

# MA PREMIÈRE FOIS



Huit  
NOUVELLES  
POUR LES  
COEURS  
BRISÉS

ATTENTION:  
MOUCHOIRS  
NON  
INCLUS!

La Bagnole



MA PREMIÈRE  
FOIS



Huit  
NOUVELLES  
POUR  
LES COEURS  
BRISÉS

La Bagnole



## Table des matières

Geneviève Morin	
<i>Introduction</i> .....	9
Fabiola N. Aladin	
<i>Miroir, miroir</i> .....	17
Capsule 1	
<i>Est-ce que c'est vrai que la première peine d'amour est la plus douloureuse ?</i> .....	41
Marie-Christine Chartier	
<i>Un gros Mess</i> .....	45

Capsule 2	
<i>Rejet ou regret ? Lequel est le mieux (ou le moins pire ?)</i> .....	71
Nicolas Michon	
<i>I Could Be Your Hiro Baby</i> .....	75
Capsule 3	
<i>Est-ce qu'il y a une bonne manière de rompre avec quelqu'un ?</i> .....	126
Sophie Laurin	
<i>Ce qu'on apprend des fins tristes</i> .....	129
Capsule 4	
<i>Pourquoi des gens veulent rester amis après leur rupture ?</i> .....	158
Félix Turcotte	
<i>Xavier et Thomas</i> .....	163
Capsule 5	
<i>Comment prendre soin de soi après une rupture ?</i> .....	201

Michelle Lapierre-Dallaire	
<i>Tout en haut de la pyramide des miettes</i> .....	205
Capsule 6	
<i>Est-ce que quelqu'un vous a déjà ghosté?</i> .....	235
Véronique Grenier	
<i>Un cœur à soi</i> .....	239
Capsule 7	
<i>J'ai le cœur brisé à cause d'une rupture... d'amitié</i> .....	254
Akim Gagnon	
<i>Le siège vacant</i> .....	259
Geneviève Morin	
<i>Conclusion</i> .....	285



# INTRODUCTION

*Geneviève Morin*

r/retourenarrière

## **Qu'est-ce que je pensais de l'amour à seize ans ?**

J'ai passé la majeure partie de mon secondaire célibataire.

Pas parce que j'étais laide.

Pas parce que j'étais pas cool ou pas le fun – j'ai même reçu la mention « Fille la plus drôle » dans l'album de finissants, t'sais !

Pas parce qu'aucun gars ne s'est intéressé à moi.

Et encore moins parce que je n'ai pas été « amoureuse ».

Je suis restée célibataire au secondaire pour deux grandes raisons :

- La première, c'est que j'ai eu la chance d'avoir une gang d'amis vraiment extraordinaire, et que donc je n'ai pas eu le temps d'avoir un chum.
- La seconde, c'est que la pression entourant l'amour et les relations me faisait peur.

C'est dit. Mais.

J'avais seize ans, j'étais célibataire, heureuse, et pourtant j'avais toujours en arrière-pensée que *ça finirait par s'en venir*. Parce que l'amour, genre l'amour romantique, c'est la chose la plus importante au monde. Non ?

Mais la question reste... Qu'est-ce que je savais vraiment de l'amour à seize ans ?

D'abord, j'étais convaincue qu'être en couple, c'était un devoir d'adulte. Moi, j'étais encore jeune, j'avais encore le temps. Aimer, c'était une responsabilité d'adulte, pas une affaire de jeune qui a juste envie de faire le party. Un couple, c'est sérieux, ça s'aime, puis ça se marie. Après, les enfants, la retraite et *RIP*. Disons que je n'étais pas pressée d'y arriver.

Il y avait aussi quelque chose qui me dérangeait dans le fait de se caser et de prioriser ses relations amoureuses

devant ses amitiés. Parce que les personnes qui se mettaient en couple, à mes yeux, devenaient automatiquement plates.

À seize ans, je méprisais déjà les gens que j'appelais « les satellites » : les personnes qui abandonnaient leurs amis pour graviter autour de leur chum ou de leur blonde, et qu'une fois que c'était fini (parce que les satellites ne restent jamais en orbite longtemps autour d'une météorite), ils ou elles réapparaissaient dans la gang. Comme si de rien n'était. Nous, les humains normaux habitants de la Terre, on devait juste accepter le crash de ces satellites démantelés en disant : « Ah non, vous vous êtes laissés ? Trop poche... Voici une place à notre table, viens, je t'en prie. » Les amitiés avaient tellement de valeur à mes yeux, je ne voyais pas comment on pouvait les mettre de côté pour une chose aussi futile et passagère qu'un *kick* de secondaire.

r/lesgarçons

## **Est-ce que je peux dire que je comprenais bien les garçons ?**

(Non.)

J'ai appris très vite dans ma vie (à tort) qu'un garçon qui te pousse, t'insulte, te regarde longtemps et rit de toi est probablement amoureux. Mais attention à la nuance, il faut reconnaître les marques claires : si tu te sens humiliée, mais que tu n'es pas blessée au point d'être obligée de te rendre à l'hôpital, ce sont probablement les signes de l'amour, le vrai. S'il te traite de « seins pendants », mais qu'il t'écrit le soir pour connaître tes chansons préférées, alors ding-ding-ding, tu as gagné le *jackpot*. (Chanceuse !)

J'ai aussi remarqué que les garçons semblaient avoir le droit de consommer les filles comme on consomme une série sur Netflix. Ça me fascinait et me faisait peur de voir à quel point on aurait dit que toutes les libertés leur étaient permises : les beaux comme les laids pouvaient coucher avec des filles. Tout ce qu'il leur fallait, c'était du charisme et un peu de popularité. Plus le nombre de conquêtes était élevé, plus le gars était alléchant, cool, respecté. Les garçons avaient aussi le droit de rire de tout, de nous les filles, surtout... Rire, oui, mais ne pas pleurer.

Les gars avaient l'air insensibles à tout. Quel privilège, je me disais; celui qui était sensible était probablement aussi violent et tourmenté, ce qui le rendait encore plus attirant.

Enfin, à cette époque, je pensais qu'on pouvait ranger la plupart des gars en huit grandes catégories :

- Le sportif (souvent caractérisé par un short de basket).
- Le skateur (le skate, c'était vraiment sa caractéristique principale, mais la frange soyeuse faisait aussi partie de son *starter pack*).
- L'artiste (fallait faire attention à ne pas le confondre avec le gay).
- Le gay (pas compliqué, il était dans ma gang, donc automatiquement reconnaissable : gentil, attentionné, compréhensif et capable de communiquer ses émotions et ses besoins).
- Le métalleux (cheveux longs et ne parlait pas très fort, souvent entouré d'autres gars aux cheveux longs).
- Le *bad boy* (on le croisait toujours en retenue ou écrasé sur un sofa dans un party).
- Le nerd (probablement aussi un *gamer*, pratique pour un travail d'équipe, moins pratique pour élever sa situation sociale dans l'école).

- Le gossant d'impro (on pouvait le croiser principalement à l'impro [surprise!], en train d'être le principal public de ses *jokes plates*).

Mais mal comprendre les garçons ne m'empêchait pas de les regarder et de souhaiter leur plaire. Je me souviens d'avoir rêvé d'être assise aux côtés de certains chanceux qui avaient déjà une voiture, ou encore d'avoir répondu, entre amies, à ces questionnaires niaiseux du genre « Le type de gars avec qui je *matche* le plus ».

r/célibatoupas?

### **À quel point c'est important de trouver son *match* à seize ans?**

Même si j'étais célibataire par choix, c'était important pour moi, et pour ma meilleure amie aussi, de me *matcher* avec un gars une fois de temps en temps, de manière complètement imaginaire. Tellement que les garçons étaient un de nos sujets de discussion de prédilection. Je veux dire, on voyait ça partout: à la télévision et dans les films, les filles, entre elles, parlaient de gars, s'exaspéraient de ne pas voir apparaître « le bon », angossaient dans l'attente d'une notification de réponse, effaçaient des messages puis les réécrivaient et s'extasiaient devant les beaux sportifs. Et c'est sans compter que le sujet des garçons revenait

tout le temps dans les questions de nos parents, qui nous demandaient sporadiquement, avec un regard étrange de complicité: « Piiiiis ? » Ou de notre famille à Noël, qui nous demandait quand est-ce qu'on allait « eeeeeenfin amener un petit chum aux partys ».

Je me rappellerai toujours le moment hyper malaisant où, un matin de fin de semaine, ma mère s'est approchée de moi dans le corridor de la maison et m'a sorti de nulle part: « Es-tu lesbienne ? » J'avais seize ans et je n'avais pas de chum, je n'en avais jamais eu, c'était donc logique pour elle. Le ciel est bleu, le gazon est vert, les filles de seize ans ont des chums. Célibataire en secondaire quatre, la sienne était forcément lesbienne.

Plus tard la même année, j'ai fréquenté un gars plus vieux, parce qu'il *trouvait que j'avais de belles jambes* et parce que je voulais prouver à ma mère (et indirectement à tout le monde) que je n'étais pas lesbienne.

Beaucoup plus tard, j'ai réalisé que les choses qui se passent dans la tête d'une fille de seize ans finissent par évoluer. Que les gens ne se catégorisent pas si facilement. Qu'on n'a rien à prouver aux autres. Que connaître sa propre valeur, c'est le premier pas vers l'amour-propre.

Et que, quand on s'aime soi-même, on sait aimer les autres.

### r/cœursbrisés

Comme on peut le constater, à seize ans, je ne savais pas grand-chose de l'amour, parce que je ne l'avais ni vraiment vécu, ni vraiment perdu. Il a fallu attendre la fin de mon secondaire pour voir apparaître mes toutes premières larmes d'amour. Celles qui déchirent la peau des joues, nous chiffonnent l'estomac en boule et nous avalent dans une mer de lamentations.

Si je repense encore une fois à la jeune fille que j'étais, je réalise combien elle aurait aimé tomber sur un livre qui lui parle de peine d'amour. Un livre qui parle d'amour romantique (ou pas), d'amour manqué, de *timing*, bon ou mauvais, de peine d'amitié aussi – ça, le temps me l'apprendrait, on souffre peut-être encore plus de la perte d'un ami que de la perte d'un amoureux. Un livre qui le fait de manière sensible, porté par plusieurs voix, toutes plus rayonnantes les unes que les autres.

Ce livre, vous l'avez entre les mains.

## Miroir, miroir

*Fabiola N. Aladin*

Je ne sais pas exactement quand est-ce que ça a commencé, cette fascination pour mon reflet. Mais chose certaine, à force de me scruter dans le miroir, j'ai fini par trouver un grand réconfort dans cette habitude. Impossible pour moi de savoir si je cherche quelque chose en particulier ou si j'attends passivement une réponse à mes questions. J'arrive à remarquer tous les changements sur mon corps. Aujourd'hui, je réalise que ça fait déjà quelques mois qu'il est resté quasi intact. Mes hanches semblent s'être bien déposées sur mes longues jambes et les quelques poils sur mon menton ont fidélisé leur emplacement. Je

ne sais pas non plus si c'est par habitude de me voir tous les jours ou si c'est un constat objectif, mais magiquement ça y est : je me trouve belle. Tellement belle. Même si mes parents me l'ont répété depuis aussi loin que je m'en souviene, il m'aura fallu seize ans pour pouvoir le dire avec conviction : moi, Nerlande, je suis une belle fille.

C'est cette énergie-là que j'emmène avec moi pour la semaine. Sans l'ombre d'un doute, ça me servira.

C'est la base, je pense. Quand on se trouve belle, on peut tout accomplir, d'après ce que je comprends. On se sent plus en confiance avec l'idée de partager des secrets avec les autres, ou même des émotions. J'ai bien remarqué que pendant une conversation intime, je deviens souvent occupée à réfléchir à de quoi j'ai l'air au lieu de me concentrer sur ce que je dis. J'ai même dit à Marvin il y a deux ou trois ans : « J'aime ça être avec toi » en essayant d'avoir l'air belle. Je battais des cils comme dans les meilleurs films d'amour et je souriais coquettement. Il me semble qu'il ne faut jamais sourire avec les dents dans les moments

que l'on souhaite romantiques parce que, rapidement, on peut avoir l'air d'une meurtrière. Surtout avec les yeux trop ouverts. Ne jamais ouvrir les yeux trop grands dans un moment tendre.

Je suis prête pour cette semaine. Ma toute première en tant que fille pleine de confiance. Il était temps, parce que mon secondaire achève et j'ai trop peu d'outils pour participer à certaines conversations avec mes amies. Souvent, ça va trop vite. Elles parlent toujours de leur vie amoureuse, et je deviens silencieuse dans ces moments-là parce que j'ai du mal à comprendre à quoi elles font référence. Elles disent : « Je l'aime. » Elles disent : « Je suis amoureuse. » J'ai toujours envie de tout interrompre pour crier : « Qu'est-ce que ça veut dire être en amour ? Est-ce que tout le monde a la même définition, mais personne ne m'a donné le cartable avec la description et les symptômes ? » Mais non, rien, à la place de crier, je reste silencieuse. Quand je regarde les hochements de tête de mes amies et les étoiles dans leurs yeux, je sens qu'entre elles, elles se comprennent. Moi, j'essaie de chercher des indices dans leur discours, yeux plissés, sourcils froncés.

Dans ces moments-là, j'ai plus l'expression faciale d'une détective que d'une amie captivée. Le problème, c'est pas que ça ne m'intéresse pas, c'est que je ne connais pas ça, l'amour. L'idéal, sans doute, serait de simplement le vivre, sans me poser de questions, mais j'ai peur qu'il soit trop tard. J'ai eu trop de temps pour me regarder, trop de temps pour y réfléchir, trop de temps pour ne pas être en train de le vivre. Ce serait comme me lancer dans un sport dont j'ignore l'objectif ou les règles. Qu'est-ce qu'ils font, les couples, quand ils sont ensemble ? Est-ce qu'ils se parlent ou ils font juste se regarder dans les yeux en se disant « Je t'aime » ? Est-ce que leurs mains deviennent moites à force de passer toute une journée attachées l'une à l'autre ? Où est-ce qu'ils s'embrassent ? Est-ce que leurs parents les laissent être ensemble pour s'embrasser ? La vérité, c'est que ça fait des mois que je suis obsédée par ces questions-là. Il n'y a aucune chance que j'ose les poser à haute voix, j'aurais trop l'air d'un bébé.

Heureusement, je comprends enfin pourquoi je suis dans ce groupe de cinq filles. Même si on ne parle pas toujours le même langage, on est

ensemble parce que moi aussi, je suis belle, le reflet dans mon miroir me le confirme. Je suis rendue là. Je peux, moi aussi, faire partie de celles qui vivent une histoire d'amour. Je suis prête.

J'ai réfléchi à toutes les manières d'y arriver, et là, mon plan est sans faille.

D'ici la fin de la semaine, j'aimerais pouvoir dire d'un garçon : « Je pense que c'est l'homme de ma vie. » J'ai tâté le terrain auprès de mon frère par rapport à ce grand projet. Sans surprise, sa première réaction a été d'éclater de rire, mais il a fini par me dire que c'était normal de passer par là, et que ce n'était pas réaliste de la part des parents de m'interdire toute forme d'expérience amoureuse avant de me fiancer. Dans leur tête, le premier garçon se doit d'être le seul, celui que l'on marie pour le meilleur et pour le pire, à la vie, à la mort, et ça marche magiquement sans qu'on ait pu tenter la vie de couple.

D'ici la fin de la semaine, j'aurai une bonne raison de confronter mes parents s'ils refusent qu'un garçon vienne passer du temps avec moi à

la maison. Je vais pouvoir les mettre face au fait que l'immigration vient avec des inconvénients, comme celui de devoir laisser leur fille vivre les expériences propres au pays où ils ont choisi de vivre. Je vais faire une crise, s'il le faut, menacer de m'enfuir, dans un autre pays même ! Un coup d'État ! Ils vont tellement être inquiets qu'ils vont abdiquer, et mon copain et moi pourrons passer du temps seuls dans ma chambre à... se parler... se regarder... et s'embrasser... comme les autres.

D'ici la fin de la semaine, je vais savoir exactement ce que font les couples quand ils se retrouvent dans l'intimité. Juste d'y penser, mon cœur bat plus vite. Je sens du sang monter jusqu'à mon visage. Je me regarde dans le miroir ; heureusement, c'est imperceptible à l'œil nu grâce au superpouvoir de la mélanine.

Je continue de me scruter en choisissant les plus beaux angles de mon visage pour savoir de quoi j'aurai l'air quand j'officialiserai mon union avec mon nouveau copain. Le plus difficile avec le miroir, c'est qu'il ne donne pas accès à la vue exacte, il n'est pas fidèle à l'angle duquel nous

regarde le garçon que l'on désire. S'il est plus grand que moi, il ne verra pas ce que je vois quand je me regarde de façon frontale. Ce sont des subtilités importantes auxquelles on oublie trop souvent de penser. J'agrippe mon téléphone et fais des tests. Quand je mets mon bras en l'air pour toucher son épaule, mon coude est à peu près plié comme ça... donc ses yeux devraient être à cette hauteur-là. Bingo ! Je démarre l'enregistrement vidéo.

— Marvin, j'ai quelque chose à te dire.

Battements de cils, sourire discret.

— Je pense que tu sais où je m'en vais avec ça...

Une de mes amies a utilisé cette technique. Le laisser compléter sa phrase. Ça a donné un moment inoubliable, je me souviens, c'était sur le terrain de soccer. Elle a battu des cils, regardé au sol, il a remonté son menton avec son index et ils se sont embrassés devant tout le monde. Quel courage ! Jamais je n'oserais. Je ne voudrais jamais que d'autres me voient embrasser quelqu'un pour

la première fois. Il y a des gens qui ont un grand talent pour les baisers romantiques, mais il existe quand même plusieurs risques ; il peut y avoir un cogne-dents, trop de salive, une bouche trop ouverte, trop gloutonne, trop pincée ou pire, puante ! Un cauchemar ! C'est stressant !

Oups ! Stop.

Bon, il va y avoir un long moment sur l'enregistrement de moi immobile, perdue dans mes pensées. En revisionnant le tout, je souris, avec les dents, je m'en fous, je suis toute seule. Le résultat me plaît. Je suis belle sous tous les angles.

Le soir, je ne réussis pas à m'endormir. Assise devant mon miroir, je ne fais que repasser en boucle ce que j'ai parfaitement planifié. Avec quelques variations, c'est certain. Il faut un minimum de spontanéité. Mon frère m'a bien rappelé que le plus important, c'est d'être soi-même. Que si on ne se sent pas soi-même avec quelqu'un, c'est parce que ce n'est pas la bonne personne pour nous. Être soi-même, être soi-même... Facile à dire. Comment je peux interagir

avec quelqu'un sans être moi-même ? C'est toujours moi qui suis là. Les mots sortent inévitablement de ma bouche à moi, pas de celle de quelqu'un d'autre. Quand je lui ai demandé ce qu'il voulait dire, mon frère m'a précisé qu'être soi-même, c'est « l'aisance de parler sans penser aux conséquences de ce qu'on va dire parce qu'on se sent libre de dire tout ce qui nous passe par la tête ». J'ai beau analyser chaque mot de sa phrase, ça n'allume rien dans mon cerveau. Parler sans penser ? C'est impossible. Évidemment qu'avant de dire quelque chose, il faut que je me demande si je risque de faire de la peine à quelqu'un, si je vais avoir l'air idiote, si mon opinion a assez de sens pour être partagée, s'il y a des risques qu'on ne veuille plus être mon amie. Il m'a regardée avec un grand sourire et a ajouté doucement : « Est-ce qu'avant de m'expliquer tout ça t'as eu peur que je te trouve conne ? » Quand j'ai fait non de la tête, il m'a invitée à quitter sa chambre en me disant que je pouvais poursuivre la réflexion toute seule. Pas gêné !

Je continue de m'observer, de scruter chaque millimètre de ma peau. En prenant le temps

d'analyser mes sourcils, je tombe sur mon propre regard. Mes yeux sont tellement foncés que j'y vois presque un reflet bleuté. Instantanément, mes sourcils se soulèvent, mon expression rappelle la peur. Des larmes coulent sur mes joues. Je regarde plus loin que mon propre visage. Je regarde ma personne. Je me regarde. Je pleure ? J'ai peut-être juste gardé les yeux ouverts trop longtemps. Ça me frappe. C'est moi, ça. Je suis là, vivante, assise en tailleur devant mon miroir dans ma chambre depuis je ne sais pas combien de temps. C'est moi. C'est ça, l'image que voient les gens quand ils pensent à moi, l'image associée à mon nom. Le ton de voix qu'on associe à ma personne. L'énergie avec laquelle on me reconnaît. Impressionnant. Presque effrayant. Tout ce qui se passe dans ma tête me vient naturellement parce que c'est ça, ma personnalité. Ça m'a frappée d'un coup, on dirait. Comme si je venais d'atterrir en moi pour la toute première fois. Je suis cette personne et serai cette personne pour toujours. Est-ce que c'est à ça que mon frère voulait que je réfléchisse ?



ÇA S'EST PASSÉ UN APRÈS-MIDI DE  
CANICULE AUTOUR D'UN YOGOURT  
GLACÉ, OU JUSTE AVANT LES VACANCES  
DEVANT LES CASIERS DE L'ÉCOLE...  
OU PIRE ENCORE, ÇA S'EST FAIT  
PAR TEXTO.

**Personne n'oublie sa première peine d'amour.** Parce que la première fois qu'on a le cœur brisé, on sent qu'on ne pourra plus jamais se relever, plus jamais aimer. On perd tous nos repères... Jusqu'à ce que la peine passe tranquillement et finisse par disparaître.



Neuf autrices et auteurs se sont prêtés au jeu de raconter leurs premières peines d'amour avec humour et sensibilité. Et surtout avec une petite lumière qui rappelle qu'un cœur brisé finit toujours par se recoller.

**SOUS LA DIRECTION DE GENEVIÈVE MORIN**

avec

Geneviève Morin

Marie-Christine Chartier

Akim Gagnon

Véronique Grenier

Michelle Lapierre-Dallaire

Fabiola Nyrva Aladin

Sophie Laurin

Nicolas Michon

Félix Turcotte



ISBN 978-2-89714-145-5

