

**GwenAlice**

# **La rupture**

*de plume en plume...*

## La rupture, les copines... la déprime !

*Nous avons toutes (et tous) un jour eut le cœur brisé. Comme toujours dans ces moments de grandes souffrances nous faisons appel à nos amis, à ceux qui à coup sûr vont nous comprendre et trouver les mots justes pour nous faire passer cette épreuve.*

*À cause des téléfilms et des séries romantiques, on s'imagine pleurant à chaudes larmes, nos amis autour de nous, compréhensifs et apaisants, puis le lendemain au réveil on se sait déjà prête à entamer une nouvelle vie et rencontrer notre âme sœur. Seulement voilà, notre vie à nous, n'est pas scénarisée alors forcément tout ne se déroule pas comme on le voudrait ou plutôt comme nous l'imaginons.*

*À défaut de contrôler le temps de deuil d'une relation amoureuse et l'intensité de notre désespoir, je pense que nous pouvons commencer par nous éviter d'en rajouter. C'est pour cette raison que je voudrais vraiment éclaircir une ou deux petites choses qui me paraissent importantes.*

Chers amis,

Quand on se fait larguer, qu'on souffre, qu'on se sent au bout de notre vie et que l'on a l'impression que plus jamais on ne pourra être heureuse... Vous serait-il possible de ne pas aggraver la situation ?

Serait-il possible de ne pas avoir à subir des phrases toutes faites comme :

- Ne t'inquiète pas, ça va passer.

Ou encore :

- Mais quel connard j'te jure, il ne te mérite pas !

Bah déjà non... Visiblement c'est nous qui ne le méritons pas, puisque c'est lui qui nous a largués !

Ensuite, on le sait que ça va passer. Mais là tout de suite on s'en fout. Ça ne passe pas encore et on souffre. Alors si on pouvait se concentrer là-dessus, à l'instant présent... Parce que c'est un peu pour ça qu'on vous appel aussi. Pour souffrir accompagné et vous gâchez votre soirée à vous aussi... *Il n'y a pas de raison, les amis, c'est fait pour ça !*

Avant cette mise au point : Merci ! Merci à vous, les filles et les faux potes, pour votre soutien. Nous savons à quel point, quand notre cœur est en miettes, nous devenons déprimantes, à fleur de peau, visuellement et mentalement déplorables et que nous passons notre temps à radoter.

Seulement n'oubliez pas une chose. La raison pour laquelle nous avons conscience de tout ceci, est simplement parce que nous aussi, nous vous avons vu dévastés et nous vous

avons supportés, écoutés et réécoutés, en soupirant intérieurement et priant pour que cette phase de votre vie se termine pour retrouver notre propre liberté. Souvenez-vous-en... Avant d'hésiter à répondre lorsque l'on vous appelle pour pleurer.

Petite précision pour ces messieurs : Faux potes, parce que nous sommes peut-être au bord du gouffre émotionnel mais nous n'en sommes pas devenues complétement naïves non plus. Nous savons, que vous nous réconfortez uniquement pour prendre la température et voir si votre tour est enfin arrivé. Mais merci quand même ! Vous êtes de supers bonnes copines vous aussi et on vous aime..amicalement parlant.

Maintenant que les remerciements sont faits et que j'ai reconnu publiquement que les déprimes-post-ruptures sont aussi désagréables pour la victime que pour ses spectateurs, je voudrais que chacun prenne conscience des phrases à bannir. Si vous voulez nous aider, mais vous aider, *je rappelle que tant que l'on ne va pas mieux vous non plus*, c'est vraiment important.

Pour commencer, quand on vous baragouine entre deux sanglots qu'il nous a quitté, évitez de nous demander si c'est une blague.

- NOONNN tu déconnes ??
- Expliquez-moi. Vous vous attendez à quoi comme réponse ?
- Évidemment que je déconne. Je vais super bien. Tellement bien que je me fais chier, du coup j'ai décidé de passer le temps à chialer et à m'inventer une vie de merde et je t'appelle parce que à deux c'est plus drôle!

Cessez de demander, cette réponse n'arrivera pas.

Oui c'est vrai. Pour notre malheur et le vôtre (du coup) il nous a quitté. Nous sommes malheureuses, alors si vous pouviez éviter de nous le faire répéter en nous demandant indirectement de confirmer ce serait vraiment classe de votre part. C'est assez compliqué de le dire une fois en se faisant comprendre alors bon... Ce serait un beau geste.

En revanche, nous vous invitons fortement, à nous dire :

- Bouge pas ! Miss Vodka et moi, on arrive !

Continuons... Á bannir aussi les :

- Mais pourquoi ? Qu'est ce qui s'est passé ? Je ne comprends pas !
- Ça non plus, on n'en veut pas. Ou plutôt, pas à jeun. Donc faites les choses dans l'ordre, débarquez avec Miss Vodka et dans 3 shoots vous reposez votre question de merde. Á ce moment-là nous vous expliquerons ce que vous savez déjà au fond de vous, qu'en fait il ne nous aime plus, que si lui c'est l'homme de notre vie, nous on n'est pas la femme de la sienne. Que c'est parce que les fées Chances et Bonheurs n'ont jamais trouvé le chemin de notre berceau. Que, nous nous avons eu le droit aux fées tu-va-en-chier et cœur-brisé. Et puis que le pourquoi au fond, là tout de suite, on s'en fout aussi. Pourquoi, comment... le

résultat est le même. Nous sommes en miettes et vous plutôt que d'être à votre soirée Meetic ou dans les bras de votre homme à regarder Netflix, vous êtes là, à nous regarder sombrer. Voyez comme la rupture des copines, peut grandement impacter votre petite vie. Donc raison de plus pour nous aider véritablement.

J'en profite pour passer un message aux jalouses qui ne souhaitent que notre malheur pour assouvir leur petit bonheur. À toutes ces supers copines qui ne supportent pas notre homme et qui ne souhaite qu'une chose, c'est de retrouver notre *Nous* célibataire et fougueuse pour boire et danser jusqu'au bout de la nuit. La seule chose que vous allez récolter ce sont nos plaintes à répétition, nos larmes et notre anorexie naissante, qui cela dit en passant nous fera perdre nos petits kilos du bonheur et nous rendra plus svelte que vous donc... forcément potentiellement plus attirantes. Réfléchissez les filles.

Pour en revenir aux questions douloureuses et douteuses, notez de ne pas nous poser de questions avant que Miss Vodka n'est trouvée le chemin de nos veines. C'est un peu comme si vous nous demandiez de nous arracher une dent sans anesthésie. Ce n'est pas beau à voir.

Nous sommes bien d'accord : les questions de merde, les réflexions philosophiques et les analyses psychologiques vont dans le même panier.

Comprenez et souvenez-vous, qu'à ce moment de notre vie, la seule vision d'avenir que nous avons, c'est nous vieille fille, ayant fini par transformer notre habitation en maison d'accueil pour chats errants et, prise pour exemple à ne pas suivre par les générations suivantes. On s'imagine déjà allumant un cierge chaque année à la date anniversaire de notre rupture, en mémoire de feu notre regrettée vie sexuelle partie trop tôt. Nous visualisons notre doux visage avec moustache apparente, à manger directement dans les boîtes de thon à la tomate et à boire directement notre villageoise à la bouteille.

On ne veut pas non plus entendre que c'est un connard. Parce que non ce n'est pas un connard en fait, c'est juste le mec qu'on aime et qui nous a quittés en nous arrachant le cœur au passage. Un Head killer oui, mais un connard non. Parce que si nous partons du principe que tous les mecs qui nous larguent sont des connards... Il faut aussi regarder de l'autre côté et se demander : Et Nous ? On est quoi du coup, Nous ? Pour les tous les mecs que nous larguons ? *Bah oui, une connasse ! Alors ça vous plaît ou on garde le côté briseur de cœur ?*

Oui, c'est vrai, Nous on l'insulte. Seulement nous on a une excuse. On souffre. C'est normal aussi, on ne va l'appeler mon amour non plus. Mais vous non ! C'est notre connard à nous, on ne touche pas. À chacun son rôle, vous, vous remplissez notre verre qui se vide un peu trop vite et nous on chiale, on se mouche et on l'insulte. Privilège des malheureuses larguées.

Ensuite...

Sachez que : Non ! On ne veut pas l'oublier. Alors arrêtez de nous dire : Vas-y, oublie le, il n'en vaut pas la peine. De toute façon c'était un con. Tu mérites mieux.

Reprenons :

- Vas-y oublie le !

Non, ça ne marche pas comme ça. On n'oublie pas une personne comme ça, juste parce que vous nous dite : Vas-y oublie là.

- Vas-y bois !

Oui, autant que vous voudrez et temps que notre foie fera son travail.

- Vas-y pleure !

Oui. Ça aussi on peut le faire à volonté.

- Mais vas-y oublie le !

NON !

C'est un peu comme nous dire, vas-y appuie sur le bouton *Delete*. Sauf que ce bouton n'existe pas. Il n'y a pas de bouton *Delete* dans une relation. Nos cœurs ne sont pas des ordinateurs qu'il nous suffit de formater au moindre virus. Sinon nous serions tous équipés d'un Norton anti-déprime. Une rupture et hop on formate, on réinstalle les fonctions vitales et on s'est reparti. *Ceci dit, on en fera ce qu'on voudra, mais c'est une idée à retenir pour les prochaines étapes de l'évolution humaine.*

Soyons honnête, qui veut oublier la personne qu'il aime ? Nous, on ne veut pas l'oublier. Non, ce que l'on veut c'est que *lui* se souvienne de nous par contre. Que tout à coup, hop un déclic, il se rappelle à quel point nous sommes formidables et qu'il réalise *enfin* qu'il ne peut pas vivre sans nous. Voilà ! C'est exactement ça que l'on veut, nous !

Alors si au lieu d'un bouton *Delete* on pouvait activer un bouton *Return* ce serait pas mal. On efface de sa mémoire la raison qu'il l'a poussé à rompre et on reprend là où tout était merveilleux.

Non ? Impossible ? En ce cas continuons avec les phrases à bannir.

Merci de prendre note, que l'on ne mérite pas mieux. C'est gentil de vouloir nous reconforter en nous valorisant. Seul hic, nous ce qu'on veut c'est lui et pas mieux. Parce que Mieux on s'en fout on ne le connaît pas et à nos yeux ça n'existe pas. Ensuite, mériter mieux en matière de relation, cela signifie que nous n'avons pas fait le bon choix. Sauf que ça... Nos larmes et nos 12 kleenex étalés sur la table nous le rappellent et, n'oubliez pas qu'on l'a choisi ce mec pour qui on pleure. C'est déjà assez compliqué comme ça, alors si en plus vous nous rappeler qu'on a des goûts de merde, ça obscurcit un peu plus les choses voyez-vous.

Reprenons la phrase : C'était un con. Mes chères victimes de l'amitié, je vous saurai gré de bien vouloir prendre en compte le fait que l'emploi du passé est tout simplement à

prohiber. On veut du présent pas du passé. On refuse l'avenir avec lui dans le passé. Nous voulons un présent lui dans le futur.

Nous avouer que nous ne l'avez jamais aimé non plus ça n'aide pas. On ne va pas se mentir, on s'en fout que vous ne l'aimez pas. Ce n'est pas ce que l'on vous demande. Et mieux encore, ça nous arrange, comme ça on sait que vous n'allez pas nous le piquer. Alors continuer à ne pas flasher sur nos mecs et on continuera à être amis.

La phrase :

- De toute façon je savais que ça ne marcherait pas.

Ha bon ! Première nouvelle. J'ignorais être amie avec une extra-lucide. Mais alors, du coup si je comprends bien, vous saviez déjà que mon histoire d'amour allait foirer. Votre marc de café ou votre boule de cristal vous a nettement montré que je me retrouverai en pleine déprime. Par contre aucune d'entre vous ne s'est dit que me prévenir de ce qui allait se passer serait une bonne idée ?

Vous comprendrez donc, que pour le bien de notre amitié mieux vaut éviter ce type de remarque.

Merci aussi, de ne pas nous forcer à boire, enfin à boire... à picoler, au-delà du premier soir. Autant l'anesthésie par l'alcool suivi du coma amnésique le premier soir est nécessaire. Autant les murgues quotidiennes suivies des gueules de bois, ça n'a jamais aidé qui que soit.

D'ailleurs à ce propos. Si vous pouviez avoir l'intelligence qui nous manque dans ces cas-là, de nous faire éteindre notre portable et de le cacher jusqu'au lendemain. Ce serait vraiment sympa. Parce que larguée, blessée et bourrée, en règle générale c'est synonyme de gros regret le lendemain et bien trop souvent de méga honte aussi. Nous sommes assez pathétiques comme ça, évitez-nous d'en rajouter.

Pour en revenir à l'alcool, au-delà du premier soir, je vous suggère de nous proposer de faire un relooking, du shopping, du jogging ... Tout ce que vous voudrez sauf, de nous tracer un avenir plus ou moins proche, chez les alcooliques anonymes. Déjà qu'on souffre, qu'on se trouve moche, grosse, inutile et seule. Qu'on chiale dès que la lumière s'éteint et dès que le réveil sonne, si c'est pour en plus vivre le cœur brisé, la gueule de bois et les yeux bouffis, on n'est pas prête de s'en sortir. Le mal de tête, les cernes, l'haleine de raisin fermenté et le teint gris n'ont jamais aidé à sortir d'une déprime, ni à sortir tout court d'ailleurs.

Et tant qu'on y est, en parlant de sortir, serait-il envisageable pour vous, de ne pas nous forcer à nous mélanger à d'autres êtres vivants ? Nous sommes malheureuse, moche, nous vivons dans un capharnaüm sans nom, ça fait des jours que nous n'avons pas fait ni la vaisselle, ni tourné le bouton de la machine à laver et encore moins procédé à un nettoyage approfondi de notre enveloppe corporel. *Bon aussi un peu parce que l'on ne mange pas et que l'on ne se change pas, les deux premiers point ne sont pas indispensables, avouons-le.*

Pour faire simple, nous vivons depuis des jours avec le même jogging dégueu, la nature a repris ses droits sur notre pilosité et notre appartement put le tabac froid et les chaussettes sales. Nous nous sommes transformées en adolescent pré-pubère, les boutons et un appendice en moins. (*Oui, même la moustache aussi a repris ses droits !*). Donc non, on ne veut pas sortir.

Par contre, on veut bien que vous passiez nous regarder déprimer et nous écouter nous lamenter. Plus on est de fous... Plus... bah... non, on ne rit pas, mais en attendant nous, on se sent un peu moins seules... Et puis restez dormir avec nous aussi. On n'ose pas vous le demander mais on voudrait que vous le proposiez. Comme ça, pour vous occuper vous pourrez nous faire à manger, vous nous bichonnerez et surtout, vous insisterez pour que pendant ce temps-là on aille se détendre dans un bain chaud et moussant avant de regarder un super film que vous détesterez mais que nous on adore. En un mot : subissez ! Mais garder le sourire et faite nous croire que vous adorez ça.

Pour terminer, je vous remercie, au nom de toutes les larguées, de bien vouloir stopper net votre désir de nous voir rencontrer quelqu'un.

Entendons-nous bien. Rencontrer oui, ça on veut bien. Notre ex par exemple. Juste en bas de chez nous, au moment où il s'apprête à sonner pour venir nous supplier de le pardonner et l'épouser.

Mais rencontrer, quelqu'un *d'autre*. Non.

Inutile de nous dire que de nous remettre dans une relation même légère sans penser à l'avenir est un bon moyen de nous aider à surmonter la rupture et de nous faire oublier notre ex. Rappelez-vous on ne veut pas l'oublier, on veut qu'il revienne, mais surtout prenez le temps de réfléchir à votre conseil (*de merde*).

Analysons le conseil du siècle.

Pour commencer vous nous demandez clairement de coucher avec le premier type qui passe. Donc pour vous donner son corps à un inconnu va-nous aider à nous sentir mieux ?! Ça montre tout le respect que vous avez de nous.

Ensuite, vous nous demandez de prendre ce premier pauvre type qui passe, de nous en servir comme pansement et comme objet sexuel le temps que la guérison se fasse et, puis de le jeter après usage, parce que ça y est, la plaie est refermée, que l'on se sent de nouveau prête pour l'amour, mais avec un autre que lui bien sûr. On le jette et on se sent libre. On est guérie, le bobo est parti. Allez hop... pouvelle. Sympa comme conseil.

Question, pour le remercier ce pauvre type on fait quoi ? Après notre thérapie on lui envoie une carte de remerciement ? On lui promet de lui faire de la pub pour les prochaines copines larguées ?

À aucun moment il vous est venu à l'esprit que du coup, maintenant cet homme pansement, c'est peut-être le prochain « nous », la victime, le blessé. Qu'à son tour, pour se remettre de notre thérapie, que lui aura vécu comme une belle histoire d'amour, il va lui aussi se prendre une femme pansement, sur les merveilleux conseils de ses amis. Et ainsi

de suite...

Là encore j'ai une question.

Quand vous aimez une personne. Que vous aimez vraiment cette personne, même si cette personne a décidé toute seule et égoïstement de votre célibat.

Votre libido ? Elle va comment ?

Non parce que la mienne dans ces moments-là, elle disparaît complètement. Elle se barre avec mon cœur et mon ex. Il lui faut un certain temps avant de retrouver le chemin de la maison.

Alors bien sûre, vous nous rabâchez qu'il faut sauter le pas, que c'est une sorte second dépuçelage. La première fois ce n'est pas top et un peu stressant, mais qu'une fois qu'on est remontée en selle c'est partie pour la chevaucher fantastique. Sauf moi, je ne suis pas une Cow-Girl, le rodéo ça me donne la nausée. Et, le cœur d'un côté et le corps de l'autre, je me sens pas entière.

À vous écouter plus on tarde plus ça va être difficile. Là j'ai juste envie de vous répondre que oui effectivement. Je suis d'accord avec vous. Plus notre ex tarde à revenir, plus ça va être difficile de trouver une salle disponible pour la cérémonie l'été prochain. Les mariages ça s'organisent à l'avance.

Ha oui aussi... Vous êtes prié de nous épargner tous commentaires sur nos exigences et que le sex comme disait ma grand-mère, c'est pour l'hygiène du corps. Qu'on se rassure, l'hygiène de notre corps va bien, notre flore vaginale à même son petit savon à elle pour assurer son équilibre. Ma flore intestinale n'en a pas autant. Et concernant notre exigence... même larguée dépressive et en pleine conscience que notre réservation en maison de retraite a de fortes chances d'être validée avant notre réservation de voyage de noces, je ne suis pas certaine que baisser son niveau d'exigence pour finir avec un petit gros aux cheveux gras, assureur chez Axa et fidèle client de Pierre et vacance à la Bourboule nous rende service et surtout plus heureuse.

Alors s'il vous plaît, contentez-vous d'être des victimes de l'amitié. Offrez-nous des séances de spa, organisez-nous des soirées manucure et masque à l'argile, faites appelle au meilleur marabout pour faire revenir ce type que vous n'avez jamais aimé mais dont nous sommes complètement folles ... mais surtout... Fermez-là !!!!

Avec tout mon amour les copines et les bonnes copines et encore une fois merci d'être là ...

GwenAlice

le 03/01/18



Publication certifiée par De Plume en Plume le 03-01-2018 : <https://www.de-plume-en-plume.fr/>

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

Vous pouvez lui laisser un commentaire sur cette page : [La rupture sur DPP](#)