

Nico Sara

Manu

Cet ebook a été publié sur www.bookelis.com

© Nico Sara, 2017

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de cet ebook.

Névrosee

— Bonjour, je m'appelle Emmanuelle, et si je suis là aujourd'hui, c'est parce que j'ai des problèmes de gestion de la colère. *La honte ! Je vais tuer mon psy.*

— Bonjour Emmanuelle, me salue d'une même voix le groupe des vicieux anonymes.

— Veux-tu nous expliquer ce qui t'a amenée à ne plus pouvoir te contrôler ? me demande Antonin, le gourou en chef.

Est-ce que j'en ai envie ? Dans tes rêves ! Mais je n'ai pas le choix. Je me revois encore me faire sermonner par le médiateur chargé de trouver une issue, sans passer par la case prison, à mon litige avec mon ex. « Vous avez l'obligation de vous faire suivre, trois fois par semaine, par monsieur Guinness, psychiatre spécialisé en comportement agressif, sans quoi vous serez incarcérée pour une durée minimale de six mois. »

Et cet abruti de psy qui n'a rien trouvé de mieux que de me « conseiller fortement » de faire une thérapie de groupe. Selon lui, je n'ai pas encore pris conscience de la gravité de mes actes, et seule la confrontation et le jugement sauront me faire réaliser que je suis un danger pour la société.

Il abuse. Y a pas de quoi en faire une montagne non plus. Allez, Manu, lance-toi !

— Si tu veux... Alors voilà : je devais m'absenter pour mon travail, ça a été reporté et je suis rentrée chez moi.

C'est là que j'ai trouvé mon ex, en compagnie d'une femme, dans mon lit, et j'ai un peu disjoncté.

— Que s'est-il passé ? me demande Fiona, une des participantes, qui soudain cesse de se curer les ongles.

— Pour faire court, je l'ai foutu à la porte et j'ai détruit tout ce qui lui appartenait.

— C'est-à-dire ? me questionne Antonin de son ton mielleux.

— Ben, ses fringues pourries, sa télévision grand écran et sa voiture.

Silence de mort. *Ça y est, je suis bonne pour la camisole et la cellule capitonnée !*

En y regardant de plus près, pourtant, je crois discerner dans le regard de Fiona, et celui d'un autre type, une sorte d'admiration et je n'en suis pas peu fière. *Cocue, oui ! Paillasson, non !* À moins que je ne prenne mes désirs pour des réalités...

Je ne me suis pas trompée, le gars veut des détails et son sourire en coin ne laisse aucun doute sur son état jubilatoire. Alors je me lâche et raconte tout : mon amoureux et sa pétasse, en pleine action dans MON lit, dans MON appartement. Sa réaction à lui : « Je croyais que tu devais rentrer tard » et celle de sa dulcinée : « Tu veux bien sortir de la chambre pendant que je me rhabille ? » La mienne : « Mais non, je ne veux pas, tu vas prendre tes fringues et te tirer d'ici. » Ce qu'elle a fait juste avant d'embrasser à pleine bouche mon mec, devant moi, en lui demandant de me parler, ce à quoi il lui a répondu : « Je t'appelle plus tard. »

Mon auditoire me regarde maintenant d'un air consterné, le même que celui de ma mère lorsque je lui ai appris la

nouvelle, juste avant qu'elle me fasse part de sa science matriarcale : « Je t'avais prévenue, mais enfin, je dis ça, je dis rien. » *Merci maman, tu as toujours été d'un tel soutien pour moi.* « C'est vrai, quoi, heureusement que vous ne nous avez pas pondus de gosses, tu serais dans la merde. » *Oui maman, tu as raison, ça pourrait être encore pire.*

Fiona insiste :

— Et alors, tu as détruit toutes ses affaires ?

— Oui. Ça a commencé par la télévision qu'il a allumée dès que sa pouffe a quitté ma chambre. J'espérais une explication mais rien, lui zappait, comme si de rien n'était, et ça m'a rendue dingue. J'ai fait tomber le poste, histoire d'attirer son attention, mais malheureusement il n'a pas supporté la chute. Mission accomplie, enfin il a réagi. Il s'est mis à me hurler dessus, qu'il allait louper le match. Alors je lui ai dit que je n'en avais rien à foutre de son match, que je voulais qu'on parle. Il m'a répondu qu'il n'y avait plus rien à dire, qu'il pensait que j'avais compris, qu'il ne m'aimait pas, qu'il ne m'avait jamais aimée et qu'il était juste trop bien installé dans notre routine pour me quitter. C'est là que j'ai enlevé tous ses vêtements de ma penderie pour les jeter dans une valise. Il m'a regardée faire avec un petit sourire jusqu'à ce que, accidentellement, je fasse glisser le zip sur une de ses manches de chemises. C'est là que l'autre enfoiré s'est permis de me dire : « Fais gaffe, putain ! » J'ai donc attrapé un ciseau et j'ai détruit chaque fringue qui me tombait sous la main avant de les remettre dans la valise, de la jeter sur le palier et lui avec.

Fiona boit mes paroles pendant que je revis la scène, y compris le sentiment de rage.

— Et alors, pour la voiture ? me demande-t-elle.

— Oh ça ? C'était une semaine plus tard, et avec le recul c'est vrai que j'y suis peut-être allée un peu fort, dis-je concentrée sur mes bottes.

Je me redresse, prête à affronter les critiques, mais si les regards des autres désespérés sont tous braqués sur moi, aucun ne commente. Ils sont tous là, bouche bée, à attendre la suite. Je poursuis.

— La semaine suivante, il est venu me chercher au travail avec un bouquet de fleurs. J'ai accepté d'aller boire un café avec lui parce que j'avais besoin de ses excuses et de ses explications. Contrairement à ce que je pensais, il m'a écoutée, pardonnée et a fini par m'inviter à dîner. J'espérais sauver mon couple, alors j'ai dit oui. On en était au café lorsqu'il m'a demandé de le reprendre en me jurant fidélité jusqu'à la mort. Ce que bien sûr j'ai eu envie de croire, jusqu'à ce qu'il aille aux toilettes et que sa grognasse lui envoie un message sur son téléphone, resté bien en vue sur la table, pour lui demander comment se passait notre réconciliation tout en lui rappelant de ne pas oublier de faire des efforts, car elle ne pouvait pas quitter son mec avant quelques mois.

— Oh le salaud, commente Amina, une alcoolique interrogée par Antonin juste avant moi.

— Chut, laisse-la raconter ! l'intime Fiona.

— J'ai attrapé un couteau à steak et ses clés de voiture, restées elles aussi sur la table, et je suis allée défoncer sa bagnole adorée, à l'intérieur et à l'extérieur. J'étais en train de mettre des coups de pied dans les phares lorsqu'il m'a chopée. Il a appelé les flics et voilà, maintenant je suis là.

Mon récit est terminé, on entend une mouche voler. Je me décompose... jusqu'à ce que Fiona se mette à applaudir,

suivie assez rapidement par d'autres participants.

Je me sens pousser des ailes et me redresse fièrement. *Finally, tu avais raison Doc, ça fait vraiment du bien d'en parler, même si je pense que ton but n'était pas de me créer un fan-club.* Je remercie mon auditoire en faisant un sourire et une petite révérence qui m'attirent quelques sifflets d'encouragement.

Le gourou remet un peu d'ordre dans sa séance. Tout le monde se calme et certains en profitent pour venir me serrer dans leurs bras.

Je crois que pour une fois, j'ai pris la bonne décision en choisissant de m'inscrire dans ce groupe contre l'avis de mon toubib. À la campagne, ils soutiennent tous les vices confondus, alors que lui aurait préféré un groupe spécialisé en ville mais franchement, je ne me voyais pas raconter ma vie à des gens qui potentiellement auraient pu être mon facteur, ma boulangère ou ma voisine qui, depuis ma rupture, me regarde déjà de travers. Pas la peine d'en rajouter une couche.

— Bien, maintenant que tu as pu en parler avec nous tous, tu peux considérer que ton programme de reconstruction a débuté et je ne peux que t'encourager à poursuivre cette belle aventure, avec notre aide bien entendu, afin que cela ne se reproduise plus, me conseille Antonin.

— Je vais tout faire pour. Promis.

— Au fait, c'était quoi comme voiture ? me demande Fiona.

— Une Porsche, je lui lance avec un petit sourire.

— Ouille ! Ça fait mal, dit le gourou.

— Je crois que oui. Il a pleuré, lui précisé-je avec un

grand sourire.

Fainéante

— C'est pas vrai, Manu. Tu es encore en retard. Tu le fais exprès ou quoi ? Et aujourd'hui, elle est furieuse, me lance Pauline, la réceptionniste de *La City*, journal pour lequel je travaille, pendant que je me débarrasse de mon manteau et de mon sac à main.

— Ouais, je sais. Galère de réveil, je te raconterai.

Pendant que je remets un peu d'ordre dans mes boucles rousses en rejoignant la salle de conférences, je me remémore ma soirée.

Je n'aurais jamais imaginé que cela pourrait être aussi cool de faire partie d'un groupe de parole. Bien entendu, tous les participants ont leurs problèmes, sinon ils ne seraient pas là, mais je les ai trouvés vraiment ouverts, gentils et plutôt drôles. Du coup, lorsqu'ils m'ont proposé de poursuivre la soirée dans le seul resto du coin, j'ai bien évidemment accepté, mon cheptel d'amis actuel se résumant à mes collègues et... ma télé. On a joué les prolongations jusqu'au petit matin.

Et maintenant, je vais devoir affronter ma boss qui, elle, est tout sauf sympathique et que je m'arrange pour voir le moins possible.

Elle doit avoir quelque chose d'important à me dire pour que mon absence la dérange. Habituellement, j'ai à peine droit à un regard.

— Pardonnez mon retard, m’excusé-je en passant la porte de la salle de conférences.

— C’est gentil de nous faire l’honneur de ta présence, ironise ma patronne dont l’expression faciale me donne envie de faire demi-tour illico.

— Ça va être ta fête ! me lance Pierre, responsable de la rubrique sport, alors que je m’installe sur la chaise voisine.

— Bien. Je vais donc reprendre pour toi, poursuit Elvira, notre rédactrice en chef, acide. Alors voilà, j’ai décidé de dépoussiérer l’image de notre journal. Je veux lui donner un coup de jeune et pour ça, j’ai eu plusieurs idées dont une qui te concerne directement.

Il était temps ! La démarche m’emballe, même s’il y a de fortes chances que cela signifie de devoir travailler davantage. Nous perdons de plus en plus de lecteurs et les gratuits nous font pas mal d’ombre, notamment avec les rubriques « société », notre créneau.

Elle ajoute :

— Et comme je le disais tout à l’heure, nous allons l’enrichir de plusieurs chroniques dont une qui s’appellera « Célibataire, mode d’emploi » et c’est toi, Emmanuelle, qui t’en chargera.

— Pardon ?

Elle plaisante ! Ça fait huit ans que je m’occupe de la chronique culinaire et elle me l’enlève comme ça, d’un coup, pour me catapulte au courrier du cœur ? Non mais, elle ne va pas bien !

— Ne sois pas si surprise, c’est une décision logique car ce n’est un secret pour personne que tu n’es pas un cordon-bleu ; et comme tu n’y connais rien, tes articles tournent en rond. Tu trouves tous les établissements excellents, ça ne

fait pas sérieux. Et vu que tu t'es fait larguer récemment...
Oh la salope ! merci de remuer le couteau dans la plaie.

— De plus, poursuit-elle sans même me laisser le temps d'encaisser, quelqu'un de beaucoup plus compétent que toi, récemment diplômé de l'École hôtelière, est prêt à reprendre ton poste et j'ajoute que ses idées m'ont beaucoup séduite, n'est-ce pas Lionel ? *Son fils ? Tu m'étonnes.*

Malheureusement pour moi, elle n'a pas tort. Je suis une calamité dans une cuisine et je dois avouer une certaine forme de complaisance envers les restaurateurs que je visite, puisque ce sont eux qui me nourrissent quotidiennement. Je n'ai donc pas d'autre choix que de faire profil bas et d'accepter sa proposition. Non seulement je n'ai aucun argument pertinent à lui servir pour justifier mon maintien à mon poste, mais je suis dans l'obligation de m'incliner car si je me retrouve chômeuse, je ne pourrai plus payer mes séances de psy ; et sans séance, c'est la prison. Et ça, Elvira l'a visiblement très bien compris.

— Très bien, c'est comme tu voudras, mais tu attends quoi exactement de cette chronique ?

— Eh bien, je veux que tu fasses partager aux lecteurs tes aventures, tes joies et tes galères de recherche d'un nouveau mec.

— Et si je n'en veux pas ?

— Tu n'auras rien à raconter et, dans ce cas, il faudra te trouver un autre job. Me suis-je montrée assez claire ?

— Limpide ! *Toi, attends que je puisse à nouveau m'exprimer librement. Tu ne seras pas déçue !*

— Bien, ajoute-t-elle avec un sourire, cela est donc réglé. Passons maintenant aux autres changements...

Impossible de me concentrer sur la suite de la réunion.

Comment vais-je me sortir de ce borbier ? Il FAUT que je garde mon travail. Sans compter qu'avec les frais de justice et les dommages et intérêts que je dois à mon ex, en plus de taularde je risque de me retrouver SDF.

Une heure plus tard, encore sous le choc, je suis soudain ramenée à la réalité par la sonnerie du téléphone de mon bureau.

— Je t'attends ! m'ordonne la Banquise, petit surnom de circonstance dont j'affuble ma patronne adorée depuis toujours.

— J'arrive.

Je me traîne comme une condamnée dans le bureau directorial, armée d'un bloc et d'un Bic tout mâchouillé.

— Assieds-toi !

À peine les fesses sur la chaise qui lui fait face, elle attaque.

— Il faudrait que tu transmettes à Lionel tous les lieux que tu as sélectionnés pour les prochaines semaines.

Aïe ! Je n'ai encore réfléchi à aucun lieu précis, trop préoccupée par mes problèmes personnels. J'avais dans l'idée de me laisser porter par mes envies du moment, comme toutes ces dernières semaines. Il va falloir que je lui ponde une liste très rapidement si je ne veux pas qu'elle réalise en plus qu'elle m'a payée à ne rien faire.

Pour ne pas qu'elle remarque mon embarras, je baisse la tête, feignant la concentration, et prends note de sa requête.

— Autre chose ?

— Oui, comme c'est une nouvelle rubrique, il faudrait te mettre au travail très rapidement. Le premier numéro de la nouvelle formule doit sortir dans six semaines et je veux

avoir le choix. Je te demande donc de me proposer trois chroniques au plus vite et je choisirai la meilleure. On ne peut pas se permettre de se planter.

— Je comprends.

— Et Manu, je ne veux pas un article triste sur la condition de la femme seule. Je veux de l'humour, de la sensualité, des détails. Il faut que le lecteur sente que ça vient du cœur, donc hors de question que tu inventes. Je veux un papier personnel auquel les lectrices pourront s'identifier.

— OK, j'ai saisi.

— Ça n'a pas l'air de t'emballer !

— Si, si, mais c'est tout frais, je ne sais pas encore comment je vais m'y prendre.

— Ah, tu me rassures. Non, parce que moi, à ta place, j'aurais tué pour avoir une telle opportunité à ton âge. Tu te rends compte ? Tu pourrais devenir la nouvelle *Carrie Bradshaw*.

Mais bien sûr, rien que ça ! Sauf que c'est un personnage de fiction, qu'elle porte des fringues haute couture et qu'elle vit à New York. Moi je porte du H&M et je vis à Lausanne. Franchement, la Suisse, ça ne fait pas rêver et ce n'est pas très glamour. *Je pourrais lui proposer de m'expatrier ? Arrête de délirer, Manu ! Concentre-toi !*

— Ne t'inquiète pas. Tu auras tes articles en temps et en heure, comme d'habitude.

— J'y compte bien... et si je peux me permettre un conseil, tu devrais commencer par ton look.

Quoi ? J'adore mes jeans et mes T-shirts, moi. Et de toute façon, je suis totalement fauchée. Impossible de faire des frais maintenant. *Et si j'osais... ?* Je tente le coup.

— Très bien. À quel budget de frais professionnels j'ai droit ?

— Fais ce que tu as à faire et je te rembourserai. Je sais que tu sauras être raisonnable. Même s'il y a du boulot, ajoute-t-elle avec une grimace de dégoût en me toisant des pieds à la tête.

La peau de vache ne m'épargne rien aujourd'hui ! Quoique. À la réflexion, ça fait déjà quelques années que je suis sur la pente descendante. Je me complais dans mes fringues pourries, je n'ai pas vu un coiffeur depuis trois ans et ne parlons pas du maquillage qui se fossilise au fond de mes tiroirs. Après tout, ce nouveau poste est peut-être exactement ce qu'il me faut, un énorme pied où je pense.

— Très bien. Tu as autre chose à ajouter ?

— Non, je crois qu'on a fait le tour.

— Parfait, alors je file, j'ai du shopping à faire.

Je quitte le bureau en chantonnant, plus motivée que jamais.

Insalubre

14 heures. Dans la cabine d'essayage de ma boutique préférée que j'avais délaissée depuis plusieurs mois car ils n'ont aucun article au-dessus de la taille 40, je me contorsionne pour entrer dans la robe qui m'a tapé dans l'œil. Aïsha, la vendeuse, et accessoirement une copine depuis que j'y ai claqué la totalité de mes premiers salaires, me demande :

— Et celle-ci, elle te plaît ?

— Mouais, tu ne l'as pas dans la taille au-dessus ?

J'espère que oui. Mes bourrelets sont tellement visibles qu'on dirait un rôti de porc.

— Tu sais bien que non.

Je retire le fourreau avec peine avant d'enfiler mon vieux jean et mes baskets et quitte la cabine, dépitée.

— Il va falloir que je me mette au régime.

Un léger frisson parcourt mon corps tout entier. Régime. Rien que le mot me fait peur car l'autodiscipline et moi, ça fait deux. D'ailleurs, je savais bien qu'en ingurgitant du Nutella à la petite cuillère pour me remettre de ma rupture, j'allais gonfler. Mais ça ne m'a pas arrêtée. Au contraire, je m'offrais une tarte à la framboise et un éclair au chocolat pour accompagner et un Coca pour faire passer.

— Je reviendrai dans quelques semaines, j'ajoute.

— Pas de problème, je te la garde de côté si tu veux.

— Tu ferais ça ? Tu es adorable. Merci.

Je décide de la payer d'avance pour me mettre la pression. Du riz à l'eau au menu pendant les deux prochaines semaines devrait déjà contribuer à pouvoir me faire rentrer dans cette robe sans vaseline ni forceps. Motivée ou pas.

Je quitte la boutique sur une bise et armée de mon Mac, je m'introduis dans le premier salon de thé en jetant un œil à toutes les pâtisseries, histoire de me tester. Je salive mais je ne craque pas.

Je me contente d'un thé vert et débute mes recherches sur le Net.

Plus d'un million de résultats ? Bon, il va falloir que je fasse le tri dans tous ces régimes miracles pour trouver celui qui me conviendra.

Sans sucres, sans graisses, sans gluten, j'ai la nausée, et une seule certitude. Jamais je n'arriverai à me priver à ce point.

Il ne me reste donc plus qu'une seule solution, le sport.

Je n'hésite pas plus longtemps, connaissant mon inclination à tout remettre au lendemain, attrape mon téléphone et fais le forcing auprès du coach de la salle située à deux pas de chez moi pour obtenir un rendez-vous au plus vite. Deux ans que je me trimballe avec ce bon pour un essai gratuit dans mon sac à main en attendant le dé clic. Je savais bien qu'il servirait un jour. *Quelle bordélique je suis, quand même !*

Pour me donner du courage, je décide de m'acheter ma pâtisserie préférée avant de quitter les lieux. La serveuse, qui m'a questionnée tout l'après-midi sur mes recherches, n'arrive pas à retenir un sourire. *Ouais, je sais, c'est pas gagné.*

Lorsque je passe la porte du club de fitness de mon quartier, j'ai l'impression d'entrer dans la quatrième dimension. Habitée aux cartes des restaurants, la première chose qui me saute aux yeux c'est le « menu » du bar. Protéines : goût fraise, goût banane. Boissons énergisantes aux noms barbares et aux couleurs flashy, *plein de produits chimiques, c'est sûr !*

Justement, un client attend son breuvage protéiné. De la poudre, du lait, le bruit du mixeur, dont un liquide épais s'échappe pour terminer dans le verre du mec ultra-baraqué assis en face de moi. *Beurk !* Je comprends pourquoi les sportifs sont si minces. Après ça, c'est certain, tu n'as plus envie de manger. Rien qu'à le regarder, j'ai déjà la gerbe.

Un grand type, la quarantaine rayonnante et hyper bien foutu me détourne de cette vision d'horreur.

— Emmanuelle ?

— Oui.

— Je m'appelle Eddy, c'est moi qui vais m'occuper de vous.

Son regard glisse le long de ma silhouette. Pas de doute, il comprend à qui il a affaire.

— Bon, ne perdons pas de temps, allez vous changer ! Le vestiaire des femmes est ici, dit-il en me désignant une porte.

Par chance, il est vide. Je déteste les vestiaires ; réminiscences de mes années de gym à l'école où les filles passaient leur temps à se reluquer d'un œil mauvais.

En panique, j'enfile rapidement mon vieux bas de jogging, un T-shirt large et mes baskets, et retourne voir Eddy qui m'attend au bas des escaliers. *Mais qu'est-ce que je fous là ? Non mais, quelle idée, je te jure !*

On commence par la visite des lieux. C'est très joli et le matériel semble presque neuf. Partout une odeur fraîche nous accueille. Je me détends un peu alors que nous arrivons dans la salle des machines. Il me fait asseoir à une petite table un peu à l'écart et commence son interrogatoire.

— C'est la première fois que vous venez dans un fitness ?

— Oui.

— Et quel est votre objectif ?

— J'aimerais perdre quelques kilos et me raffermir.

Il hoche la tête, pas du tout surpris de ma démarche.

— Combien de kilos ?

— Trois-quatre.

Il écarquille les yeux. *Quoi ? C'est beaucoup ?*

— C'est un bon début, me dit-il alors. *Ouille ! La gifle !*

— Quelle est votre taille ?

— Un mètre soixante-huit. *Moins trois, en vrai. Mais je sens le calcul de l'IMC se profiler à l'horizon, ça me laissera une petite marge. Utiles ces recherches sur le Net.*

— Votre poids ?

Je hausse les épaules.

— Aucune idée.

— Venez avec moi !

La balance est située bien en vue au milieu de la salle de sport, histoire de mettre les gens à l'aise sans doute ?

J'hésite. Je ne me suis pas pesée depuis près d'un an, après une période où sentant que mon couple battait de l'aile, j'avais décidé de « faire attention », résultat je me pesais trois fois par jour et j'étais devenue totalement obsédée.

— Je vous en prie, montez ! m'encourage mon coach.

Je pose les pieds et ferme les yeux.

— Soixante-dix kilos ! m’informe-t-il, enjoué.

Quoi ? Elle déconne, c’est pas possible ! Je vérifie. Les chiffres 7 et 1 me narguent sur l’écran.

— J’ai enlevé un kilo de vêtement, me précise Eddy.

J’ai envie de pleurer... de le taper, un peu, aussi.

Pas le temps de m’apitoyer, nous passons aux choses sérieuses.

Il me fait tester toutes les machines, m’explique à quoi sert chacune d’elle et comment s’en servir. Pas certaine que j’arrive à tout retenir.

— C’est normal que ça fasse mal ?

— Quand on n’a pas fait travailler ses muscles depuis longtemps, oui. *Prends ça dans ta tronche, feignante !*

Je subis encore une dizaine d’appareils de torture sans oser la ramener, de peur de me prendre encore une remarque désobligeante lorsque, enfin, je me retrouve devant la dernière.

— C’est un elliptique. *Enchantée !*

— À quoi ça sert ?

— C’est une machine qui fait travailler le système cardiovasculaire. On va commencer par quinze minutes.

Il plaisante ? Encore un quart d’heure d’efforts, alors que je ne sens déjà plus mes jambes ? Il appuie sur « Start » avant de m’abandonner sur un sourire.

Je commence à marcher, les pieds dans les étriers, quand une barre se rapproche dangereusement de mon visage. Je la prends, puis saisis la seconde. Quelle horreur, mes jambes et mes bras bougent d’avant en arrière et j’ai l’impression que ça va de plus en plus vite. Je suis déjà en nage. Un petit cœur clignote sur le tableau de bord et indique 128... 135... 140. *Je vais crever, au secours !*

Eddy revient. Sauvée.

— Très bien, dit-il. Il reste encore dix minutes.

Il m'achève.

— Quoi ? Je ne tiendrai jamais.

— Vous pouvez augmenter la résistance pour ralentir le rythme, m'explique-t-il en appuyant sur un bouton.

Connard, fallait pas me le dire plus tôt surtout !

Enfin, je respire plus doucement et trouve mon rythme de croisière pour la fin de l'exercice. Ça va. Je suis super-fière de moi.

Je file prendre une douche et reviens vers mon coach qui m'attend au bar.

— Alors, tu veux t'inscrire ? *On se tutoie maintenant que j'ai passé le test ?*

— Oui, avec plaisir.

Je remplis les papiers, sans oublier de demander une facture pour la Banquise qui, je l'ai décidé, paiera ma remise en forme à défaut de nouvelles fringues.

— Je t'attends demain pour ta seconde séance de coaching ? À 15 heures, ça irait pour toi ?

— Ça marche.

— Et ensuite, tu devrais venir le soir, c'est plus sympa qu'en journée, il y a plus de monde.

— Je verrai comment j'arrive à m'organiser.

— Bienvenue, Emmanuelle !

— Je préfère Manu.

Et voilà, je suis une sportive.

Ruinée

Après deux jours à « bosser » hors du bureau, la sonnerie du réveil me surprend. J'avais espéré pouvoir profiter de ma nouvelle fonction pour traîner toute la journée en pyjama devant des films à l'eau de rose pour me documenter, mais la Banquise en a décidé autrement et a exigé ma présence à 8 heures tapantes pour passer les rênes de ma rubrique à fiston. Je lève le bras en marmonnant pour éteindre l'alarme stridente quand je ressens une douleur furtive. J'ai encore dû dormir dans une position étrange.

Je pose un pied par terre, puis deux, me lève. La vache, tout mon corps est douloureux. Tellement que même attraper une tasse à café dans mon placard me demande un effort surhumain. Monter dans la baignoire pour prendre ma douche est un calvaire et m'habiller une torture. Eddy m'avait bien prévenue que j'aurais quelques courbatures mais je ne m'attendais pas à ÇA.

Je décide donc de me rendre à pied au bureau afin de chauffer mes muscles endoloris. *Mauvaise idée !* Les derniers deux cents mètres de montée qui me permettent d'accéder aux locaux du journal m'achèvent et me font croire que je suis sur le point de rendre mon dernier souffle.

Pierre et Pauline sont en grande conversation lorsque je franchis la porte, mais je respire tellement fort que leur débat s'arrête net.

— Ça va ? dit Pauline en me détaillant avec inquiétude.