

*Devenez mon amie*

---

Deogratias



*de*  
*de plume en plume*

## Devenez mon amie

Se sentir totalement recouverte par l'eau de mes émotions. J'ai vécu une journée ordinaire. Pourtant, impossible de dormir : je suis submergée. Telle la marée haute qui monte sans trêve jusqu'à déborder de partout, me voilà emmêlée dans les nœuds de l'émotion fouguese sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Se sentir complètement inondée par l'eau de mes ressentis. J'ai respiré des odeurs, j'ai parlé à deux personnes, j'ai regardé un peu l'actualité. J'ai entendu des chroniques intelligentes, j'ai parlé au téléphone. Pourtant, impossible de m'apaiser : je suis inondée comme un fleuve déborde dans les rues, dans les maisons, les plus petits recoins. Me voilà en apnée sous l'eau impétueuse sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Se sentir entièrement piégée par la pluie qui tombe sur le cœur. J'ai entendu des récits, des beautés, des joies, des peines. Rien de trop négatif, et pourtant, bonheurs ou malheurs, me voilà cognée par leurs assauts comme un torrent se jette sans arrêt dans le lac juste en dessous de lui. Malmenée par des riens. Me voilà coincée dans les orages tumultueux d'une émotion trop vive, sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Se sentir infiniment traversée par tout : le bruit, le silence, la beauté, les paroles, les images, les sons, les musiques, les regards, les non-dits. Tout. Prise dans les vertiges silencieux d'un vécu trop puissant

pour moi, me voilà toute endolorie, pleine de bleus dans un combat que je n'ai pas choisi. Chahutée par la banalité, me voilà épuisée sur le lit d'une vie trop ardente, sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Se sentir profondément envahie par tout ce qui fait la vie : les autres, leurs mots, la nature, les couleurs, les fracas, les sourires, le bruit de l'eau qui tombe. Prise dans les effluves de ce courant trop vif, me voilà prisonnière d'une puissance où je me débats sans parvenir à m'échapper. Je suis enfermée dans les bras de mon geôlier, sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Se sentir entièrement noyée comme les prairies à la saison des pluies, comme la mousson sur le sol aride du désert. Partout et toujours un peu seule même au milieu des foules, des villes ou des campagnes solitaires. Me voilà dans les extrêmes d'une vie sans repos, sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Se sentir invariablement emportée par l'eau frénétique, elle qui n'est plus retenue par la digue. C'est un ouragan, un tyhon, que sais-je, il épuise mes forces par trop d'intensité. Me voilà trop secouée dans l'univers d'une intériorité profonde, sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Je vois plus loin que l'horizon de la mer, quand mon regard se perd devant. Je devine avant l'autre ce qui le tourmente et l'accable. Je perçois les mouvements de l'insecte caméléon qu'aucun n'avait pu voir. Je ressens le climat, les humeurs, les émois subtils d'un cœur au secret. Me voilà saturée par les liens imperceptibles que je n'ai pas

cherchés. Sans bien comprendre ni pourquoi, ni comment.

Je suis une eau qui coule sur le bitume de mes insomnies rebelles. En vérité, mon inspiration vient de là. Je suis hyper sensible, hyper empathie, hyper émotive, hyper tout. Pas de demi-mesure. Je suis neurodivergente, hors norme et différente. N'ayez pas peur, je ne suis que moi. Bien que très fragile, approchez-vous...

Devenez mon amie.



Publication certifiée par De Plume en Plume le 14-11-2023 :  
<https://www.de-plume-en-plume.fr/>

En savoir plus sur l'auteur : [Deo gratias](#)

Vous pouvez lui laisser un commentaire sur cette page : [Devenez mon amie ! sur DPP](#)