à l'idée de contribuer à mon voyage, par le biais de dons pour l'association que je soutiens, en me donnant le contact de leurs amis dans la prochaine ville, en m'offrant à manger ou parfois avec un simple sourire ou un mot d'encouragement. Un cercle vertueux se crée, un vrai effet boule de neige de positivité et de gentillesse. Quand je raconte mon histoire aux personnes que je rencontre avec enthousiasme et dynamisme, je sens à quel point elles veulent faire partie de l'aventure, je remarque qu'à chaque fois que je suis positive, de bonnes choses m'arrivent, encore plus belles chaque jour, comme si la machine s'emballait. Au contraire, quand il m'arrive de perdre cette énergie, je me rends compte à quel point on attire ce que l'on dégage : si je dégage de la positivité, les gens ont envie de venir vers moi, mais ils me fuient quand je ne suis pas dans cet état d'esprit. Je fais alors un grand effort pour renverser la tendance et retourner dans ce cycle positif. Il faut juste garder à l'esprit de toujours traiter les autres comme on souhaite être traité. Comme le dit si bien Wayne Dyer, « la façon dont les gens vous traitent est leur karma, la façon dont vous réagissez est le vôtre ».

Depuis une semaine, les alertes météo sont nombreuses au sujet d'un ouragan violent qui affecte la Floride et dont les répercussions viendront bientôt toucher la Caroline du Nord et du Sud ainsi que l'État de New York, avec des inondations et des précipitations importantes. Les prévisions ont annoncé des pluies diluviennes pour ce lundi. Effectivement, les pluies sont

violentes et je me félicite d'avoir demandé à Jeff de rester deux nuits chez lui car le temps est apocalyptique.

En nous requinquant avec un énorme bol de muesli pour le petit déjeuner, je le questionne sur l'omniprésence intrigante d'images de poules sur tous les objets de son appartement. L'anecdote est amusante : il a créé un grand poulailler dont la propriété est partagée par tous les habitants de sa ville. Ainsi, à tour de rôle, les citoyens vont nourrir les poules, nettoyer le poulailler et récolter les œufs qui sont ensuite mis à la disposition de chacun. Tous ses amis pensent maintenant qu'il est passionné par les poules et lui offrent des cadeaux qui sont toujours à l'emblème de celles-ci. À l'image de ces œufs, je suis impressionnée par le système de vente basé sur la confiance aux États-Unis, que j'ai pu également voir au Canada ou en Nouvelle-Zélande. Des fermiers laissent à disposition des clients potentiels les fruits, les légumes, les gâteaux de leur production et font confiance à ceux qui se serviront pour payer ces produits à leur juste valeur dans l'urne. Ainsi, sur un chemin isolé dans la forêt, j'ai trouvé une table débordant de barres de céréales, de fruits et de boissons énergisantes pour les cyclistes de passage, qui doivent payer, honnêtement, en fonction des prix affichés sur l'urne. Formidable !

Nous voilà donc partis vers le poulailler que Jeff est tout fier de me montrer malgré les trombes d'eau. Puis il m'emmène dans un grand supermarché tenu entièrement par des mennonites, une communauté atypique souvent confondue à tort avec les amish. Ce magasin est à des années-lumière de l'hypermarché typique américain Walmart : tous les produits proposés sont faits maison et il y a des échantillons des produits frais dans les rayons. Trop gourmande pour résister, je fais plusieurs fois le tour du magasin pour goûter à mes aliments préférés. Les mennonites sont réputés pour la qualité de leur production : ils fabriquent tout eux-mêmes en totale autonomie. Une partie du magasin est d'ailleurs réservée à leur artisanat avec différents meubles en bois, une autre partie à la vie religieuse et une dernière à la librairie avec notamment, au top des ventes, *La Petite Maison dans la prairie*, qui reflète parfaitement leur mode de vie !

Nous rendons ensuite visite au frère de Jeff, qui a adopté un mode de vie

alternatif en vivant sur un bateau, dans une marina, ayant ainsi à la fois le confort des sanitaires du port et la liberté de se déplacer selon ses envies. Un idéal qui fait rêver !

Jeff est professeur à l'université de Geneva et, quand je lui parle de mon envie de créer une pancarte que je pourrais accrocher à l'arrière de mon vélo pour que les gens que je croise sachent ce que je suis en train de réaliser, il est enthousiasmé par l'idée. Il prend alors les rênes du projet en appelant ses collègues de l'université, au service reprographie, pour leur demander s'il serait possible d'y imprimer mon affiche, ce qu'ils acceptent immédiatement. Merveilleux ! Nous travaillons sur le graphisme : un ami m'avait déjà dessiné un logo quelques mois plus tôt, me représentant sur un vélo, pédalant sur la Terre. Nous utilisons donc ce logo comme base en y ajoutant le nom de ma page Facebook. Une fois satisfaits du design et le document sur clef USB, nous allons au campus, un lieu magnifique. Son adorable collègue a déjà imprimé la pancarte et, en la voyant, je ne peux m'empêcher de retenir quelques larmes. J'éprouve un sentiment d'accomplissement personnel et de bonheur intense. Je suis à cet instant précis à l'endroit où je veux être, en train de faire ce que je veux profondément. La seule chose qui me manque est un compagnon de voyage avec qui partager ce bonheur, car même si je me découvre chaque jour un peu plus forte, je me dis souvent que « le bonheur n'est réel que lorsqu'il est partagé » (*Into the Wild*). Jeff est d'ailleurs tenté de me suivre dans ce périple mais ses obligations professionnelles l'en empêchent.

La pancarte à la main et le sourire aux lèvres, il m'entraîne ensuite dans les couloirs de la fac. Je pense que beaucoup de Français ont déjà rêvé devant les séries américaines qui montrent la vie d'étudiants sur les campus universitaires. J'aurais adoré vivre cette expérience (mais sans la dette que se traînent pendant des années les étudiants une fois diplômés !). Nous finissons la journée au restaurant, bien au chaud autour d'un bœuf bourguignon, car le froid de l'hiver a déjà commencé à pointer le bout de son nez. À partir de ce jour-là, la pancarte trônera à l'arrière de mon vélo, attirant l'attention et la sympathie des Américains. Les coups de klaxon et les cris d'encouragement me porteront désormais dans les moments

difficiles. Ce que j'aime aux États-Unis, c'est l'ambiance énergétique, bouillonnante, novatrice qu'on y trouve (en tout cas dans les grandes villes). Dans l'ensemble, je trouve les Américains sympathiques, parfois excentriques, et détendues (surtout sur la côte ouest !)

Le lendemain, nous sommes le 11 septembre 2018. J'explique à Jeff que je voudrais assister à la cérémonie de commémoration des attentats de 2001. Même si les faits remontent à dix-sept ans, la douleur des Américains est toujours très vive car ces attentats ont marqué un tournant dans l'histoire des États-Unis et l'esprit du monde entier. Le traumatisme est encore vif et les plaies ne sont pas encore refermées. À 8 h 46, nous observons une minute de silence. Tous les pompiers, policiers, politiciens et de nombreux habitants de la ville sont présents. L'ambiance est lourde et l'émotion à son comble, notamment lors du discours du maire qui évoque le sentiment ambivalent qu'il ressent en pensant à son fils envoyé en mission en Afghanistan : la peur constante de recevoir l'appel qui lui annoncerait une nouvelle fatale et la fierté de son engagement pour défendre son pays. Les Américains sont très patriotes et extrêmement reconnaissants envers leurs militaires qu'ils tiennent à remercier d'un « *Thank you for your service* » (« Merci pour votre service ») à la moindre vue d'un uniforme.

Les soldats et leur famille bénéficient de réduction dans les parcs d'attractions comme Disneyland pour compenser tant bien que mal le temps pendant lequel ils ont été séparés. Ils ont également un meilleur taux d'intérêt pour les prêts immobiliers, une éducation gratuite s'ils veulent commencer ou poursuivre des études universitaires, ou encore une prise en charge à 100 % de leurs frais médicaux (un luxe aux États-Unis !). Servir sous les drapeaux est pour beaucoup la forme suprême de patriotisme. 87 % des Américains se disent fiers de leur nationalité. Il ne faut pas oublier que c'est un pays très jeune, surtout pour nos yeux de Français : l'existence des États-Unis comme État indépendant ne date que de 1776. Ils se sont développés grâce aux immigrés qui ont fait de ce nouveau pays le leur, en se regroupant autour de valeurs communes : le drapeau représente donc cette mixité et cette fierté d'être Américain.

Après le discours émouvant du maire, l'hymne national est chanté par une

Afro-Américaine dont la voix magnifique me procure des frissons et fait monter les larmes aux yeux de toute l'assemblée, puis c'est au tour de la fanfare des pompiers de prendre le relais. Le chef des pompiers prononce à son tour un discours poignant avant que la Garde nationale ne tire en l'air pour honorer les victimes. Le recueillement est sincère et chacun veut montrer aux familles des trois mille victimes qu'ils n'oublieront jamais. Les noms des victimes sont ensuite énoncés toute la journée, devant le mémorial, par différents volontaires qui se relaient. À l'issue de la cérémonie, les pompiers de la ville organisent un petit déjeuner géant pour tous les habitants auquel je suis moi aussi conviée. Cette petite équipe de pompiers volontaires soudée est extraordinaire et me donne envie de m'engager immédiatement. Moi qui n'ai connu le monde des pompiers que par le biais d'une institution militaire misogyne, je suis impressionnée par leur gentillesse et par leur dévouement inconditionnel à la communauté ! C'est une valeur très forte ici : les Américains souhaitent faire partie d'une communauté, que ce soit par le biais du sport, de la religion ou encore du travail.

Le fait que je voyage seule impressionne ces pompiers et, paradoxalement, je vois dans leurs yeux du respect et de l'admiration alors que de mon côté, je les vois comme des héros. Ils sont tous pompiers volontaires et le principe de fonctionnement de cette caserne me laisse bouche bée. Comme en France, ils portent durant leur garde un petit boîtier individuel qui vibre et sonne pour les engager sur une intervention. À la sonnerie de ce bip, ils doivent se rendre le plus vite possible à la caserne. Si au bout de quelques minutes, seul le conducteur est arrivé et est prêt à décaler, il peut partir seul en intervention. Seul ! Sean, l'un des pompiers, me raconte l'une de ses interventions marquantes. Imaginez : en vrai superhéros, il arrive seul ce jour-là sur le lieu de l'incendie, alimente lui-même le camion en eau et va secourir la victime, une femme coincée dans son appartement en flamme à l'aide d'une échelle avant d'éteindre le feu. Seul, avant que ses collègues n'arrivent enfin ! Ils ont eu un fou rire collectif en voyant ma tête au récit de cette histoire et ma bouche grande ouverte de surprise. Il n'y a vraiment qu'aux États-Unis qu'on peut voir ou entendre ce genre de choses, de vrais

cow-boys ! Les grandes villes ont assez d'interventions annuelles pour justifier le recrutement de sapeurs-pompiers professionnels, mais pas les petites bourgades comme Geneva, dont la sécurité des habitants ne serait pas assurée sans ces citoyens (extra)ordinaires.

Comme je n'ai pas de carte Sim dans mon portable, je me demande depuis un moment si je peux quand même contacter les pompiers ou la police *via* le 911 en cas d'urgence. L'un des pompiers me propose alors d'essayer et compose le numéro d'urgence. Bonne surprise, ça fonctionne ! Je suis contente que ce soit lui qui ait appelé car il a pu expliquer à l'opérateur que ce n'était qu'un test. Ils me proposent ensuite de déployer la grande échelle pour moi et de me faire monter pour admirer la vue. Je monte dans la nacelle avec Sean, le héros, qui la fait tourner à 360 degrés pour admirer les différents lieux de la ville où l'équipe a effectué des interventions marquantes. Mon respect pour eux grandit à chaque nouvelle anecdote qu'il me raconte. Il a un fou rire monumental quand je lui fais remarquer qu'avec leurs casques, ils ont l'air tout droit sorti d'un film. C'est vrai, leurs casques sont mythiques (certes, ils ne protègent pas grand-chose) et mon Dieu, ce qu'ils sont lourds !

Cette équipe me glisse l'idée de dormir dans les casernes de pompiers pendant mon voyage. Ils ne me donnent pas seulement l'idée, ils organisent pour moi la suite de l'aventure en contactant la caserne de la ville qui me reçoit deux jours plus tard. Les pompiers sont une véritable famille et ils m'ouvrent leurs bras dans un formidable élan de solidarité. Une chaîne d'entraide dont je suis l'un des maillons se crée alors. L'ampleur de leur gentillesse me dépasse quelque peu mais surtout me donne une sacrée claque et une grande leçon de vie ! J'ai tant de mal à quitter cette équipe si attachante que je quitte très tard Geneva, à 15 heures, alors que j'ai 95 kilomètres à faire : de la folie avec du recul ! J'ai aussi du mal à quitter Jeff avec qui je me suis sentie connectée. Je découvre d'ailleurs dans l'après-midi qu'il m'a laissé une carte avec quelques mots dans l'une de mes sacoches : « Justine, ta gentillesse, ta chaleur et ton enthousiasme sont une bénédiction pour ce monde. Tu as touché mon cœur. Continue

d'apporter du soleil à ceux que tu rencontreras. » Je ne réussis pas à terminer la lecture, mes yeux sont trop embués...

Pas le choix cet après-midi, il faut que je trace ! Grâce à de la musique entraînante et à la force que m'ont apportée les rencontres inspirantes de ces derniers jours, je carbure et parcours ces 95 kilomètres en quatre heures et demie ! Un vrai record pour moi. J'ai le sentiment que rien ne peut m'arrêter, je ne me suis jamais sentie aussi en forme. La matinée m'a donné des ailes et je me sens forte grâce à l'énergie que ces hommes m'ont communiquée. Heureusement que je suis déjà dans une super condition physique à ce moment-là, et avec une bonne endurance ! Comme je t'en ai déjà parlé, le corps est une machine et, avec de l'entraînement, tout est possible (quand je pédale maintenant 20 kilomètres à La Barbade, je suis au bout de ma vie et je me demande comment j'ai pu survivre à ce 11 septembre !). Quand j'arrive enfin à Syracuse, je découvre un quartier qui semble assez craignos et qui ne m'inspire pas du tout confiance. Je m'arrête devant ce qui est censé être la maison de mon hôte mais qui ressemble plutôt à une maison hantée et je fais une fois de plus confiance à ma petite voix en décidant de ne pas y aller. Je pense alors à l'option qui s'est présentée à moi quelques heures plus tôt : la caserne de pompiers. La ville compte onze casernes et je décide de tenter ma chance. Malheureusement, je frappe à la mauvaise porte ce soir-là : les pompiers sont d'un tout autre acabit que ceux de Geneva. Puisque Syracuse est une grande ville, les pompiers y sont professionnels et ceux-ci s'avèrent être assez hautains... Le capitaine refuse immédiatement que je reste dormir mais me propose tout de même de rester dîner avec eux. Je me sens très mal à l'aise car je sens bien qu'il me prend de haut. Il me demande même de lui présenter une photo de moi en uniforme pour lui prouver que j'ai bien été pompier dans le passé...

Pour expliquer son refus de me laisser passer la nuit à la caserne, il prétexte une montagne d'autorisations à obtenir au préalable. Il est déjà 21 heures et il faut que je trouve rapidement une solution. Le capitaine part dans son bureau pour passer quelques coups de fil et, dès qu'il quitte la pièce, je remarque que l'ambiance se réchauffe. Les autres pompiers

m'expliquent à quel point ce nouveau capitaine, en charge de la caserne depuis seulement deux semaines, est peu apprécié ici à cause de son zèle excessif et de son goût prononcé pour les règlements qu'il veut voir appliquer à la lettre. Je comprends mieux l'ambiance glaciale qui règne ici : une vraie guerre de clans à base de testostérone et d'ego (démesuré pour certains). Quand il revient dans la remise (le garage où sont stockés les engins), le capitaine m'annonce qu'il a appelé le syndicat et qu'il souhaite me payer une chambre d'hôtel, ce que je refuse catégoriquement car je sais pertinemment que cet argent a été collecté pour venir en aide aux pompiers dans le besoin ou pour aider la communauté. Ils me supplient presque d'accepter, sachant que le quartier est dangereux et qu'il serait risqué de me laisser repartir seule à cette heure tardive. Ils insistent même pour m'escorter en camion dans cet hôtel... La scène serait surréaliste et j'ai du mal à imaginer des pompiers français escorter dans un véhicule d'urgence une voyageuse à vélo !

Face à mon refus, l'un des pompiers contacte Rocco (je te vois sourire d'ici en lisant ce prénom, il m'a fait rire aussi !), un pompier d'une autre caserne de la ville de repos ce jour-là, et lui demande s'il serait d'accord pour me recevoir. Sans hésiter, celui-ci accepte et vient même me chercher à la caserne. Je le remercie chaleureusement, ainsi que l'équipe de gros bras qui m'aide à embarquer mon vélo dans son pick-up. Imaginez qu'il est 22 heures, après une journée comparable à un vrai ascenseur émotionnel : le matin même, j'étais avec Jeff et les pompiers de Geneva pour commémorer le 11 septembre et je suis maintenant dans une ville avec un haut taux de criminalité, après 100 kilomètres de vélo dont une partie dans le noir, en train d'embarquer dans le véhicule d'un inconnu pour aller dormir chez lui ! Je sens que je me suis dangereusement rapprochée de mes limites. Je suis simplement rassurée par le fait qu'il soit pompier, ce qui est pour moi un gage de confiance, comme le label d'une bonne personne. J'espère que je ne me trompe pas...

En arrivant chez lui, je me rends compte que, pendant le transport, il a mis ses sacs sur ma fragile pancarte imprimée le matin même, la pliant complètement en deux. Entre la fatigue, la peur ressentie en arrivant en ville

et l'immense déception doublée de colère que je ressens maintenant, je suis au bord de la crise de nerfs mais je prends sur moi et cache toutes ces émotions derrière un beau sourire de façade, comme à mon habitude... Nous déchargeons mes affaires puis il me présente à sa femme qui est très étrange. Il ne lui a peut-être pas demandé son avis avant de m'inviter... Il me dit alors cette phrase que j'entends souvent et que j'ai du mal à comprendre : « Si j'avais su que tu venais, j'aurais nettoyé... » Sa maison est dans un état indescriptible, un vrai dépotoir. Je ne laisse rien transparaître et apprécie tout de même vraiment son accueil qui est sincère et généreux même si je dois slalomer entre les déchets et les objets non identifiés. Il m'invite d'ailleurs à me servir dans le placard et le frigo et à faire comme chez moi, c'est adorable !

Je me couche sur le canapé (fermant les yeux sur les taches d'origine douteuses) et ses trois chiens, des boxers, me tiennent compagnie durant cette nuit d'enfer. Entre leurs ronflements et les coupures d'électricité fréquentes (toutes les lumières se rallument à chaque retour du courant), cette nuit est aussi reposante qu'une rave party... Rocco me propose d'aller le retrouver à mon réveil dans sa caserne. Il me promet que l'ambiance y sera beaucoup plus sympa et j'accepte avec plaisir. Pas très fraîche après cette nuit, je le rejoins sur les coups de 9 heures. Lui et ses collègues me réservent un superbe accueil avec un petit déjeuner de champion, une visite de la caserne, une panoplie de tee-shirts et d'écussons et surtout une liste de contacts pour les prochaines villes que je compte traverser. En ce 12 septembre, je célèbre mes premières semaines en Amérique du Nord. Chaque journée m'apporte son lot de nouvelles surprises et mon voyage me paraît de plus en plus incroyable chaque jour. Le fait d'avoir cette pancarte à l'arrière du vélo change tout, les gens que je croise comprennent ainsi que je ne suis pas seulement partie pour une balade de quelques jours autour de chez moi et m'abordent facilement et avec plus d'intérêt.

Je reçois beaucoup d'invitations spontanées pour passer la nuit, des invitations à manger, les gens se garent en amont de mon passage et attendent que j'arrive pour me parler... Pour être honnête, il est difficile avec le temps de répondre toujours aux mêmes questions (« Tu viens

d'où ? », « Tu vas où ? », « Mais tu es seule ? ») mais leur intérêt sincère me va droit au cœur. On m'offre tellement de nourriture que mes sacoches débordent et je me fais un plaisir de la redistribuer à mon tour aux SDF que je rencontre, qui ne manquent malheureusement pas. Une incroyable chaîne de solidarité ! On veut même souvent me donner de l'argent pour me permettre de me payer une journée de voyage supplémentaire. Beaucoup me disent ne pas avoir eu le courage de partir eux-mêmes et souhaitent m'aider à continuer le plus longtemps possible. Que faire ? Je décide de n'accepter l'argent que pour le mettre ensuite sur la cagnotte que j'ai créée pour l'association car j'ai remarqué que, quand je demandais aux gens d'aller faire eux-mêmes un don en ligne plutôt que de me donner la somme directement, ils ne prenaient pas le temps de faire la démarche et je perdais ainsi bêtement un don pour l'association. De cette manière, la cagnotte pour *À chacun son Everest* grossit rapidement !

Je rencontre sur la route Thomas, un trentenaire en balade à vélo qui se met à ma hauteur pour discuter et qui, après les habituelles présentations, me propose de m'accompagner jusqu'au canal Érié, ce que j'accepte avec plaisir. C'est tellement mieux de suivre quelqu'un sans avoir à regarder le plan. Le canal Érié est situé dans l'État de New York et relie l'Hudson au lac Érié, établissant une voie fluviale entre l'océan Atlantique et les Grands Lacs. Le problème est que Thomas me fait faire un détour de plus de 20 kilomètres, sûrement pas grand-chose pour lui mais la journée déjà longue va devenir interminable, mon genou se bloquant même pendant la dernière heure en selle. Je n'ai pas d'autre choix que de continuer car Patty et Larry, mes nouveaux hôtes, m'attendent. Je m'aide de ma main gauche pour pousser sur ma cuisse, le pied coincé dans le cale-pied. Chaque tour de pédalier est une souffrance pour mon genou, j'envisage de marcher mais je suis bien trop loin de ma destination pour ça. Je pense aussi à les appeler mais je n'ai pas de moyen de communication. L'option de l'auto-stop s'impose. J'essaie pendant une dizaine de minutes sans succès et comme la nuit tombe rapidement, je ne veux pas prendre le risque d'attendre et je décide de pédaler coûte que coûte, en serrant les dents.

L'arrivée chez ce couple charmant est une délivrance, leur maison ne

pourrait pas être plus à l'opposé de celle de Rocco hier : un vrai nid douillet avec moquette impeccable au sol et broderies représentant des vélos au mur. Un décor digne d'un magazine de décoration d'intérieur ! La douche est un pur bonheur et quand je m'assieds en leur compagnie pour boire un jus d'orange et manger de la pastèque fraîche sur ce canapé moelleux, je ne peux m'empêcher de laisser couler quelques larmes de bonheur, je suis aux anges ! Paradoxalement, quelque chose me met mal à l'aise, j'ai la sensation qu'ils sont dans la « course aux invités ». J'apprends d'ailleurs que je suis leur 158^e invitée en feuilletant leurs trois albums photo regroupant les clichés de tous les cyclistes qu'ils ont hébergés, ce qui a l'air d'être leur routine, même si ça n'enlève rien à leur incroyable gentillesse.

Avec eux, je discute de la place étonnante de la religion dans la société américaine. Cette place essentielle dans la vie sociale et politique va de pair avec la liberté de conscience et de culte inscrite dans la Constitution de 1791 et dans son premier amendement. On m'a ainsi déjà souvent demandé quelle était ma religion. Je suis née dans une famille de catholiques, j'ai été baptisée et j'ai fait mes deux communions. Pourtant, je ne crois pas en Dieu. Je me considère comme athée, ce qui est assez rare aux États-Unis. Je n'ai pas foi en la religion mais j'ai foi en beaucoup d'autres choses : l'amour, l'amitié, le respect, la tolérance, la générosité, la solidarité, la force du mental...

Aux États-Unis, tout est prétexte à introduire la religion, dans une référence permanente à Dieu, même lorsque l'on éternue : le « Dieu te bénisse » remplace notre « À tes souhaits ». Parmi les rares États au monde à avoir inscrit le principe de laïcité dans leur Constitution (il n'y a pas de religion d'État établie, permettant ainsi une liberté de religion), la France et les États-Unis se sont souvent mutuellement influencés au cours de leur histoire dans leur approche de la question. La référence permanente à Dieu, aux notions de bien et de mal (*Good and Evil*), au langage de la Bible, est évidente pour tout observateur de la vie américaine. Cette discussion est passionnante ! Je les remercie encore pour leur accueil : au dodo maintenant dans le lit *king size*, avec une grande croix accrochée au mur qui le surplombe. Je n'arrive pas à croire qu'encore hier, j'étais dans le canapé de

Rocco, coincée entre trois énormes chiens baveux qui essayaient de m'étouffer et que je suis ici ce soir. Tout est provisoire !

Le lendemain, je pète la forme. Ils me demandent si je suis d'accord pour me rendre ce matin au lycée du coin où une de leurs amies est professeure de français pour y faire une conférence. J'accepte et, quand ils l'appellent pour lui confirmer ma venue, je l'entends demander, inquiète : « Mais est-ce qu'elle est propre sur elle et ne fait pas négligée ? » Je suis vraiment vexée et outrée par ce cliché des voyageurs à vélo marginaux hippies, il n'y a rien qui m'énerve plus que les stéréotypes. J'hésite à y aller mais je prends sur moi et décide de dépasser cette première mauvaise impression. Le mari d'Abigail, la professeure, vient me chercher en voiture pour me conduire au lycée. Impossible de le manquer, cet immense bâtiment ressemble à s'y méprendre à une prison. Je lui fais part de mes impressions et il me conseille d'éviter cette réflexion devant les élèves. Architecture austère, policiers à l'entrée, il y a de quoi s'y méprendre... Tout en longueur, ce bâtiment en briques marron entouré de barbelés ne donne pas franchement envie d'y venir étudier chaque jour, en tout cas de son plein gré.

En nous garant, nous trouvons une jeune fille d'une quinzaine d'années en larmes sur le parking. Elle vient d'oublier les clefs de son énorme 4 × 4 à l'intérieur de celui-ci et l'a verrouillé par erreur. Par peur d'être en retard, elle s'est garée sur un emplacement réservé aux professeurs et est en proie à une grande panique ! Nous essayons de la rassurer et lui conseillons d'aller en cours pour l'instant. Les lycéens arrivent, comme dans les séries télévisées, en voiture et certains dans des véhicules de luxe fournis par papa et maman, une grande partie du parking leur est réservée. Assez invraisemblable pour moi qui me levais tous les matins à 5 heures pour sauter dans un bus puis un train avant d'aller au lycée. Pour passer le sas de sécurité où se trouve le policier, je dois présenter mon passeport et la secrétaire me tend un badge à clipser sur ma veste avec ma photo, mon nom et le but de ma visite.

À l'intérieur, j'observe de jeunes lycéens habillés en treillis en train de marcher au pas. Surprise, je questionne l'instructeur en uniforme sur la

raison de la présence de militaires ici. Il m'explique : « Ces jeunes ont signé pour un programme d'initiation à l'armée. » Il s'avère que l'armée américaine joue sur le fait qu'aux États-Unis, les études soient payantes pour appâter de nouvelles recrues issues de milieux défavorisés en leur promettant de leur offrir le moyen de faire des études. Pour eux, il n'existe pas d'autres choix. L'armée recrute aussi beaucoup d'engagés volontaires ressortissants latino-américains, candidats à l'immigration. Les recruteurs ont de plus en plus de mal à trouver des proies et en viennent même à contacter directement les lycéens en âge de s'engager au domicile de leurs parents, dont les coordonnées leur sont fournies par l'école. Les établissements publics sont en effet tenus de fournir leurs fichiers à l'armée sous peine de perdre leurs financements. Depuis 1973 et la fin de la guerre du Vietnam, l'armée américaine est une armée de volontaires et le recrutement en est l'enjeu principal.

Je retrouve la jeune fille, toujours inconsolable, dans la classe où je dois faire mon intervention, la même conférence que celle du Canada devant des collégiens beaucoup plus faciles à captiver. J'ai ici beaucoup de mal à capter l'attention de ces lycéens boutonneux au regard fuyant. Je continue tant bien que mal malgré leur manque d'intérêt, j'espère ne pas les avoir trop ennuyés. C'est dingue l'énergie nécessaire pour intéresser des ados !

Je reprends la route en fin de matinée pour un petit 40 kilomètres. Alors que je fais une pause dans une station-service, un jeune qui semble sans domicile fixe vient me poser quelques questions. Il me dit qu'il rêve d'entreprendre un voyage comme le mien et de traverser les États-Unis à vélo mais il n'a pour l'instant pas le droit de quitter l'État de New York avant d'avoir payé son amende... dont il doit s'acquitter car il a volé un vélo ! Je ne peux m'empêcher de me rapprocher imperceptiblement du mien, ce qui le fait éclater de rire. Je n'ai pas fini ma pause mais je n'ai pas particulièrement envie de rester ici avec cet énergumène...

Je pédale quelques minutes avant de trouver un Subway qui me permet de faire une pause avec la wifi. Le serveur, avec son filet typique dans les cheveux, finit par sortir, se plante devant moi et me dit : « *I have only two questions: are you really on a bike trip? Are you hungry?* » (« Je n'ai que

deux questions : tu es vraiment en train de faire un voyage à vélo ? Tu as faim ? »). J'acquiesce, surprise. Il m'apporte alors un énorme sandwich que j'accepte, un peu gênée, ne pouvant pas refuser, gourmande comme je suis. En le dévorant, je pense : « Ça y est, je me mets à faire cinq repas par jour, j'ai passé un cap ! Je vais devenir obèse ! » Je le remercie encore avant de partir, il se fait tard.

Quand j'arrive chez mon hôte, je me dis : « Mon Dieu, où suis-je tombée ? » On me dit souvent que je suis un peu Marseillaise sur les bords à cause de ma tendance à exagérer, mais pas cette fois... Cameron est le portrait craché de l'acteur Dexter de la série du même nom, où ce tueur en série s'en prend à des criminels passés entre les mailles du filet de la justice. Cameron est non seulement son sosie mais sa maison est strictement identique à celle de Dexter ! Il se comporte de manière très étrange, parle très peu et, cerise sur le gâteau, je découvre une trappe au sol donnant sur une cave dont l'accès est condamné par un cadenas. Ok... Je commence officiellement à flipper ! Il me propose d'aller voir un concert dont les musiciens sont ses amis. J'accepte avec enthousiasme, soulagée, trop heureuse de ne pas avoir à rester en tête à tête avec lui ! Il sort de son garage sa voiture de course. Même sa manière de conduire me fait peur, il roule à plus de 150 kilomètres à l'heure. Je lui demande plusieurs fois de ralentir, je n'ai pas envie que sa voiture devienne mon cercueil. Nous arrivons enfin, sains et saufs (ce n'était pas gagné), et nous découvrons un énorme buffet disposé au milieu de la salle : c'est parti pour le sixième repas du jour, pour un peu de réconfort ! La musique me réchauffe le cœur et me permet de finir la journée d'une meilleure manière qu'elle n'avait commencé.

Lorsque je reprends la route le lendemain, des klaxons enthousiastes m'accompagnent et une personne de plus me propose de l'argent, que je mets ensuite moi-même sur la cagnotte en ligne pour l'association. Je crée même des petites cartes de visite avec le nom de ma page Facebook, que les gens me réclament pour pouvoir suivre mon aventure à distance. J'arrive à Amsterdam (toujours aux États-Unis) à 18 heures après 115 kilomètres, je suis en pleine forme et j'ai un super feeling en arrivant sous un grand soleil

dans cette petite bourgade endormie au bord de l'eau. J'arrive à la caserne qui va m'accueillir ce soir, fière de moi et de cette journée : le défi du jour est accompli. Prévenus de mon arrivée, les pompiers m'ont préparé une chambre privée, celle du lieutenant, qui va dormir ce soir avec ses hommes. Quelle gentillesse ! Nous sommes vendredi soir et c'est soirée pizzas à la caserne. Les Américains n'ont vraiment pas les mêmes normes que nous au niveau des portions. C'est gargantuesque ! Et ils se moquent bien de moi en me voyant manger ma pizza avec des couverts. Une aberration pour eux qui me prennent même en photo pour en garder une preuve ! J'abandonne alors mon couteau et ma fourchette pour le plaisir de manger avec les mains.

Dans l'équipe se trouve une jeune recrue féminine, arrivée seulement cinq mois plus tôt mais qui est déjà très bien intégrée. Je l'envie, me rappelant ma propre expérience. Il ne faut pas espérer être bien intégré dans l'équipe avant un ou deux ans de service chez les pompiers de Paris. Je leur demande si je peux venir avec eux sur les interventions de la nuit. Ils sont étonnés de ma proposition et que je sois capable d'enchaîner 115 kilomètres à vélo et une nuit de garde, mais c'est une opportunité unique que je ne veux pas rater. Ils acceptent et activent la sonnerie dans ma chambre. À la première alarme, à 2 heures du matin, je tombe presque de mon lit et je me maudis d'avoir proposé de les accompagner. Quelle idée ! Je me traîne au radar jusqu'au camion et m'installe à la place qui m'a été attribuée. Ils portent secours à une personne victime d'une crise d'épilepsie. La deuxième intervention est, elle, digne d'un film d'angoisse : une mère paniquée a appelé les secours, impuissante devant le comportement de sa fille qui tient de la crise de démence, probablement sous l'influence d'une drogue dont on ne connaît ni le nom, ni la quantité ingérée. Le chien de la famille a été mis en cage par la mère mais il devient fou de rage à la vue d'inconnus sur son territoire. Pour une raison obscure, la fille se dirige vers la cage et libère le molosse qui fonce droit sur moi et me mord profondément au mollet. Les pompiers paniquent alors quelque peu car je n'ai pas d'autorisation officielle pour être présente (je n'aurai d'ailleurs à faire une demande signée qu'à Washington DC ; les autres casernes

m'accueillant sans paperasse). Heureusement, ma blessure est superficielle et je suis vaccinée.

Je pense que la réaction des pompiers est en partie due au fait que les Américains ont recours à la justice pour tout et n'importe quoi. Cela donne parfois lieu à des procès loufoques mais ils n'ont rien à craindre avec moi. Je suis loin d'être procédurière, à la différence de Stella Liebeck qui avait attaqué McDonald's en 1992 après s'être brûlée sérieusement à l'aine et aux jambes et avoir subi plusieurs greffes de la peau. Elle avait simplement renversé son café sur elle, café qu'elle avait jugé « d'une température excessive ». Le jury avait d'abord accordé 2,9 millions de dollars de dédommagement à Stella, qui ont ensuite été réduits par le juge à 640 000 dollars. McDonald's vend depuis du café moins chaud ! Bref, dans mon cas, je ne compte pas les attaquer en justice et je les sens rassurés. Le lendemain matin, fin de la garde. Je les remercie tous chaleureusement et Mike, mon contact dans cette caserne depuis le début, tient à me présenter sa femme et son fils, ce que j'accepte avec plaisir. Ils m'emmènent sur le mémorial du 11 septembre de la ville. C'est à cet endroit précis que le premier avion avait fait demi-tour avant d'aller s'écraser sur la première tour du World Trade Center. Un membre du Congrès qui veut lui aussi me rencontrer se joint à nous. Il est très simple, humble malgré son poste, et il me remercie même pour la cause que je soutiens. Je ne sais quoi répondre, quel honneur ! Je ne pense pas mériter autant d'attention.

Après un câlin d'adieu, je pars pour une cinquantaine de kilomètres avec une flemme monumentale. Je n'ai vraiment aucune envie de pédaler. Je m'arrête dans un parc bondé, j'ai envie de discuter ce matin car la solitude me pèse. Heureusement, la pancarte attire toujours l'attention et un couple ne tarde pas à venir vers moi. Nous passons une heure à discuter tous les trois, ce qui me fait beaucoup de bien. J'arrive à 15 heures à Albany, la capitale de l'État de New York où je suis reçue dans une caserne un peu excentrée par une équipe de trois hommes d'une gentillesse unique. Les meilleurs ! Ils m'embarquent dans le fourgon voir les bâtiments fédéraux du centre-ville et le musée consacré au 11 septembre. Je suis contente de découvrir la ville à travers leurs yeux et leurs anecdotes. J'adore le côté

familial des casernes américaines : le père de Peter, le conducteur, a préparé des entrecôtes pour l'équipe et tout le monde met la main à la pâte pour préparer la salade. Pas seulement la plus jeune recrue comme à Paris, mais tous les pompiers, en cohésion. Pour le dessert, le capitaine nous invite à déguster une glace : nous débarquons tous au McDo pour la commander puis nous la dégustons assis à l'avant du camion. Dans la soirée, alors que les autres sont déjà couchés, je discute avec Peter. J'adore ces moments particuliers la nuit, propices à la confiance, que je n'ai connus qu'en travaillant à l'hôpital ou à la caserne. L'atmosphère de la nuit facilite sans nul doute les discussions à cœur ouvert.

Je vais me coucher dans le dortoir qu'ils ont mis à ma disposition. Même si je ne dors pas sur mes deux oreilles, je rate le départ à 3 heures du matin. C'est la première fois que ça m'arrive ! Je suis à la fois très déçue et honteuse, j'ai vaguement entendu quelque chose et c'est en me levant pour aller aux toilettes que je vois l'arrière du camion disparaître dans la courbe du virage. Le cauchemar de tout pompier. Même si je n'avais pas de rôle attitré, je leur avais donné ma parole, j'avais promis de les accompagner cette nuit... La fatigue accumulée et la sonnerie plus discrète que dans les autres casernes expliquent sûrement ce raté. Même si je sais que je ne fais pas partie de l'équipe et que mon absence n'a en rien changé le cours de l'intervention, je me sens terriblement coupable. Je me recouche, toute penaude.

Mon réveil sonne à 6 heures. Je me lève et, en allant vers le sèche-linge pour récupérer mes vêtements, rebelote, je les vois partir. Je n'arrive pas à croire que je viens de rater le départ pour la deuxième fois ! Seule à la caserne, je me sens comme un gros boulet. J'entends à la radio qu'il y a huit camions engagés, ça a l'air d'être une grosse intervention. Finalement, c'était une fausse alerte mais, quand ils reviennent, je n'ose pas les regarder dans les yeux. Je me sens vraiment mal à l'aise. Dépitée, je n'arrive toujours pas à comprendre ce qui s'est passé. Sean vérifie alors les sonneries et se rend compte qu'elles n'ont pas été activées dans ma chambre. Je sens instantanément mon moral remonter en flèche. On rigole

tous de ce quiproquo avec l'équipe de relève qui vient d'arriver. Un vrai soulagement !

Mes trois compères rentrent chez eux après leur journée de garde et je reprends la route. Je fais une pause devant une épicerie et un vieux monsieur me dépose un jus d'orange en me disant : « Ma contribution pour ton aventure. Tu as raison de suivre tes rêves. » Je suis stupéfaite. Quelle gentillesse ! Une heure plus tard, j'apprends l'existence d'une course dominicale de 10 kilomètres organisée par Dunkin Donuts, une chaîne de donuts réputée. Comme souvent dans ce genre de courses, des masseurs sont à l'œuvre pour détendre les jambes aux muscles tendus des coureurs. En me voyant, les masseuses m'interpellent et m'allongent à moitié de force sur la table car, selon elles, je mérite qu'on prenne soin de moi. J'ai vu pire comme agression ! Ce sont des élèves en cours de formation et celle qui me prend en charge est formidable. Sa douceur me détend et je m'endors presque sur la table de massage. En me massant, elle me confie être épatée par ce que je fais. Quand elles me disent que je suis courageuse, je leur réponds que tout le monde peut le faire, qu'il s'agit juste d'un choix, ce à quoi elles me répondent : « Oui mais c'est toi qui le fais. » Elles me préparent un énorme sac rempli de bagels, de donuts et de fruits, mes provisions pour la journée. Pour leur dire au revoir, je leur lance un « *You made my day* » (« Vous avez ensoleillé ma journée »). Quelques jours plus tard, je vois que leur école a même fait un don à l'association. Des amours de A à Z !

J'ai encore pris beaucoup de retard mais ça en valait la peine... Il y a du pour et du contre à être hébergé. Les avantages sont bien sûr énormes, je rencontre des personnes ouvertes, généreuses et souvent passionnantes et je découvre le pays de l'intérieur en vivant comme les locaux. Tous ces points positifs valent bien quelques inconvénients : une organisation d'itinéraire et de gestion des contacts plus importante et une perte de flexibilité qui me stresse parfois un peu. Quand je tombe sur un événement par hasard ou que je rencontre des gens avec qui j'ai envie de passer du temps, je sais que je suis attendue : on ne peut pas tout avoir. Je pense que l'idéal est d'alterner entre être reçue et camper car ça permet d'avoir plus de temps pour soi et de

ne pas avoir à s'adapter tous les soirs à un nouvel hôte et à ses habitudes de vie, ce qui est parfois très dur après une journée d'efforts physiques. Je n'ai pas souvent campé seule pour plusieurs raisons : la sécurité (je ne me sentais pas assez à l'aise), le pays (les panneaux « Interdiction d'entrer » présents partout aux États-Unis ne m'incitaient pas vraiment à m'installer) et le fait que je sois déjà seule toute la journée.

Je pars pour 100 kilomètres sur un terrain avec un dénivelé important d'après Google Maps. Je suis parée, j'ai beaucoup d'eau, de nourriture, et je me sens motivée. Je me mets dans ma bulle avec de la musique spéciale *workout*, je me sens heureuse et j'enchaîne les kilomètres sans difficulté malgré les grosses montées. J'ai envie de hurler ma joie au monde. C'est puissant, les endorphines ! Je finis ma journée aux côtés de Patrice, un Français lui aussi en voyage à vélo solo. Le hasard fait que nous prenons notre pause exactement au même endroit, sur une route perpendiculaire à la route principale, après dix minutes de grimpette sans interruption. Je pense que nos jambes ont flanché au même moment ! Nous nous apercevons que même si nos voyages sont les mêmes sur le fond, ils sont diamétralement opposés. Lui ne fait que camper et ne côtoie que très peu les locaux. Il lui arrive même de pédaler la nuit, ce que j'ai personnellement du mal à comprendre car le but est quand même d'apprécier le paysage. Son objectif est d'arriver au plus vite à New York. C'est un vrai cycliste qui veut du kilométrage au compteur alors que moi, je suis simplement une touriste à vélo. Je vois le vélo comme un moyen écologique et économique de voyager, grâce auquel je peux aller à mon rythme et à la rencontre des habitants.

Ce soir, je pédale pour la première fois dans le noir, n'ayant pas été assez rapide aujourd'hui. Heureusement, mon vélo est paré pour ce genre de situations avec des dynamos à l'avant et à l'arrière. J'ai déjà un grand nombre de kilomètres dans les jambes mais j'ai encore de la réserve, aucune douleur à l'horizon et un sentiment d'euphorie grâce aux endorphines. La dopamine que mon corps produit accentue mon plaisir et améliore ma vigilance. Je me sens vive, tonique et alerte : la libération de la dopamine qu'entraînent ces longues journées de vélo provoque un effet addictif. Je

cherche toujours à retrouver cette sensation de bien-être. L'effet combiné de l'adrénaline et de la noradrénaline met le corps dans les meilleures conditions pour l'effort et déstocke la graisse. Je pense qu'à ce moment-là, le taux de toutes ces hormones est au maximum. J'enchaîne les kilomètres à un rythme presque indécent. Le coucher de soleil est grandiose, j'ai l'impression de vivre un moment privilégié, comme si j'étais la seule personne éveillée dans la nuit alors que tout le monde est déjà (encore) endormi. Je savoure chaque rayon jusqu'à ce que le soleil disparaisse complètement.

J'ai beaucoup de difficultés à trouver la maison de Barbara qui m'attend ce soir : j'ai perdu mon plan et je n'ai pas de connexion Internet. Je sonne au hasard à plusieurs maisons mais personne ne semble enclin à m'aider. Je garde mon calme et ne panique pas. Malgré le noir complet et le peu d'informations en ma possession, j'ai la conviction que tout ira bien. Après avoir beaucoup tourné, je me dirige vers la seule maison éclairée. Bingo, Barbara m'attend. Elle commençait à s'inquiéter et se demandait si j'allais pointer le bout de mon nez puisqu'il est déjà 23 heures. Dans le doute, elle avait laissé toutes les lumières allumées pour m'indiquer le chemin. Quel bon sens ! Je m'effondre deux heures plus tard après une discussion passionnante. La diminution brutale de ce cocktail d'hormones excitantes me trahissant et me plongeant dans un sommeil bienheureux.

Je passe le lendemain à glandouiller et à... manger ! C'est toujours pareil : le jour même d'un grand effort, mon appétit est stable mais le lendemain, je suis littéralement affamée et passe mon temps à manger tout ce qui me passe sous le nez... Mon corps me réclame plus d'énergie pour se remettre de cet effort. Barbara vit dans une maison de service, dépendance d'une immense maison de maître où habite son patron, un millionnaire qui a fait fortune dans l'immobilier. La gourmandise étant mon grand péché mignon, je tends les deux oreilles lorsqu'elle m'apprend qu'elle est sa chef cuisinière personnelle. Je suis au paradis quand elle me prépare une omelette et un smoothie à tomber par terre. De quoi reprendre des forces ! Avec Barbara, nous discutons de réincarnation, d'épanouissement, de trouver sa voie. Elle me sidère et m'inspire par son parcours et sa force de caractère.

Regonflée à bloc par ces moments passés ensemble, je pars vers 16 heures pour me rendre à la caserne de Kingston où les pompiers m'attendent. Je me traîne un peu, mon corps a du mal à récupérer de la veille et a accumulé de la fatigue. J'accuse le coup et je sais que ce soir ne sera pas de tout repos. Allez, je me motive, en selle ! Une heure plus tard, j'arrive devant une caserne particulièrement sinistre et je mets dix bonnes minutes à essayer de trouver son entrée car tout est barricadé. Un pompier vient finalement à ma rescousse et m'ouvre la porte de la remise. Je n'accroche pas avec cet endroit construit deux siècles auparavant (ce qui est rare aux États-Unis). Rien ne semble avoir changé depuis et l'ambiance est assez lugubre. Comme souvent, l'équipe est très sympa mais le capitaine beaucoup moins. Nous partageons un repas et deux interventions pendant la nuit. La caserne se prépare à réagir à de nombreux appels dans les prochaines quarante-huit heures à cause d'énormes précipitations annoncées, conséquences d'un (nouvel) ouragan en Floride. De nombreuses pompes sont prêtes dans la remise pour parer les inondations.

J'ai la chance que Barbara me propose de revenir chez elle pour éviter le déluge. Elle vient même me chercher le lendemain à la fin de la garde et embarque mon vélo dans sa voiture sous une pluie torrentielle. Nous prenons le petit déjeuner toutes les deux dans le *dinner* voisin. Le café y est à volonté et l'atmosphère cosy nous enveloppe, nous protégeant de la tempête à l'extérieur. C'est un temps à se cacher sous la couette en regardant un bon film, et c'est exactement ce que nous avons prévu de faire : une journée très dynamique se prépare... Comme j'ai quasiment fait une nuit blanche à la caserne, je me repose puis nous cuisinons ensemble. Enfin, elle cuisine et je l'assiste pour l'épluchage des légumes, un vrai petit commis ! Elle m'explique que beaucoup de ses amis sont agriculteurs et qu'aux États-Unis, la moitié de la production de fruits et légumes est jetée car le culte de la perfection des légumes engendre un tri abusif. D'énormes quantités de produits frais ne répondant pas aux critères esthétiques irréalistes du fruit parfait pourrissent dans les champs, servant à nourrir le bétail, ou sont emmenées à la décharge. D'après elle, cette aberration participe au dérèglement du climat. En signe de résistance, nous ne

mangeons que des légumes moches ce soir-là, sauvés avant d'être détruits, ce qui les rend encore meilleurs. Elle me régale d'une quiche aux asperges. Le vin nous rend un peu pompettes, ce qui ouvre la porte aux confidences et aux rires désinhibés.

Barbara part ensuite travailler à la boulangerie où elle est employée et j'en profite pour prendre le temps de préparer mon arrivée à New York. C'est étrange mais plus je m'approche de New York, plus je me sens stressée et quand j'y réfléchis bien, je le suis pour plusieurs raisons. D'abord, je rêve de cette destination depuis si longtemps que j'ai mis la barre vraiment haut. Mes attentes sont élevées et j'ai peur d'être déçue. Ensuite, je dois avouer que l'idée d'arriver dans cette mégapole tentaculaire m'angoisse. Je me sens maintenant mieux, plus sereine, à ma place dans des endroits plus calmes. Et enfin parce que c'est un lieu que Vincent et moi rêvions de visiter ensemble depuis longtemps. Je crains qu'y arriver seule soit un nouveau coup dur et ravive la nostalgie. Je suis terrible pour ça (même si je me suis améliorée) : quand j'arrive quelque part, je veux tout voir, tout faire, au point de me mettre une pression énorme en écrivant la liste de ce que je dois absolument voir. Mais il faudrait de toute façon une vie entière pour tout visiter à New York, la ville qui ne dort jamais. Je sais que je dois travailler sur moi-même pour ne pas être frustrée ou insatisfaite si je ne vois pas autant de choses que prévu.

Quand Barbara revient, nous reprenons le temps de cuisiner toutes les deux en discutant de nos passions. Je ne la connais que depuis deux jours et pourtant je me sens très proche d'elle, intime. Elle va vraiment me manquer ! Je dors comme un bébé chez elle car je m'y sens bien, en sécurité. Avant de nous quitter, nous nous enlaçons et elle me dit à l'oreille : « Tu es un cadeau du ciel, prends soin de toi et sois heureuse. » Je la serre dans mes bras encore plus fort. Nous sommes toutes les deux émues. Ayant peu confiance en moi, j'ai encore du mal à comprendre ce que les gens aiment chez moi, j'ai peur qu'ils n'aiment que mon image, ce que je renvoie et pas le « vrai moi »... Je pars le cœur serré, ce voyage est rempli de merveilleuses rencontres mais aussi de tellement d'adieux. Elle me

conseille d'ailleurs de refaire plus tard ce voyage initiatique avec mon mari et mes enfants. Une idée que je garde dans un coin de ma tête.

Mauvaise surprise ce matin : mes écouteurs ne fonctionnent plus. Pourtant, j'ai besoin de musique, ça m'est vraiment vital pour pédaler, ça me pousse et m'insuffle de l'énergie. L'effort me paraît beaucoup plus difficile sans la distraction de mélodies, et surtout très ennuyeux. Dommage, je ne pourrais pas non plus écouter de podcasts. J'aime ceux traitant de développement personnel, de voyages, de vulgarisation scientifique, ou encore retraçant le parcours de personnes atypiques. Je vais devoir me passer de tout ça aujourd'hui et me contenter des bruits de la nature. Pour l'instant, c'est plutôt la « douce mélodie » des bruits de la ville qui m'accompagne. Je n'ai pas trop le moral ce midi et je me venge sur un paquet entier de biscuits. Encore ce problème de *self-control* avec ces crises de boulimie, surtout quand je suis triste ou stressée. Conséquence : je suis barbouillée, je sens que j'ai fait des excès et si je veux encore être capable de pédaler, il faut que je fasse attention.

Je commence à être très fatiguée moralement, je suis épuisée de devoir toujours me présenter sous mon meilleur jour et faire bonne impression... En plus de ça, je dors très peu à cause des interventions de nuit avec les pompiers. J'adore ces moments où l'adrénaline monte en flèche mais mon corps commence à me lâcher. Je sens que je dois réduire le rythme ! Après des collines incroyablement pentues, j'arrive en nage dans le superbe vignoble de Kathleen et Victor, situé à seulement 120 kilomètres de New York. Ils ont plusieurs chambres qu'ils louent sur Airbnb et ils ont la gentillesse de me laisser occuper l'une d'entre elles gratuitement ce soir. Le lieu est grandiose, la vue merveilleuse. Je me sens au départ mal à l'aise quand je les rencontre après cette journée d'efforts intenses. J'ai besoin d'une bonne douche ! Je les retrouve ensuite avec leur fils et leur belle-fille Casey qui ont préparé une incroyable dégustation de vins de leur production accompagnés de bons fromages. L'équipe des vendangeurs nous rejoint et nous passons tous une soirée mémorable, ponctuée d'éclats de rire. Ce voyage a pris une ampleur incroyable. Même si j'ai beaucoup aimé voyager

en France, le périple américain a une autre dimension et est à l'image des Américains : tout en grand !

Ce matin, j'ai le choix entre rejoindre un hôte Warmshowers ou aller chez Cathy, une Marseillaise travaillant à l'Organisation des Nations unies avec qui je suis entrée en contact par le biais d'un groupe d'expatriés français à New York, sur Facebook. En écoutant mon intuition, je pars chez Cathy. La meilleure décision du voyage ! Mais la route pour aller chez elle est un véritable enfer. Elle habite à Mount Kisco ça ne s'invente pas ! Et ça monte tellement... À chaque fois que je crois que c'est fini, je découvre une nouvelle côte derrière un virage. Ce qui me sauve, ce sont les écouteurs que m'a offerts Kathleen ce matin avant le départ. La musique m'aide dans cette épreuve. Il est à peine 11 heures quand je craque et mange tout ce que Kathleen m'avait préparé avant mon départ, des petites douceurs sucrées en provenance directe de la boulangerie de son vignoble. Après 65 kilomètres de montée, je suis à plat et je décide de continuer en stop. Mais personne ne s'arrête ni même ne ralentit malgré la détresse qui doit se lire dans mon regard. Un vieux monsieur sort alors de la maison devant laquelle je suis postée et me demande ce que je fais là. À la fois grand et en net surpoids, l'homme a le visage mangé par une barbe de plusieurs jours. Une chemise rouge couvre son torse massif et son regard vif m'inspire confiance. Je suis impressionnée par sa taille, il me dépasse d'une bonne tête. Il m'explique que le stop n'est vraiment pas courant ici et que personne ne prendra le risque de s'arrêter : « Tu sais, les gens sont craintifs, il y a beaucoup d'histoires et je serai étonné si quelqu'un s'arrête pour te prendre à son bord, mais bon courage ! »

Il rentre chez lui mais, quarante minutes plus tard, je le vois revenir. Je suis toujours aussi dépitée, le pouce tendu, mais je ne me suis pas encore résignée à remonter en selle. J'entends alors ces mots libérateurs sortir de sa bouche aux dents éclatantes : « Allez, c'est ton jour de chance, je t'emmène. » Je me retiens pour ne pas lui sauter au cou ! Nous chargeons tant bien que mal mon vélo et mes sacoches dans sa petite voiture puis nous partons enfin à faible allure à cause du coffre ouvert et de mon vélo qui en dépasse. Nous partageons une discussion à cœur ouvert. Il est adorable et

me touche beaucoup dans la manière dont il parle de sa femme et de sa petite fille : « Tu sais, elles sont mon monde et je ne serais rien sans elles. » Notre conversation a plus de saveur que le petit déjeuner que je viens de prendre car elle nourrit mon âme qui a soif de connexions.

Le plus ironique, c'est qu'au moment où il m'embarque, je ne suis plus qu'à 10 kilomètres de chez Cathy, distance qui me paraît pourtant inatteignable dans ce moment de faiblesse. Il me sauve, car quand on est à bout, on est à bout ! Il me dit simplement : « Remercie-moi en faisant à ton tour quelque chose de bien pour quelqu'un quand tu en auras l'occasion. » Quelle leçon ! Je regarde d'ailleurs le soir même, sur son conseil, le film *Pay it Forward (Un monde meilleur)* dans lequel un enfant de dix ans a pour ambition de rendre espoir à son entourage en aidant des inconnus. En échange de son aide, ceux-ci doivent à leur tour aider trois personnes et ainsi de suite, le but étant de créer une vague de solidarité, un cercle vertueux d'entraide, pour rendre le monde meilleur. C'est ce que ce conducteur a fait pour moi : un geste de gentillesse gratuit, avec pour seule requête que j'aide à mon tour plus tard des inconnus.

Je me sens un peu stressée car j'arrive demain à New York et un grand panel d'émotions fait son apparition : je suis à la fois fière de moi et soulagée mais aussi un peu perdue, car c'était mon but, mon objectif depuis Montréal. Il me faut maintenant en trouver un nouveau. Le conducteur me dépose à environ deux kilomètres de ma destination et je finis à vélo, les jambes en feu. L'accueil ultra-chaleureux de Cathy, de son mari Paul et de leurs enfants est au-delà de mes espérances. Après un superbe repas tous les cinq, je m'écroule dans la chambre que Cathy m'a préparée pour la nuit. Comme celle-ci n'a pas de fenêtre et que j'ai éteint mon portable, trop fatiguée pour répondre aux messages, je ne me réveille que quatorze heures plus tard. Je n'en crois pas mes yeux, mon corps en avait vraiment besoin ! Je panique d'abord un peu car je suis censée aller à New York aujourd'hui, puis je relativise en me disant que je suis libre, je n'ai pas d'impératif. « Il faut juste faire ce qui nous rend heureux. » Je me répète cette phrase comme un mantra...

Comme je partage le petit déjeuner avec Paul, il me raconte son arrivée

aux États-Unis. Il a fait partie des chanceux qui ont obtenu la carte verte américaine en jouant à la *Green Card Lottery* dont le nom officiel est le *Diversity Immigrant Visa Program*, une vraie loterie où seule la chance compte et où le gain est la carte verte. Ce programme de la diversité représente un pan du rêve américain car la Green Card est le document officiel qui donne à un ressortissant étranger le droit de résidence permanente et de travail aux États-Unis. En moyenne, seuls 2 % des participants obtiennent le précieux sésame. Ce programme a été instauré en 1990 par le Congrès et était à l'origine destiné à faciliter l'immigration légale provenant d'Irlande et à insuffler plus de diversité à l'immigration américaine. Mais attention, si vous faites partie des chanceux, tout n'est pas gagné : le parcours du combattant commence. Chaque année, le gouvernement américain tire au sort plus de 100 000 personnes, alors qu'il ne délivre que 50 000 cartes vertes. Seule la moitié des sélectionnés repart donc avec le précieux jackpot. Cette étape n'est qu'une première sélection. Après le tirage au sort, il faut remplir un gros dossier et présenter des justificatifs en tout genre : contrats de travail, casier judiciaire vierge... et enfin passer un entretien à l'ambassade des États-Unis... J'ai moi aussi tenté ma chance cette année, en vain.

Grand jour aujourd'hui, je pars direction... New York ! J'ai déjà Alicia Keys dans la tête. Le mois qui vient de s'écouler a été l'un des plus intenses de ma vie et j'en fais le bilan sur ces derniers kilomètres qui me séparent de la ville. Plus que 50 kilomètres, j'ai du mal à y croire ! Je fais une pause dans une station-service dont le vendeur est adorable. Il essaie de comprendre pourquoi je voyage seule. Je réponds que personne n'a voulu venir avec moi, ce qui le fait rire. Je suis toujours hésitante quand on me demande si je voyage seule. Car oui, en soi, je suis seule la journée à pédaler, mais puisque tellement de personnes m'apportent leur soutien en route, je pense que cette réponse est erronée. Sans cette aide, je ne serais pas allée aussi loin. Je serai éternellement reconnaissante à tous ceux qui m'ont tendu la main. Il me fait beaucoup rire quand il me demande de lui signer un autographe sur un billet de 5 dollars. C'est bien la première fois que ça m'arrive ! La folie de New York se rapproche. Il doit vraiment

insister avant que j'accepte, à condition que ce soit sur un billet d'un dollar ! Il insiste aussi pour que je prenne ce qui me plaît gratuitement dans son magasin. Je repars donc avec mon eau de coco sous le bras et un grand sourire sur le visage. En faisant mon choix, j'ai repensé à Barbara qui m'en avait vanté les bienfaits quelques jours plus tôt. On m'a souvent conseillé de me méfier des inconnus, de ne pas leur faire confiance, mais cette rencontre me prouve encore une fois que j'ai raison de faire confiance à autrui.

Plus j'approche, plus la circulation se fait dense et je redouble d'attention pour me faufiler dans le trafic. En voyant l'un des célèbres ponts de cette ville mythique, le George Washington Bridge, une vague d'émotions m'emporte. Je viens d'arriver à New York, seule, du Canada ! Un vrai miracle pour moi qui étais, il y a quelques mois encore, incapable de lire une carte ou de me repérer sur un plan. J'avais un don pour me perdre et mon sens de l'orientation était particulièrement médiocre. Comme dirait Xavier Dolan, « tout est possible à qui rêve, ose, travaille et n'abandonne jamais ». Je suis vraiment fière de moi ! Et je pense à Vincent qui serait, lui aussi, fier de moi je pense, enfin j'espère.

Après quelques cafouillages, j'arrive chez Maria, la mère de Dev, que j'avais rencontré en Birmanie avec Linda (devenue sa femme depuis), lors de mon trek de plusieurs jours dans les montagnes. Il vit maintenant en Suisse et a eu la gentillesse de me mettre en contact avec sa mère pour que je puisse occuper sa chambre d'enfant, dans leur appartement situé à Washington Heights, la pointe nord de Manhattan, au début de mon séjour ici. Comme Maria, les trois quarts des habitants de ce quartier sont d'origine dominicaine. Elle a d'ailleurs grandi dans cet appartement qui est dans sa famille depuis plusieurs générations.

Le cheminement qui m'a fait arriver ici est assez improbable. Je me dis que la vie est incroyable et que si on reste ouvert pour saisir les opportunités qui s'offrent à nous, elle est un vrai cadeau de tous les jours. Maria me fait goûter au *mofongo*, une purée de bananes plantain vertes, frites et pilées dans un mortier avec de l'ail, de l'huile et de la couenne de porc croustillante, une spécialité typique de Porto Rico où ce plat est très

populaire. Elle m'emmène contempler la rivière Hudson en contrebas. Je passe ensuite la soirée à discuter avec sa fille Nathalie. Je la trouve passionnante, elle autant que son métier (conseillère en sexologie !). Je me dis que j'aimerais être aussi à l'aise qu'elle dans mes baskets. Je suis super contente de savoir que j'ai maintenant une amie de mon âge pour explorer la ville et sortir, car c'est aussi ça, New York !

Le lendemain, j'en prends plein la vue. Dès 8 heures, j'enfile mes baskets pour aller explorer la ville. La route qui longe la rivière Hudson et qui permet de rejoindre le sud de Manhattan est vraiment magnifique. C'est magique ce matin, je me sens profondément heureuse. Nous sommes samedi et, comme le temps est au beau fixe, des milliers de joggeurs, marcheurs et cyclistes se sont donné rendez-vous sur cette promenade. Ça respire la joie de vivre et le bonheur, tout le monde a l'air de prendre soin de son corps ici, le culte de l'apparence est à son paroxysme. Les quartiers de New York sont répartis en cinq arrondissements : Manhattan, Brooklyn, le Queens, le Bronx et Staten Island. New York est sans doute la ville la plus cosmopolite du monde et je vais vite le constater. Je traverse l'île de Manhattan, de Washington Heights jusqu'à la pointe sud, et j'arrive enfin à Lower Manhattan, sur le site du World Trade Center.

Dix-sept ans après les attentats, le quartier présente la nouvelle plus haute tour d'Amérique, le One World Trade Center. Le mémorial du 11 septembre se compose d'un parc avec deux bassins carrés situés à l'emplacement même des deux tours détruites. Les bassins, profonds de 9 mètres, sont alimentés par des chutes d'eau s'écoulant le long des murs. Le mouvement de l'eau perpétuel représente la chute des tours jumelles, l'eau qui se recycle continuellement représente la mémoire du peuple américain pour ses morts : « Le temps passe mais nous n'oublierons jamais. » Les bassins sont entourés d'un parapet portant le nom de toutes les victimes des attentats du World Trade Center, gravés sur du bronze. Sur certains noms, une rose a été déposée le matin même. C'est que nous sommes le jour de l'anniversaire de ces victimes. Je suis très émue et j'y reste plus de deux heures, perdue dans mes pensées. Puis je pars visiter le musée du mémorial. Des frissons me parcourent à l'idée que les restes des 1 100 victimes dont

les corps n'ont jamais pu être identifiés sont inhumés au sous-sol du musée. La boutique fait scandale avec ses souvenirs estampillés « 11 septembre ». Ce business choque la plupart des proches des victimes. On y vend des foulards en soie à l'effigie des tours jumelles ou encore des manteaux pour chien aux couleurs des pompiers de New York. Est-ce vraiment approprié ?

En sortant, je pédale vers Wall Street, le quartier où se trouve la plus importante Bourse du monde, le New York Stock Exchange. Je suis ici dans l'univers de la finance new-yorkaise, un vrai monde de requins ! Le taureau de Wall Street en est l'emblème, une sculpture de bronze montrant un animal prêt à attaquer pour représenter l'agressivité des marchés financiers. Apparemment, les touristes aiment se faire prendre en photo devant les parties intimes de ce pauvre taureau : ça leur porterait chance ! Je continue ma visite vers Chinatown mais les odeurs me rappellent trop Taïwan et les souvenirs affluent. Vite, je prends la direction de Little Italy où il y a un monde fou. Je découvre que le festival de San Gennaro y bat son plein. Cette fête est célébrée par les Napolitains à travers le monde entier, et notamment à New York, où ont lieu chaque année une grande parade et une fête de rue. Je m'y promène un peu, l'ambiance est déjantée. Mais avec le vélo, ce n'est pas l'idéal et je n'ose pas l'attacher quelque part ici. J'ai bien trop peur des vols ! Le voyage tournerait vite court sans vélo...

Je décide de profiter des belles couleurs de la fin d'après-midi pour prendre le ferry vers Staten Island. Ce ferry est gratuit et c'est un superbe moyen de découvrir New York au fil de l'eau et de contempler Manhattan d'un autre point de vue. J'apprécie de me reposer après cette journée marathon. Je vois au loin la statue de la Liberté. C'est grandiose ! Le soir, Nathalie et Maria m'emmènent dans un bar gay où l'ambiance est vraiment bon enfant. Le concept du lieu consiste à attirer les clients avec des serveurs torse nu, alors je me sens rougir quand Nathalie insiste pour que je pose avec l'un d'entre eux. Nous dansons toutes les trois, je me sens légère, je ne pense à rien d'autre qu'à l'instant présent. Je me rappellerai toujours de cette première journée new-yorkaise !

Le dimanche matin, je pars à Harlem car je tiens à assister à une messe gospel. Je vais d'abord à la *First Corinthian Baptist Church* que l'on m'a

conseillée. Ce que je ne soupçonnais pas, c'est que ça serait aussi touristique : une queue interminable composée uniquement de touristes s'étend sur des centaines de mètres. L'église est ultramoderne, avec des écrans géants diffusant des publicités. Elle tient plus de la salle de spectacle que de la vieille église comme nous en avons l'habitude, nous autres Français. Par contre, le chœur est magnifique et le pasteur charismatique. Il nous raconte son AVC récent et nous invite à nous remettre en question, à tourner nos choix vers ce qui nous rend vraiment heureux et non pas pour la gloire ou le regard des autres. Son discours est très émouvant et j'aimerais partager ce moment avec quelqu'un. Je me sens horriblement seule pendant cette cérémonie où tout le monde est venu accompagné... À un moment donné, le pasteur demande aux fidèles de se donner la main mais je n'ai personne autour de moi. Je sens les larmes monter. C'est la goutte d'eau qui fait déborder le vase. Je pense que cet instant précis est le moment de ma vie où la solitude est la plus intense. Je regarde les gens autour de moi échanger des regards complices ou amoureux, et cet élan d'amour général me renvoie à ce qui me fait cruellement défaut en ce moment dans ma vie : l'amour et la tendresse.

Vient ensuite le moment où nous sommes censés faire une donation. J'ai plus l'impression d'avoir assisté à un show qu'à une cérémonie religieuse et la donation forcée ressemble plutôt au paiement d'une place de spectacle. Très déçue, je m'obstine et je pars explorer le quartier à la recherche d'une vraie messe, avec de vrais fidèles, et non pas une représentation. Je vais trouver ce que je cherchais à la *Siloh Baptist Church*, aux dimensions bien plus raisonnables. L'ambiance y est très différente, avec très peu de touristes et des fidèles si âgés qu'ils semblent être là depuis toujours. J'ai l'impression d'être dans un film quand, pendant la messe, ils se tournent tous vers moi et l'autre visiteur présent pour nous chanter « *We are glad you are here* » (« Nous sommes heureux que vous soyez là »). L'ambiance est bien plus authentique que dans la première église. Je suis contente d'avoir enfin une vraie expérience, loin du show qui tient plus de Broadway que de la messe. Le soir, Nathalie, Maria et moi sortons dîner dans un incroyable

restaurant mexicain. Avec elles, je me sens en famille. Je leur suis reconnaissante d'avoir rendu mon expérience new-yorkaise inoubliable.

Le lendemain, je pars à vélo découvrir Times Square et Broadway. Je slalome entre les taxis jaunes, les bus, les voitures, les autres vélos, les piétons : j'ai l'impression d'être un coursier à vélo, tout y est comme dans les films, même la vapeur qui sort des plaques d'égout ! Quand je fais une overdose de la ville, je pars m'oxygéner dans Central Park. Cet endroit est formidable. J'écoute de la musique en regardant les gens vivre et en essayant d'imaginer leur existence. Je rentre ensuite avec la réconfortante impression de retrouver ma mère et ma sœur à la maison. Le lendemain matin, je leur prépare un beau petit déjeuner à la française avec des crêpes et du pain perdu (que tous les étrangers appellent d'ailleurs *French toast*). j'ai envie de leur faire plaisir après tout ce qu'elles ont fait pour moi. Et ça a l'air réussi ! Puisqu'il pleut des cordes, je pars en métro visiter le musée d'Histoire naturelle où je rencontre Jamiel, l'un des gardiens à l'humour décapant. Il me raconte avoir dansé dans la troupe de Michael Jackson et, pour me prouver ses dires, se met à danser pour calmer un bébé en pleurs dans la salle des dinosaures après m'avoir montré une vidéo où il apparaît aux côtés de la légende. Je suis époustouflée : même les gardiens de musée ont la classe à New York ! Pour finir la journée, Nathalie et moi allons à Brooklyn assister au concert de reggae organisé par l'un de mes amis français.

Le lendemain, pour ne pas abuser de leur hospitalité, je décide de partir chez Helen (l'amie de mes hôtes de Rochester), à Upper West Side. Elle a un magnifique appartement au 16^e étage mais, même si elle est très gentille, ce n'est clairement pas la même ambiance qu'avec ma famille d'accueil dominicaine prête à chanter et à danser à la moindre occasion.

J'ai rendez-vous avec Cathy pour déjeuner. Je suis tellement contente de la revoir ! Elle a toujours un grand sourire aux lèvres. Quel rayon de soleil ! Pour remplacer mon nounours Billy volé le premier jour de mon voyage, elle m'en offre un autre, magnifique, aux couleurs de l'ONU. Je suis tellement touchée par cette attention ! En me dirigeant ensuite vers Times Square, je commence à me lasser du bruit constant. Vivement la campagne !

J'ai la chance d'avoir des invitations pour assister à une conférence ce soir : « What she said » (« Ce qu'elle a dit »), qui a pour but de mettre en valeur les femmes inspirantes qui font évoluer les mentalités, ou qui inspirent d'autres femmes par leurs actions. J'écoute par exemple le discours de Barbara Hillary, la première femme afro-américaine à avoir atteint le Pôle Nord et le Pôle Sud après avoir surmonté un cancer du poumon, à l'âge de soixante-dix ans. Je suis bouleversée par le parcours inspirant des cinq femmes qui témoignent et leur vie me fait remettre en question la mienne. Suis-je fière de moi ? Est-ce que j'ai assez fait pour l'instant ? Bien sûr, je suis jeune mais également impatiente. Je partage la soirée avec Ali, une jeune New-Yorkaise avec qui je viens de faire connaissance. Celle-ci se poursuit avec un open bar sur le toit d'un immeuble de luxe de Times Square. Moi qui ne suis pas vraiment une fêtarde, je découvre avec plaisir un lieu branché de la nuit new-yorkaise. Je me retrouve en talons (achetés pour l'occasion), au milieu de tous ces écrans, le vélo à la main, quand nous partons dans un bar voisin. Même pour cette soirée, mon vélo fait partie de l'aventure. Le deuxième bar accepte, après maintes négociations menées avec passion par Ali, de mettre mon vélo dans une sorte de consigne au sous-sol. Quand je repars, seule et un peu éméchée, une heure plus tard, j'essaie d'expliquer tant bien que mal que j'aimerais récupérer mon vélo à la cave. Je finis miraculeusement par me faire comprendre et un employé le récupère. Je me demande encore comment j'ai réussi à pédaler les 6 kilomètres qui me séparaient de ma chambre. Un vrai miracle que je sois arrivée à bon port.

Le lendemain, il est temps d'aller visiter la statue de la Liberté ! Direction le ferry pour découvrir la statue mythique sur Liberty Island. Celle-ci, terminée en 1886, après quinze ans de travaux, a été offerte à New York par la France dans l'idée de célébrer les cent ans de la déclaration d'indépendance des États-Unis. Après avoir vu la grande dame de près, je reprends le ferry pour Ellis Island, l'île d'arrivée de tous les immigrants. En ce matin ensoleillé, je suis émue sous le grand ciel bleu en pensant au chemin qui m'a amené ici, comme beaucoup d'immigrants qui ont sans doute ressenti le même soulagement dans ce lieu, après un voyage épique et

éreinçant. Cette petite île de la baie de New York, située à peu de distance de Manhattan, était en effet le point de passage obligé de tous les immigrants qui débarquèrent aux États-Unis entre 1892 et 1954. Ellis Island fut le centre de réception de douze millions de personnes, essentiellement venues d'Europe. Ces dernières fuyaient la famine, la guerre, les persécutions religieuses et étaient à la recherche de nouvelles opportunités économiques. La voie maritime était à l'époque le seul moyen utilisé et cette île représentait la porte d'entrée vers le Nouveau Monde. Aujourd'hui, on estime que 40 % de la population américaine est constituée des descendants de ces immigrants. Les candidats à l'immigration qui débarquaient des bateaux devaient subir un examen médical et administratif pour contrôler s'ils répondaient aux critères d'admission sur le sol des États-Unis d'Amérique (seuls 2 % étaient renvoyés chez eux).

De New York, j'écris une trentaine de cartes postales, à la fois à tous les hôtes qui m'ont accueillie sur le chemin et aux enfants qui me suivent : au service de dialyse de l'hôpital de Strasbourg, à la classe de ZEP et à l'association *À chacun son Everest*.

Aujourd'hui est mon dernier jour à New York et j'ai envie de retourner dans le quartier du World Trade Center. Je tombe alors par hasard sur des centaines de pompiers qui courent en uniforme. Après m'être renseignée, j'apprends qu'il s'agit d'une course de 5 kilomètres reliant Brooklyn au lieu où se dressaient les tours jumelles, en hommage au pompier Stephen Siller. Cette course est en fait une reconstitution de son acte héroïque. Le 11 septembre 2001, Stephen, qui fait partie de la brigade 1 des pompiers de Brooklyn, vient de terminer sa garde. Il est en chemin pour rejoindre son frère à une partie de golf quand il entend la terrible information à la radio : un avion vient de heurter la tour nord du World Trade Center. Après avoir appris la nouvelle, Stephen appelle sa femme Sally, lui demande de prévenir son frère de son retard et retourne à la caserne pour récupérer son équipement. Il se dirige avec le camion vers les tours mais se retrouve bloqué par le trafic dans le pont du Brooklyn Battery Tunnel. Mais il en faut plus pour l'éloigner de son destin héroïque... Après s'être équipé de près de trente kilos de matériel, il parcourt les cinq derniers kilomètres... en

courant ! Sur place, il s'engouffre dans l'une des tours à la recherche de victimes mais n'en ressortira malheureusement jamais. Stephen Siller fait partie des 343 pompiers ayant fait don de leur vie ce jour-là. La course, qui rapporte deux millions de dollars chaque année à l'organisation caritative créée par sa famille, retrace les pas de Siller en ce 11 septembre. À ses débuts, elle avait attiré deux mille personnes. Cette année, ils sont plus de trente mille coureurs venus de tout le pays. Les portraits des pompiers décédés ce jour maudit clôturent la course. Je suis très émue par cet élan de solidarité et ce lien qui unit tous ces hommes.

Je rejoins ensuite Sandrine, ma cousine expatriée près d'ici, qui est venue me chercher avec son mari et son fils pour m'éviter la sortie de New York à vélo, que tous les cyclistes qualifient d'atroce et suicidaire.

Après un petit tour dans le New Jersey, direction Bethlehem en Pennsylvanie. Je passe deux jours en famille et dans le calme après le brouhaha de New York. Comme le mari de Sandrine est d'origine indienne, nous avons la chance de nous régaler de délices indiens. La reprise est difficile mais je me fixe un nouveau but : Miami ! J'ai besoin d'un nouvel objectif puisque New York est maintenant dans les rétroviseurs.

Comme je veux reprendre tranquillement, je prépare une petite journée, seulement 30 kilomètres, pour ce qui est censé être une reprise en douceur. Mais c'était sans compter sur le dénivelé... Cette journée sera au final démentielle. Je pédale dans des collines, de vraies montagnes russes ! Je ne sais pas pourquoi je me sens si mal aujourd'hui mais mon envie de pleurer est irrésistible. La perte de repères sûrement, la fatigue et la lassitude, surtout. Je sens que je suis sur le point de craquer mais je m'accroche jusqu'à ma destination où je fais de mon mieux, une fois de plus, pour donner une bonne impression. J'arrive exténuée chez un vieux monsieur qui me raconte sans tarder son destin tragique, ce qui ne m'aide pas à retrouver le moral. Prétextant un appel avec ma famille, je m'enferme dans la chambre où je m'effondre. Je pleure toutes les larmes de mon corps, tout lâche, la digue qui retenait mes larmes s'est écroulée et je sanglote, assise par terre, sur la moquette défraîchie, pendant une bonne demi-heure. Je me

sens seule et j'essaie de me rappeler pourquoi je suis en train de faire ça, ou plutôt de m'infliger ça.

Je n'ai qu'une envie ce soir : être avec un visage connu, un ami, ma sœur, quelqu'un qui me connaît. Je suis en manque de tendresse. Ce soir-là est clairement un jour sans. Je ne partage sur les réseaux sociaux que les photos de moi souriante, donnant ainsi l'image d'une fille pleine d'énergie et réalisant son rêve... Mais, dans l'ombre, l'angoisse et la peur font aussi partie du quotidien, et ça, je dois l'affronter seule. Je m'accroche au fait que de minuscules pas dans la bonne direction peuvent m'amener là où je veux, un jour après l'autre...

Mon hôte prépare à manger malgré son rhume et des frissons de dégoût me traversent quand je vois les gouttes tomber de son nez directement dans le poulet... Je me demande comment je peux me sortir de ce pétrin et je prétexte finalement une allergie pour ne pas avoir à y toucher. Je ne suis même pas sûre qu'il soit possible d'être allergique au poulet mais rien d'autre ne m'est venu à l'esprit !

À force de passer autant de temps sur mon vélo, un problème s'aggrave depuis quelque temps : j'ai perdu la sensibilité et la mobilité des doigts de ma main gauche. Une douleur irradiante part de mon épaule jusqu'à la main et me rend vraiment maladroite. C'est comme si la pince que forment le pouce, l'index et le majeur ne fonctionnait plus. La raison de cette paralysie temporaire m'est inconnue. La répartition de mon poids sur le vélo n'est *a priori* pas la bonne : je me pencherais trop sur le guidon et l'appui serait ainsi trop localisé sur mes poignets. D'après l'un de mes hôtes, médecin, il s'agirait d'un problème de canal carpien, syndrome dont mon père a d'ailleurs été victime et qui s'est soldé par une double opération.

Ce soir, l'épouse de mon hôte étrange nous rejoint par miracle sur les coups de 20 heures, brisant ainsi ce tête-à-tête gênant. Quelle chance, elle est kinésithérapeute ! Elle me propose un massage et confirme l'hypothèse du médecin concernant le nerf coincé à l'origine du problème : les mouvements (et positions) répétitifs ne sont pas bons pour le corps. Être à son contact me fait prendre conscience à quel point avoir une personne proche me manque. Je me souviens d'une discussion avec Kathleen qui

m'expliquait que, quand nous recevons un câlin pendant au moins vingt secondes, notre cerveau libère de l'ocytocine, l'hormone de l'attachement ou du bonheur, ce qui procure un effet d'apaisement et engendre une sensation de bien-être immédiat. Son toucher m'apaise et, sans le savoir, elle m'offre le contact humain dont j'avais besoin à ce moment-là.

Le lendemain, mes hôtes m'amènent dans la maison où ils ont élevé leur fils, décédé à l'âge de dix-huit ans d'une tumeur au cerveau. Cette maison est en ruine et tout semble pourtant y être encore en place, comme si elle avait été quittée du jour au lendemain, à la hâte. Il m'explique qu'il leur était devenu absolu insupportable de vivre dans le lieu où ils avaient été si heureux, avec une partie manquante à ce beau tableau, où tout leur rappelait leur perte. Ils ont donc déménagé dans une maison du voisinage pour essayer de tenir à distance les souvenirs, sans grand succès. Je leur souhaite de tout mon cœur de réussir à surmonter un jour ce traumatisme. On ne devrait jamais survivre à ses enfants, ce n'est pas dans l'ordre des choses !

Nous sommes venus chercher ici de quoi réparer mon cale-pieds qui avait cédé la veille : ce qui est génial avec les hôtes Warmshowers, c'est qu'ils sont passionnés de vélo et ont toujours de quoi le réparer avec les outils adéquats, quel que soit le problème. Je n'ai pas encore décidé où aller quand je les quitte. Je n'arrive pas à choisir. Certes, c'est la liberté mais c'est aussi dangereux puisque je dois assurer la logistique. C'est finalement Philadelphie qui l'emporte, malgré tous les avertissements que j'ai reçus sur la sécurité de la ville. J'ai le fameux film *Philadelphia* en tête et je sais que je vais le regretter si je n'y vais pas. Je me lance donc pour une journée au kilométrage à trois chiffres : 130 kilomètres me séparent en effet de la célèbre statue de Rocky Balboa qui se dresse devant les marches du musée d'Art de Philadelphie.

Sur le chemin, je rencontre Gloria et Mike, un adorable couple qui pédale ensemble depuis des années. Gloria est d'origine norvégienne et m'impressionne par sa taille : j'ai rarement vu une femme aussi grande, c'est la première fois que je me sens petite à côté d'une autre femme. Ils me proposent de rester chez eux ce soir-là et le dilemme se pose, comme

toujours : j'ai déjà réussi à prendre une décision le matin et voilà que je dois en prendre une seconde. C'est vrai que je suis déjà fatiguée des 100 premiers kilomètres mais je décide quand même de continuer car je suis attendue ce soir. Ils me mettent en garde : « Justine, ne t'arrête surtout pas dans la ville juste avant Philly (le surnom de Philadelphie), les gangs y sont rois, c'est une vraie zone de non-droit. » Je me dis : « Super, ça va être l'occasion de voir s'il me reste un peu de jus, il ne faut pas que je me rate. » Cet endroit me rappelle le ghetto que j'ai traversé lors de mon arrivée aux États-Unis près des chutes du Niagara. Motivée par la musique du célèbre boxer, j'atteins mon objectif et immortalise mon arrivée en prenant la pose devant Rocky. Je l'ai fait !

Je me perds plusieurs fois en cherchant la maison de Kevin et Justin, en atterrissant au passage dans des quartiers peu fréquentables, le couteau et le répulsif pour chiens (je suis sûre que la cible peut aussi être un homme) toujours à portée de main. Je trouve finalement leur maison, dans un quartier qui détonne avec le reste du voisinage, dans le bon sens du terme : tout y est propre, soigné, mignon. J'espérais passer la soirée avec eux mais ils ont prévu d'aller à l'opéra et je ne me sens pas de sortir seule ici tard le soir. Je me couche donc, un peu dépitée. Au réveil, je pars visiter la ville, notamment le marché italien où Rocky fait son fameux footing. Rien n'a changé depuis le tournage ! Je reçois un e-mail de Gloria, rencontrée la veille : « Mike et moi allons au pays amish demain en voiture avec nos vélos pour nous balader, on aimerait beaucoup partager cette journée avec toi. Ça te dirait ? » Je suis tellement contente d'avoir de leurs nouvelles car, avant de nous séparer, ils avaient pris mes coordonnées mais je n'avais pas pris les leurs. Il ne me restait donc plus qu'à croiser les doigts en espérant qu'ils me contactent.

Je suis heureuse de savoir que je vais les revoir, et aussi soulagée de savoir que je n'aurai pas à pédaler pour aller là-bas car le dénivelé est de taille. J'ai rendez-vous avec Gloria à l'arrière du musée à 14 heures mais avant, je veux grimper les fameuses marches à la manière de Rocky. Un groupe de filles de l'université de Caroline du Nord est en train de s'y entraîner et je leur demande de m'accompagner. L'entraîneur nous filme, grimant,

boxant, avant notre arrivée triomphale en haut des marches, devant le musée, toutes ensemble. Quand je vois leur complicité, je me rends compte à quel point ça me manque de faire partie d'un groupe, moi aussi ! Mais je reste positive, ça sera pour plus tard... Je retrouve Gloria puis nous allons chercher Mike, son mari : leur maison en bois au milieu de la forêt est majestueuse. Par contre, j'aime beaucoup moins les têtes d'animaux accrochées aux murs : ces trophées de chasse me donnent la chair de poule. Il me fait faire le tour de la propriété et quand nous arrivons au garage, il me montre toutes ses créations : sculptures en bois, gravures... Et même sa propre pierre tombale qu'il est en train de graver lui-même, avec la date en suspens... Je le questionne, surprise, sur ses motivations, ce à quoi il répond, amusé : « Ça ne fait pas mourir que d'en parler... ou de travailler sur sa pierre tombale. » Mike nous présente l'itinéraire qu'il nous a concocté pour la journée. Quel bonheur d'avoir notre guide personnel. Gloria et moi sommes aux anges.

Nous prenons la route vers Intercourse, dans le comté de Lancaster, en Pennsylvanie, réputée pour la culture amish. C'est ici que les amish font découvrir leur culture aux touristes, cette ville étant en quelque sorte leur vitrine. Nous déjeunons dans le restaurant de la communauté et tout y est succulent. Ça faisait longtemps que je n'avais pas mangé quelque chose d'aussi naturel. Le cidre, le pain, la dinde et la soupe, tout vient d'ici. Les amish sont une communauté religieuse anabaptiste (ils ne baptisent pas leurs enfants), fondée en 1693 en Alsace par Jakob Amman. Le mouvement d'origine se scinda en deux, d'un côté les amish et de l'autre les mennonites. La première règle amish est : « Tu ne te conformeras point à ce monde qui t'entoure. » Les amish vivent une vie très simple, basée sur l'humilité et la fraternité, ils sont méfiants vis-à-vis des technologies qui peuvent les détourner de leur foi et des valeurs chrétiennes. La communauté a été mise en lumière en 1985 aux États-Unis par le film *Witness (Témoin)*, qui avait beaucoup fait parler de lui à l'époque.

Nous enfourchons nos vélos pour nous enfoncer dans le pays amish en suivant l'itinéraire de Mike pour vivre un véritable bond dans le temps. Puisque les amish veulent réduire leurs possessions matérielles au strict

minimum, leur vie est très simple, ils n'utilisent pas d'électricité, ou presque : ils se déplacent ainsi en *buggys*, d'adorables petites calèches d'un autre temps. Comme ils sont obligés d'avoir des lumières sur ces véhicules, ils ont équipé la communauté de panneaux solaires, dont l'électricité sert aussi à l'alimentation des frigos. Ils utilisent également des vélos, mais sans pédales ni selle, assez proches de la trottinette à grandes roues. Les vêtements sèchent sur d'immenses fils à linge dans les jardins car il n'y a pas de sèche-linge. Leur mode de vie est similaire à celui des habitants de nombreux pays d'Asie que j'ai traversés mais le contraste est immense avec la surconsommation du reste des États-Unis. Les garçons ont une coupe au bol qui me rappelle celle de mon enfance : apparemment, cette coiffure plaisait beaucoup à mon père et j'y ai eu droit pendant plusieurs années. Quelle horreur !

Après ce voyage dans le temps, j'arrive à Lancaster où je rencontre Jake, lui aussi grand voyageur. Nous nous découvrons l'incroyable point commun d'avoir tous les deux vécu un temps sur l'île de Koh Lanta, en Thaïlande, et une passion commune pour celle-ci. Jake travaille dans le domaine de l'intelligence artificielle. Son équipe et lui s'attellent à la création de pancréas artificiels pour les personnes diabétiques. Son bureau est même équipé d'une chambre d'hôpital fictive. Il m'emmène dîner dans un incroyable restaurant avec des spécialités de l'île de Trinidad dont je me souviendrai longtemps : les Caraïbes m'appellent déjà.

Le lendemain, nous allons en stop à un concert de musique country où sont regroupés tous les plus gros stéréotypes concernant les américains. Difficile à décrire mais c'est la vraie ambiance de l'Amérique profonde ! Je suis notamment étonnée de voir le « coin des héros », un bout de pelouse situé juste devant la scène réservée aux vétérans. Nous nous régalons d'un super pique-nique avec champagne dans cette ambiance assez déjantée et, pour finir mon séjour, Jake m'emmène avec ses amis dans le bar des habitués du coin où nous passons la soirée à refaire le monde, accoudés à un bistrot crasseux. Si le voyage permet de se confronter à d'autres croyances, j'en ai la preuve puisque Jake, comme Barbara rencontrée quelques jours plus tôt, croit en la réincarnation. Il me raconte en effet avoir des souvenirs

d'une vie précédente au cours de laquelle il aurait été esclave dans les plantations du Sud. Ses parents avaient même pris peur car il racontait des histoires étonnantes à l'âge de 3 ans, histoires qu'il n'avait aucune raison de connaître. Barbara, quant à elle, avait ce même souvenir d'avoir été esclave et disait pouvoir encore sentir parfois les coups de fouet sur sa peau ! Je les ai écoutés avec attention et leurs témoignages m'ont interrogée. Je crois que la capacité de se remettre en question et de ne pas rester sur ses *a priori* est une qualité primordiale et j'essaie de respecter ce principe, de prendre de la hauteur, de dézoomer, pour avoir plus de perspectives et voir à quel point le monde n'est ni blanc ni noir.

Je reprends la route le lendemain et Jake me manque déjà. Nos discussions profondes resteront longtemps dans mon cœur et m'aideront à avancer dans les moments difficiles. Après une journée sans rebondissements dans une jolie forêt, je suis reçue par un pasteur et sa famille (nombreuse). Je me croirais presque dans la série *Sept à la maison* ! Je me confie à cœur ouvert à lui car je sens qu'il sait écouter. Il me donne des conseils et me rassure. Ses mots sont apaisants. Il m'emmène visiter son église, un immense complexe qui tient plus du hangar que de l'église romaine. Les messes y sont diffusées sur écran géant et retransmises en *live* sur Internet, comme celle de New York. Je ne suis pas habituée à voir église et modernité s'associer ainsi. Ici, il y a une garderie, un centre pour les jeunes avec un théâtre, une librairie, un mini-cinéma... L'église a même sa propre équipe de sport ! Je trouve que le tout est au final *too much*, limite sectaire, surtout pour une athée comme moi. Il m'offre une Bible et me recommande de confier à Dieu mes peines et tourments... puis sa femme me propose de rester une seconde nuit. Même si j'ai la désagréable sensation qu'ils sont en train d'essayer de m'endoctriner, je suis très tentée car un couple de voyageurs à vélo arrive ce soir et je n'en ai pour l'instant rencontré aucun sur le parcours. J'accepte donc. Voir ce couple ravive mes plaies avec une force inattendue : les voir profiter ensemble et être si complices me fait d'autant plus regretter ma relation perdue.

Le lendemain, je suis très contente de partir. Après une journée où j'avale les kilomètres facilement, j'arrive chez Stuart, avec un excellent feeling dès

la première seconde. Il est capitaine dans un sous-marin de la Navy. Stuart est passionnant, je sens qu'il prend beaucoup de plaisir à me faire partager ses photos et ses souvenirs. Autour d'un bon repas, il m'explique qu'il vit une relation à distance puisque sa femme habite dans le Dakota du Nord. Certaines personnes vous mettent immédiatement à l'aise et Stuart en fait partie. Nous décidons d'aller ensemble au cinéma voir *Le Premier Homme*. C'est la première fois depuis des mois que j'y vais et je suis particulièrement heureuse de me retrouver dans cet univers cosy, avec l'odeur rassurante des pop-corn. Le lendemain, nous prenons tous les deux la route, à vélo. Il me fait rire quand, en regardant le cliché que je viens de prendre, il me dit, interloqué : « Tu es une excellente photographe, tu me ferais presque avoir l'air beau sur tes photos ! » Nous prenons un ferry qui nous fait passer du Maryland à la Virginie, puis il repart chez lui. De mon côté, je continue en direction de Washington DC, roulant ainsi dans trois États le même jour.

Je m'arrête juste avant Washington DC chez Maria, Mickaël et leurs enfants. Ils se sont connus il y a vingt ans pendant un grand voyage à vélo à travers le pays. Ce qui est assez ironique, c'est qu'à ce moment précis, je les envie. Leur amour est palpable. J'aimerais avoir un lien comme le leur. Eux me confient envier ma liberté. On veut toujours ce que l'on n'a pas. Ils préparent leur départ imminent pour un voyage de six mois à travers l'Amérique du Nord avec leurs enfants en camping-car. Je les regarde avec espoir : j'espère moi aussi trouver le prince charmant.

Je ne me doute pas encore que je vais le rencontrer quelques jours plus tard. J'arrive aujourd'hui à Washington DC, la capitale des États-Unis, où ma vie va prendre un tournant inattendu...

En arrivant, je suis si heureuse que je me prends en photo devant ce que je pense être la Maison-Blanche mais qui se trouve être le Capitole : le bâtiment où siège le Congrès, le pouvoir législatif des États-Unis. Quoiqu'il en soit, c'est un bâtiment important ! Cette photo sera partagée sur France 2 Washington quelques jours plus tard avec mon histoire. Quelle fierté ! J'arrive ensuite chez mon hôte Sonja, une Serbe quarantenaire vivant avec sa mère venue pour quelques mois de Serbie. Leur accueil est à

la fois froid et très chaleureux, très difficile à décrire mais apparemment typique des Balkans. Malgré le fait que je dorme sur le canapé, Sonja fait tout pour me mettre à l'aise. Je ressens en elle une grande générosité et pourtant, je me sens mal à l'aise car j'ai du mal à communiquer avec elle. Quelques jours plus tard, l'un de ses amis m'apprend qu'elle est atteinte du syndrome d'Asperger. Le syndrome d'Asperger se manifeste par des difficultés à communiquer et à établir des rapports sociaux. Une autre spécificité de cette maladie est la grande intelligence qui lui est souvent associée. Effectivement, Sonja est un génie ! Elle a une quantité impressionnante de livres et je comprends vite qu'ils représentent son monde, un monde rassurant où elle peut se plonger (pour peut-être éviter les interactions sociales).

Elle prépare un vrai festin le soir de mon arrivée, auquel elle convie ses colocataires, un couple de jeunes mariés, et son voisin globe-trotter, puis nous allons découvrir la ville de nuit. Les rues me surprennent par leur calme, même devant les monuments officiels.

Il y a quelques jours, j'avais publié un message dans le très réactif groupe Facebook : « Welcome to DC » (« Bienvenue à DC ») pour avoir des conseils et rencontrer des locaux. Gustavo m'invite à une séance de méditation et de yoga sur le toit d'un hôtel avec vue sur la ville. J'accepte avec enthousiasme. Voilà longtemps que j'avais envie de pratiquer de nouveau le yoga, ma dernière séance remontant à Bali. En arrivant sur le toit, je me dis d'abord qu'il fait bien trop froid mais les chauffages portatifs nous sont d'une grande aide. Le groupe est très hétérogène et les profils des élèves variés. Je découvre la voix relaxante de Gustavo ainsi que son mantra qui me détend instantanément. Il m'offre la meilleure séance de yoga qui soit !

Le lendemain, comme je n'ai pas envie d'être seule, je vais visiter plusieurs musées avec un voyageur iranien rencontré *via* Couchsurfing. Il me donne une bouffée d'exotisme. Ça me fait du bien de passer du temps avec un autre étranger. Ce qui est formidable à Washington, c'est que les musées appelés « Smithsonian » sont (presque) tous gratuits. La *Smithsonian Institution* a été créée en 1846, grâce aux dons du scientifique

britannique James Smithson, qui a légué toute sa fortune aux États-Unis pour promouvoir le savoir. Un vaste projet qui regroupe aujourd'hui dix-neuf musées et galeries ! J'ai hâte de découvrir le musée de l'Air et de l'Espace, surtout après avoir vu avec Stuart le film *First Man*, qui retrace l'histoire de Neil Armstrong. Ce musée est à la hauteur de ce que j'imaginais. Fascinant ! Le soir, je retrouve Sonja à qui j'ai promis de faire une intervention pendant son cours de français à l'Alliance française. La prof est ravie d'avoir une Française dans sa classe, même si je la sens parfois gênée car elle fait elle-même quelques erreurs de grammaire : le français n'est pas sa langue maternelle (il est tellement difficile d'obtenir un visa que l'école doit se résoudre à embaucher des professeurs non natifs).

Je continue d'explorer la ville le lendemain. En marchant vers le Lincoln Memorial, je suis émue d'être là où Martin Luther King a prononcé son célèbre « *I have a dream* ». J'ai aussi l'impression d'être dans *Forrest Gump* puisque c'est ici qu'il prononce son fameux discours dans le film. Je me dirige ensuite vers le cimetière national d'Arlington qu'on m'a conseillé de visiter, même s'il y a plus gai comme visite : il a été créé durant la guerre de Sécession et regroupe près de 300 000 soldats tombés au front. Le président John Fitzgerald Kennedy y repose également. Quelque chose de vraiment étrange se produit quand je marche dans ce cimetière : un sentiment de non-sens, voire de dégoût face à l'absurdité de toutes ces guerres... La tristesse me submerge telle une vague et j'ai besoin de m'asseoir, j'en ai presque des vertiges... J'ai besoin de quitter cet endroit maintenant, je n'en peux plus d'être ici...

Je ne me doute pas que le soir même, je vais rencontrer l'homme de ma vie qui est... militaire (Vétéran puisqu'il a été déployé en Afghanistan). La vie est parfois ironique !

Ce soir-là, comme j'ai vraiment besoin de me changer les idées, je me rends à une soirée Couchsurfing entre voyageurs. Elle s'avère finalement assez déprimante : la majeure partie des participants sont Américains et semblent ahuris quand je leur fais part de mon mode de vie. Heureusement, mon nouvel ami iranien Arman m'y a rejoint avec son cousin et ils sont les seuls avec qui je prends plaisir à discuter ce soir. Nous quittons tous les

trois les lieux de manière prématurée, mais la soirée tourne court quand ils décident de rentrer chez eux.

En arrivant à New York, j'avais essayé de m'inscrire pour la première fois sur un site de rencontres en ligne. Je n'avais jamais testé ce genre d'application. Mais le destin s'en est mêlé : impossible de valider mon inscription à New York, le problème se résolvant miraculeusement lors de mon arrivée à Washington DC. Je pense que l'univers a voulu me donner un petit coup de pouce pour me guider vers la bonne personne. Je découvre vite à quel point la surconsommation a sa place partout, même sur le marché de l'amour. Tout est éphémère et la drague dépend parfois d'un simple *swipe* (glissement de doigt à droite ou à gauche pour accepter ou refuser un prétendant). Beaucoup d'hommes très directs me contactent. Ceux-ci sont loin d'être des gentlemen et je reste pantoise devant certains des messages que je reçois. Peut-être suis-je trop naïve mais je suis choquée par ces mots et ce manque de respect.

Finalement, je finis par avoir un *match* avec un homme bien différent : JR. Ses messages sont charmants et son profil atypique m'intrigue et me donne envie d'en savoir plus. Célibataire depuis un an et demi, c'est la première fois que je rencontre quelqu'un qui me redonne l'espoir d'aimer. Dès l'instant où nos regards se croisent, son sourire sincère et chaleureux me fait fondre. Pour notre premier rendez-vous, il m'emmène dans le plus vieux bar de Washington au concept original : les barmans sont des professionnels des cocktails, des « mixologues » qui font voyager leurs clients à travers des textures et des saveurs originales et surprenantes. Ils sont spécialistes dans l'art de créer, revisiter et adapter les recettes de cocktails. Le barman me prépare donc une boisson personnalisée avec les mots-clefs « voyage, aventure, exotique » que je lui propose. Le résultat est incroyable et le cocktail sucré me transporte sur une plage avec le bruit des vagues. Quel talent !

JR est le diminutif de Junior, ce qui est assez courant aux États-Unis : il a le même prénom que son père, Kenneth qui, lui, est le senior. Il s'avère que ses initiales sont difficiles à prononcer pour moi, Française, et je trouve des subterfuges le premier mois pour ne pas l'appeler par son prénom. Nous en

rigolons encore aujourd'hui. Nous avons un souvenir très différent de notre rencontre. D'après lui (c'est la version qu'il raconte à qui veut bien l'écouter), je lui aurais posé un lapin car nous avions rendez-vous au musée de l'Air et de l'Espace pour le visiter ensemble. Je n'en ai aucun souvenir et plus de trace de l'historique des messages pour trancher mais, quoi qu'il en soit, je suis heureuse qu'il m'ait donné une seconde chance.

Quand on veut rencontrer quelqu'un aux États-Unis, il est primordial de comprendre la notion du *dating*. Pour les Français, il est difficile de comprendre la séduction à l'américaine car l'amour n'a pas les mêmes règles des deux côtés de l'Atlantique. Alors qu'il est convenu de ne fréquenter qu'une personne à la fois en France, même si ce n'est que pour peu de temps, les Américains voient les rencontres comme une étude de marché pragmatique : tant qu'aucun contrat moral n'est conclu, on continue à chercher et à comparer. D'où l'épineuse question de l'exclusivité de la relation. Après quelques semaines vient la discussion sur ce que l'on attend de l'autre et la décision d'être, oui ou non, exclusifs. Si elle est prise, le couple devient « officiel », et l'on considère l'autre comme son petit ami et on le présente comme tel en société. Ce qui veut donc dire que, jusqu'à cette fameuse discussion, il est tout à fait toléré d'avoir des rendez-vous galants avec plusieurs personnes en même temps pour trouver le meilleur parti.

Heureusement, JR et moi avons eu cette discussion après seulement quelques jours ! Cette scène était d'ailleurs comique. Quand il m'a demandé si nous étions en couple, la question ne se posait même pas pour moi. Ma réponse, un grand oui, a sonné comme une évidence. Le *dating* à l'américaine est donc un processus de sélection qui tient davantage de l'entretien d'embauche que de l'élan du cœur, et la multitude d'options offertes par les sites de rencontres n'arrange pas la situation. Les Américains gèrent leurs rendez-vous amoureux comme une entreprise, ils font jouer la compétition et tentent de faire des choix qui rapportent. Car le but reste le mariage, institution toujours très ancrée dans la culture américaine. Aujourd'hui encore, je taquine JR sur le questionnaire auquel il m'a soumise le jour de notre rencontre, qui tenait effectivement de

l'entretien d'embauche. Il avait apparemment peur que j'utilise l'application pour rencontrer un homme dans chaque ville, comme un marin aurait une fille dans chaque port... Mais il a vite compris que je suis très loin d'être ce genre de personne et nous sommes aujourd'hui la preuve qu'un couple mixte, qui s'est de surcroît rencontré en ligne, peut fonctionner !

Notre rencontre repousse bien sûr mon départ de Washington et le lendemain, je participe pour la dernière fois à une garde avec des pompiers, ceux de Washington DC. Sonja m'a aidée à l'organiser : pour la première fois, on me demande de remplir de la paperasse puisque nous sommes dans la capitale des États-Unis. Me voilà dans mes pensées, assise à l'arrière du camion, toutes sirènes hurlantes, avec les hommes en train de s'équiper, réfléchissant au bouleversement qui vient de se produire dans ma vie... L'accueil des pompiers est au départ un peu froid mais la glace est vite brisée grâce à cette première intervention. Et quelle intervention !

J'ai la chance d'assister à mon premier accouchement. Et cela me fait réfléchir une fois de plus au système de santé américain. Pour éviter de payer le transport en ambulance hors de prix, les (futurs) parents ont décidé d'appeler un Uber quand la maman a perdu les eaux. Résultat : le travail a commencé dans la voiture et le chauffeur a dû s'arrêter en urgence à quelques pâtés de maison de l'hôpital pour appeler les pompiers en urgence. L'homme paniqué que nous trouvons en arrivant et que nous pensons d'abord être le père de l'enfant est en fait le conducteur, horrifié à l'idée de l'état de sa voiture après l'accouchement. Le bébé arrive quelques secondes seulement après nous. Ce qui serait une chance dans la plupart des cas ne l'est pas vraiment pour cette jeune maman car la rapidité de la naissance va lui coûter cher ! J'ai un drôle de sentiment dès notre arrivée : je sens le couple préoccupé. Effectivement, en plus du Uber, ils vont devoir payer le nettoyage de la voiture et le transport en ambulance. Une note salée qui va plomber leur budget de jeunes parents ! En réalité, l'utilisation d'Uber aux dépens de l'ambulance s'est imposée dans le paysage sanitaire américain. Dans un pays où les dépenses de santé relèvent de l'investissement personnel, chaque économie est en effet la bienvenue. Une philosophie qui

a abouti à cette situation étonnante : le recours aux ambulances a baissé aux États-Unis depuis l'arrivée des VTC (voiture de transport avec chauffeur), souvent moins chers que les services médicaux professionnels.

Notre deuxième intervention a lieu dans une maison de retraite réservée aux vétérans. Il nous faut transporter l'un d'entre eux à l'hôpital car il se plaint de douleurs thoraciques. Nous allons ensuite secourir un ouvrier mexicain ayant fait une chute de deux étages pendant qu'il travaillait à la rénovation d'une façade. Et enfin une petite fille dont le visage a triplé de volume, après une ingestion accidentelle de cacahuètes au jardin d'enfants. Quelle journée intense ! Les pompiers m'offrent un sweat-shirt à l'effigie de leur caserne, que je reçois comme un gage de reconnaissance.

J'ai écrit toute la journée à JR et, à demi-mot, il me dit qu'il aimerait me revoir. Suivant les conseils de Cathy, je lui propose de venir me chercher à la caserne en fin de journée. Le jour de notre rencontre, l'avant-veille, je lui avais raconté mes mésaventures avec la perte de ma mascotte Billy. Comme Cathy l'avait fait à New York il y a quelques semaines, il m'offre une peluche pour la remplacer... Je fonds ! Nous allons nous promener puis il me propose de cuisiner pour moi. Comment refuser une telle proposition ? Cathy, protectrice, me demande de lui envoyer son adresse et un message une heure après mon arrivée pour lui confirmer que tout va bien. Je suis très anxieuse. En arrivant, je découvre un grand bouquet qui trône au milieu de la table. « Je ne pouvais pas recevoir une si belle femme sans fleurs ! » Il marque des points : c'est la première fois qu'un homme (autre que mon père) m'offre des fleurs. La soirée est superbe. Il m'explique qu'il vient d'apprendre qu'il est envoyé pour une deuxième année en mission à l'ambassade américaine de La Barbade, un grand bouleversement puisqu'il avait prévu de se réinstaller à Washington. Quand nous regardons ses options pour les appartements à La Barbade, nous ne savons pas encore que je vais l'y rejoindre...

Le lendemain, je retrouve Gustavo, le professeur de yoga rencontré quelques jours plus tôt, pour aller méditer avec son groupe dans la forêt pendant que JR va de son côté assister à un concert. Heureusement que j'ai confiance en Gustavo car nous nous enfonçons profondément dans les bois,

de nuit ! Nous nous retrouvons tous autour d'un feu de camp après la méditation pour manger des *s'mores*, les biscuits sandwiches typiques des feux de camp américains, composés de crackers, de tablettes de chocolat et de Marshmallows. Miam ! Je suis émue quand nous chantons *Imagine*. Je rencontre ce soir-là Anju, d'origine indienne et expatrié à Washington. Il me raconte comment il a gravi tous les échelons de la société jusqu'à travailler pour le gouvernement (comme presque tous les habitants de la capitale). Il me raconte que, pour le laisser accéder aux informations classées secret-défense, le FBI a fait une enquête sur lui et sa famille, envoyant même un agent jusqu'au fin fond de l'Inde pour se renseigner dans sa ville natale ! (JR m'annoncera d'ailleurs plus tard qu'une enquête similaire devra être faite sur moi puisque lui aussi travaille pour le gouvernement.) Après une longue discussion, il me dit : « C'est incroyable, j'ai l'impression que tu as déjà eu mille vies. Tu croques la vie à pleines dents, c'est génial. Quand je t'entends, ça me remet en question, j'ai l'impression d'être trop raisonnable. » Deux mois plus tard, il m'écrit pour me remercier de lui avoir donné l'impulsion dont il avait besoin pour réaliser son rêve de partir visiter le Japon seul. Je suis heureuse et émue en lisant ce message écrit de Tokyo ! Gustavo me raccompagne chez Sonja après cette soirée forte en émotions positives pour une courte nuit. Qu'importe, j'ai le cœur rempli d'amour et de bonheur et c'est le plus important des carburants.

Le lendemain, Sonja m'a concocté une surprise : elle et sa mère m'emmènent dans les vignobles de Virginie pour une dégustation de vins. J'y rencontre Yin, une Américaine d'origine chinoise installée ici. Je lui raconte mon histoire et lui dis qu'il est l'important que je sois de retour à l'heure en ville ce soir (il y a plus d'une heure et demie de route) car JR m'a concocté une surprise, quatre jours après notre rencontre. Heureusement, je reviens à l'heure. Juste le temps d'enfiler une petite robe noire et me voilà dans un restaurant gastronomique vegan. Service en sept plats, très classe. Je n'ai pas l'habitude ! Je me concentre et suis les mouvements de JR pour ne pas me tromper dans le choix des couverts. La soirée continue en beauté : il m'emmène voir une comédie musicale hilarante : *Bettlejuice*. Je me sens sur un petit nuage et, en me couchant, je me remémore ces quinze

derniers mois de célibat. Malgré la souffrance de me retrouver seule, j'avais décidé de ne pas avoir de relation amoureuse « pansement », mais au contraire de passer du temps en tête à tête avec moi-même pour apprendre à me connaître, me découvrir, puisque j'étais seule pour la première fois de ma vie adulte. Je suis vraiment heureuse et fière d'avoir eu le courage de rester seule. Me lancer dans cette histoire d'amour avec JR est maintenant un vrai choix, un cri du cœur.

JR et moi sommes très différents et affirmer sa différence dans un couple est stimulant. Je pense que l'on se tire l'un et l'autre vers le haut et que l'on s'incite mutuellement à devenir de meilleures personnes. Avant même de le rencontrer, j'avais prévu d'éviter la Caroline du Nord et du Sud pour aller directement en Floride, sur les conseils d'amis cyclo-voyageurs qui me prédisaient de longues heures de route monotones dans ces contrées... J'étais donc à la recherche d'un covoiturage vers la chaleur du Sud quand j'ai rencontré JR. En effet, le froid est vraiment présent maintenant et je ne suis pas équipée pour ces températures. Voilà qui tombe bien puisqu'il doit lui aussi aller en Floride, d'où il est originaire. En effet, avant de retourner à La Barbade, il doit d'abord aller à Miami où est sa base militaire pour effectuer les formalités administratives : il est réserviste et doit remplir les documents de début de mission. Il a prévu de descendre à Miami en voiture avant de prendre l'avion vers les Caraïbes. C'est donc avec JR que je me rends, mon vélo dans le coffre, vers l'un des États les plus ensoleillés des États-Unis. JR gardera d'ailleurs le surnom Rideshare (covoiturage) pendant un moment.

En chemin, nous nous arrêtons pour visiter Charleston, en Caroline du Sud. Cette ville a été la capitale de l'esclavage. On la sent à la fois attachée et embarrassée par son passé sombre : enrichissement par l'esclavage, engagement dans la cause confédérée pendant la guerre de Sécession... Les plantations de coton, de tabac et de sucre ont fait du tout jeune pays qu'étaient les États-Unis une puissance économique mondiale. J'aimerais visiter l'une de ces plantations pour mieux comprendre ce pan tragique de l'histoire américaine. Mais JR, dont le père est noir américain, ne peut supporter le fait de visiter l'un de ces lieux où ses ancêtres ont tant souffert,

ce que je comprends. Nous nous arrêtons ensuite à Orlando pour profiter de Disneyland. Comme son père travaille pour la compagnie, il nous obtient des places gratuites. Nous allons aussi dans un autre parc d'attractions, Bush Gardens, où il faut avoir le cœur bien accroché pour oser affronter les énormes grands huit. Je vis ces premiers moments ensemble comme un rêve éveillé...

À Miami, nous avons gagné dix degrés depuis Washington. JR me fait découvrir la ville qu'il connaît bien puisqu'il y était à l'université. Nous passons une semaine ensemble à admirer tous les soirs des couchers de soleil comme je n'en avais encore jamais vu, des couleurs incroyables allant du jaune à l'orange en passant par le rose. Je découvre aussi le côté bling-bling de Miami en y fêtant Halloween. Car Miami correspond bien à l'idée que l'on s'en fait. Le physique comme le look y tiennent une place primordiale. Contrairement à l'idée que les Français se font d'Halloween, les trois quarts des Américains ne se déguisent pas en zombies ou en sorcières : le but n'est pas de faire peur mais bien d'être sexy avec un concours d'imagination impressionnant pour le costume le plus atypique. Nous faisons assez classique en nous déguisant en Minnie et Mickey Mouse. L'année prochaine, il faudra faire plus original ! À mes yeux, les Américains sont de grands enfants. Ils savent faire la fête dans une ambiance bon enfant et ne se prennent pas au sérieux. Par contre, quand je vois que les verres d'alcool sont à 0· dollars l'unité, j'ai tout de suite beaucoup moins soif !

Après une semaine à Miami, je décide de reprendre la route de mon côté car, malgré notre rencontre, je tiens à ne pas refaire les mêmes erreurs que dans le passé en m'oubliant. Mon projet était d'explorer la Floride à vélo et je compte bien atteindre ce but qui me tient à cœur. Ma conception du couple a beaucoup changé. Le célibat forcé de plus d'un an s'est révélé salvateur. J'ai appris, à la dure parfois, à être heureuse avec moi-même et à devenir une personne à part entière, sans avoir besoin de quelqu'un pour me compléter. Je suis heureuse seule, je n'ai pas besoin de JR pour être heureuse mais je veux être avec lui, je le choisis. J'ai appris à être à l'aise avec ma seule présence et à l'apprécier. Être en couple n'est plus une

condition indispensable à mon bonheur, juste une raison de plus d'être heureuse et je pense vraiment, après toutes les rencontres que j'ai pu faire, que la clef est de s'aimer soi-même avant de pouvoir aimer et être aimé...

Me revoilà donc en selle ! Je vais faire l'inverse de ce que j'avais prévu en remontant la côte de Miami à Jacksonville, du Sud au Nord. Après les beaux hôtels que nous avons connus ensemble (grâce à l'armée), me voilà de retour sur un canapé, chez Mark, mon nouvel hôte. C'est très dur de quitter JR après ces quinze jours très intenses passés ensemble, mais je sais que c'est pour mieux le retrouver dans deux semaines. Je vais aussi pouvoir prendre un peu de recul sur le chamboulement qui vient de se produire dans ma vie.

Mark me fait découvrir Miami à sa manière et il m'invite à partager un repas avec sa famille avant que je ne reprenne la route le lendemain. Les 93 kilomètres de reprise sont assez faciles. J'aime comme la Floride est plate ! Les paysages vallonnés me manquent quand même, ici rien à l'horizon. Je n'en reviens pas quand une Australienne qui suit mon aventure sur Facebook me reconnaît dans la rue ! C'est bien la première fois que ça m'arrive. Elle m'invite à passer la nuit chez elle mais je décline car je suis attendue par Tommie et Vance, un adorable couple de retraités qui a fait un tour d'Europe à vélo avec leurs enfants dans leur jeunesse. Ils reçoivent en même temps que moi Cody, un jeune Américain originaire de Seattle qui, après avoir traversé les États-Unis l'an dernier, part maintenant pédaler seul en Colombie. Ils nous invitent tous les deux dans un buffet de sushis à volonté. Cody et moi venons de pédaler toute la journée et je pense que la quantité de sushis que nous engloutissons fait pâlir le propriétaire du restaurant qui doit craindre la faillite ! Nous avons simplement suivi à la lettre les indications de la pancarte « *All you can eat* » (« Tout ce que vous pouvez manger »). Les cyclistes affamés que nous sommes en ont fait leur affaire. Je me sens tellement bien avec eux que j'accepte leur proposition de rester un jour de plus : je me sens comme avec un cousin en visite chez nos grands-parents. Nous regardons ensemble *Outsourced*, un film à mourir de rire qui retrace le parcours d'un Américain dont l'entreprise l'envoie

travailler en Inde alors qu'il n'est jamais sorti du territoire. Un choc culturel violent !

Le soir, un petit coup de blues me prend par surprise : il m'arrive d'avoir peur de perdre ma liberté depuis que je suis en couple avec JR. Je me demande comment gérer une relation à distance, conciliant mes rêves d'aventure et notre histoire d'amour récente et naissante... Mais j'ai confiance. En repartant, je me fixe un objectif assez ambitieux de 110 kilomètres car je me sens en pleine forme. Sur le chemin, je m'arrête pour profiter du paysage au bord de la mer, pause pendant laquelle je rencontre un couple qui insiste pour me donner 20 dollars pour le déjeuner.

Je suis finalement heureuse de donner cet argent quelques kilomètres plus loin à une femme SDF que je rencontre pendant ma pause-café. Elle m'explique son parcours : réussite professionnelle, brillante carrière... puis des accidents de la vie en chaîne lui font en quelques mois perdre pied : un divorce suivi d'un cancer l'endettent. Elle perd d'abord son travail puis sa maison. Une vraie réaction dominos malheureusement assez fréquente. Elle est à la rue depuis deux mois et je n'ose même pas imaginer la rudesse de son quotidien. Elle me raconte la peur des hommes, son combat pour trouver une place en foyer pour la nuit, la peur de perdre l'espoir et de tomber dans l'alcool et la drogue comme beaucoup de ses amis. Je lui offre l'argent que m'a donné le couple et quelques vêtements. Je suis émue par la chaîne de solidarité qui vient de se créer, d'autant plus quand elle me dit : « Merci, tu viens de m'offrir les médicaments dont j'ai besoin pour la semaine. »

Je reprends la route mais il fait tellement chaud (plus de 40 degrés) que je m'arrête toutes les demi-heures pour boire d'énormes quantités d'eau. J'ai trouvé ma propre solution pour me rafraîchir : me doucher régulièrement, tout habillée, aux douches de plage. Il fait si chaud que je sèche de toute façon très vite sur mon vélo ! J'arrive ce soir chez Barbara dont j'ai eu les coordonnées par Rory, un autre voyageur à vélo (rencontré chez Kathleen dans le vignoble près de New York). Il avait été hébergé par Barbara qu'il avait rencontrée au détour de son voyage en Floride. Nous passons la soirée avec ses amis du Guatemala. L'un d'entre eux, Carlos me raconte son

arrivée clandestine aux USA il y a dix ans et son histoire malheureuse : son ex-femme et ses enfants sont restés au pays. Celle-ci l'empêche de les voir et, puisqu'il est aux États-Unis sans papier, il sait (et elle aussi) qu'il ne peut pas retourner dans son pays car il ne pourrait plus revenir aux États-Unis. Ses yeux embués me brisent le cœur.

Pour détendre l'atmosphère, je lui fais remarquer à quel point il ressemble à Psy, le chanteur du *Gangnam Style*, ce tube planétaire de pop sud-coréenne. Après quelques secondes de réflexion et une recherche Google pour vérifier mes dires, tout le monde s'accorde sur cette ressemblance et nous nous mettons tous à danser la célèbre danse coréenne. Je ris aux larmes devant notre groupe assez insolite et pour le moins hétéroclite ! Quand je lui parle de mes voyages, je vois bien que mon discours lui paraît très abstrait et je perçois son manque de connaissances géographiques. Barbara apporte alors un atlas et demande à Carlos de nous montrer d'où il vient. Il situe péniblement son pays sur la carte, ainsi que la Floride, où nous sommes actuellement, mais ne connaît rien du reste du monde. Je me rappelle avoir parfois été sidérée, notamment aux États-Unis, de l'ignorance de certains, qui ne savaient pas situer des pays très proches du leur sur une carte, voire n'en avaient jamais entendu parler ! Ce manque d'ouverture sur le monde est dangereux à mes yeux. Comme le dit si bien Nelson Mandela, « l'éducation est l'arme la plus puissante qu'on puisse utiliser pour changer le monde »...

Être invitée pour un soir chez un inconnu, c'est bien plus que de recevoir seulement un repas et un lit chaud pour la nuit. C'est surtout se retrouver dans son intimité, sans intermédiaire, sans préambule, sans toutes les règles que nous impose la société, sans arrière-pensée, avec l'envie pure et simple de partager son quotidien pour quelques heures ou quelques jours. Combien de fois, dans une vie classique, avons-nous la chance de nous retrouver chez des personnes aux origines, aux idées et aux parcours différents des nôtres ? De sortir de la bulle dans laquelle nous évoluons naturellement avec des personnes qui nous ressemblent ? Je me considère chanceuse d'avoir été conviée dans l'intimité de tous ces gens.

Il est bien connu que chaque individu est la somme des cinq personnes

qu'il côtoie le plus car, volontairement ou non, consciemment ou non, nous intégrons avec le temps les idées de notre entourage. Pendant ces nuits chez l'habitant, j'ai envié la vie de certains, ou au contraire eu envie de fuir celle d'autres... Le point commun des existences qui m'ont inspirée a toujours été l'amour et l'amitié. J'ai constaté à quel point les personnes entourées sont les plus heureuses.

Je repars le lendemain, le cœur serré après une soirée forte en émotions à leurs côtés. Je lis, comme tous les matins, le poème de JR qui accompagne mon réveil. Car oui, j'ai le droit, chaque matin, quelles que soient les circonstances, à un long poème personnalisé écrit par mon amoureux. Je suis très chanceuse !

Hier a été la plus belle des journées à vélo et aujourd'hui est de loin la pire. Une route difficile et ennuyeuse, sans rien pour capter mon attention et me faire penser à autre chose qu'au nombre de kilomètres qu'il me reste à parcourir sous ce soleil qui brûle chaque parcelle de ma peau à découvert. Par miracle, une rencontre émouvante va venir briser cet ennui. Une femme s'arrête à ma hauteur en voiture et me parle de sa meilleure amie, Julia, partie faire un tour du monde à vélo pour ses trente ans. Un événement dramatique vient l'arrêter dans son élan : une voiture la renverse et lui fait perdre l'usage de ses jambes. Elle se bat depuis pour garder goût à la vie. Elle me félicite pour mon mérite et me remercie d'inspirer les autres. Elle m'assure que mon histoire fera du bien à son amie. J'espère qu'elle a raison et que je lui apporterai ne serait-ce qu'une once de réconfort.

J'arrive enfin, épuisée et après avoir été dévorée par les moustiques, chez Sarah. Elle m'emmène boire une bière à la brasserie que tient son fiancé. Il crée des mélanges inédits de saveurs pour des bières d'une originalité incroyable (il sera d'ailleurs élu maître brasseur de l'année quelques mois plus tard). Ce soir est le grand résultat des élections pour connaître le nom du prochain gouverneur de Floride. Le candidat du parti démocrate est noir et, s'il gagne, il deviendra le premier gouverneur noir de Floride, ce qui serait un sacré progrès ! Nous nous rendons à son quartier général pour le dépouillement des scrutins mais, malheureusement, à quelques centaines de

votes près, les républicains l'emportent (50,5 %). C'est tellement serré que l'ambiance est très lourde. Quelle déception !

Je rencontre le lendemain Mary et Robert. Dès que Robert ouvre la porte, son sourire chaleureux me fait oublier les difficultés de la journée. Je suis accueillie par leurs deux énormes chiens, des terre-neuve qui manquent de me renverser à chaque battement de queue. Pendant le repas, je leur raconte mon histoire, ma rencontre avec JR trois semaines plus tôt et mon envol pour La Barbade prévu une semaine plus tard... Ils n'en reviennent pas. Avocat à la retraite, Robert me fait bien rire quand il me propose de faire une enquête sur JR. Heureusement, il n'en ressort que du bon, j'ai son feu vert ! Ce soir-là, JR m'explique qu'il aimerait que je lui envoie une copie de mon passeport : « Pour que tu puisses être avec moi à La Barbade, j'ai besoin de déclarer notre relation à mes supérieurs : les services de renseignements de l'armée vont devoir faire une enquête sur toi pour s'assurer que tu ne présentes aucun risque. » Pour pouvoir le côtoyer, je dois donc montrer patte blanche et prouver que je ne suis pas une espionne. Plus tard, il m'apprendra que je devrai même faire l'objet d'une enquête bien plus poussée si l'on se marie ou s'il passe à un niveau d'accréditation supérieure secret-défense. Ça promet !

Je suis terrifiée à l'idée que cette enquête mette à jour mon passé et que ses collègues ne découvrent mes déboires avec l'armée française. Je suis coincée, je n'ai d'autre choix que de lui raconter maintenant (j'aurais aimé attendre un peu) ce qui s'est passé quand j'étais pompier, et les circonstances de mon départ, avant qu'il ne l'apprenne de la bouche de quelqu'un d'autre. Mes larmes se mettent à couler au souvenir de ces moments difficiles et par peur de sa réaction. Lui, si patriote et attaché aux valeurs de l'armée... Mais je suis rassurée de voir à quel point il le prend bien. Il se fait doux et compréhensif : maintenant, il sait tout, plus de secret entre nous ! Quel soulagement...

Je continue ma remontée. Sur la route, un groupe de femmes me fait signe de m'arrêter. D'abord surprise, je m'exécute. Elles me proposent une glace dans leur magnifique demeure, ce qui ne se refuse évidemment pas sous le soleil brûlant de Floride. JR se moque bien de moi à l'évocation de ce

souvenir, me comparant à la petite fille naïve des films, appâtée par un camion de glaces. Je mets simplement en pratique ce jour-là, comme tous les jours, ma philosophie : dire oui à toutes les opportunités qui se présentent à moi, cette habitude ne m'ayant apporté que du positif. Je passe une heure avec ces fascinantes femmes pilotes d'avion de chasse. Une rencontre à la fois improbable et inspirante !

Je m'arrête ensuite à Cap Canaveral chez Joe. Nous sommes ici dans le haut lieu de la recherche technologique aéronautique et spatiale des États-Unis. Visiter le Kennedy Space Center, le centre de la Nasa, était un rêve et l'un des objectifs de ce voyage en Floride. Cap Canaveral est la principale base de lancement de fusées américaines et appartient à l'US Air Force. C'est de là que sont parties les premières fusées emportant des satellites et des sondes spatiales ainsi que les missions habitées des programmes Mercury, Gemini et Apollo. Si les opérations sont supervisées depuis Houston au Texas (on se souvient tous du « Houston, we have a problem »), les engins spatiaux sont lancés de cette presqu'île de Floride. Un choix stratégique en cas de lancement raté : tout autour, il n'y a que de l'eau ! À l'ouest, le golfe du Mexique. À l'est, direction vers laquelle sont orientés tous les lancements, l'océan Atlantique. Cela limite ainsi le survol des zones habitées et les dangers de la retombée des étages des lanceurs.

Le centre spatial a vu se dérouler les plus grands exploits et les pires catastrophes de l'histoire de la conquête spatiale. Des premiers pas de Neil Armstrong sur la Lune le 20 juillet 1969 à l'explosion de la navette *Challenger* en 1986. C'est donc une visite fascinante qui m'attend, même si je n'ai pas réussi à m'arranger pour être là l'un des rares jours de lancement de fusée. Cette déception est compensée par l'opportunité qui se présente à moi de discuter avec un astronaute. Fascinant !

Après Joe, ce sont Joy et Howard, tous les deux pompiers à la retraite, qui me reçoivent. L'histoire de Howard est admirable, il a sauvé un nombre impressionnant de vies durant sa carrière et j'admire pourtant sa modestie. Lui et son épouse ont transmis l'amour du métier à leur fille qui est elle aussi devenue pompier. Après sa carrière héroïque, il se consacre à sa passion du vélo, passion qu'il partage avec sa femme.

J'ai accumulé tellement de fatigue récemment que je les quitte tard, après une grasse matinée. Je suis donc prise par le temps et je me demande si je vais réussir à atteindre mon objectif du jour : Saint Augustine. Heureusement, je rencontre sur le chemin David qui me propose de m'emmener 30 kilomètres plus loin en voiture. J'accepte avec soulagement et j'embarque mon vélo dans son pick-up. Mais je comprends ensuite qu'il est un fervent supporter de Trump, nostalgique de l'époque de la guerre de Sécession. Ses propos sont abjects, je sens mes poils se dresser et mon sang ne faire qu'un tour. Je suis prête à lui demander de me déposer quand nous arrivons enfin. Je suis soulagée de l'abandonner à ses réflexions d'un autre âge !

Je vais à la rencontre de Jack ce soir, un charmant monsieur chez qui je suis attendue de pied ferme. Quand j'arrive, je vois qu'il arbore un énorme pansement sur le visage. Je n'ose pas en parler jusqu'à ce qu'il aborde lui-même le sujet : il vient de subir une ablation de la tumeur qu'il avait suite à son cancer de la peau. Je n'arrive pas à croire qu'il me reçoit alors qu'il vient juste d'être opéré ! Nous partageons un repas au restaurant et il me raconte sa passionnante vie de voyages dont il a tant appris. La sagesse semble être une montagne dont il a atteint le sommet. Nous discutons de sujets variés et notamment de la protection de l'environnement et des océans. Il me rapporte les propos de Paul Watson, le militant écologiste qui a créé Sea Shepherd : « Nous vivons dans une société qui n'a jamais autant été éduquée dans l'histoire de l'humanité, il n'y a pas d'excuse pour l'ignorance. Nous avons accès à la télévision, aux documentaires, à la presse écrite... Nous pouvons être informés immédiatement de ce qui se passe dans le monde, sauf si nous choisissons d'être dans le déni volontaire. » Ces mots me font réfléchir et songer à ma manière de vivre, de consommer, de voyager. J'essaie de m'améliorer et de réduire mon empreinte écologique, en restant notamment plus longtemps à chaque endroit, en réduisant ma consommation de viande, en circulant à vélo, en achetant des vêtements de seconde main, en n'utilisant pas d'ustensiles en plastique et en essayant de réduire mes déchets... Mis bout à bout, les petits efforts de chacun font la différence, nous pouvons par exemple utiliser une

gourde en métal plutôt que des bouteilles en plastique, utiliser des lampes à économie d'énergie, arrêter les capsules de café, abandonner les gels douche en bouteille, éteindre les appareils en veille ou faire régulièrement un tri dans nos e-mails. Comme l'envoi d'un courriel requiert le passage par plusieurs data centers, tout comme son stockage, chaque e-mail envoyé représenterait 10 g de CO₂ ! Utiliser un moteur de recherche écoresponsable et éthique, comme Ecosia qui fonctionne comme n'importe quel moteur de recherche classique, à la différence que ses créateurs utilisent leurs bénéfices pour planter des arbres, est aussi une superbe alternative.

Avant de le quitter, Jack me fait promettre de me protéger avec de la crème solaire à La Barbade. Notre rencontre me prouve une fois de plus que la jeunesse n'est pas une question d'âge mais bien d'état d'esprit. J'ai rencontré des jeunes vieux et des vieux jeunes et Jack a toujours un esprit jeune et vif malgré son âge avancé...

Enfin, c'est la dernière ligne droite : je sens mon cœur exploser de joie malgré la pluie car je serai ce soir à Jacksonville, où j'atteindrai la barre symbolique des 5 225 kilomètres. Je pédale depuis presque dix semaines en Amérique du Nord, à la fois un claquement de doigts à l'échelle d'une vie et une éternité. Ce voyage initiatique avait pour *leitmotiv* la persévérance et la ténacité, je savais que j'allais le terminer, quoi qu'il m'en coûterait. L'objectif de la vie, à mon sens, est de toujours trouver de nouvelles aventures, d'apprendre, d'explorer, de se dépasser...

Avant l'arrivée, le voyage n'aurait pas été complet si je ne m'étais pas perdue aujourd'hui dans la cambrousse ! Figure-toi que je me retrouve à pédaler dans un chemin de terre, ou devrais-je dire de boue, infesté... d'alligators ! Mon cœur bat la chamade. J'essaie d'être le plus discrète possible pour ne pas les apeurer et leur donner l'envie de m'attaquer. Il y en a partout. Il faut dire que c'est le paradis pour eux, tous ces marécages ! J'ai vu, pendant mon séjour en Floride, tellement de vidéos d'alligators qui se retrouvent dans des jardins, des piscines voire à l'intérieur de maisons. C'est monnaie courante dans cette région ! Heureusement, j'arrive à quitter la zone avec mes quatre membres.

Durant ce voyage, je n'ai campé que trois fois. Mon but, surtout en voyageant seule, était d'être en immersion avec les locaux et je n'avais aucune envie de m'isoler. J'avais prévu de devoir parfois taper aux portes pour demander l'autorisation de camper mais je n'ai finalement jamais eu à le faire grâce à Warmshowers, aux casernes de pompiers et à toutes les invitations spontanées. Bien sûr, ce voyage a demandé de l'organisation mais ça en valait largement la peine. Je n'ai eu aucun problème mécanique, si ce n'est une seule crevaison en 5 000 kilomètres, rapidement réparée. Pour m'orienter, Google Maps m'a suffi, pas de carte papier ni de GPS. J'ai fait trois chutes et j'ai eu, à chaque fois, beaucoup de chance. Je dois avoir un ange gardien qui veille sur moi (sans aucun doute, ma petite mamie). Pendant cette dernière journée de vélo, ces dernières semaines repassent en mode accéléré dans mon esprit : toutes les rencontres et surtout, bien sûr, celle qui a changé ma vie : JR...

La route qui relie Jacksonville à Yulee est horrible, une circulation dense, pas de piste cyclable et des camions qui me frôlent... Mais j'y accorde peu d'importance car mon cœur est en fête, je vais atteindre mon objectif ce soir ! Je consacre une partie de la journée à l'achat de cadeaux pour JR et de quelques nouveaux vêtements. Je sais que, dès le lendemain de mon arrivée à La Barbade, je suis invitée au bal des Marines, un événement officiel très attendu par le personnel de l'ambassade, dont le code vestimentaire est formel, et mes tenues ne sont pas franchement glamour... Heureusement, il y a quelques jours, je suis tombée amoureuse d'une robe de cocktail rouge aperçue dans une vitrine en pédalant et je l'ai transporté depuis dans mes sacoches. Elle en aura vu, du pays ! J'en achète aujourd'hui deux ou trois autres pour féminiser ma garde-robe, car je vais dans les Caraïbes. Rien que le nom me met des étoiles dans les yeux !

Christelle, la cycliste qui m'a précédée, m'a tellement dit de bien de Linda et Wayne, mes prochains et derniers hôtes, que j'ai vraiment hâte de les rencontrer. Difficile d'exprimer avec des mots la cascade d'émotions que je ressens au moment où je vois Wayne de dos, en train de travailler dans son atelier. Les larmes commencent à couler à flots : un mélange de joie, de soulagement, de nostalgie... Je suis fière de moi, j'ai la satisfaction d'avoir

réalisé un rêve précieux et surtout d'avoir relevé le défi que je m'étais fixé en surmontant les différents obstacles qui se sont dressés sur mon chemin. J'ai surmonté la peur : la peur d'être seule, de me perdre, de ne pas savoir gérer sans quelqu'un d'autre, de ne pas être heureuse en ma propre compagnie... J'ai aussi vaincu mes démons, la pluie, la faim, la douleur. J'ai grandi grâce à cette aventure, plus que je n'aurais pu l'imaginer... L'aventure et le dépassement de soi sont les bases de l'équilibre que j'ai enfin trouvé ces derniers mois. Je m'étais tellement fixé cette rencontre comme objectif qu'en le voyant, je comprends que ça y est, j'y suis, ce qui me paraît irréel ! Dès demain, je n'aurai plus à chercher un nouvel hôte, plus à réfléchir au meilleur itinéraire, plus à répondre à toutes les questions des badauds curieux de savoir où je vais et pourquoi je me suis lancée dans ce voyage... Je suis fière pour tant de raisons : la performance physique que je viens de réaliser, le fait d'avoir réussi à me repérer seule alors que je me serais perdue n'importe où avant et d'avoir récolté de quoi aider l'association *À chacun son Everest* à emmener les enfants en convalescence du cancer en séjour à la montagne...

Ce voyage n'a pas toujours été facile mais je n'en changerai aucune partie, pour rien au monde. Chaque difficulté, chaque tempête, chaque doute m'a construite et m'a forgée. Je sens que la nostalgie et la mélancolie font déjà leur apparition dans un coin de ma tête mais je veux les oublier pour profiter à 100 % du moment présent et savourer cet accomplissement, cette victoire. Je prends Wayne dans mes bras et je pleure de plus belle quand sa femme Linda arrive et me glisse à l'oreille : « Tu l'as fait ! » Je lui explique à quel point j'aurais aimé partager ce moment, cette victoire, cet accomplissement avec quelqu'un qui aurait connu les temps forts et les coups durs du voyage... qui me comprendrait. Mais la fierté d'avoir gravi mon Everest à moi, seule, par le biais de ce voyage est immense et il n'y a que ça qui compte à cet instant précis...

Linda est la photographe officielle de l'arrivée de cette dernière étape. C'est le moment des photos et des vidéos, avant que je n'attaque le décrassage du vélo. Nous partageons des fous rires autour d'un chili con carne ce soir-là. Une sorte de vertige me traverse quand je comprends que,

pour la dernière fois, je partage un dîner réconfortant avec des inconnus, après une longue journée de vélo. Je suis pensive : si les plaisirs simples peuvent prendre une telle importance à la fin de quelques mois de voyage, quelle place prennent-ils aux derniers moments de la vie ? Quoi qu'il arrive plus tard dans mon existence, quelle que soit la direction que prendra mon destin, rien ni personne ne pourra m'enlever ces moments de bonheur et de fierté, ils sont comme des trésors que je garde au fond de moi, une force qui m'aidera à avancer quand je douterai de moi-même. Si je suis coincée un jour à l'heure de pointe dans le métro ou les bouchons, il me suffira de fermer les yeux pour me téléporter dans une rizière de Bali ; quand je perdrai confiance en moi, de me rappeler la fois où j'ai terminé ma journée de vélo de nuit, abandonnant mes dernières forces dans la bataille... Ces moments n'appartiennent qu'à moi et ils seront ma force, mon jardin secret, pour toujours. Comme j'ai entendu un jour de la bouche d'un enfant, « ce qu'on a dans la tête, personne ne peut nous le voler ».

Linda et Wayne sont simplement extraordinaires : ils accueillent des voyageurs à vélo presque tous les jours, leur maison est un refuge de chaleur humaine pour les cyclistes, comme un phare dans la tempête. Recevoir autant de nomades leur permet de voyager par procuration. Au grand dam de Linda, son mari a la phobie de l'avion et ils ne sont donc jamais partis à l'étranger. J'essaie malgré tout de les convaincre de venir me rendre visite à La Barbade dans les mois à venir... Puisque je leur laisse mon vélo et tout mon matériel de camping, je leur laisse aussi mes sacoches. J'avais pensé ne prendre qu'un sac de sport mais Linda a la gentillesse de m'offrir l'une de ses valises. Je me sens tellement excitée, c'est le symbole de ce chapitre qui se ferme et du nouveau qui s'ouvre ! Symbole d'autant plus fort que je jette mes vêtements de vélo, usés jusqu'à la corde, notamment le cuissard, après 10 000 kilomètres (avec les deux voyages à vélo combinés). Le frottement de mes fesses l'a bien abîmé et le tee-shirt est totalement décoloré par ces longues heures passées sous le soleil. Il est temps de préparer cette valise avec un contenu bien différent : robes, maillot de bain et crème solaire.

Linda m'accompagne pour aller chercher le colis que m'a envoyé JR, une

surprise pour célébrer ma victoire. Malheureusement, il s'est trompé dans l'adresse et le paquet n'est jamais arrivé. C'est l'intention qui compte ! Nettoyage du vélo, dernière lessive, dernière épilation, emballage des cadeaux, ça y est, je suis prête... Je me couche à 1 heure du matin pour me lever quatre heures plus tard avec mes nouveaux anges gardiens qui vont m'accompagner à l'aéroport. Je me réveille surexcitée, comme un enfant le matin de Noël : dans quelques heures, je vais retrouver mon chéri et la chaleur, l'hiver s'étant bien installée en Floride en ce mois de novembre.

À l'aéroport, j'officialise ma relation avec JR et explique à ceux qui suivent mon aventure la raison de ce changement de cap. Je suis tellement heureuse de ne plus être habillée en cycliste mais de me sentir féminine pour la première fois depuis plusieurs semaines. J'ai un immense sourire plaqué sur le visage pendant toute la durée du vol. L'avion est le meilleur endroit pour laisser libre cours à mes pensées et faire le débriefing de cette incroyable épopée. Faire un tour du monde à vélo était sûrement un rêve trop grand pour moi seule, je me suis prouvé que je pouvais le faire, mais en ai-je encore envie ? Je suis heureuse de ce que j'ai fait et il est temps de passer à une nouvelle aventure. Loin de moi l'idée de tirer un trait pour toujours sur le voyage à vélo mais je veux simplement varier les plaisirs. L'important n'est pas d'être grand mais d'être à la hauteur. J'espère repartir plus tard à vélo, mais accompagnée cette fois...

Si tu veux te lancer dans le même type d'aventure, il ne faut pas oublier le côté logistique que cela représente, surtout seul, mais tout dépend de la manière dont tu as envie de voyager. Si tu veux disposer d'une entière liberté, pédaler le nombre de kilomètres qu'acceptera ton corps et camper quand et où bon te semble, l'organisation sera simple. En revanche, si comme moi, ton objectif est de rencontrer les locaux et de dormir chez l'habitant, cela demande davantage d'organisation. Celle-ci était dans l'ensemble bien rodée mais parfois, la mécanique s'est enrayée et ma capacité d'adaptation a été mise à rude épreuve. J'ai utilisé trois ressources lors de ce voyage : Warmshowers, Couchsurfing et les casernes de pompiers. L'un de mes hôtes m'a fait remarquer que mon quotidien, mon ordinaire représentait l'extraordinaire, le hors-norme des personnes qui me

recevaient. J'ai souvent ressenti cette attente de la part de mes hôtes : ils étaient disposés à m'héberger et à me nourrir mais ils espéraient en échange des histoires divertissantes du bout du monde, ce qui est tout à fait normal. Cette pression de devoir divertir les personnes qui m'offraient l'hospitalité en animant la soirée n'était pas toujours facile à gérer. Un drôle de sentiment difficile à décrire... Il faut réussir à s'adapter aux manières de vivre de chacun et ne pas oublier que l'on n'est que l'invité. Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont participé à me construire et m'ont fait grandir et mûrir en me permettant d'embrasser la culture du pays en y étant immergée.

Depuis juillet, j'ai dormi dans une centaine d'endroits différents, j'ai été accueillie et nourrie par des inconnus qui m'ont ouvert leur porte et leur cœur, comme une fille ou une sœur. Mon voyage, mes souvenirs, c'est vous. Voyager pendant si longtemps en dormant tous les soirs dans une famille différente est une véritable expérience sociale permettant de comprendre ce qui nous différencie mais surtout ce qui nous unit... J'ai été hébergée par des riches, des pauvres, des jeunes, des moins jeunes, des gens avec des opinions politiques diamétralement opposés, de tous horizons et de tous milieux, de dizaines de nationalités différentes, mais aussi dans des casernes, des églises. À l'image d'un caméléon, il m'a fallu m'adapter à ces différents environnements. Seul un voyage de ce type, aussi difficile peut-il être parfois, peut enseigner autant sur la nature profonde de l'homme... Si mon père me disait toujours : « Rien n'est gratuit dans la vie, personne ne te donnera rien », j'ai appris au contraire qu'il y a des échanges bien plus forts et plus puissants que l'argent et que l'homme, en bon animal social qu'il est, a besoin de partager, d'interagir et de transmettre pour être heureux.

J'ai eu la chance de côtoyer des personnes qui ne faisaient pas partie de ma bulle, cette bulle constituée de personnes qui me ressemblent, aux intérêts et opinions similaires. Ainsi, j'ai déjoué le piège de l'incompréhension qui devient vite immense face à des groupes aux idées opposées. Au lieu de me braquer et de me fermer, j'ai appris la tolérance. Une fois cet effort fait, j'ai compris que nous sommes tous les mêmes, que

nous aspirons tous aux mêmes choses mais que notre environnement et nos expériences nous ont amenés à penser de telle ou telle manière...

Ma rencontre avec Tim, un Noir américain qui a consacré sa vie à intégrer des groupes du Ku Klux Klan pour essayer de comprendre la raison de leur haine raciale et tenter de changer leur mentalité en est l'exemple le plus fort. Aussi incroyable que cela puisse paraître, son meilleur ami est un ancien adepte du KKK qu'il a réussi à sortir de l'organisation !

Ce voyage à vélo était un vrai challenge pour moi : je voulais me prouver que j'en étais capable. Je me suis surpassée et je me suis surprise par la force et la détermination que j'avais tout au fond de moi... Il a clairement été un voyage intérieur qui m'a permis de prendre conscience de mes capacités et de mes ressources. Je me suis découvert de grandes facultés d'adaptation et de flexibilité. J'ai appris à sortir de ma zone de confort et à prendre quelques risques pour atteindre le but que je m'étais fixé.

Les interactions et les rencontres se font de manière très différente en fonction des lieux, certains pays ayant davantage la culture de l'accueil et de l'hospitalité envers les étrangers. J'ai la conviction que le sourire peut tout changer et ouvrir beaucoup de portes. Ces portes sont des liens inattendus et, si tu n'oses pas aborder des inconnus, tu passes à côté de ces moments précieux. Je n'ai jamais rencontré autant de générosité de la part d'inconnus que lors de ce voyage et je pense désormais qu'il faut envisager les autres comme des amis potentiels plutôt que comme des menaces. Il faut se souvenir que « tu attires ce que tu dégages ». Dès que j'étais en forme, enthousiaste et enjouée, c'était un jeu d'enfant de rencontrer des personnes dans le même état d'esprit alors qu'au contraire, dès que j'étais dans le creux de la vague, c'était bien plus difficile d'attirer du positif. Mais heureusement, quand on est dans une mauvaise passe, la roue finit toujours par tourner.

En tant que voyageuse solo, j'ai fait attention au profil des hôtes que je contactais. J'essayais surtout de trouver des familles car j'y trouve de la convivialité. Je n'ai été hébergée que trois fois par des hommes seuls et ça s'est toujours très bien passé car j'avais étudié attentivement leur profil et notamment les commentaires de ceux qu'ils avaient hébergés auparavant.

La méfiance que l'on peut ressentir en tant qu'invité est réciproque. Ainsi, la famille et les amis de mes hôtes étaient souvent méfiants et les mettaient en garde sur le danger d'héberger une inconnue.

J'ai souvent des vertiges en pensant à l'effet papillon qu'ont pu avoir certaines de mes décisions, jusqu'à changer le cours de ma vie. Pendant mon voyage à vélo en France, j'ai longtemps hésité quant à ma destination : Afrique ou États-Unis ? Il s'avère qu'en choisissant les USA, j'ai pris la meilleure des décisions en suivant mon instinct car j'y ai rencontré l'homme qui partage aujourd'hui ma vie et qui deviendra un jour, j'en suis convaincue, mon mari...

On cherche souvent quelqu'un pour vieillir ensemble alors que le secret est de trouver quelqu'un avec qui rester enfant. Je pense que je l'ai trouvé avec JR. J'ai maintenant hâte de découvrir ce nouveau chapitre de ma vie, qui sera à ses côtés...

OceanofPDF.com

Un nid dans les Caraïbes

La vraie sagesse de la vie consiste à voir l'extraordinaire dans l'ordinaire.

PEARL BUCK

Je suis absolument surexcitée dans l'avion qui m'emmène à La Barbade pour la première fois ! Je n'ai rencontré JR qu'un mois plus tôt et nous n'avons passé que quinze jours ensemble mais je suis mon cœur et mon instinct en partant le retrouver dans cette île des Caraïbes.

Mon voisin de siège est le premier local que je rencontre. Très calme, il me parle avec passion de son île. J'ai du mal à me concentrer sur notre discussion tellement je suis nerveuse. Quand l'avion atterrit, j'ai le cœur qui bat à 1 000 à l'heure et des milliers de questions se bousculent dans ma tête. J'ai l'immense surprise de le voir sur le tarmac, un immense bouquet de fleurs à la main (qui fait des envieuses). Grâce à son accréditation de l'ambassade, il a été autorisé à m'attendre directement à la porte de l'avion. J'ai le cœur qui bat la chamade ! Comme dans un conte de fées, il me donne l'impression d'être une princesse à ses côtés. En arrivant à l'hôtel, il me précède et me demande d'attendre à l'extérieur pendant qu'il me fait la surprise d'allumer des dizaines de bougies. Un vrai prince charmant !

Le lendemain, j'enfile la fameuse robe rouge pour le bal. Je le rejoins, toute tremblante, sur le balcon où il m'attend en uniforme, le bouquet à la main et des étoiles dans les yeux. Au moins autant que moi... Je suis fière d'être à son bras pendant la cérémonie. J'ai l'impression d'être dans un film et de regarder le personnage principal évoluer de l'extérieur tellement ce que je vis me paraît surréaliste... Il y a encore un mois, j'étais célibataire, à mille lieues d'imaginer ce qui allait m'arriver.

Nous passons les trois premières semaines à l'hôtel car il m'a attendue

pour choisir l'appartement (même si je suis censée n'être que de passage). Après quelques visites, nous avons un coup de cœur pour un logement avec un immense balcon face à la mer qui donne l'impression d'être sur un bateau de croisière. La vue est extraordinaire : même du lit, on ne voit que le bleu turquoise de l'océan à l'infini. Un vrai paradis !

JR est ici responsable de tous les échanges militaires entre les États-Unis et les îles des Caraïbes de l'Est : Antigua-et-Barbuda, La Barbade, La Dominique, La Grenade, Sainte-Lucie, Saint-Kitts-et-Nevis, Saint-Vincent-et-les-Grenadines, ainsi qu'avec une organisation internationale qui regroupe toutes ces îles. Son poste au sein de l'ambassade américaine est donc d'assurer la liaison et la communication entre toutes ces nations par le biais de conférences et d'entraînements divers. Cette mission l'amène à voyager régulièrement sur les différentes îles pour s'assurer de bonnes relations avec elles et construire un lien durable entre celles-ci et les États-Unis.

Je crois de plus en plus aux signes du destin. J'avais besoin, à ce moment de ma vie, de stabilité et d'amour et le destin a mis JR sur mon chemin. Après seulement un mois de relation, nous voilà déjà en train d'aménager ensemble. Le nom de notre album commun sur Google Photos est d'ailleurs « Dix ans en dix jours », notre relation ayant été intense très rapidement. JR est l'un de ces gentlemen à l'ancienne, dont la galanterie est presque un trait de caractère : il insiste toujours pour me tenir la porte, m'ouvrir la portière de la voiture, me tirer ma chaise au restaurant... Il veut prendre soin de moi de la plus touchante des manières.

À La Barbade, un stress récurrent et une question persistante s'installent pourtant : après avoir été si longtemps nomade, me poser, ne serait-ce que temporairement, est un challenge pour moi. Vais-je y parvenir ? J'ai peur que les rencontres et les découvertes quotidiennes ne me manquent terriblement... Comme une droguée, il me faut ma dose, mon *shoot* de découvertes et je me sens vite en manque. Je vais devoir apprendre à trouver un juste milieu, à être moins extrême, sans pour autant être moins passionnée. Toutes les expériences que j'ai vécues sont comme des trésors que je chéris et que personne ne peut m'enlever. Quand je vais mal, je me

plonge dans ces souvenirs pour me rappeler que tout s'arrange, que rien n'est définitif et qu'il suffit d'être patiente. L'expérience me l'a appris. J'ai lu un jour une phrase de Jacques Reda qui m'a beaucoup marquée : « L'une des dispositions constantes de l'homme est de souhaiter être ailleurs que là où il est. » Je fais chaque jour de mon mieux pour m'améliorer et profiter de l'endroit où je suis à l'instant T, sans regretter le passé ni vouloir déjà être dans le futur. Une phrase que je me rappelle constamment à La Barbade car l'Asie me manque beaucoup mais je veux profiter des avantages de l'endroit où je suis actuellement, même si ce n'est pas parfait.

Après quatre ans de nomadisme, m'installer dans un appartement, même pour quelques mois, me paraît angoissant. J'ai peur de me sentir comme dans une prison dorée et d'étouffer, mais j'ai aussi envie et besoin d'une pause dans le voyage, je suis fatiguée de bouger tous les jours ou presque. Certaines personnes qui suivent mon aventure par le biais de ma page Facebook insistent pour connaître ma prochaine destination. J'ai, d'une certaine manière, peur de les décevoir...

Obtenir un visa de travail et donc un emploi à La Barbade est difficile... J'enseigne le français sur Internet depuis deux ans maintenant, je suis donc libre au niveau géographique mais j'espérais, en me posant, avoir un emploi avec des contacts humains, réels et non pas virtuels... Trois jours après mon arrivée sur l'île, je passe donc un entretien avec l'Alliance française pour un poste de professeure de français langue étrangère mais la procédure d'obtention du visa étant très onéreuse, on me demande de promettre au moins un an de présence, ce que je ne peux pas : je sais que je ne tiendrai pas en place et le contrat de JR prend fin en septembre. Je choisis donc de me consacrer à mes cours en ligne et à l'écriture de ce livre.

L'alchimie entre nous est parfaite même si je le fais parfois tourner en bourrique : j'aime tellement l'excitation des premières fois que j'ai du mal à refaire deux fois la même chose. Or, il n'est pas facile de trouver des nouveautés sur une si petite île ! Nous sommes aussi tous les deux extrêmement têtus, ce qui amène à des bras de fer psychologiques musclés, puisque nous voulons tous les deux avoir raison. Heureusement, aucun de

nous n'est rancunier et nous ne nous tenons jamais rigueur de ces différends qui sont souvent des motifs de fous rires.

Avant d'y arriver, je ne connaissais rien de La Barbade, à part sa citoyenne la plus célèbre : Rihanna. Cette île des Caraïbes située au sud-est de l'arc antillais a été sous domination britannique pendant près de trois siècles et n'est indépendante que depuis 1966, même si le Royaume-Uni y exerce toujours une certaine influence, La Barbade est ainsi membre du Commonwealth. Presque 80 % des Barbadiens descendent des esclaves africains venus travailler sur les plantations de canne à sucre au cours des ^{xvi}^e et ^{xvii}^e siècles.

Dès les premiers jours, je suis confrontée à l'attitude particulièrement entreprenante de certains hommes. Ici, il est banal de siffler une femme dans la rue. Même si je viens de voyager neuf mois seule, je n'ai encore jamais fait l'expérience de cette drague indésirable. Le premier jour que je passe seule à Bridgetown, la capitale, est un véritable enfer : les remarques gênantes, les sifflements et les regards déplacés toute la journée me mettent terriblement mal à l'aise, me donnant l'impression de n'être qu'un bout de viande, en proie à des désirs primitifs. Paradoxalement, dès que je suis accompagnée de JR, personne n'ose m'adresser ce genre de remarque déplacée ! Je ne m'y fais pas mais j'apprends à réagir de manière adaptée, c'est-à-dire le plus souvent à ignorer ou recadrer au besoin les personnes qui m'adressent des remarques déplacées.

L'accent des *bajans* (locaux) est tellement fort que JR doit au début me traduire les échanges de l'anglais à... l'anglais !

Ici, je souffre aussi des prix exorbitants de l'île, la plupart des produits étant importés. Je trouve heureusement des stratagèmes pour dépenser moins, surtout grâce aux conseils de mon amie locale Sedio, qui connaît tous les bons plans de l'île.

La grande majorité des touristes des lieux sont des habitués. Ils reviennent tous les ans pour une période de deux ou trois mois et beaucoup d'entre eux se connaissent. Leur moyenne d'âge est élevée, dans la bonne soixantaine. La plupart de ces habitués sont des Canadiens. Ici, on les appelle *snow*

birds, littéralement « les oiseaux de la neige », car ils viennent dans les Caraïbes fuir l'hiver rigoureux de leurs contrées situées bien plus au Nord.

Deux semaines après mon arrivée, Thanksgiving arrive à grands pas. Dans l'avion en direction de Montréal en août, j'écrivais mon espoir de passer mon premier Thanksgiving aux États-Unis. Même si je n'y suis pas vraiment, je suis théoriquement sur le sol américain de l'ambassade pour cette fête ! Je me souviendrai toujours du moment où JR m'a annoncé, tout fier, qu'il avait une surprise : « Justine, nous sommes invités par l'ambassadrice à fêter Thanksgiving chez elle ! » Je lui réponds sans réfléchir : « Génial, et c'est quoi la surprise ? » Je n'avais pas réalisé l'honneur que représentait cette invitation pour lui. Nous partageons donc la traditionnelle dinde en réfléchissant à ce pour quoi nous sommes reconnaissants dans notre vie. Je suis honorée de passer mon premier Thanksgiving en leur compagnie.

Deux jours plus tard, c'est la fête nationale de La Barbade. En ce 30 novembre, l'île célèbre son indépendance, actée en 1966. Un grand moment où tous les locaux fêtent leur liberté, habillés de jaune et de bleu, les couleurs de leur drapeau composé de trois bandes verticales (deux bleues pour la mer, une jaune pour le sable des plages). La bande jaune porte en son milieu un trident, hérité de l'ancien drapeau de La Barbade britannique sur lequel figurait Neptune trônant sur son char. Ce trident revêt donc maintenant une double signification : l'indépendance du pays et sa profonde dépendance aux ressources de la mer. Durant ces quelques mois, j'essaie d'apprendre à danser la *soca*, la danse par excellence des Caraïbes. Pendant les cours, je fais bien rire tout le monde car je n'ai pas vraiment le rythme dans la peau.

En me promenant dans un marché local, j'ai l'idée et l'envie d'y participer. J'ai tout de suite un bon feeling avec cet endroit et je demande l'autorisation au gérant d'installer un stand. Il est pris d'un fou rire quand il me demande ce que je compte vendre et un long silence s'installe. Je n'avais pas réfléchi à ce détail. Alors l'idée me vient, fulgurante : des crêpes ? C'est typiquement français, ça devrait fonctionner... Il accepte, enthousiaste. La touche française, ça fonctionne toujours ! Je suis excitée à

l'idée d'avoir mon stand et de jouer à la vendeuse. Pour le premier marché, je cuis les crêpes à l'avance chez moi. Elles ne sont donc pas aussi fraîches et appétissantes que si elles avaient été préparées sur place. Les fois suivantes, je persiste malgré le flop du premier jour en investissant dans un appareil à crêpes. Alors c'est un miracle : dès qu'une personne me commande une crêpe, l'odeur qui se dégage attire les clients comme des mouches ! Mais après quelques essais, je dois me rendre à l'évidence : ce n'est pas le succès escompté et, surtout, je ne fais aucun profit. Entre les ingrédients onéreux, les frais inhérents à la place de marché, le temps de préparation de la pâte, le transport... ça ne vaut pas le coup. Je fais quelques marchés supplémentaires, davantage pour l'ambiance que pour les gains, avant d'abdiquer mais j'en garde un excellent souvenir.

Sur l'île, je profite de tous les sports aquatiques : snorkelling, standup paddle, mais aussi spéléologie, jet-ski... Je m'amuse aussi à découvrir les *rum shops* de l'île, ces baraques en bois aux couleurs vives où les hommes (principalement) se retrouvent pour boire un verre, jouer aux dominos et discuter de politique, d'économie, de l'actualité mondiale, de la performance des West Indies, l'équipe de cricket antillaise anglophone face aux équipes internationales... le tout sur fond de musique de juke-box. Ce qui est amusant, c'est que ces rum shops sont toujours à proximité des églises, histoire peut-être d'apporter un soutien spirituel d'une manière ou d'une autre aux paroissiens. 95 % des Barbadiens sont catholiques et l'île détient le record mondial du plus grand nombre d'églises par habitant.

Il m'arrive trop souvent de réfléchir après avoir parlé, comme cette fois où, impressionnée par l'un des nombreux coupeurs de noix de coco présents au bord de la route, je lui demande : « Comment faites-vous pour ne pas vous couper en manipulant une machette de cette taille ? » Il lève alors la main et me montre ses trois doigts restants : « Tu veux dire comme ça ? » Je vire au rouge à vitesse grand V !

Fin novembre, nous prenons la direction de l'Arizona pour assister à l'extravagant mariage de la meilleure amie de JR. Et quel mariage ! Les deux époux ont organisé une fête démesurée sur trois jours. D'origine indienne, ils ont vu les choses en grand et ont invité leur famille nombreuse,

arrivant d'Inde pour l'occasion. Au milieu des montagnes d'Arizona, l'instant est grandiose et digne de stars, ce qui pousse JR à me glisser à l'oreille : « Je t'aime mais je ne pourrai jamais t'offrir un mariage comme ça. » Ça tombe bien, il n'a pas d'inquiétude à avoir : je rêve d'un mariage simple, dans l'intimité, avec les personnes que j'aime !

Je profite de notre séjour en Arizona pour lui offrir son cadeau de Noël à l'avance. Ça fait des années que je n'offre plus de cadeaux matériels mais plutôt des activités, des souvenirs à créer... Je lui ai donc organisé une surprise : une voiture vient nous chercher à l'hôtel à 6 heures du matin. Direction notre baptême de montgolfière au lever du soleil au-dessus du désert de Sonora, avec vue sur les cactus et les montagnes. C'est splendide et hilarant car je découvre un peu trop tard qu'il a le vertige !

De retour à La Barbade, JR et moi préparons les jours à venir : comme il a deux mois libres à la fin de l'année, je rêve de l'initier au voyage comme je le conçois, pour qu'il comprenne mieux mon univers et ce qui me fait vibrer. En creusant, je comprends que son parcours de vie, si différent du mien, a influencé sa manière de voir la vie aujourd'hui. Comme presque tous les Américains que j'ai rencontrés, alors qu'il a été diplômé il y a huit ans, il traîne encore des dettes énormes qui s'expliquent par les coûts ahurissants des études supérieures aux États-Unis. Une raison de plus de constater ma chance d'être française et d'avoir eu accès, en plus de la gratuité des soins, à celle de l'éducation, notamment des études supérieures. C'était une évidence dans ma mentalité de Française, un acquis, un droit fondamental, mais j'ai vite découvert à quel point nous sommes privilégiés...

Partir, ne serait-ce que deux mois, n'est pas aussi facile pour lui que pour moi qui ai fait le choix de cette vie nomade. Ses dettes l'empêchent de se sentir libre de vadrouiller longtemps, ce qui est compréhensible quand on sait que les factures continuent de tomber. Comme la majorité des Américains, il n'est jamais parti en voyage, du moins jamais plus de deux semaines, et il ne connaît pas (encore) cette sensation de liberté intense, cette fantastique connexion au monde. J'espère de tout mon cœur réussir à

lui transmettre ma passion mais, ce qui est sûr, c'est que je ne voyagerai avec lui que si l'envie vient de lui. Je veux qu'il parte pour lui et non pas pour me faire plaisir !

Puisque l'incompréhension entraîne la frustration, nous faisons de notre mieux pour nous comprendre, malgré nos différences culturelles et de personnalité. Pas gagné pour deux têtus comme nous ! Il m'aide, à travers nos divergences de point de vue, à accepter d'autres visions de la vie. Je deviens plus tolérante et je réalise à quel point l'expérience personnelle influence la manière de voir le monde.

Le deuxième voyage que nous partageons nous emmène fêter Noël avec la famille de JR à Clearwater, d'où il est originaire, sur la côte ouest de la Floride, beaucoup plus authentique que la côte est de Miami. Après deux mois et demi passés ensemble, il me présente déjà à tous ses amis et à son père, sa belle-mère et ses trois grandes sœurs qui l'ont élevé. Je suis un peu stressée, comme tous ceux qui rencontrent leur belle-famille pour la première fois, mais tout se passe très bien. Je découvre même les photos de lui enfant et me mets à imaginer à quoi pourraient ressembler nos propres enfants... C'est très symbolique car je suis la première femme qu'il présente à ses proches. Je rencontre même son ancienne coach d'athlétisme qui a joué un rôle déterminant dans son éducation... Ancienne grande sportive, elle est aujourd'hui malheureusement amputée des deux jambes à cause de son diabète sévère, ce qui me fait penser, avec peur, à mon père dont le diabète s'aggrave... Je suis aux anges quand elle me fait remarquer que je dois être très spéciale pour avoir réussi à voler le cœur de JR, lui d'habitude si exigeant avec les femmes.

Nous allons à la fête de départ en retraite de son père dans les locaux de Disneyland où il a travaillé toute sa vie. Je suis attendrie de voir son papa si ému et touché par la fête dont il est la star ! À l'image de JR, c'est un vrai cœur tendre sous son apparence d'homme fort. Le soir, nous assistons à un one man show que j'ai du mal à comprendre car l'humour est vraiment culturel. L'accent et la vitesse de débit des humoristes en feraient pâlir plus d'un, moi la première ! Par chance, JR est là, comme toujours, pour m'aider.

Le jour de Noël, nous allons nager avec des lamantins, qui sont environ deux mille à peupler les eaux de Floride. Ils sont vraiment mignons même si c'est assez ennuyeux puisqu'ils sont très statiques mais ça reste une superbe expérience. Le matin de Noël, mon réveil sonne à 4 h 30, je suis peut-être encore plus excitée que les enfants, qui ont mis leur réveil à 5 heures. Nous nous habillons tous en lutins pour l'ouverture des cadeaux. Rita, la sœur de JR, a même préparé une chaussette à mon nom sous la cheminée. C'est magique !

Le retour à La Barbade après cette semaine de chaleur familiale est un peu difficile. L'action me manque et je me sens seule sur cette île. Je pense que je souffre de ce qui est communément appelé *the island fever* (la fièvre des îles), une maladie psychologique qui affecte les habitants des îles et qui consiste en une prise de conscience angoissante : celle d'être coincé sur une île, sans échappatoire... Ce sentiment de perte de liberté dans cette prison dorée peut être extrêmement anxiogène. J'ai aussi beaucoup de mal à me reconnaître dans le groupe que forment les compagnes des collègues de JR. Je ne me sens pas à ma place auprès de ces femmes qui évoluent dans un monde très différent du mien. Je suis la plus jeune, je ne suis pas Américaine et nos centres d'intérêt sont tout simplement très éloignés. Heureusement que j'ai croisé la route de Sedio, cette rencontre ayant totalement changé mon expérience des Caraïbes !

Je mets les fesses pour la dernière fois sur mon vélo en janvier 2019, à Miami, où Mary et Rob me l'ont rapporté. Ils habitent à Melbourne, une petite ville du centre de la Floride. Pour me rendre service, ils sont montés tout au nord de l'État, à Yulee, chez Linda et Wayne (où j'ai terminé mon voyage et laissé le vélo), puis ils me l'ont apporté à Miami, où j'accompagne JR pour une conférence. Ce couple a donc parcouru plus de 1 200 kilomètres pour m'apporter mon vélo... Je ne trouve pas de mots assez forts pour décrire leur gentillesse. Heureusement, cet épisode a permis à ces deux couples de se rencontrer. Ils ont partagé un repas et, plus tard, chacun de son côté m'a écrit, enthousiaste, pour me dire à quel point les autres étaient formidables !

En ce dernier jour à pédaler, cette ultime virée à vélo m'est fatale : je suis

percutée à toute vitesse par une voiture de tuning, dont le conducteur est arrivé comme un fou par derrière. L'impact avec le pare-chocs est d'une violence inouïe, je fais un vol plané, ma hanche s'écrase sur le bitume... Dans la demi-seconde où je suis en l'air avant de percuter le sol, je me félicite de porter mon casque. Après la collision, je reste sonnée pendant une bonne minute et, quand je reprends mes esprits, je comprends que le chauffard a pris la fuite. Non seulement celui qui m'a percutée ne s'arrête pas, mais aucun autre conducteur ne s'arrête ! J'ai besoin d'aide et ce manque d'humanité me prend à la gorge : je ressens un mélange de peur, de douleur et de dégoût. Par je ne sais quel miracle, sûrement parce que je suis en état de choc et que je ne réalise pas ce qui vient de se produire, je réussis à remonter sur le vélo et à pédaler le dernier kilomètre qui me sépare de l'hôtel, tel un robot.

Cette rencontre fortuite avec un capot ne me laisse pas sans séquelles : des hématomes des pieds à la tête sur le côté droit et surtout une fissure de la hanche, diagnostiquée quatre mois plus tard en Californie, dont je souffre toujours. J'ai vraiment l'impression d'avoir pris un coup de vieux... Mais j'aurais pu y laisser ma peau. À croire qu'une bonne étoile veille sur moi...

Après quelques semaines supplémentaires à La Barbade, je décide de retourner en avril à San Francisco car j'y ai une belle opportunité pour enseigner le français dans la même famille qu'il y a deux ans. C'est une manière de tourner la page définitivement sur mon passé, en retournant dans le lieu où ma première histoire s'est achevée de manière brutale. Je me prouve ainsi que j'ai été capable de me relever et que cette épreuve m'a rendue plus forte.

C'est l'heure du départ. Nous fêtons nos six mois dans un restaurant plein de charme face à la mer. Je pars le lendemain pour la Californie et nos sourires essaient de masquer nos cœurs serrés. Sur nos six mois de relation, nous en avons déjà vécu cinq ensemble, apprenant pas à pas à nous connaître et à respecter nos différences. JR n'avait jamais vécu avec une femme avant moi et c'était une grande étape pour lui. Mais entre nous, tout s'est fait naturellement. Dans la voiture en route vers l'aéroport, nous retenons nos larmes, essayant de contenir nos émotions, déboussolés de

nous quitter après ces mois intenses. Mais, même s'il va terriblement me manquer, je suis heureuse de partir, je sais que c'est le moment de prendre un peu de recul et de me retrouver en tête à tête avec moi-même... Nous avons tous les deux nos chemins à faire et nous devons trouver comment les faire se croiser, sans sacrifier nos envies et nos rêves personnels. Je sais qu'il est le nid où je rentrerai après mes voyages, mon repère, mon phare...

As-tu déjà entendu parler du mythe mélanésien de l'arbre et de la pirogue ? Il résume tout à fait mon état d'esprit à la veille de repartir : « Tout homme est tiraillé entre deux besoins. Le besoin de la pirogue, c'est-à-dire du voyage, de l'arrachement à soi-même, et le besoin de l'arbre, c'est-à-dire de l'enracinement, de l'identité. Les hommes errent constamment entre ces deux besoins en cédant tantôt à l'un, tantôt à l'autre, jusqu'au jour où ils comprennent que c'est avec l'arbre qu'on fabrique la pirogue. » L'arbre peut devenir une pirogue. Et la pirogue ne voit pas le jour sans le bois de l'arbre. Il ne faut donc pas choisir, il est possible d'avoir les deux, avec de la volonté, de la patience et de la réflexion. Dois-je choisir entre ma vie de nomade et JR ? Je sais pertinemment qu'être sédentaire ne me rendra pas heureuse, en tout cas pas pour l'instant. Mais JR m'apporte l'équilibre, la stabilité et surtout l'amour dont j'avais besoin. J'espère lui rendre une infime partie de tout l'amour qu'il m'offre...

Un voyage spirituel

Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était et aie confiance en ce qui sera.

BOUDDHA

Le départ est comme, à chaque tournant de vie, un mélange d'émotions diverses allant de l'excitation à la nostalgie en passant par la peur. Après avoir serré une dernière fois JR dans mes bras et passé les contrôles de sécurité, je me rends compte que je suis à nouveau seule... Même si ça me fait peur et que je sais que le manque sera intense, je suis heureuse de revivre de nouveaux moments seule pour être l'unique responsable de mes choix et de leurs conséquences. Pour me retrouver et faire le bilan de ces derniers mois intenses qui ont complètement bouleversé le cours de ma vie.

Avec le temps, j'ai appris à réserver mes billets d'avion de manière stratégique, en cherchant les meilleurs bons plans. Cette fois, j'ai trouvé un billet à prix cassé entre La Barbade et la Californie mais en contrepartie, je dois m'arrêter deux jours à Orlando, en Floride, même si je n'en ai aucune envie. Le premier vol m'amène à Miami, d'où je prends un bus pour remonter toute la Floride. Le même parcours que j'avais fait à vélo ! À Orlando, la capitale des parcs à thème, je suis hébergée par Martin, un hôte Couchsurfing, avec qui je vais avoir, pour la première fois, des problèmes et me sentir franchement en insécurité. Le fait qu'il n'accepte de recevoir que des jeunes filles seules aurait déjà dû me mettre la puce à l'oreille. Quand il arrive à l'arrêt de bus pour me récupérer, mon instinct me dicte de rester sur mes gardes. Quelques minutes après notre rencontre, il fait un premier arrêt dans une boutique d'alcools forts et en ressort avec une quantité impressionnante de whisky, de vodka, de rhum... Dans la voiture, il me propose déjà un shoot d'alcool et me dit : « Tu es bien là pour t'éclater ? »

Il peut bien penser que je ne sais pas m'amuser et que je suis coincée mais je ne vais pas me détendre avec un homme qui essaie de me rendre ivre au plus vite !

Nous arrivons enfin chez lui. Il ne vit pas seul comme prévu mais avec six colocataires, tous masculins. Je me sens de moins en moins à l'aise et en insécurité. Il insiste pour sortir mais je viens de faire un long voyage et je n'ai qu'une envie : me coucher ! Quand je lui fais part de mon désir, je le sens vraiment contrarié et il insiste encore, très lourdement. Il se braque un peu plus à chacun de mes refus. Je me connais et je sais que ma résistance à l'alcool est très faible, je ne bois donc qu'une bière, je n'ai en aucun cas envie de perdre ma lucidité ici. Après une douche express, je me réfugie dans ma chambre. J'utilise ce que JR m'a offert et que je conseille à toutes les filles qui voyagent seules, surtout si elles ont comme moi le sommeil lourd : un petit verrou en métal qui se glisse dans l'embrasure de la porte et qui vous assure que personne ne peut entrer dans votre chambre pendant votre sommeil.

Le lendemain, j'apprends que Notre-Dame de Paris a brûlé. Les souvenirs de ma petite mamie émerveillée devant cette magnifique cathédrale me reviennent immédiatement en tête et me rappellent à quel point le patrimoine français est précieux ! La France me manque... Les débats, l'apéro, bref, tout ce qui fait notre culture.

Le deuxième soir (sans solution de repli, j'ai dû rester au même endroit), Martin insiste encore et se moque du fait que je ne sache pas me détendre et profiter... Alors j'éclate, c'est la goutte d'eau qui fait déborder le vase. Je lui demande clairement s'il a compris que Couchsurfing est un site dont le but est de réunir des personnes de différentes nationalités de manière amicale et qu'il ne s'agit pas d'un site de rencontres. Il ricane : « Tu crois vraiment que je reçois gratuitement ? Toutes les filles que j'ai reçues ou presque sont passées dans mon lit. » J'en reste bouche bée. Heureusement, c'est la seule fois qu'il m'est arrivé de faire face à ce type d'individu...

Le lendemain, je pars à 4 heures du matin en Uber direction l'aéroport, heureuse de quitter cet endroit malsain. Je signale son profil quelques jours plus tard à Couchsurfing, n'ayant pas envie que d'autres filles, peut-être

plus jeunes et plus influençables que moi, se retrouvent dans une situation aussi délicate... Le chauffeur Uber, originaire d'Équateur, me redonne presque instantanément le sourire. Il m'invite même chez lui quand je serai de passage dans son pays.

4 000 kilomètres et cinq heures de vol plus tard, je suis toujours officiellement dans le même pays, mais à mon sens dans un autre monde. À l'aéroport, je regarde autour de moi en me disant : « Ouf, des gens normaux ! » San José avait été ma première image de l'Amérique quand j'y avais atterri deux ans plus tôt. Revenir ici est un moyen de m'y créer de nouveaux souvenirs. L'un de mes buts est de tourner la page définitivement sur les regrets de mon passé. Et puis j'adore cet endroit !

Vikki et Mark, que j'avais rencontrés il y a deux ans, viennent me chercher à l'aéroport. Je passe deux jours avec eux et leur gentillesse est sans bornes : ils m'emmènent à un concert, au restaurant, Mark m'accompagne et m'aide à choisir mon nouvel iPad car la technologie et moi, on peut dire que ça fait deux, voire trois... mais j'ai vraiment besoin de cet outil pour écrire mon livre car j'utilisais l'ordinateur de JR à La Barbade. Le lendemain, Mark m'annonce qu'il m'a trouvé un vélo pour les deux mois à venir. Par le biais d'une association de cyclisme locale, il est entré en contact avec Tim, un habitant de la ville voisine qui traverse en ce moment les États-Unis à vélo. Quand nous l'appelons, Tim nous dit : « Vous pouvez aller chez moi, ma femme sera là. Elle vous ouvrira le garage et, Justine, tu pourras choisir le vélo que tu préfères ! » Je n'en reviens pas de tant de gentillesse et de confiance. Je propose à l'épouse de Tim de lui laisser une copie de mon passeport pour la rassurer. Elle éclate d'abord de rire puis me dit : « J'espère que tu rigoles, on te fait confiance ! » Quand une personne t'accorde si rapidement sa confiance, tu n'as de toute façon aucune envie de la trahir !

Puis je rentre chez Vikki et Mark. Nous sommes tranquillement en train de boire notre café quand un énorme impact nous fait sursauter, suivi de trois alarmes stridentes. Quand nous sortons en courant, pieds nus, c'est pour découvrir un véritable carambolage. Quatre voitures semblent impliquées

dans l'accident mais bizarrement, une seule a un conducteur... Celui-ci est avachi sur le volant, semi-conscient. L'essence s'écoule de sa voiture. Nous l'en sortons donc rapidement. Il a le visage en sang et probablement le nez cassé mais il est conscient. Je suis bluffée par les réflexes de Vikki, qui me dira plus tard qu'elle a été EMS, notre équivalent de secouriste. Une fois qu'il a repris ses esprits, le conducteur nous explique avoir travaillé dur ces derniers temps et très peu dormi. Il s'est en fait endormi au volant et a percuté l'arrière d'une voiture qui, elle, en a percuté une autre... Un vrai effet domino. Un miracle que personne n'ait été blessé !

Le lendemain, mes hôtes me proposent de me conduire vers ma destination, au nord du Golden Gate. Je suis très excitée de traverser le pont avec eux. J'arrive enfin chez Jeanice, Jason et leurs enfants, la famille chez qui je vais passer deux mois. J'y enseigne le français à Sabine, la fille, qui devient comme une petite sœur avec qui je joue au tennis, fais du vélo... Enseigner ma langue à un étranger est toujours un défi que j'aime relever et un plaisir de partage.

Je prends un plaisir fou à redécouvrir les fruits et légumes frais qui m'avaient tellement manqué à La Barbade. Comble de l'ironie pour une île des Caraïbes, La Barbade est une exception : son sol calcaire ne permet pas de faire pousser grand-chose, si ce n'est des noix de coco et des ananas. Presque tout le reste est importé. La qualité est donc inconstante puisqu'elle dépend des arrivages. Je suis donc au paradis en redécouvrant tous ces cadeaux de la nature. Ici, on ne mange aucune nourriture transformée en usine, tout est frais et fait maison, un vrai paradis, surtout pour une gourmande comme moi !

Après avoir quitté la Californie il y a deux ans, je me demandais parfois si je n'avais pas idéalisé mon passage. En revenant ici, je me rends compte que la Californie est conforme à mes souvenirs : j'aime toujours autant cet état ! Pour prévenir la lassitude et la fatigue qui peuvent arriver lors d'un voyage au long cours, j'ai décidé de ralentir le rythme et je suis heureuse de rester ici deux mois.

JR et moi découvrons et apprenons à gérer la relation à distance. S'aimer en étant à plus de 7 000 kilomètres l'un de l'autre n'est pas chose facile.

Qu'il s'agisse du décalage horaire, des différences culturelles ou linguistiques, les obstacles sont nombreux, mais surmontables à force de patience et de discussions. Une mauvaise interprétation ou communication peut vite déboucher sur une dispute et un câlin n'est alors plus possible pour apaiser les tensions et éviter un clash. La communication est notre seule arme pour éviter les malentendus et rester proches. Ainsi, le poème qu'il me rédige tous les jours et qu'il m'envoie chaque matin au réveil est un geste romantique qui nous aide à réduire la distance. En cas de dispute, je suis toujours aussi frustrée de constater que la seule langue qui veut sortir instinctivement de ma bouche quand je m'énerve, c'est ma langue maternelle : le français !

Il faut aussi penser aux avantages d'une relation à distance : on a plus de temps pour se consacrer à son développement personnel et à ses passions (même si le risque de s'éloigner n'est pas à minimiser). Cependant, il faut tout faire pour ne pas ajouter une distance émotionnelle à la distance géographique en faisant de son mieux pour raviver et entretenir la flamme par la complicité et l'intimité.

J'enseigne donc le français à Sabine, en parallèle de mes cours sur Internet. Je continue l'écriture du livre. Même si je fais parfois (souvent) face à des moments de doute et au syndrome de la page blanche, je m'accroche car il est hors de question que j'abandonne. Je ne veux pas avoir de regrets, je sais que j'aurais fait de mon mieux.

À San Francisco, je suis plus attentive à moi, à mon bien-être et au fait de prendre soin de mon corps. La culture californienne déteint sur moi mais je pense que c'est pour le mieux ! Adeptes du yoga depuis ma découverte à Bali, je teste ici le yoga bikram qui se pratique dans une salle chauffée à 40,6 degrés Celsius avec une humidité de 40 %. J'ai l'impression de faire du yoga dans un hammam géant et je perds 3 litres d'eau à chaque séance ! La première fois, j'ai l'impression que je vais m'évanouir toutes les cinq minutes mais je réussis à reprendre le contrôle et à me concentrer. J'essaie de contrôler ma respiration pour ne pas céder à la panique et j'y parviens tant bien que mal. À la fin du cours, je suis fière d'avoir tenu le coup jusqu'au bout ! Je m'inscris aussi dans une salle de sport où je teste de

nouvelles disciplines comme le kickboxing. Dès que je tente quelque chose de nouveau, j'ai la sensation de me réveiller d'un long sommeil et de m'épanouir immédiatement. Être stimulée physiquement et intellectuellement est, à mon sens, l'une des clefs du bonheur.

J'essaie aussi de faire de nouvelles rencontres pendant ces quelques semaines à San Francisco. Pour cela, l'application Meetup est mon alliée. Je rencontre des gens géniaux autour d'un verre ou d'un jeu de société. Je fais également du bénévolat pour les SDF de la ville, un vrai problème de société à San Francisco. Le soir de ma première journée, j'ai la confirmation que le karma existe bien quand Jess, un autre bénévole, me propose de me raccompagner, malgré la distance importante, de l'autre côté du Golden Gate. Je sens qu'il a besoin de parler de son divorce récent. Quand nous traversons le pont, il me demande si je sais que celui-ci détient le triste record mondial du plus grand nombre de suicides. Effectivement, plus de 1 600 personnes se sont donné la mort en se jetant dans les eaux de la baie de San Francisco, 67 mètres plus bas. Et le nombre est probablement plus proche de 2 000, car les autorités ne comptabilisent que les corps retrouvés. Ces chiffres confèrent donc un record morbide à ce pont mythique. Je suis d'ailleurs étonnée de n'y voir aucun panneau comme j'ai pu notamment en apercevoir sur le pont George Washington de New York, avec des textes de dissuasion : « Le suicide n'est jamais la réponse, appelez ce numéro », « Il n'y a jamais une nuit ou un problème qui pourrait vaincre le lever du soleil ou l'espoir », suivis de : « Véritables paroles de quelqu'un qui se tenait debout et qui a appelé au lieu de sauter. » Pas facile de redonner le sourire à quelqu'un mais je fais de mon mieux et j'ai l'impression que Jess va mieux quand il me dépose. Son sourire ému en dit long.

Il m'est souvent arrivé que les personnes que je rencontre me confient leurs rêves, leurs peurs ou encore leurs déceptions. J'ai partagé des moments avec des gens de tous milieux sociaux, de tous âges, que j'aurais eu peu de chances de rencontrer dans une vie classique. J'ai aussi remarqué que, quand je me confiais en premier, mon interlocuteur se confiait

également. Nous répondons aux révélations par des révélations, même avec des étrangers.

Les échanges avec des inconnus sont souvent très intenses, plus honnêtes et intimes qu'avec certains amis, notamment en faisant du stop, car le cocon protecteur de la voiture est souvent propice aux confidences. Est-ce parce qu'on a peu de chances de revoir l'autre qu'on livre rapidement nos émotions profondes ? J'ai souvent été mieux comprise par des inconnus que par ma famille, une certaine intimité et complicité se créant rapidement. L'interaction est rapide et on se dit qu'elle n'a pas de conséquences, on est loin de chez nous, hors du cadre social classique et on a moins peur d'être jugé. De plus, on n'a pas d'attentes face à un inconnu. Quand nous discutons avec notre sœur ou notre meilleur ami, nous attendons d'eux qu'ils nous comprennent, voire qu'ils devinent nos pensées... Quand il s'agit d'inconnus, nous devons repartir à zéro puisqu'il ne peut pas y avoir de sous-entendus. Nous sommes plus clairs et avons donc la sensation d'être mieux compris.

Grâce à Meetup, un site permettant de se faire de nouveaux amis, je rencontre Vinit, un ingénieur d'origine indienne qui m'invite quelques jours plus tard sur son lieu de travail, la plus haute tour de Californie, la Salesforce Tower. À son sommet, la vue sur la ville est imprenable et je me rends compte du chemin parcouru depuis la première fois que j'ai contemplé ce pont. C'est bien le même pont mais une tranche de vie sépare ces deux expériences, une page s'est tournée dans mon existence et un nouveau chapitre s'est ouvert. Dans la souffrance, mais cette épreuve m'a appris que tout n'est que temporaire et qu'il faut s'accrocher quand plus rien ne va : toujours penser que l'éclaircie va vite arriver et ne pas l'oublier dans les moments heureux pour ne rien prendre pour acquis et profiter de chaque seconde. Rien n'est figé !

Le jour de la fête des mères, je rends visite à Vincent et Margo, un couple qui m'avait hébergée il y a deux ans et, dans le bus retour, j'ai la malchance de croiser la route d'un homme que j'aurais préféré ne jamais rencontrer... Son regard est dur et transpire la haine, son visage est fermé, vide d'amour, de compassion, d'émotion. Je suis alors au téléphone. Certes, appeler JR

dans le bus était une mauvaise idée, mais sa réaction est totalement disproportionnée et d'une violence verbale inouïe : « Rentre dans ton pays, tu n'es pas chez toi ici, dégage, marre des étrangers... », suivie d'autres insultes. Mon sang ne fait qu'un tour, je suis choquée par cette violence gratuite et révoltée par une telle discrimination. Les larmes me montent aux yeux, de colère, car c'est la première fois que je suis victime d'une agression qui a pour raison mes origines, et de peur aussi car je sens qu'il pourrait en venir aux mains.

À l'image de la population américaine, les passagers du bus sont un *melting-pot* de différentes origines ethniques, et chacun se sent attaqué et concerné par les mots de cet homme. De violentes disputes éclatent alors et la conductrice doit arrêter momentanément le bus pour calmer les esprits échauffés. Quand elle se retourne vers moi pour me demander : « Ça va mademoiselle ? », j'éclate en sanglots. Il me faut quelques heures pour me remettre de cette altercation qui m'a beaucoup retournée. Je finis par en rire quand JR me dit que j'aurais dû filmer la scène. Puisque les condamnations peuvent être lourdes en cas d'agression, les Américains ont en effet souvent pour réflexe de filmer leur adversaire pour avoir des preuves. Il m'est ainsi déjà arrivé d'assister à des « bagarres de téléphone » où chacun filme l'autre, ce qui est assez comique !

Durant ces deux mois, je fais aussi quelques baby-sittings. Je prends notamment soin d'Isa, le bébé le plus adorable qui soit et je prends, pour la première fois, un immense plaisir à m'occuper d'un tout-petit. Elle est toujours souriante, prenant plaisir à manger, à découvrir le monde, tout simplement heureuse de vivre ! Je demande à Romain, son papa, en rigolant : « Je commande où la même ? »

Après ces deux mois en Californie, je m'envole vers le Canada, plus précisément vers la Colombie-Britannique, avec une petite halte à Seattle. Je découvre Vancouver avant de prendre la direction du centre de méditation Vipassana où je vais vivre une retraite silencieuse pendant dix jours. Je suis hébergée à Vancouver par l'une des personnes les plus gentilles qu'il m'ait été donné de rencontrer, Tamette, la nièce du couple canadien qui m'avait tant marquée lors de ma visite des chutes du Niagara.

Elle et son colocataire, Guy, m'accueillent à bras ouverts, tels de vieux amis. La veille de mon départ vers les montagnes, ils m'invitent à pique-niquer au bord d'une falaise tombant à pic sur l'océan. Nous partageons un festin dans cet endroit magique et je fais tout ce que je peux pour m'imprégner au maximum de ce bonheur, au cas où je traverserais des moments difficiles dans les jours à venir.

Le but de cette retraite est d'y voir plus clair parmi toutes les questions que je me pose en ce moment, notamment quelle direction donner à ma vie. Ce ne sont pas les idées qui me manquent, bien au contraire, mais j'ai du mal à choisir parmi toutes les possibilités qui se bousculent dans ma tête. La peur est encore présente et la raison essaie parfois de repousser mes rêves les plus fous, en tentant de faire taire mon cœur et ma passion. Mais n'est-il pas possible de conjuguer la passion et la raison ? N'est-ce pas ça, au final, la sagesse ? C'est ce que je vais essayer de découvrir. Puisqu'on ne peut pas aider les autres sans d'abord s'aider soi-même, la méditation est à mon sens une manière de trouver son équilibre afin d'être assez stable pour avoir la force d'aider les autres.

Je te vois d'ici te demander si ce n'est pas une secte. Même JR avait un doute quand je lui ai parlé de ma volonté de participer à cette retraite silencieuse, coupée de tout moyen de communication. Pourtant, c'est loin d'être une secte car tu n'es incitée à croire en rien d'autre que toi-même...

Le centre est à plus de trois heures de route de Vancouver et j'ai la chance de trouver Linda, une autre participante, qui accepte de m'embarquer à son bord. Avant de la rejoindre, j'appelle pour la dernière fois JR avant onze jours sans aucune communication. C'est peut-être encore plus difficile pour lui que pour moi car il va subir mon silence. Mais il sait à quel point j'en ai besoin. Les au revoir sont difficiles mais ça rendra les retrouvailles d'autant plus fortes... Je suis vraiment excitée à l'idée de passer autant de temps loin de la ville mais aussi de mon portable. Nous profitons de nos derniers moments dans la voiture pour discuter en partageant des biscuits. Il nous faut des réserves car nous avons peur de mourir de faim pendant ces dix jours. Nous échangeons sur nos histoires et sur les expériences qu'ont eues les amis de Linda durant cette retraite.

Ce qui est intéressant, c'est que, même si tous les méditants participent à la même expérience, chacun réagit de manière très différente, en fonction des bagages qu'il traîne, de ses attentes, de ses buts, de son expérience mais aussi bien sûr de sa personnalité. Je me sens tout de suite particulièrement bien au centre, l'énergie y est intense et très positive. Le lieu est composé de plusieurs chalets en bois qui incitent à la relaxation et à la paix intérieure. J'ai d'ailleurs toujours rêvé d'avoir une maison respectueuse de l'environnement et cet endroit me rappelle ce rêve.

Les deux assistants du professeur qui va conduire cette retraite nous accueillent et nous remettent un document expliquant les règles de la retraite et ce à quoi les méditants doivent s'engager, notamment ne pas partir avant la fin du stage, ne pas voler, ne pas mentir... Je me sens tellement bien ici, l'atmosphère est cosy, apaisante et accueillante. Le document nous soumet également certaines questions très personnelles, dont le but est d'aider le professeur à mieux nous cerner, en cas de besoin : « Quels sont les drames de votre vie ? », « Avez-vous déjà eu des problèmes psychologiques, tels que la dépression... ? » Le document insiste bien sur le fait que cette retraite ne peut en rien se substituer à des soins médicaux et qu'il est impossible d'arriver avec l'espoir insensé de guérir des maladies psychiques sans l'aide de professionnels.

J'avais envie de tester cette nouvelle expérience depuis deux ans mais, jusqu'à présent, je ne m'en étais pas encore senti la force. J'étais terrorisée à l'idée de me retrouver seule face à moi-même sans personne à qui parler, personne pour me rassurer sur le fait que tout ce qui m'était arrivé n'était pas seulement de ma faute, ou encore personne pour valider mes choix et me conforter dans ceux-ci. Mais je me sens aujourd'hui assez forte : je signe avec confiance. Je m'engage à rester ici pour la totalité de la retraite et à ne pas abandonner, quoi qu'il arrive. Je remets ensuite mon portable et tous mes effets personnels aux organisateurs, moment que je vis comme une délivrance : enfin, j'y suis ! Face à moi-même.

On m'emmène dans le dortoir que je vais partager avec trois autres filles. Je suis heureuse de découvrir que je suis dans la seule chambre à l'extérieur du bâtiment, dont l'accès se fait par le jardin, alors que toutes les autres sont

dans le couloir, adjacentes au hall de méditation : les occupantes de ces chambres sont toujours dans le même environnement alors que la « coupure jardin » pour accéder à la mienne me rend très heureuse. Je profite du fait que l'on puisse encore discuter pour vérifier si mes voisines de chambre ronflent. La réponse de l'une d'entre elles me fait exploser de rire : « Non mais disons que je respire fort ! » Me voilà rassurée ! Nous avons quelques heures pour faire connaissance avec les autres méditants, avant d'observer le « silence noble » pendant dix jours. Nous nous mettons toutes les trois d'accord sur la réaction appropriée si l'une d'entre nous se met à pleurer. « Est-ce qu'on se reconforte ? Ne serait-ce que par le toucher ? Une main sur l'épaule ? »

À ma grande surprise, elles préfèrent toutes les trois gérer leurs émotions à leur manière et ne pas avoir d'interaction. Nous apprenons ensuite que le contact physique est de toute façon interdit entre les méditants. J'enverrai donc simplement des ondes positives ou un câlin imaginaire si je vois quelqu'un pleurer. Nous sommes tous venus participer à cette retraite avec un passé plus ou moins lourd. L'une des femmes a d'ailleurs le visage couvert de bleus et je me demande si elle a été battue... Je suis impressionnée par la bienveillance et la gentillesse de chacun, ça fait un bien fou de se sentir entourée d'inconnus déjà proches, car nous sommes tous venus ici pour les mêmes raisons : en apprendre plus sur nous-mêmes, se recentrer, prendre du recul sur notre vie et apprendre à méditer. Nous sommes une trentaine de femmes et une vingtaine d'hommes mais dès le début, ce qu'on appelle une « ségrégation » entre hommes et femmes est observé, c'est-à-dire que nous sommes séparés pour éviter au maximum toute distraction. Il nous est aussi demandé de ne pas porter de tenues trop révélatrices. Les épaules et les jambes doivent être couvertes, ce qui ne sera difficile pour personne au vu des températures fraîches en altitude. Après le dîner, le gong est sonné et le silence s'installe...

Quand on ne peut plus ni parler ni se regarder, le plus difficile est, à mon sens, de trouver un moyen d'être poli : on ne peut pas remercier verbalement quelqu'un qui nous laisse passer au réfectoire ou aux toilettes.

Une chorégraphie se crée d'ailleurs devant les lavabos pour s'éviter les unes les autres sans se parler ni se toucher...

Nous commençons la retraite par trois jours de méditation *anapana-sati*, ce qui signifie « attention sur le souffle ». Cette méditation a pour but de calmer l'esprit, d'unifier notre énergie et de développer notre capacité à la concentration. Ensuite, nous nous attaquons pendant six jours à *vipassana*, la plus ancienne des pratiques de méditation bouddhique qui consiste en un développement direct et graduel de l'attention, qu'on appelle aussi « conscience éveillée ». C'est-à-dire qu'on ne concentre plus seulement notre attention sur notre respiration mais aussi sur chaque partie de notre corps, en dessinant comme une boucle pour examiner avec minutie ce qui s'y passe. Enfin, nous terminons le dernier jour par *meta*, technique qui a pour but de partager de l'amour et de la bienveillance avec son prochain. Selon cette méthode, pendant les neuf premiers jours, nous ouvrons une plaie profonde sur laquelle nous appliquons un « baume réparateur » le dernier jour en partageant de l'amour et de la bienveillance.

Les premières heures de méditation se révèlent assez comiques puisqu'on essaie tous de trouver une position assez confortable, ou en tout cas la moins inconfortable possible, pour tenir une heure sans bouger... Pour ma part, j'essaie d'abord de caler des petits coussins sous mes genoux mais je comprends vite que le problème est mon dos : je me sens complètement cassée et je me tortille dans tous les sens pour trouver une position antalgique, mais ce n'est pas gagné ! Je ne peux m'empêcher de regarder, pleine d'envie, les petits sièges qui ont été donnés aux personnes les plus âgées avec un dossier pour s'appuyer et relâcher la tension. Je finis par craquer quelques jours plus tard : j'en demande un, timidement, à l'assistante du professeur. Quel bonheur ! Ça change tout ! Au fil des jours, de plus en plus de méditantes finissent par s'en équiper. Nous disposons aussi de couvertures car rester si longtemps immobile vous rend très frileux. Mais, ainsi emmitouflé dans ces plaids, il faut lutter pour ne pas s'endormir, notamment pendant les heures de méditation très matinales, à partir de 4 h 30. Plusieurs fois, je me sens glisser sur le côté et me réveille en sursaut ! Je fais part de ce problème au professeur :

— J'ai tendance à m'endormir car, étant sujette au stress, j'ai pour habitude de faire des exercices de respiration avant de me coucher pour me détendre et je pense que mon corps est troublé par ces signaux contradictoires.

— S'endormir est une réaction de fuite du cerveau, un piège qu'il va te falloir travailler pour réussir à le contourner...

Le premier matin, je n'entends pas le gong de réveil à 4 heures, bien trop discret pour une dormeuse au sommeil profond comme moi. Je sens alors que quelqu'un me secoue, de plus en plus fort puisque je ne réagis d'abord pas, et quand je comprends enfin qu'on est en train d'essayer de me réveiller, je dis : « *Thank you.* » Je suis trop dans le brouillard pour me rappeler la règle du silence. Pourtant, dès que les mots sortent de ma bouche, je me rends compte de mon erreur et me couvre les lèvres des deux mains.

Cette retraite me permet de mieux comprendre les raisons de mon manque de confiance et de ma peur du regard de l'autre. Je pense que, comme je n'ai pas eu de modèle parental fort étant enfant, c'est-à-dire un guide, un mentor, un modèle à suivre, une voie tracée, j'avais comme la sensation de marcher en équilibre précaire sur un fil tendu, avec l'impression que le moindre obstacle pouvait me faire basculer du mauvais côté. Par conséquent, j'ai pris beaucoup de précautions pour me protéger et m'assurer de rester sur la bonne voie, en étant très studieuse et sérieuse en général. Je n'ai jamais vraiment fait de bêtises... Je ne pense pas avoir vécu mon adolescence autant que je l'aurais pu... Comme si je sentais que, si je basculais du mauvais côté du fil, je n'avais pas de filet de sécurité : personne n'aurait été là pour me rattraper. Et je pense que c'est l'une des raisons pour lesquelles j'ai aujourd'hui du mal à prendre des décisions.

J'ai, grâce à cette retraite, pu faire la paix avec moi-même car j'ai fini par comprendre que mes parents m'ont aidée à leur niveau, avec ce qu'ils étaient capables de me donner et de m'offrir par rapport à leurs propres éducation, ressources et compétences. Ils ont toujours fait de leur mieux avec les outils dont ils disposaient et dont ils savaient se servir, alors merci papa et maman !

Contrairement à ce que j'avais imaginé, ce n'est pas le silence qui est le plus difficile à gérer (c'est en fait assez reposant), ni l'absence de dîners, mais de loin le manque d'activité physique. Le jeûne (à partir de 11 h 30) a été plus facile que prévu : on mange souvent par habitude, parce que c'est l'heure, parce que le reste de la famille mange, parce que les aliments sont devant nous en abondance... mais il est important d'écouter son corps et ses besoins ! Et j'ai besoin de me dépenser. Le parc qui entoure le bâtiment principal est réservé à nos promenades entre les heures de méditation, mais il est petit et délimité par des cordes et des panneaux. J'y prends le temps d'observer la nature... et elle est magnifique ! Notre vie quotidienne et les soucis qui vont avec nous empêchent parfois de profiter des plaisirs simples... Nous sommes souvent distraits par notre portable ou nos préoccupations en étant, certes, connectés en ligne mais plus à nous. Nous avons souvent pour habitude de dire, quand nous coupons notre portable pour aller marcher à l'extérieur, que nous nous « déconnectons ». Mais si nous étions plutôt en train de nous reconnecter, à nous et à la nature ? Sans distraction, je remarque des détails que je n'avais jamais perçus auparavant : les spirales au centre des fleurs, le rythme de floraison, le comportement des insectes, la réaction des fleurs et des plantes à la pluie et au soleil.

Un jour où le sport me manque terriblement, je demande à voir le professeur pour l'interroger sur la raison de l'interdiction d'activité physique. Il m'explique que le sport n'est pas autorisé car le but est d'atteindre le bien-être grâce à la méditation et à rien d'autre. Pratiquer un sport en parallèle (qui est pour beaucoup d'entre nous un exutoire, un moyen de se défouler et d'évacuer la pression) biaiserait le résultat car nous ne serions plus certains de l'origine de notre bien-être.

Ma voisine de chambre, athlète de haut niveau (danseuse professionnelle de ballet), m'explique à la fin des dix jours à quel point son corps, habitué à s'entraîner et à repousser ses limites tous les jours pendant au moins six heures, l'a fait souffrir, comme si ses muscles la suppliaient de travailler, d'être étirés. À l'image d'un athlète privé de sport à cause d'une blessure, il s'agit de réussir à ne trouver le bien-être que dans la méditation, sans

stimuli extérieurs, pour ne plus jamais se sentir prisonnier de son corps ou de son environnement. Réussir en quelque sorte à être le maître de son corps et de son esprit.

Aussi surprenant que cela puisse paraître, je m'endors très facilement chaque soir. Certes, je ne suis pas fatiguée physiquement mais je me sens épuisée psychologiquement car la méditation demande une concentration intense. Je suis tellement habituée, comme tout le monde, à être assistée d'une machine, d'un smartphone et de la technologie en général que je me retrouve démunie, ne serait-ce que pour calculer. Voici des années que je n'ai rien compté de tête ou encore travaillé autant ma mémoire. En effet, nous ne sommes pas non plus autorisés à écrire. Je me fais donc des listes mentales de toutes les choses dont je veux absolument me souvenir et je me les répète en boucle pour être sûre de ne pas les oublier. Moi qui suis tellement habituée à faire des listes, je dois faire un gros effort pour n'oublier aucune des questions que je désire poser au professeur dans le court intervalle qui m'est accordé avec lui. Il me faut être méthodique, efficace et aller droit au but.

La méditation fait remonter à la surface, souvent sans raison précise, des souvenirs profondément enfouis dont la précision me surprend, comme celui de mes années à l'école maternelle, un mélange d'odeur de lait tiède et d'urine, puisqu'on prenait notre goûter, constitué de lait tiède servi dans un verre en plastique avec un petit-beurre, près des toilettes. Ce mélange d'odeurs me revient comme un flash. La mémoire et ses mystères...

À mi-parcours, trois personnes abandonnent et quittent le centre. Celles-ci ont des enfants en bas âge et ne supportent tout simplement pas le silence. Ce lieu est vraiment formidable pour profiter de la nature. À chaque pause, je m'assieds pour observer les écureuils et les marmottes que je vois à l'état sauvage pour la première fois de ma vie. C'est apaisant ! Même si l'équipe nous avait demandé de ne pas les nourrir pour ne pas les rendre dépendants, l'une des méditantes, une femme russe qui m'inspire tout de suite la sympathie, le fait en cachette. Même si je sais que ce n'est pas leur rendre service, je ne peux m'empêcher d'avoir un grand sourire jusqu'aux oreilles chaque fois que je la vois en leur compagnie. Bien sûr, les animaux

sauvages doivent être capables de se nourrir par eux-mêmes mais la voir avec un écureuil dans la main et quelques graines dans l'autre est craquant. Il a l'air de se régaler ! Je me souviendrai toujours du moment où nous avons échangé un sourire (toute forme de communication est proscrite mais nous sommes des animaux sociaux et interagir avec les autres est un besoin vital auquel nous n'avons pas résisté). Ce sourire m'a réchauffé le cœur.

Pendant la retraite, nous avons la chance que des volontaires (des méditants plus expérimentés) cuisinent pour nous. Pour la première fois de ma vie, je mange vegan et je me sens bien dans mon corps et dans mon esprit. Quel bonheur de manger si équilibré. Je me sens en accord avec moi-même en respectant à la fois mon corps et la nature. Ne pas manger de viande ne me manque pas du tout et savoir qu'aucun animal n'est mort pour moi m'apporte un grand bonheur et un profond bien-être. Au centre, je bois énormément. L'air y est très sec et je ne suis pas habituée à ce type de climat, je me sens toujours desséchée comme un vieux pruneau. Le fait de respirer de manière différente y est aussi peut-être pour quelque chose. Je suis surtout davantage à l'écoute de mon corps et de ses besoins... Avec un demi-litre d'eau et une pause pipi entre chaque heure de méditation, je me sens purifiée ! Dommage que je n'ose pas boire autant à La Barbade. Puisque l'eau du robinet n'est pas très sûre, nous achetons de l'eau en bouteille qui coûte la peau des fesses : de l'or liquide ! Pourtant, l'eau, qui constitue 65 % de notre corps, est vitale et en boire beaucoup a de nombreuses vertus. Cela permet de perdre du poids, de faire disparaître les cernes, de préserver les capacités mentales, notamment la mémoire, de favoriser le transit ou encore de mieux dormir...

Le but de la méditation est de se concentrer sur ses sensations corporelles en parcourant son corps des pieds à la tête pour en ressentir chaque sensation, telles que la douleur, la chaleur, la transpiration, les démangeaisons... Fidèle à moi-même, le premier jour de Vipassana, c'est-à-dire le quatrième de la retraite, je suis excitée d'apprendre quelque chose de nouveau et il m'est donc facile de me concentrer sur les différentes parties de mon corps. Mon attention est stimulée car il s'agit d'une

nouveauté. Les jours suivants, cette stimulation a disparu et me concentrer si longtemps sur la même chose devient un véritable challenge.

Petit à petit, j'apprends à maintenir ma concentration sans me laisser distraire par le flot d'idées qui m'arrive. Je suis très heureuse de savoir qu'il y a, tous les midis, un créneau prévu pour poser ses questions en privé au professeur. Je le fais souvent rire, à mes dépens, comme la fois où, paniquée, j'écris mon nom sur la liste des élèves souhaitant lui parler, dès 4 heures du matin, pour une entrevue à midi. Dès que la porte se ferme derrière moi et que je me retrouve seule avec lui, je lui dis :

— Je ne comprends pas le but de Vipassana. Je n'ai pas envie de devenir un robot ou une personne ennuyeuse, je veux avoir de puissants hauts et de grands bas dans ma vie, je veux vivre la passion et ressentir toutes mes émotions avec force. Comme la courbe des battements cardiaques, je veux me sentir en vie en ressentant tout avec passion.

— Ah, c'est bien ton côté latin qui ressort ! Le but de Vipassana n'est pas que tu n'aies plus d'émotions, le but est que tu ne te laisses plus dépasser par celles-ci, que tu saches les contrôler et que tu apprennes à revenir plus vite dans la zone neutre quand de puissantes émotions arrivent, surtout si elles sont négatives. Par exemple, si tu étais auparavant en colère pendant quatre heures quand quelque chose de déplaisant se produisait, le but est que tu ne sois plus en colère que pendant deux ou trois heures, et ça continuera de s'améliorer avec le temps.

Tout s'éclaire dès ce moment-là...

Lorsque nous demeurons silencieux, nous sommes d'autant plus sensibles à nos sens. Je remarque que, même sans parler, le langage corporel est très fort. Sans pouvoir en expliquer les raisons, j'ai davantage le feeling avec certaines personnes, un ressenti qui s'avère pourtant trompeur. En effet, pendant les dix jours de silence, je me dis : « J'ai hâte de parler avec cette personne, elle a l'air super sympa », alors qu'au contraire, d'autres ne m'inspirent pas particulièrement la sympathie. Et la grande majorité de ces premières impressions sera démentie au 10^{ème} jour : j'aurai, au retour de la parole, des affinités bien plus importantes avec des personnes qui ne m'attiraient pas à première vue. Une grande leçon ! En fonction de mon état

d'esprit (variant parfois d'une heure à l'autre), je vois cet endroit comme mon cocon ou comme ma prison. Le même jour, je passe de : « Je ne sais pas ce que je fous ici, je ne suis pas comme tous ces hippies » à, deux heures plus tard : « Je veux ouvrir un centre de méditation Vipassana et de bien-être avec Sedio, le *Ying and Yang Center*, un projet chargé de sens puisqu'elle est noire de peau et moi blanche. »

Le cinquième jour, je me rappelle comme dans un flash que j'ai une photo de JR dans mon sac à main ! À partir de ce moment-là, je garde cette image comme un trésor sous mon oreiller et je la serre contre mon cœur à chaque coup dur ! Je sens sa présence et je me sens réconfortée par son sourire bienveillant auquel je me raccroche.

Je suis heureuse d'avoir été célibataire pendant un an et demi : je suis devenue plus forte et j'ai appris à me connaître. Mais je suis maintenant la plus heureuse d'être en couple et d'avoir trouvé cet homme extraordinaire. Je ne voulais plus être en couple par besoin, je voulais l'être par choix. Je ne cherchais pas ma « moitié », quelqu'un qui me complète, au contraire, je voulais être déjà entière seule. JR est la cerise sur le gâteau, il n'est pas l'unique source de mon bonheur mais il le complète, le démultiplie... Nous ne sommes pas des demi-humains à la recherche de notre moitié. Nous sommes des êtres complets prêts à aimer d'autres êtres complets !

Le cours de SN Goenka, chaque soir, est le moment que j'attends avec impatience. Goenka est un professeur de méditation Vipassana originaire de Birmanie, qui s'est installé en Inde pour enseigner la technique. Dans ce pays encore divisé par les différences de castes et de religions, ses cours, dont la neutralité religieuse est la force, ont attiré des milliers de personnes de toutes les couches de la société. Son enseignement est ensuite devenu populaire dans un nombre croissant de pays, aussi bien en Orient qu'en Occident. SN Goenka a consacré sa vie à enseigner cette technique de méditation, convaincu que la paix individuelle aurait pour conséquence la paix dans le monde. Il a d'ailleurs participé en 2000, avec d'autres leaders spirituels du monde entier, au Sommet mondial pour la paix du millénaire au siège des Nations unies. Il insiste sur le fait que la paix dans le monde ne peut être atteinte à moins que chaque individu ne connaisse la paix

intérieure. La médiation aide à être plus stable au niveau émotionnel, moins colérique, violent, irritable... ce qui, transposé au niveau d'une société, a un effet considérable sur le bien-être des citoyens. Il insiste également sur l'importance de l'harmonie religieuse, de la tolérance et de la coexistence pacifique : « Plutôt que de convertir les gens d'une religion organisée à une autre religion organisée, nous devrions essayer de convertir les gens de la souffrance au bonheur, de l'asservissement à la libération, de la cruauté à la compassion. »

La technique remonte au Bouddha qui a enseigné le *dhamma*, la voie de la libération universelle. Cet enseignement attire des personnes de tous les milieux sociaux et de toutes les religions et c'est cet aspect laïc qui m'a d'abord plu. Les cours de Goenka ont été enregistrés en 1991, l'année de ma naissance et, depuis, des centaines de milliers de personnes les ont visionnés, en ayant la chance d'assister à l'une des retraites de méditation. Ainsi, quel que soit l'endroit où vous suivez le cours, vous recevez exactement le même enseignement, ce qui permet de s'assurer que son essence première n'est pas dénaturée. Le professeur qui guide chaque session n'est là que pour répondre aux questions des élèves. Goenka utilise beaucoup de métaphores, ce qui rend les idées qu'il souhaite faire passer d'autant plus parlantes et visuelles. En voici quelques-unes qui m'ont marquée.

« Il y aura toujours des cailloux et des épines sur le chemin de la vie, tu ne peux pas le nettoyer, il est bien trop grand, avec bien trop de recoins. Par contre, ce que tu peux faire, c'est porter des chaussures pour te protéger des personnes malveillantes et des épreuves et ainsi ne plus te blesser... » Je me confie au professeur, à cœur ouvert, les larmes aux yeux, sur mes blessures profondes et les difficultés que j'ai à les surmonter. La bonté, le calme et la bienveillance qui se dégagent de lui portent aux confidences. Souriant, il m'écoute parler en me tendant une boîte de mouchoirs. Je le questionne sur la manière d'aider les autres sans me blesser au passage. Il me répond avec patience qu'il est impossible de changer les autres et qu'essayer de le faire serait de la folie et n'aboutirait qu'à de la souffrance. L'objectif est plutôt de

réussir à se changer soi, de se protéger pour ne pas être blessé trop facilement, d'où l'idée des chaussures sur le chemin de la vie.

« Même s'il est merveilleux, enrichissant et formateur d'essayer de nouvelles expériences, attention à ne pas s'épuiser en chemin. À force de butiner à droite, à gauche, sans avoir de vrai but, tu risques de te perdre en route. Si tu veux creuser un puits pour atteindre l'eau (le bonheur) et étancher ta soif, tu peux creuser plusieurs trous à différents endroits pour trouver le lieu le plus favorable. Mais il faut un jour avoir la force de prendre une décision et de choisir un lieu, et un seul, pour creuser jusqu'à la source et y consacrer toute ton énergie. » Cette métaphore me touche particulièrement puisqu'il y a tellement de choses que j'aime et que je veux essayer, au risque parfois de m'éparpiller. Je suis aussi, comme beaucoup, sensible à la stimulation constante que représentent les réseaux sociaux et l'afflux de nouvelles informations, je me perds entre mes envies de devenir journaliste, aventurière, écrivain... Pourtant, je sens que je suis maintenant moins dans la recherche constante du plus ou du nouveau, j'essaie de me laisser moins vite et de creuser davantage. Je ne veux pas être une éternelle insatisfaite, je travaille sur moi pour réussir à voir le positif, quelle que soit la situation.

Goenka propose aussi cette autre métaphore : un jour, un homme peignit une magnifique femme, si attirante que son désir pour elle devint intense et qu'il ne put résister. Il voulait vivre avec elle. Tous ses amis le prirent pour un fou : « Tu ne peux pas la désirer autant, elle n'est qu'une création de ton esprit ! » Plus tard, il peignit un tableau effrayant qui lui faisait très peur. De la même façon, ses amis lui expliquèrent à quel point il était insensé d'avoir peur de quelque chose qu'il avait créé. On ne peut pas craindre ou envier ce qui n'est qu'une création de notre esprit.

Nous retrouvons cette idée dans les quatre accords toltèques : nous ne sommes pas responsables de ce que les autres font, disent, ressentent ou pensent, c'est leur vérité, pas la nôtre, et cela ne doit pas atteindre notre vérité personnelle. Il ne faut pas non plus faire de suppositions : il vaut mieux demander clairement plutôt que d'interpréter une parole ou un événement pour éviter de se sentir blessé sans raison. Il faut aussi toujours

faire de son mieux et avoir une parole irréprochable car chaque être humain est un magicien à travers ses mots. Je suis d'ailleurs soulagée de ne pas avoir à parler durant la retraite. Même si l'on veut être soi-même, le plus authentique possible, on se sent souvent forcé de porter un masque en société, et il nous arrive aussi de jouer un rôle avec des personnes proches, car on pense que c'est nécessaire pour se faire accepter et aimer. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle la retraite se fait dans un noble silence : pour ne pas être influencé par les autres et ne pas mentir, exagérer une expérience ou une sensation... Si ceux qui t'entourent t'expliquent qu'ils ressentent un courant d'électricité leur parcourir le corps quand ils méditent, tu vas te comparer et te sentir mal si ton expérience est moins intense.

Même si j'adore les cours de SN Goenka, j'ai de plus en plus de mal à supporter sa voix traînante quand il nous donne les instructions de méditation. Le premier jour, on m'avait demandé si j'avais besoin d'un casque avec la traduction française, proposition que j'avais déclinée sur les conseils d'autres méditantes qui me vantaient l'humour réputé de Goenka. Effectivement, il est très drôle, mais après quelques jours, j'informe tout de même l'assistante du professeur que j'ai changé d'avis et que j'aimerais la version française. Il est difficile d'expliquer à quel point un changement, ne serait-ce que minime, dans une routine si millimétrée fait un bien fou : entendre une nouvelle voix dans sa langue maternelle et passer deux heures dans une autre pièce que le hall de méditation est pour moi une bouffée d'air frais.

Au départ, j'écoute l'enregistrement en langue française dans le hall principal, entourée des autres méditants, avec les deux langues en doublon. Je demande donc le deuxième soir à être autorisée à écouter dans la pièce adjacente, réservée aux entretiens individuels. L'assistante du professeur accepte puis revient une demi-heure plus tard, toute gênée, pour me dire :

— Je suis navrée mais le professeur souhaite que vous soyez avec les autres élèves.

— Mais c'est impossible de se concentrer, le casque n'isole pas du son extérieur et je ne peux pas comprendre.

— Navrée, je n'y peux rien.

Une colère inexplicablement intense monte en moi et je retourne m'asseoir à ma place habituelle, furieuse. J'enlève brusquement le casque puis écoute la fin du cours en anglais. Ma réaction est démesurée et je sens une colère sourde gronder en moi. Je me dis : « Il veut faire son gourou et me prouver que c'est lui qui commande, que c'est lui le chef... » À la fin du cours, contrairement à ce que l'assistante du professeur m'avait demandé, je ne retourne pas lui demander une nouvelle fois son autorisation. Il a dit non une fois, je n'ai pas envie de le supplier. Elle me rattrape pourtant dans le couloir et insiste pour que j'y aille. J'accepte à contrecœur et heureusement, car je réalise alors le quiproquo...

« Oh, je suis vraiment désolé, me dit-il, s'il y a trop de bruits parasites, bien sûr que tu peux aller dans la salle de rendez-vous. Je pensais que tu voulais écouter l'enregistrement dans ta chambre et je n'étais pas vraiment d'accord avec cette idée. » Je me sens bête tout à coup en me rendant compte du malentendu. Il ne comprenait pas pourquoi j'étais en colère et je ne comprenais pas pourquoi il me refusait ma requête. Chacun voyait la situation de son propre point de vue, sans avoir la perspective de l'autre.

Après avoir obtenu son accord, j'écoute donc les cours tous les soirs dans la petite salle adjacente au hall de méditation et je retiens une importante leçon de cet épisode : toujours essayer de comprendre le point de vue de l'autre ! La méditante russe (celle qui nourrit les marmottes) m'offre le fou rire le plus intense de ces dernières semaines quand nous nous retrouvons toutes les deux dans cette petite pièce, elle écoutant les cours en russe et moi en français. Il n'y a dans cette salle qu'une chaise et deux coussins en hauteur, du même type que celui utilisé par le professeur dans le hall de méditation. En entrant, elle me questionne du regard pour savoir si elle peut s'y installer. Je lui réponds en hochant la tête et en haussant les épaules, je ne vois pas pourquoi elle ne pourrait pas s'y asseoir. Quelques minutes plus tard, l'assistante du professeur nous rejoint pour vérifier que tout va bien et, quand elle la voit assise sur le siège, elle se met à paniquer et à rougir en faisant de grands gestes et en affichant un sourire gêné : « Non, non, non, vous ne pouvez pas être là, c'est la place du professeur. » Elle se lève alors et va s'asseoir par terre, puis nous regarde tour à tour et finit par briser la

règle du noble silence en me disant : « *Who knows ?* » (« Qui le sait ? »). Nous partons alors toutes les trois dans un fou rire nerveux difficilement contrôlable. Cette sensation est extraordinaire ! Le soir dans mon lit, j'ai un grand sourire en repensant à cet épisode cocasse.

La promiscuité des méditants dans le hall a aussi ses risques : dès le troisième jour, quand j'entends quelques personnes tousser deux rangs derrière moi, je me dis : « Ce n'est pas le moment d'être malade. » Je prends même des médicaments en prévention, pour éviter de tomber malade, mais rien n'y fait. Me voilà avec une grippe carabinée deux jours plus tard, doublée d'une angine et d'une bronchite. Je ne me rappelle pas la dernière fois où j'ai été malade mais mon corps se lâche et me fait la totale ! La méditation faisant remonter des souvenirs douloureux, j'ai aussi des symptômes psychosomatiques : je suis prise de violentes poussées d'eczéma entre les doigts, ce qui ne m'était pas arrivé depuis l'adolescence...

Je découvre vite à quel point ce lieu n'est pas l'endroit idéal pour être malade. Nous savons tous à quel point un mot gentil peut faire du bien quand on se sent affaibli et vulnérable. Ici, je suis seule face à moi-même. Par ailleurs, l'emploi du temps strictement conçu pour le respect de la vie en collectivité ne permet pas de flexibilité horaire alors, quand un matin, je me réveille avec plus de 39 degrés de fièvre, en nage, je dois attendre l'heure autorisée plus de deux heures pour prendre une douche. Se retenir de tousser ou d'éternuer quand on est en train de méditer dans le silence le plus total est également difficile. Savoir qu'on ne peut pas faire de bruit donne encore plus envie de le faire ! J'ai peur que tout le monde me déteste car je ne peux m'empêcher d'éternuer et de me moucher. J'essaie d'être le plus discrète possible mais tout est tellement calme qu'on entendrait une mouche péter !

Le temps étant la ressource la plus abondante durant la retraite, il m'arrive de faire des expériences assez particulières. Comme ce jour où, assise dans l'herbe du parc, je regarde autour de moi et vois ce caillou blanc entouré de mousse, à moitié enterré : sans raison particulière, je me mets alors à creuser autour de lui jusqu'à le déterrer complètement. Dessous, je

découvre un autre caillou, marron cette fois, bien plus gros et lourd que le premier. J'y vois alors une métaphore, une image de ma vie : le caillou blanc représente le passé avec mon ex, mes blessures d'enfance et ma vie de jeune adulte. Caché et protégé en profondeur se trouve mon futur avec JR, bien plus imposant. Je prends alors le petit caillou blanc pour le lancer de toutes mes forces, le plus loin possible, en symbole de ma libération de ce poids du passé. Heureusement, je me souviens à temps que l'une des autres femmes est étendue dans le champ, cachée par les herbes hautes, en train de lézarder au soleil, et je le lance dans la direction opposée, vers la forêt, où je suis sûre de n'assommer personne. Je me sens vraiment légère et libérée après ce geste symbolique...

Entourée de la nature, des fleurs et des animaux, je suis en parfaite harmonie, en communion avec ce qui m'entoure. D'autres expériences très personnelles se sont produites comme le moment où, en pratiquant Vipassana, et en parcourant les différentes sensations de mon corps, j'ai imaginé celles de l'accouchement : une immense émotion s'est emparée de moi et m'a submergée à l'évocation de ce moment magique que j'imagine d'une douleur extrême...

Le moment le plus difficile est pour moi le dixième jour... Pendant neuf jours, je me suis en effet efforcée de combattre mes vieux démons, mes vieilles peurs, notamment celle du jugement et du regard des autres. Même si je suis maintenant beaucoup plus à l'aise en groupe qu'avant, j'ai toujours cette phobie de ne pas être acceptée, de ne pas être aimée pour celle que je suis. Notamment en voyageant, j'ai appris à m'adapter à tous types de groupes et je suis à l'aise partout, tel un caméléon, mais avec parfois la peur de perdre la vraie Justine en route. Pendant la retraite, face à moi-même, j'ai été anxieuse à l'idée de recommencer à parler.

Je me promets de ne pas retomber dans mes vieux travers et d'être confiante, sans avoir peur du jugement d'autrui... Au final, dès le retour à la parole, je retombe dans mes anciens vices... Certaines personnes sont tellement à l'aise en groupe qu'elles s'imposent de manière naturelle et s'emparent de la place de leader sans effort grâce à leur charisme. Tant que ça ne tombe pas dans l'excès de l'arrogance, je pense qu'être sûr de soi est

une qualité, ou du moins une force, mais que je n'ai pas (encore). Mon manque de confiance en moi m'empêche de prendre la parole avec aisance car j'ai peur d'ennuyer et de lasser les autres, je m'efface donc rapidement en me faisant discrète, sauf si je me sens en confiance. Se comparer aux autres est d'ailleurs la meilleure manière de souffrir. Comme le disait Theodore Roosevelt, « la comparaison nous dérobe de la joie ». Nous portons tous des masques sociaux et nous ne pouvons jamais être sûrs de ce que la personne en face de nous est en train de vivre.

Mon schéma habituel de comparaison avec les autres se reproduit donc, malgré moi, quand nous sommes autorisés à reprendre la parole. Par conséquent, l'heure suivante est un véritable calvaire où je me maudis de ne pas avoir su tenir la promesse que je m'étais fait d'être forte en étant moins sensible au jugement des autres. Après cette heure de souffrance, je croise le regard de l'une des femmes et je pense qu'elle comprend en un regard mon mal-être. Elle me demande simplement : « Ça va ? », et ces simples mots me font fondre en larmes. Catherine me propose alors d'aller se balader avec moi dans le jardin, à l'abri des regards. Nous discutons et, au-delà des mots, je ressens une profonde connexion d'âme à âme se produire, ce qui est rare. Dès que je me confie, elle me dit qu'elle comprend ce que je ressens. En quelques minutes, elle parvient à me redonner le sourire et à me rappeler à quel point, sans nous en rendre compte, nous partageons tous les mêmes peurs. Il est vital, pour ne pas être malheureux, d'arrêter de se comparer aux autres. La plupart des gens n'écoutent pas vraiment et attendent simplement leur tour pour parler, ce qui est loin d'être le cas de Catherine.

Comme le dit Christophe André, un psychiatre français, « la méditation est un détour par soi-même ». Je conseille à tous cette expérience, mais surtout d'y aller sans attente précise, en étant ouvert et en se laissant porter par ce qui arrive. En ce qui me concerne, j'ai par exemple entendu que certains se sentent comme hors de leur corps en méditant ou que d'autres ont des révélations profondes et, pour être honnête, je m'attendais à une expérience plus forte, presque mystique. Mais avec du recul, je peux affirmer que cette retraite a été une expérience extraordinaire avec des résultats au long cours

qui resteront en moi et me serviront toute ma vie. La méditation a d'ailleurs fait ses preuves, y compris au niveau scientifique : il a été prouvé (grâce à des IRM) que méditer modifie la structure du cerveau. La technique Vipassana a même été enseignée à des personnes incarcérées dans des prisons de haute sécurité de différents pays et elle a réussi à réduire le taux de récidive au sein de ces populations. Quand, le onzième jour, on me rend mon portable, je m'aperçois que je n'en ai aucune envie, à part pour appeler JR. Je me dis que deux choses peuvent maintenant arriver : soit je vais avoir énormément de messages et je vais me sentir submergée, soit je vais en avoir peu et je risque de ne pas me sentir aimée. Mais je me remets vite de ces émotions négatives et je décide de prendre les choses du bon côté. Quoi qu'il arrive, ce sera bien « *as it is* », comme le dit Goenka.

Vipassana nous permet d'expérimenter une vie proche de celle des moines, basée sur la charité. En effet, la retraite est gratuite car elle est financée par les dons des anciens élèves qui, ayant retiré des bienfaits de cette expérience, ont souhaité que d'autres puissent avoir, eux aussi, la chance d'expérimenter ce voyage intérieur. Nous avons l'opportunité de faire un don à la fin, libre et anonyme, non pas pour payer notre propre hébergement et notre propre nourriture, mais pour permettre à d'autres de vivre la même chose dans le futur. Il est aussi possible de donner de notre temps (à mon sens le plus beau des dons) en revenant en tant que bénévole pour être serveur, c'est-à-dire cuisiner et mettre en place les repas pour les méditants. En voyant le formidable travail des bénévoles, je les prends pour exemple et je me dis que l'une des recettes du bonheur est peut-être de trouver quelque chose que tu es prêt à faire gratuitement (car ça te plaît) et d'en faire ensuite ton métier.

J'ai tant de fois cherché des réponses ou des solutions chez les autres avant de comprendre que je suis la seule personne responsable de mon bonheur, de ma paix intérieure. J'ai pris modèle sur certains et j'ai essayé de devenir « influenceuse », « blogueuse voyage ». Mais je n'ai jamais réussi à décoller car cela implique une connexion constante et pour moi, être devant un ordinateur est un cauchemar. J'ai besoin de contacts humains réels et d'être déconnectée quand je voyage.

Nous sommes parfois tellement connectés (à Internet et aux réseaux) que nous sommes en fait déconnectés (du monde réel qui nous entoure). De même, nous passons du temps à recharger nos appareils mais nous oublions de nous recharger en prenant du temps pour nous, par la lecture, le sport, l'art... Cette retraite m'a aidée à comprendre que tout n'est que temporaire. J'ai ainsi fait la paix avec moi-même en faisant face à mes démons, j'ai éradiqué toutes les fausses croyances que j'avais et j'ai compris que tout arrive pour une raison. Les cycles de la vie sont comme les cycles de la nature : il faut prendre exemple sur elle pour aller de l'avant, à l'image de l'automne qui n'a pas peur de l'hiver car il sait que le printemps reviendra et que rien n'est définitif.

Je fais le trajet du retour, toujours dans une nature apaisante, avec Linda et deux autres femmes. Nous partageons toutes les quatre une joie intense, celle de pouvoir écouter de la musique pour la première fois après tant de silence. Linda augmente le son quand nous dépassons enfin la corde indiquant les limites de la retraite, la même que j'ai eu envie de franchir toute la semaine. Je me suis imaginée ce moment de libération tellement de fois ! J'arbore un immense sourire en écoutant la musique, en chantant et en ayant enfin devant les yeux de nouveaux paysages. Je me sens profondément vivante, libre et heureuse : j'ai enfin trouvé l'harmonie et la paix intérieure... Cette retraite m'a ouvert les yeux et j'ai d'autant plus de gratitude, pour ce que j'ai et les gens qui m'entourent...

Avant, dans les moments difficiles à La Barbade, je me disais que j'étais là « à cause de JR », je pensais aux prix excessifs, aux Barbadiens pas toujours très agréables, à la solitude que j'y ai ressentie, mais maintenant, je décide de changer mon état d'esprit : je fais tout pour ne voir que le positif. C'est ma nouvelle résolution, je suis là « grâce à JR », je suis dans un environnement paradisiaque, parfait pour travailler sur mon livre et mes cours en ligne. Je fais de mon mieux pour voir le verre à moitié plein !

En arrivant à Vancouver, je me réfugie tout de suite dans un parc, l'endroit le plus calme que je puisse trouver. Heureusement que Tamette habite en périphérie et pas en plein centre : je me sens tout de même agressée par les bruits de la ville : un bus qui passe et je sursaute, une voiture qui klaxonne

et mon cœur s'emballe. Le choc est grand en revenant dans un environnement si bruyant après onze jours en pleine nature, dans le silence le plus total.

Le premier appel à JR est un moment inoubliable. Il est l'homme de ma vie ! En mon absence, il m'a fait la surprise de se filmer plusieurs fois par jour pour créer un journal intime vidéo afin de me faire partager son quotidien. Il a ensuite créé une compilation de tous ses petits clips, qu'il a intitulée « Les chroniques sans mon bébé ». Je suis tellement touchée par cette attention... Il a vraiment un cœur de Chamallow sous sa carapace et ses allures de gros dur.

Avant de partir pour la retraite, je savais qu'il me resterait ensuite deux jours avant de reprendre l'avion. J'avais donc hésité à partir sur l'île de Vancouver où j'avais même trouvé un covoiturage et un hôte. Mais je me dis qu'après une telle expérience, tout ce dont j'ai envie, c'est de me retrouver dans un endroit familier, avec des visages familiers. Déjà que je ne rentre pas à la maison comme tous les autres, devoir me (re)présenter et donner le meilleur de moi-même avec un inconnu, je ne m'en sens pas capable. Je décide donc de revenir chez Tamette comme elle me le propose si gentiment. Avec elle, je suis comme une sœur qui rentre au bercail. Quand je la retrouve, elle s'étonne que je sois si bavarde et je lui dis : « Tu sais Tamette, j'essaie toujours d'être la meilleure invitée possible, aussi fatigant que cela puisse être. Je veux faire bonne impression. » Je suis très heureuse de la retrouver.

Puisque je voulais perdre du poids avant de retourner à La Barbade, je me lance dans un régime *low-carb*, c'est-à-dire pauvre en glucides, car malgré ce que j'espérais en jeûnant à partir de midi, je n'ai pas perdu un gramme pendant la retraite ! Je mange donc du poulet pour la première fois depuis treize jours. Quelle erreur : le corps et l'esprit sont liés et mon corps a beaucoup de mal à digérer de nouveau de la viande, en grande partie car mon esprit se sent coupable de manger un animal après ce temps de véganisme. Pendant plusieurs heures, j'essaie de m'endormir ce soir-là sans succès, avant d'abdiquer et d'appeler JR en pleurs. Je lui fais part de ma culpabilité d'avoir mangé un autre être vivant. Ses mots réconfortants me

permettent de m'endormir enfin, épuisée. Depuis ce jour, même si je n'ai pas encore passé le cap de devenir végétarienne (cap passé le 1^{er} janvier 2020), je ne mange que très peu de viande. S'il fallait donner un nom à ce régime, je le définirais comme « flexitarien ».

Le timing est parfait et j'ai beaucoup de chance d'être ici pour la fête nationale du Canada, le 1^{er} juillet ! Nous allons toutes les deux assister au feu d'artifice et la gentillesse de Tamette est impressionnante. Elle me répète : « Si à n'importe quel moment tu sens que c'est trop pour toi et que tu as besoin de t'en aller parce que tu ne supportes plus la foule, tu n'as qu'un mot à me dire et on file. Je ne veux pas que tu te sentes opprimée ou forcée à quoi que ce soit. » Mais tout se passe comme sur des roulettes. Il ne faut pas oublier que nous sommes au Canada et les Canadiens sont sûrement les personnes les plus gentilles qu'il m'ait été donné de rencontrer. J'ai également eu deux jours avant pour me réadapter au bruit. Nous vivons un superbe moment ensemble.

Le lendemain, c'est le grand départ pour La Barbade où je vais enfin retrouver mon chéri après presque trois mois de séparation. J'ai du mal à contenir mon excitation dans l'avion et j'ai envie de partager avec tous mes voisins de siège ce que je suis sur le point de vivre. L'avion atterrit enfin sur le tarmac, je me dépêche comme jamais : je suis la première passagère à sortir, la première dans le bus qui nous amène à l'aéroport, la première au contrôle de police. Puisque je n'ai pas de sac enregistré, en moins de dix minutes, je suis devant les portes ouvrant sur l'extérieur, mon cœur battant la chamade.

J'agis alors spontanément : en voyant JR au loin avec un immense bouquet de fleurs à la main, je me dis que je veux être libre de mes mouvements. Je dépose mon sac à dos par terre et je pars en courant pour me jeter dans ses bras, une centaine de mètres plus loin. Apparemment, abandonner un sac n'est pas forcément la meilleure des choses à faire devant un aéroport et JR me demande en riant d'aller le rechercher après un premier baiser fougueux. Il me dit : « Je vois d'ici la scène au ralenti, toi courant pour me retrouver et les agents de sécurité, te trouvant suspecte, te plaquant au sol

pour t'arrêter dans ta tentative d'attaque à la bombe. » Nous n'avons clairement pas vu les choses sous le même angle.

Le jour même de mon retour à La Barbade, c'est la fête de l'indépendance des États-Unis, le 4 juillet, que je fête pour la première fois. À peine deux heures après ma descente d'avion, je saute dans l'une de mes robes de soirée et nous voilà partis en direction de l'ambassade. L'événement est très formel et je fais de mon mieux pour que JR soit fier de m'avoir à son bras. Je ne veux pas lui faire honte, je souris malgré la fatigue des vingt-quatre heures de voyage et le fait que je me sente toujours comme un éléphant dans un magasin de porcelaine dans ce genre de soirée. Le marathon continue le soir même avec l'arrivée de sa famille. Je suis heureuse qu'ils soient là pour apprendre à les connaître davantage.

Je veux profiter de cet été à La Barbade pour finir l'écriture de ce livre et préparer les épisodes de mon nouveau podcast, « 1 001 destins ». Car j'ai récemment eu l'idée d'interviewer des personnes au destin atypique, en partant de la constatation que ce que je préfère dans les voyages, ce sont les rencontres. J'aimerais donner la parole à des personnes au parcours extraordinaire, en espérant que ces podcasts puissent inspirer, transmettre, faire rêver par le partage d'expériences...

Je prépare secrètement ce projet depuis longtemps, comme un trésor que je cache et protège dans mon jardin secret. Malheureusement, le drame arrive quand JR, mon assistant technique sur ce projet, efface par mégarde lors d'une manipulation les quinze interviews que j'ai déjà faites. Un énorme coup dur car certains des témoignages étaient riches en émotions et contenaient des pleurs et des moments de confession impossibles à reproduire. J'ai beaucoup de mal à me relever de cette épreuve (et à lui pardonner) mais je réussis à tourner la page, en grande partie grâce à ce que je viens d'apprendre durant ma retraite de méditation. Je vais recommencer à zéro, je ne lâche rien car je me dis : « Tu ne te noies pas en tombant dans l'eau, tu te noies en y restant... » (J'aurai finalement la merveilleuse surprise de retrouver ces interviews quelques mois plus tard, sauvegardées sur Google. L'intrusion des technologies dans nos vies privées peut parfois avoir du bon...)

En parallèle, à La Barbade, je continue de donner des cours de français en ligne, ce qui me permet d'être libre de voyager où le vent me porte en gagnant ma vie sans avoir besoin d'un travail sédentaire. J'ai des élèves aux quatre coins du monde : Russie, Pays-Bas, Australie, Canada, Turquie... Le mois de juillet est donc particulièrement chargé puisque nous recevons la visite de nos familles respectives. Une grande étape : je présente JR à mes parents ! Je prends conscience, au-delà de la beauté de la mixité de notre couple, de l'ampleur de la difficulté que peut représenter un couple binational, le plus gros obstacle étant bien sûr celui de la langue. J'ai l'impression que mon cerveau va fondre après une journée entière de traduction entre JR et mes parents... Quand je dois traduire de longs discours et que chacun attend mon retour, impatient de comprendre ce qui se cache derrière l'intonation des dernières phrases de l'interlocuteur, c'est un véritable casse-tête... En discutant avec ma sœur, mariée avec un Tunisien, je me rends compte qu'elle est la mieux placée pour comprendre JR. Elle m'explique sa frustration quand elle entendait dans la famille de son époux plusieurs phrases en arabe, et qu'on lui traduisait le tout en une seule. Il n'est pas facile de faire comprendre à un grand bavard comme mon père qu'il lui faut découper ce qu'il a envie de dire afin que je puisse le traduire. Il aime donner des détails, analyser la situation, se remémorer tout ce qui vient de se passer pour s'assurer que la décision prise est la bonne... Parfois, l'un et l'autre se frustrant et se vexent si je ne traduis pas tout mais il arrive que j'abandonne en fin de journée et traduise cinq minutes de discussion en un : « Il a dit d'accord », ce qui amène invariablement une moue réprobatrice sur le visage des deux hommes de ma vie.

Je suis tellement heureuse de présenter à mes parents celui avec qui je me vois partager mon futur ! Quant à JR, rencontrer mes parents l'aide à mieux me comprendre : « Tout prend sens maintenant que je vois d'où tu viens. Je te reconnais en chacun d'eux. Pour la prise de décision, que ce soit pour le programme de la journée ou le restaurant, ils sont aussi indécis que toi ! », me dit-il en explosant de rire. Je me retourne, un peu énervée, mais ses grands yeux de cocker me font immédiatement fondre et je ris à mon tour. Même si nous venons tous les deux d'un pays occidental, nos différences

sont au moins aussi nombreuses que nos similitudes. Après presque trois mois de relation à distance, il nous faut nous réajuster aux habitudes de l'autre et accepter les petites manies que nous avons peut-être oubliées. Comme une personne plus sage que moi me l'a dit un jour, une relation est un travail au long cours et chacun doit y mettre du sien pour la faire fonctionner.

Le mois d'août est la grande période du carnaval à La Barbade, et l'île vit au rythme des festivités et des déhanchés pendant une dizaine de jours. Les origines de cet événement qui se tient depuis les années 1780 remontent au ^{viii}^e siècle, au temps où La Barbade était l'un des plus gros producteurs de sucre de canne au monde, et où l'on célébrait la fin de la récolte. Après avoir longtemps dominé la vie quotidienne ici, la culture du sucre a fortement décliné jusqu'à tomber en désuétude dans les années 1980, avec l'industrie sucrière. Le *Crop Over Festival* ravive cette tradition depuis 1978 et Rihanna est même de la partie cette année.

Quand je suis à l'étranger, notamment au cours des événements officiels auxquels j'accompagne JR, je me sens particulièrement française car je sais que je suis un peu responsable de l'image de mon pays et je fais de mon mieux pour le représenter. Je sais que, parfois, je suis la première et peut-être la dernière Française que les gens que je croise rencontreront : les Américains aiment d'ailleurs beaucoup les Français ; notre accent serait irrésistible (JR m'a d'ailleurs fait promettre de ne jamais perdre le mien).

La réponse que je donne habituellement quand on me questionne sur la raison de mon mode de vie est que je voyage parce que ma vie a l'air plus longue. En voyageant, j'ai eu envie de ralentir le rythme qu'avait pris ma vie à Paris, pour en savourer chaque instant et ne pas vivre dans l'attente du prochain week-end. Je ressens cette urgence de vivre comme si tout pouvait s'arrêter demain. Comme le dit Gandhi, « vis comme si tu devais mourir demain. Apprends comme si tu devais vivre toujours ».

Je passe donc tout l'été à La Barbade, aux côtés de JR. Être auprès de lui est le plus beau des voyages, celui de l'amour. J'ai chaque jour un peu plus foi en la vie et en l'avenir car mes fondations sont aujourd'hui plus solides.

Après l'écriture du livre, je ressens un profond sentiment

d'accomplissement. Moi qui ai du mal à m'investir dans des projets de longue haleine, je suis fière d'avoir réussi à boucler ce bouquin sur lequel j'ai travaillé pendant plus d'un an. C'était difficile de ne jamais vraiment avoir la satisfaction du travail accompli puisque je ne terminais chaque jour qu'une infime partie de la globalité mais je me suis accrochée, j'ai tenu bon et je suis fière du résultat. L'écriture m'a permis de consigner les émotions qui ont jalonné ma route et de te raconter le chemin, certes complexe mais magnifique, qui est celui de la rencontre de l'autre.

Je suis à la fois excitée et presque terrifiée à l'idée de quitter cette île, avec laquelle j'ai pourtant eu une relation compliquée. La Barbade était comme une pause dans cette vie à mille à l'heure, j'ai eu la chance d'être dans un cocon doré et de bénéficier de conditions idéales pour écrire ce livre. Je me sens maintenant comme au sommet d'une falaise : je suis prête à replonger dans le tourbillon de la vie, avec tout ce que cela implique. Pas en apnée mais en ayant le souffle coupé par des moments forts en émotions ! Et même rien ne se passe pas comme prévu, si j'ai des déceptions ou des peines, je sais que rien n'est figé, que tout est modulable : la vie est comme une pâte à modeler, malléable au gré de nos envies. Tu peux changer la forme de tes rêves et de tes projets à chaque étape de ton existence !

En septembre, je suis heureuse de revenir en France pour la première fois après treize mois avant de reprendre la route, pour de vrai cette fois, vers l'Amérique du Sud... Ce sera le voyage des premières fois puisque JR partagera ce voyage avec moi. Nous découvrirons ensemble le continent sud-américain : d'abord le Pérou puis la Bolivie, et nous verrons ensuite où le vent nous portera... J'ai hâte !

Carpe diem...

OceanofPDF.com

Conclusion

La vie, ça demande du courage et des sauts dans l'inconnu.

WALTER MITTY

On m'a un jour conseillé : « Partage ton voyage. Il n'est pas censé changer uniquement ta vie ! » Comme tu as pu le lire, je n'ai pas cherché à idéaliser en te faisant croire que l'herbe était plus verte ailleurs ou en te présentant une version édulcorée de ces années de voyage. Le voyage m'a offert des moments extraordinaires et des souvenirs impérissables, j'ai vu les merveilles de notre planète et des paysages dont je n'avais pas soupçonné l'existence. Je n'ai pourtant pas vu que de belles choses : j'ai aussi vu la misère, la haine et le désespoir. Le voyage a brisé mon couple mais il m'a surtout construite et fait comprendre qui j'étais vraiment. Dans les moments difficiles, il m'est arrivé de me dire : « On m'a menti, l'aventure, c'est le mot romantique pour parler de galère ! » Mais j'ai (presque) toujours réussi à transformer mes galères en aventures humaines hors norme en osant demander de l'aide.

J'aurais pu ne pas te parler de la désertion (je déteste ce mot qui ne m'a jamais paru adapté à ma situation), de la rupture ou de mes erreurs... Je me suis beaucoup questionnée sur l'axe à donner à ce livre : est-ce que j'embellis l'histoire, est-ce que je romance pour faire rêver ou au contraire suis-je honnête en racontant aussi le côté moins gai ? J'ai choisi la seconde option, même si elle n'est pas la plus rose, car c'est la vérité. J'ai voulu être transparente en te racontant toute l'histoire, en te faisant confiance, en me disant que tu allais me comprendre après avoir lu ce livre, et aussi parce que je suis fière de mon parcours et de chacune des étapes qui ont jalonné mon existence.

Le voyage est devenu mon mode de vie, avec ses hauts et ses bas, ses victoires et ses défaites, ses moments de bonheur et de tristesse. J'ai essayé d'être honnête avec toi en racontant tout ce qu'il peut y avoir de

merveilleux mais aussi parfois de tragique durant un tour du monde, comme la perte d'un proche à distance ou l'incompréhension puis la rupture au sein du couple. Ce sont finalement les risques que j'ai assumé de prendre en partant, et ces moments difficiles ont de loin été contrebalancés par tant de moments magiques ! On s'ennuierait si la vie était trop simple, n'est-ce pas ? Tout n'a pas toujours été un conte de fées mais le jeu en valait la chandelle. Comme le dit si bien Gandhi : « La vie est un mystère qu'il faut vivre, et non un problème à résoudre. »

Ces dernières années, j'ai été auprès de mes proches pour les moments marquants mais jamais pour le quotidien et la banalité. Je voulais tout vivre, tester toutes les possibilités, tout expérimenter. Je ne me suis pas posée par envie et par besoin de nouveaux horizons mais peut-être aussi par peur de rester, par crainte de ne pas être aimée pour celle que je suis vraiment. Pendant quatre ans, j'ai arpenté ce que j'aime appeler les « chemins de la bonté » car j'ai découvert sur la route que ce sont les actes désintéressés qui nous rendent le plus heureux et, finalement, le plus humain. J'ai appris à avoir foi en l'autre et à ne pas avoir peur des inconnus. L'humanité, ce sont les liens qui nous relient, la gentillesse et la bienveillance comptent parmi les valeurs les plus importantes. Si je n'ai qu'une chose à retenir de ces dernières années, c'est que 99,9 % des hommes sont bons et aspirent à la même chose : être heureux, en bonne santé, en sécurité, et prendre soin de leurs proches. N'écoute pas trop les médias qui dressent des barrières plutôt que des ponts entre les hommes et prends du recul par rapport aux informations. Voyager redonne foi en l'humanité et, comme le dit Averroès, « l'ignorance mène à la peur, la peur mène à la haine et la haine conduit à la violence ».

Je suis convaincue de la véracité de ces propos, alors laissons une chance à l'autre et faisons le premier pas pour le rencontrer et nous sentir citoyens du monde, connectés à la richesse de la diversité des cultures... N'oublie jamais que tu es l'écrivain du livre de ta vie ! Que ton rêve soit d'arpenter le globe, de traverser un océan à la voile, d'ouvrir un restaurant, d'avoir ta propre association ou n'importe quel projet que ton entourage pourrait juger farfelu, tu tiens les clefs de ton propre destin. Toi et personne d'autre !

La vie ne compte que 30 000 jours en moyenne (si tu as la chance de vivre jusqu'à l'âge de quatre-vingt-deux ans), alors il faut vivre sans perdre une seconde. Fais de ton mieux pour t'entourer des bonnes personnes, celles qui t'offrent une aura positive, une énergie qui te fera avancer en te tirant vers le haut. Ne regarde pas trop loin, fixe-toi des objectifs réalistes et réalisables car il faut manger l'éléphant morceau par morceau pour en venir à bout. Fonce vers ton vrai rêve sans trop envisager les plans B. Et si ça te fait trop peur, pense qu'il n'y a pas de différence physique entre la peur et l'excitation : ton rythme cardiaque s'accélère, ta peau devient moite, tes mains se mettent à trembler... mais il s'agit de te convaincre que ces sensations ne sont que de l'excitation, du positif, pour que ça le devienne vraiment ! Puisqu'on ne peut pas expliquer certaines choses qui ne peuvent que se vivre, j'espère de tout mon cœur que tu vas te lancer à ton tour vers tes rêves. Offre-toi ce cadeau et cette chance de les réaliser, quelle que soit la somme de travail que cela implique.

À travers ce livre, l'aventure se poursuit grâce à la transmission. Mes souvenirs débordaient et il me fallait les ancrer. Je me suis inspirée et nourrie de toutes les personnes dont j'ai croisé la route et j'espère encourager à mon tour, ne serait-ce qu'une personne, à réaliser ses rêves. Tout est possible si tu te fais confiance et que tu oses sauter le pas. Le voyage initiatique, celui qui te transforme et qui change ta façon d'être, de vivre et de penser, ce voyage-là se vit et s'appréhende à sa façon. Voyager, surtout en solo, m'a donné des ailes et une force que je n'aurais pas soupçonnée. Cela m'a fait comprendre que nous avons trois maisons : notre corps, notre esprit et la planète Terre, et nous devons prendre soin des trois.

Un sage m'a dit un jour : « Rappelle-toi que la dernière chose que tu vois sur un arbre fruitier, c'est le fruit. On ne peut pas le goûter le jour où on a planté la graine. Il faut avoir foi en soi et être patient. » Le voyage et la prise de risque m'ont appris une leçon fondamentale : c'est lorsque tu n'as plus rien que tu es le plus créatif, le plus ambitieux. Tu n'as de toute façon plus rien à perdre alors tu te permets de rêver en grand.

La mondialisation, l'acculturation et la paupérisation font peur. Nos différences culturelles sont notre richesse et il faut faire de notre mieux pour

qu'elles ne soient jamais gommées par l'uniformisation des modes de vie à travers le monde. Il est de notre devoir de tout faire pour les préserver. La diversité des habitants du monde en fait sa beauté. Préserver notre planète, prendre du recul sur les médias, développer un esprit critique, ne pas avoir de stéréotypes ou de jugements trop rapides sont les leçons que j'ai tirées. J'ai appris que tous les hommes et toutes les femmes sur Terre, malgré le fait qu'on veuille insister sur les différences de cultures, de races ou de religions, sont les mêmes et rêvent globalement des mêmes choses.

Je n'en suis encore qu'aux prémices de ma vie d'aventure. De voyageuse, j'aimerais un jour devenir aventurière et avoir le courage d'expérimenter ce qui n'a pas encore été tenté et faire un jour partie de ces femmes exploratrices qui ont été des précurseuses comme Alexandra David-Néel qui fut la première femme d'origine européenne à séjourner à Lhassa au Tibet en 1924 (ce qui était alors interdit), Annie Kopchovsky qui fut la première femme à réaliser un tour du monde à vélo, Junko Tabei qui fut la première femme à gravir l'Everest, ou encore Mae Jemison, la première femme astronaute noire dans l'espace. J'ai une immense admiration pour ces femmes qui ont su se distinguer par leur audace, leur adresse et leur habileté, à une époque où la gent féminine était cantonnée aux foyers. Sois de ceux qui sortent des sentiers battus ! L'impossible n'est pas définitif, il n'est impossible que jusqu'au moment où tu trouves un moyen de le rendre possible. N'oublie pas que si tes rêves ne te font pas (assez) peur, c'est qu'ils ne sont pas assez grands.

Depuis toujours, je me sentais appelée par mon destin, par ce qui faisait du sens pour moi : partir découvrir le monde. J'avais la sensation de tourner en rond dans mon bocal à Paris et j'ai voulu en sortir pour plonger dans l'océan... Pendant cette épopée, j'ai rencontré mes démons : la peur, la solitude, les doutes. Mais j'ai aussi rencontré la bonté des inconnus. Inconnus devenus amis, aux histoires et aux destins parfois opposés mais aux aspirations communes. L'unité dans la diversité. Prendre le temps d'aller à la rencontre de l'autre m'a fait réfléchir à la personne que je voulais devenir. Quel exemple suivre ? Qui prendre pour modèle ? J'ai souvent dû remettre en question mes certitudes, mes évidences au contact

des autres. À leur côté, j'ai appris la résilience, le courage, la générosité... mais aussi l'humilité en demandant parfois de l'aide. En reconnaissant que nous avons besoin de l'autre, nous nous mettons à nu, à la merci de sa décision, mais nous sommes aussi si vivants ! J'ai dû apprendre à gérer la solitude. Même si elle m'effrayait, je savais que je ne voulais pas avoir peur de la seule personne avec qui j'allais être coincée toute ma vie : moi-même.

Nous avons souvent tendance à nous autocensurer car nous projetons nos peurs, nos doutes ou nos jugements sur les autres en nous dévalorisant : suis-je à ma place ? Suis-je légitime ? Pourtant, quand nous osons nous faire confiance, un nouvel horizon s'offre à nous. Si, un jour, tu as envie de tenter quelque chose de nouveau, emprunte cette voie qui t'attire même si tu te dis que ce n'est pas ce qu'on attend de toi... Malgré le bruit qu'il y a autour de toi, garde en tête tes rêves et n'écoute que le silence que tu as au plus profond de toi, suis tes intuitions car tu ne peux être heureux que si tes actions sont en accord avec tes pensées et si tu es en phase avec tes valeurs profondes.

Mon histoire est banale, j'ai simplement pris un jour une décision à la fois terrifiante et incroyablement excitante, décision qui a été un tournant dans ma vie. Je me demande souvent ce que serait mon existence si je n'étais pas partie mais je ne regrette rien... Je ne voulais pas cligner des yeux un jour et me rendre compte que ma vie avait filé sans que je vive vraiment. Je voulais me tester, sortir de ma zone de confort, voir de quoi j'étais capable. J'avais, et j'ai toujours, une véritable phobie de la routine. Elle est l'ennemi de notre bien le plus précieux : le temps, qu'elle fait disparaître en un claquement de doigts.

Qu'est-ce qui rend la vie digne d'être vécue ? Réussir sa vie n'exclut ni la faille, ni l'erreur, ni les tâtonnements. Prendre un risque, c'est déjà une victoire en soi, même si une chute s'ensuit. Et si l'on tombe, savoir se relever est la plus belle des réussites, la plus grande des victoires... Fais confiance à la vie et n'aie pas peur de l'inconnu. Si tu as la capacité de vivre avec des incertitudes, tu atteindras le bonheur plus facilement ! Et bien sûr, l'amour rend la vie plus belle : j'ai remarqué que le monde est rempli de personnes seules qui n'ont pas osé faire le premier pas, alors

n'attends pas pour aimer passionnément et crier ton amour car la vie sourit aux audacieux !

Ne prévois pas trop, dans ta vie comme en voyage, laisse de la place à l'imprévu car quand rien n'est prévu, tout est possible... Voyage, ouvre ton cœur, ton âme et ton esprit à ce qui t'est étranger. N'hésite pas non plus à suivre ton cœur s'il te dit un jour que l'heure de rentrer est arrivée.

Dans ce monde où nous pouvons décider d'être qui nous voulons, choisissons d'être bons car la gentillesse est contagieuse et fait souvent effet boule de neige. Le sourire en est la première démonstration, c'est un langage universel qui va au-delà des races, des passés, des cultures et des traditions. Essaie, tu verras ! N'oublie jamais de faire tout ce qui est en ton pouvoir pour réaliser tes rêves, dans le respect des autres et de la nature. Si tu devais t'écrire une lettre à toi-même, que tu lirais dans dix ans, que te dirais-tu ? Définis tes priorités et ne perds pas de vue ce fil rouge pour devenir la meilleure version de toi-même. Crois en toi, ton destin n'attend que toi...

OceanofPDF.com

Remerciements

Je tiens à remercier chaleureusement mon ami Damien pour son aide dans la correction de ce livre. Tes conseils avisés et ton soutien ont été précieux à chaque étape de l'écriture.

Merci à ma famille, à mes amis et à tous ceux qui m'ont guidée, inspirée et montré la voie... Vous avez touché ma vie à votre manière et, grâce à vous, je ne me suis pas égarée. La vie n'est qu'un chemin où l'on cherche son destin, et je pense avoir trouvé le mien dans le voyage et le partage. Un immense merci à tous ceux qui m'ont accueillie chez eux quand je ne savais plus où était mon chez-moi. Je ne serais jamais devenue qui je suis sans toutes vos rencontres et je sais que je n'aurais pas eu la même ouverture d'esprit ni surtout le même appétit pour la vie et les autres.

J'ai retenu de ces années qu'il faut toujours attendre le plus beau de la vie plutôt que d'en imaginer le pire. Je ne pourrais pas citer ici tous ceux qui ont eu une influence sur ma vie, ceux qui m'ont portée, soutenue, aidée d'une manière ou d'une autre, sans risquer d'oublier quelqu'un. Je ne vais donc citer personne mais je remercie chacun d'entre vous... Merci à tous, sincèrement : ma vie, mon voyage, c'est vous !

Un immense merci du fond du cœur à JR, l'homme de ma vie. Merci de m'apporter ton soutien inconditionnel, en toutes circonstances. Merci d'avoir cru en moi et en ce livre quand moi-même je n'y croyais plus, merci de m'avoir guidée et épaulée à chaque étape, non seulement de l'écriture de ce livre mais aussi de ma construction personnelle. Sans tes encouragements, ton aide et ta patience d'ange, ce livre n'aurait pas été le même, je ne serais pas la même. Merci de m'avoir prise sous ton aile protectrice, tu m'as fait comprendre que j'étais déjà assez, que je n'avais pas besoin de devenir quelqu'un d'autre. Tu m'as aimée dès les premiers instants, comme j'étais, sans vouloir me changer, et il n'y a pas d'amour plus pur que celui-là !

Et surtout, merci à ma petite mamie qui m'a guidée dans l'écriture de ce

livre comme elle m'a guidée tout au long de ma vie. À mes côtés ou de là-haut, tu as toujours été mon ange gardien. Ton « Aie confiance mon p'tit chéri » résonne encore en moi. Je te promets de faire tout ce qui est en mon pouvoir pour te rendre fière et transmettre ta gentillesse, ta douceur et ta générosité à mes enfants. La force de ton héritage coulera toujours dans nos veines et je te serai toujours reconnaissante pour tout ce que tu m'as appris, de tes astuces de cuisinière à tes valeurs admirables. Ces trésors que tu m'as légués, ces souvenirs impérissables te feront vivre éternellement en moi et en chacun de mes enfants... Tu seras toujours mon modèle...

« Tu n'es plus là où tu étais, mais tu es partout là où je suis » (Victor Hugo).

Merci mamie... Je t'aimerai toujours.

OceanofPDF.com

Sommaire

1. [Introduction](#)
2. [1](#)
3. [2](#)
4. [3](#)
5. [4](#)
6. [5](#)
7. [6](#)
8. [7](#)
9. [8](#)
10. [9](#)
11. [10](#)
12. [11](#)
13. [Conclusion](#)
14. [Remerciements](#)

Landmarks

1. [Cover](#)

OceanofPDF.com