

Lorna

En mémoire de Rachel, rassemblons-nous!

Remettons au cœur du débat qui nous sommes!

Ne nous battons pas contre eux! **BATTONS-NOUS POUR NOUS!**

Si je choisis de partager mon histoire, ce n'est pas pour m'épancher sur les comportements pervers, manipulateurs et destructeurs de mon ex-mari mais pour mettre en lumière les actions de la victime que je fus pour se sortir de ce duo mortifère.

Si je l'ai fait, vous pouvez le faire!



Complètement par hasard, j'ai découvert que mon mari était un pervers narcissique en lisant mot pour mot mon histoire sur le blog de Geneviève Schmit. En état de choc, déjà très affaiblie par les bleus à l'âme qu'il m'infligeait chaque jour, je décidais de prendre rendez-vous avec elle tant j'étais dans la confusion.

La révélation fut terrible. Une brûlure vive. Un cauchemar éveillé.

Je ne pus plus ni dormir, ni me nourrir, ni parler.

Je tremblais tout le temps et mon cœur battait à tout rompre sans discontinuer;

Qui était cet être avec qui je partageais toutes mes nuits, pour qui je décidais régulièrement de mourir tant je me sentais si peu aimable?

Cet homme qui pleurait dans mes bras tant il m'aimait pour mieux me quitter deux jours après en hurlant, en m'insultant, me laissant le supplier à genoux de ne pas le faire?

Je n'avais jamais entendu, ne serait-ce que le mot « *pervers narcissique* »

Il m'était impossible d'envisager de partir .

Je l'aimais et surtout qui étais-je sans lui?

Ne m'avait-il pas sauvé au début de notre relation?

N'avais-je pas une dette vis-à-vis de lui?

Je me sentais incapable de prendre ma vie en main. J'étais perdue, isolée, sans ressources financières, condamnée.

Je vivais par lui, en lui, pour lui...

Je me nourrissais jusqu'à la nausée de ses mensonges d'amour pour exister...

Des mots soufflés, chuchotés, de tous petits mots qui m'emportaient et balayaient tout le reste....

Mais peu à peu, je me suis mise à l'observer, je me concentrais pour apprendre à gérer mes émotions en sa présence, je maîtrisais les techniques de contre-manipulation, lorsqu'il s'énervait sans raison contre moi et me faisais peur, j'enregistrais nos conversations, je les écoutais le plus froidement possible afin de ne pas me sentir coupable et folle, je notais comment s'opéraient les renversements de situations, je souriais même de voir à quel point son discours était manipulateur, ponctué d'injonctions contradictoires, de menaces voilées, de grossières envolées lyriques dont l'actrice principale était sa voix, inquisitrice, doct, sarcastique et méprisante.

La culpabilité s'envolait.

Le deuil de la relation équitable et respectueuse s'opérait...

Je lâchais prise mais la peur était toujours là, envahissante, destructrice.

Je compris deux choses essentielles pour m'en sortir vivante et encore plus forte...

- *La fuite était la seule issue.*
- *Le dédain et le silence, mon plus beau cadeau d'adieu.*

Il n'aurait plus une parcelle de moi.

J'AI FUI du jour au lendemain, j'ai mis mes meubles en garde pendant trois semaines, j'ai dormi chez mes parents, des cousins , des amis.

Avant de tout quitter, je m'étais mise à chercher un travail en cachette.

Le matin, je faisais mine de ne rien faire de mes journées et dès qu'il partait, je travaillais, j'envoyais mes cvs, j'allais à mes entretiens en tailleur.

Peu importait si je bégayais si je tremblais sans me contrôler...

D'où me venait cette force? De ces mots: **Tu as imaginé un chemin de souffrance et de mort pour moi.**

J'ai imaginé un chemin de vie.

Ma plus belle vengeance, mon Coco, me relever et être heureuse!

J'ai trouvé un travail, un logement et j'ai réussi à divorcer!

Je mourrais de peur parce que je recevais des mails accusateurs, humiliants, menaçants, pressants mais je savais que je devais en passer par là, que le temps était mon ami.

Je n'ai jamais cédé à la réponse pour ne pas renforcer son excitation et son énergie, pour ne pas m'affaiblir davantage.

En renonçant, je gagnais en force, en autonomie...

Vous dire que ce fut facile, non. Mais ce fut et C'EST POSSIBLE!

En mémoire de Rachel, remettons-les à leur place!

Ne les mettons-pas au centre du débat, ainsi ils arrivent encore à troubler notre volonté de nous rassembler et à polluer notre combat.

Leur désastreux tours de passe-passe, leurs comportements abjects, la boue de leur âme, je ne la connais que trop....

En mémoire de Rachel, allumons des bougies intérieures, donnons l'espoir, la force, entraïdons-nous et comprenons à quel point l'emprise est un lien terrible qui n'est malheureusement pas compris et reconnu.

En mémoire de Rachel, ne vous battez pas CONTRE eux, battez-vous POUR vous!

Vous serez surprise de découvrir à quel point vous êtes fortes, pleines de ressources et de vie!

Lorna

Témoignage suivant