

S'adapter aux changements

Cette semaine, je vais vous parler un peu de mes sentiments ces derniers jours. Et avant de commencer, je voudrais m'excuser si le son n'est pas super aujourd'hui. J'enregistre cet épisode dans une pièce où l'acoustique est différente.

Bon, je commence. Vous savez certainement que j'ai déménagé. En fait, j'ai déménagé il y a deux jours exactement. Je vous explique d'abord quelques mots importants puis je commence. Déménager, ça veut dire quitter un endroit pour un autre (aller dans un autre appartement, dans une autre maison, dans une autre ville, dans un autre pays). Emménager, c'est ce qu'on utilise quand on arrive dans un nouvel appartement. Et enfin aménager, ça veut dire arranger les pièces, organiser, mettre le lit ici, la table là etc.

Donc, je reprends mon histoire. J'ai emménagé il y a deux jours. La semaine dernière, c'était assez compliqué parce que je travaillais et je devais aussi faire les cartons, chercher quelqu'un pour peindre l'appartement, et m'occuper de l'administration : l'électricité, la taxe municipale, l'eau, le gaz etc. Bref, beaucoup de choses en peu de temps. Et je suis assez "control freak". J'aime bien tout contrôler, je n'aime pas quand quelque chose arrive et que ce n'était pas prévu. Et ces derniers temps, j'ai eu beaucoup de choses imprévues. Résultat, je n'étais plus dans ma zone de confort. J'étais stressée. Je ne savais pas quoi faire. Alors j'ai appris à respirer, à me calmer. Je me suis répétée calmement que tout allait bien se passer. Que je n'étais pas responsable de tout. Voilà donc mon état général avant le déménagement. Le jour-même, j'étais comme un robot. J'étais en mode "pilote automatique". Pas de peur, pas de joie, pas de soulagement. Non, rien. Vraiment comme un robot qui fait son travail. J'étais juste là pour vérifier que tout se passe bien avec le déménagement et les déménageurs. Quand ils sont partis, j'étais seule avec tous les cartons, un frigo vide, et un programme très précis : 1) aller acheter quelque chose à manger et du lait pour mon café. 2) organiser mon sac pour mon cours. Oui, parce que voilà, l'après-midi du déménagement, j'avais un cours avec mes élèves du troisième âge. Je sais, c'est bizarre, peut-être stupide, de programmer un cours ce jour-là, mais c'est un cours qu'on peut difficilement changer et je pensais que ce serait une bonne idée. Penser à autre chose. Et c'est exactement ce qui s'est passé. Une demi-heure avant de commencer, j'étais dans les cartons. Ensuite j'ai fait un cours avec mon groupe sur "comment acheter dans une boulangerie-pâtisserie". Et après, je suis retournée à mon appartement pour retrouver mes cartons et mes chats.

Ah oui, mes chats... Bon, évidemment, eux, ils ne sont pas très contents de ce déménagement. Il faut dire que c'est difficile de les préparer mentalement. Ils ont bien compris que quelque chose de bizarre se passait, mais ils n'ont pas vraiment compris qu'ils devaient quitter leurs copains. En arrivant, l'un des chats s'est mis derrière un carton et n'a pas bougé pendant six heures. Et l'autre est passé d'une chambre à l'autre, d'une pièce à l'autre, en miaulant. Miaou...

Et moi alors ? Vous imaginez sans doute que je vais bien. Après tout, je savais que j'allais déménager. Je savais où et comment était le nouvel appartement. Tous mes meubles et toutes mes affaires sont avec moi. Je suis dans la même ville, dans le même quartier. Et pourtant... J'étais déprimée le premier jour. D'abord, j'étais fatiguée, mentalement et physiquement. Et puis, c'est un nouvel appartement. C'est vrai qu'il est bien, il est lumineux - ça veut dire qu'il y a beaucoup de lumière, il y a de la place pour tout le monde. Mais je ne suis pas encore habituée. Je ne sais pas si c'est l'âge (je parle vraiment comme une petite vieille), mais je crois que j'aime de moins en moins les changements. J'aime mes petites habitudes. Je suis bien dans mon environnement familial.

Bon, je sais que ça va passer. D'ailleurs, aujourd'hui, je me sens déjà beaucoup mieux. Je commence à trouver mes marques, mes repères. Ça veut dire que je sais où je suis. Mon seul objectif maintenant est de ne pas me laisser aller. J'ai cette mauvaise habitude. Et là, par exemple, j'ai 6 cartons de livres dans mon bureau. J'ai jeté ma vieille bibliothèque. Et je me connais, je suis capable de vivre comme ça pendant six mois. Alors j'ai décidé aujourd'hui, dans cet épisode, de vous faire une promesse. Comme ça je me sentirai obligée de le faire. Oui, je vous promets que dans un mois, ces cartons de livres ne sont plus là et que tout est bien rangé dans une jolie bibliothèque.

The French to Go Podcast is produced by French Carte - Delphine Woda / www.frenchcarte.com, frenchcarte@gmail.com - Sound : <http://www.freesound.org/people/klankbeeld/>



Creative Commons Attribution – NonCommercial NoDerivatives 4.0 International License