

## Stress et angoisse : Deux semaines pénibles

par

Donald Plante

Voici un petit texte que j'écris tout simplement pour exprimer les misères que j'ai vécues durant les deux semaines qui ont précédé la relâche. Il ne s'agit pas de fiction, mais ça m'aide à faire le vide.

#

Ça a commencé il y a deux semaines, mais je dois parler de deux personnes qui se sont mises à envahir mes pensées. Il s'agit de deux filles. La première est une cliente à mon travail de fin de semaine. Je la trouve très agréable et elle semble m'apprécier. Elle adore mes cheveux et elle a bien aimé le vernis à ongles que j'ai porté une fin de semaine. Nous parlions un peu plus chaque fois, nous nous sommes présentés et elle m'a demandé si j'étais hétérosexuel. Je lui ai dit que j'étais un peu des deux côtés. Elle semblait enthousiaste à ce que nous nous revoyions. J'étais donc optimiste.

Une autre fille m'intéressait beaucoup et j'avais des raisons de croire qu'elle l'était également. Nous avons deux cours en commun à l'université. Nous avons déjà échangé plusieurs regards et sourires. Nous nous sommes salués une fois et j'ai remarqué à quelques reprises, après les cours, qu'elle semblait prendre son temps ou attendre en me jetant de petits regards.

Il y a deux semaines, c'était le 14 février, jour que je n'aime pas. Je n'ai rien contre cette fête ou les gens qui y prennent part, mais je ne peux pas m'empêcher de penser à tous ces couples qui s'aiment tellement en cette journée et qui font l'amour. Je ne me sens jamais très bien lors de cette journée. Donc, je travaille comme à l'habitude et la cliente que j'aime bien est venue au magasin avec deux garçons. Je ne sais pas si elle était en couple avec l'un

deux. Ils n'ont rien acheté et la fille ne m'a pas vraiment regardé et elle a dit à mon collègue : « À tout à l'heure! » Cet échange m'a quelque peu troublé. D'abord, ils se connaissaient. Bien sûr, je n'étais pas le seul employé à la servir comme cliente. Mais ils allaient se revoir ce soir, alors que nous sommes la Saint-Valentin. Durant l'après-midi, j'avais envie de demander à mon collègue s'ils se connaissaient. Je le savais déjà, mais c'était pour qu'il me parle d'elle. J'aurais ajouté que j'aime bien cette fille. Par contre, je n'ai pas eu le courage de le lui demander. Vers dix-huit heures, elle est revenue seule. Mon collègue est parti dans l'arrière-boutique chercher son manteau. J'en ai profité pour parler à la fille et savoir ce qu'ils allaient faire. Elle m'a répondu que c'était pour prendre un café. Était-ce seulement pour un café ou pour autre chose? Je ne l'ai pas su. Elle m'a demandé à quelle heure je finissais de travailler, qui était vingt-trois heures quinze. Je lui ai dit que c'était long les dimanches, car il n'y avait pas beaucoup de clients. Elle a ajouté qu'avec la Saint-Valentin, qu'il devait probablement en avoir moins... J'aurais préféré qu'elle ne rajoute pas ce détail, d'autant plus que j'avais déjà entendu à la radio que le trafic était réduit à cause de cette fête. Elle trouvait ça dommage que je finisse tard ainsi et puis, elle est partie avec son « ami ». Toute la soirée, j'ai follement angoissé. Je ne pouvais m'empêcher de les voir autour d'un café, lui qui la séduit et qu'ils finissent dans le même lit. J'étais tellement jaloux et je ne pouvais pas savoir si cette relation était sérieuse ou amicale. Ils sont même revenus dans la soirée, car le garçon avait oublié ses lunettes. À quelques reprises, j'ai donné de légers coups de poing sur le comptoir avec mes jointures. Ce n'était rien de bien violent, mais ça me défoulait. À la fin de mon quart, je me suis acheté une caisse de bière, alors que je n'ai pas le droit d'acheter moi-même de la marchandise durant le travail. À ma chambre, je me suis saoulé. Depuis, je n'ai pas revu cette fille et je n'ai pas osé poser de questions à mon collègue à son sujet. Quoiqu'ayant ajouté ces deux personnes à mes contacts Facebook, je pus apprendre qu'ils étaient tous les deux célibataires. Par contre, elle venait de déménager à Montréal...

Ces événements ont joué sur ma confiance en moi, mon stress et mon angoisse. Je n'avais plus la tête aux études. La mi-session arrivait et me décourageait. Lundi, j'avais deux cours, un devoir à remettre et travaillais en soirée. La veille, en revenant du travail, j'ai oublié mon sac à dos dans un autobus RTC. À ma chambre, quand je m'en suis aperçu, j'ai paniqué. Ce sac contenait tous mes articles et notes utiles à mon devoir d'école. J'ai appelé l'administration du RTC, mais elle était fermée. Je devais donc appeler lundi. Entre mes cours, j'ai donc su où je devais me rendre pour le récupérer. En regardant sur Internet, j'ai calculé un voyage aller-retour de une heure et trente, temps que je ne pouvais pas mettre sur mon devoir. Dans mon deuxième cours, j'étais à bout de nerfs. Je calculais les heures, quand je pouvais faire mes travaux et aller chercher mon sac à dos. Mercredi, je pensais déjà prendre la journée pour écrire mon texte de deux pages pour le cours de création littéraire du jeudi, ainsi qu'une nouvelle de huit à dix pages. Je devais également lire deux derniers romans pour un examen vendredi. À ajouter à ça également un rendez-vous chez la coiffeuse et mes préparations pour mon voyage à Montréal.

Durant la pause du cours, je croyais avoir emporté avec moi mon calepin noir. Dans celui-ci, j'écris toutes mes idées, extraits, phrases, pensées, rêves, projets littéraires... Cet objet m'est extrêmement précieux. Je suis allé aux toilettes et à la cafétéria. Mais ensuite, je n'avais plus mon calepin. Je suis allé voir aux toilettes et à la cafétéria, mais ne l'ai pas trouvé. J'espérais l'avoir laissé dans la classe de cours. Mon niveau d'angoisse était très élevé. Finalement, mon carnet n'avait pas bougé de mon cours. J'en tremblais tellement j'étais nerveux.

Après ce cours, j'ai réussi à parler à la fille qui m'intéressait. Nous nous sommes donc présentés. Elle savait déjà mon nom, ce qui était une bonne chose pour moi. Elle semblait enthousiaste de me rencontrer. Au travail, je fus extrêmement chanceux de m'être trouvé une remplaçante pour mardi. Vraiment, je ne voyais pas comment je pouvais m'en sortir. J'étais

très soulagé. Donc le lendemain, je me suis levé pour prendre l'autobus et aller récupérer mon sac à dos. J'ai manqué le transport que je devais prendre. J'ai attendu longtemps au froid pour l'autobus suivant, mais finalement, je suis allé à la bibliothèque prendre un ordinateur pour apprendre que le parcours passait à toutes les heures. Je suis retourné attendre l'autobus pour voir celui que je devais prendre partir, alors que je n'étais pas arrivé à temps. J'avais envie de pleurer tellement j'étais désespéré... Pour couronner le tout, j'ai appris que la fille qui m'intéressait, que j'avais invitée à devenir amie sur Facebook, était en couple depuis au moins un mois... Vraiment, j'étais encore plus découragé et je n'y comprenais rien.

J'ai dû attendre mercredi pour réussir à obtenir mon sac. J'ai pu terminer mon travail avec deux jours en retard, ce qui me coûterait vingt pour cent de pénalité. La journée s'est quand même mieux déroulé qu'hier. Je commençais à planifier un voyage de quelques jours à Montréal durant la relâche. J'espérais rendre visite à une fille que j'ai rencontrée sur Internet. Nous nous aimions beaucoup et nous voulions nous voir depuis longtemps. C'était la seule chose qui me rendait optimiste. Ce voyage était une autre source de stress, car je devais payer un abonnement d'un an à un service de covoiturage et trouver un déplacement pour la date voulue. Je devais me rendre à un endroit précis, à une heure en particulier et respecter certaines conditions. De plus, je devais ensuite, à Montréal, trouver un autre covoiturage pour revenir à Québec. Finalement, la fille que je voulais rencontrer m'a appris qu'elle ne pouvait pas me recevoir et m'a expliqué les raisons. Tous mes espoirs étaient maintenant anéantis. Je m'imaginai expliquer mes malheurs en montrant mes doigts de la main gauche et de les couper avec l'index de la droite comme faisait Freddy Krueger dans *Les griffes de la nuit*. Dans la soirée, difficilement, j'ai écrit mon texte de deux pages et le lendemain en après-midi, ma nouvelle avec plusieurs notes que j'avais écrit auparavant et pu réussir à le remettre à temps.

Jeudi soir, j'étais tellement épuisé. Je n'étais pas capable de lire. J'ai préféré me coucher de bonne heure et espérer pouvoir me débrouiller durant l'examen et réussir à trouver les réponses dans les romans que je n'avais pu lire. Finalement, ce ne s'est pas très bien passé. Il y a certaines réponses dont je n'ai pu répondre et je ne pense pas avoir une très bonne note. Au moins, la semaine était terminée... J'ai écrit un courriel à mon enseignant à propos du travail remis en retard, lui expliquant ce qui était arrivé. Ainsi, avec clémence, j'ai pu m'éviter toute pénalité.

Durant tout ce temps, j'avais un bouton situé entre ma tête et ma nuque. Je n'arrêtais pas de le gratter pour le faire disparaître, car il causait une légère pression qui me donnait mal à la tête. Déjà que le stress me créait des tensions dans le cou...