



Lentement le Bonheur

Les cicatrices invisibles

Il y a des douleurs qui arrivent vite.
Elles prennent toute la place, bouleversent, arrêtent le temps.
Et puis il y en a d'autres qui attendent...

Qui attendent d'avoir l'espace.

Elles s'installent en silence,
se glissent dans les replis du corps,
apprennent à se faire discrètes.
Elles laissent la vie continuer.

On croit parfois qu'elles ont disparu.
En réalité, elles ont simplement appris à patienter.

Elles surgissent souvent plus tard,
quand le monde devient un peu plus calme,
quand il n'y a plus autant de bruit pour les contenir,
quand la survie n'est plus la seule priorité.

Ce n'est pas le passé qui revient.
C'est le corps qui trouve enfin la force
de dire ce qu'il n'avait pas pu dire.

Ces douleurs-là ne se racontent pas toujours.
Elles se ressentent.

Lentement le Bonheur

Dans un souffle plus court,
dans une fatigue sans cause visible,
dans une peur qui ne sait plus d'où elle vient.

Elles n'ont pas de forme précise.
Pas de chronologie claire.
Elles ne suivent pas les règles du temps.

Elles demandent peu.
Pas d'explication.
Pas de comparaison.

Juste une présence suffisamment douce
pour ne pas les faire taire à nouveau.

LB