

ALICE CHERON

L'APPEL DE LA FUGUE

Partir seule quelques jours
quand le quotidien déborde

LE DUC S
EDITIONS

Et vous, ressentez-vous l'appel de la fugue ?

« Un passeport pour la liberté ! »

Marie-Ève Marcadier

« Suis-je à ma juste place ? Le ton complice et sincère d'Alice donne le courage de se poser la question. C'est une réussite ! »

Marie Robert, philosophe

« Alice nous offre la permission de nous créer un espace pour nous-mêmes. »

Élise Trogrlic, traductrice

« Fuguer pour retrouver celle que l'on avait perdue en chemin, entre grossesses, carrière et famille... »

Lise Huret, fondatrice de Tendances-de-mode.com



Alice Cheron, fondatrice des fugues italiennes

Après des années parisiennes trépidantes, Alice Cheron vit un déclic. Elle s'installe en Italie et fonde une plateforme dédiée au voyage et à la joie de vivre à l'italienne, alidifirenze.fr, ainsi qu'une websérie « Dolce Follia » désopilante sur son quotidien transalpin. Après avoir expérimenté la fugue pour se reconnecter à elle-même, elle crée le concept des « Fugues Italiennes » : des week-ends dédiés aux femmes qui souhaitent se retrouver et devenir celles qu'elles ont toujours voulu être.

ISBN : 979-10-285-1760-1



18 euros
Prix TTC France

L E D U C . S
E D I T I O N S

Rayon : Développement personnel

Les lectrices en parlent!

« Un livre décomplexant, enthousiasmant, mais aussi très concret qui résonnera chez beaucoup de femmes. Un passeport pour la liberté. »

Marie-Ève Marcadier Desboudard

« En lisant l'histoire d'Alice, l'envie de mettre nos pas dans les siens, de fuguer vers soi-même se fait irrésistible. Ses mots donnent des ailes et poussent à prendre sa vie à bras le corps. »

Lise Huret, fondatrice du site [Tendances-de-mode.com](https://www.tendances-de-mode.com)

« Une réussite! Un texte non seulement utile aux femmes désireuses de fuguer, mais aussi nécessaire pour toutes celles qui se demandent : suis-je à ma juste place? Que se passe-t-il si je fais un pas de côté? »

Marie Robert, philosophe, professeur et auteure

« Une fugue en soi, une pause dans le tourbillon du quotidien. Un livre qui permet de prendre sa respiration et qui nous invite à réfléchir à notre propre quotidien. »

Mina Bishop, consultante en développement durable

« L'histoire d'une jeune femme qui décide de partir à la conquête d'elle-même et aborde des thèmes universels : l'importance de la solitude, savoir écouter son instinct, se créer un espace rien que pour soi, partager. »

Delphine Kargayan, fugueuse et journaliste

« Outre une boîte à outils très concrète pour faire un pas de côté salutaire quand nos vies nous étouffent ou débordent, Alice nous offre la permission de nous créer un espace pour nous-mêmes. »

Élise Trogrlic, auteure, traductrice et consultante

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !



« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.
Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Édition : Isabelle Chave
Maquette : Evelyne Nobre
Correctrice : Marie-Hélène Clément
Typographie et design de couverture : Betty Soldi
Illustration : Noémie Cédille

© 2020 Leduc.s Éditions
10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon
75015 Paris – France
ISBN : 979-10-285-1760-1

ALICE CHERON

**L'APPEL DE
LA FUGUE**

**Partir seule quelques jours
quand le quotidien déborde**

À ma mère,
ma sœur,
ma fille,
mes amies,
mes fugueuses.

SOMMAIRE

Introduction : La fugue et moi 9

PARTIE 1 - AVANT LA FUGUE, UNE FEMME EN ÉBULLITION

Chapitre 1. Réfléchir à la possibilité d'une fugue 23

Chapitre 2. Se préparer à la fugue 73

PARTIE 2 - PENDANT LA FUGUE, L'IVRESSE D'UNE AVENTURE POUR SOI

Chapitre 3. L'art de la fugue 117

Chapitre 4. La boîte à outils de la fugueuse 165

PARTIE 3 - APRÈS LA FUGUE, UN NOUVEL ÉTAT D'ESPRIT

Chapitre 5. Digérer l'expérience de la fugue 205

Chapitre 6. Un rendez-vous avec soi 215

Chapitre 7. Prendre soin de soi au quotidien 221

Chapitre 8. Diffuser le message de la fugue aux femmes 243

Conclusion : Le pouvoir de la joie 249

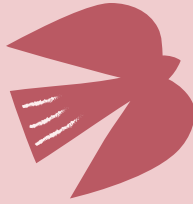
Bibliographie/informations 257

Remerciements 261

Table des matières 263

*« Ces jours qui te semblent vides
Et perdus pour l'univers
Out des racines avides
Qui travaillent les déserts »*

Paul Valéry, « Palme »



“

Une fugue, c'est changer un instant
l'axe de son regard.

Marie ”

INTRODUCTION

LA FUGUE ET MOI

A 25 ans, mon avenir était tout tracé. J'avais intégré une grande agence de publicité parisienne où je faisais mon petit bout de chemin perchée sur des talons de 10 centimètres. J'étais en couple et j'étais fière de ce que l'on représentait. Je vivais dans le 1^{er} arrondissement de Paris et considérais le jardin du palais Royal comme une extension de mon chez-moi. Ma famille était en bonne santé, mes amis m'adoraient. Tout allait bien.

Sauf que, dans le fond, rien n'allait. La première alerte que quelque chose se tramait fut l'opportunité de quitter Paris pour passer quelques années à Florence en Italie pour la carrière de mon conjoint. Tout quitter. La bulle, la sécurité, la belle carrière qui s'annonce, les fêtes chez les copains, les expos, la frénésie de la capitale. Je n'ai pas hésité une seconde.

J'ai sauté littéralement sur l'occasion, posé ma démission après une semaine de réflexion et un aller-retour express à Florence. Personne n'a compris, même pas moi. Après ça, j'ai tout entendu. L'erreur de suivre quelqu'un, l'erreur de le faire durant ces années si précieuses pour la construction d'une carrière, l'erreur d'aller dans un pays pas vraiment dynamique côté travail, l'erreur de m'isoler, l'erreur de quitter « tout ça ».

J'ai tout entendu mais je n'ai rien écouté, à part peut-être une petite voix, timide, à l'intérieur de moi qui tentait de s'exprimer, une voix bienveillante qu'il me semblait ne pas avoir entendue depuis l'enfance. Mon instinct, mon cœur, chaque cellule de mon corps, tout me portait dans la même direction, il fallait partir.

Partir voulait dire tant de choses. Quitter ce que je connaissais et qui visiblement ne faisait pas mon bonheur, comprendre ce qui ne me remplissait pas dans ma vie. Me nourrir. D'une expérience, d'une aventure, d'une culture, d'une langue... Encore portée par mon année Erasmus en Espagne et la force des amitiés qui s'y étaient créées, je savais que l'étranger secouait, remuait et faisait sortir quelque chose. J'avais besoin, de nouveau, de me bousculer et d'exprimer mon être d'une nouvelle manière.

L'Italie a tout changé. Dès mon arrivée, pourtant sans parler la langue, j'étais chez moi. Jamais je n'avais eu ce sentiment de bien-être quelque part, d'appartenir à un lieu. Les sourires, le gentil mot chez le boucher, les cloches qui sonnent, la beauté palpable depuis l'architecture jusqu'à l'assiette, la joie de vivre. J'ai trouvé un cadre qui résonnait totalement avec la façon dont j'avais été élevée et avec la façon dont j'avais envie d'être. Moi qui étais fière d'un quotidien parisien trépidant où le stress était le baromètre du succès, je me retrouvais à apprécier l'inverse. Les Italiens n'ont pas la culture des grands bonheurs, mais des petites joies qui illuminent le quotidien et passent par l'échange. Faire un clin d'œil à son barman, une politesse à l'arrêt de bus, une blague au travail à la pause-café... Il y a une légèreté qui change tout, qui passe fondamentalement par l'humain. Cela m'a donné un cadre totalement inédit pour m'ouvrir, pour m'épanouir. Doucement, je me rendais compte que je prenais un virage serré avec ce déménagement et, plus qu'une

ville à découvrir, il s'agissait surtout d'un nouveau chemin de vie à emprunter. Je démarrais une transformation profonde et, j'allais vite le découvrir, une transformation totale.

Si partir en Italie fut la mise en place de ce chantier, mon divorce, deux ans après, en fut le grand accélérateur. Quitter mon conjoint, c'était quitter ma vie telle que je l'avais vécue les dix dernières années. La personne qui partageait mon quotidien, les projets pour moi et pour nous, les amis, les vacances, le fun... En décidant de partir, j'ai quitté « tout ça » de manière définitive et j'ai dit au revoir à quelqu'un de très important : celle que j'avais été et qui m'avait mise dans de beaux draps. Je me suis mise à détester cette personne. Je me regardais à distance et je me méfiais de moi-même. J'avais développé tellement de tics, de façons d'être pour coller à un personnage qui maintenant me déplaisait au plus haut point.

Divorcer, c'était quitter cette personne-là pour réapprivoiser doucement celle que j'étais à l'origine et que j'avais oublié avoir été un jour. Naturellement je me suis rapprochée de la source, de ma famille. Elle qui avait toujours été là m'a ramassée à la petite cuillère et m'a redonné confiance. Mon cercle d'amis a été divisé par dix, seulement les meilleurs sont restés, ceux qui savaient ce qu'il y avait derrière le vernis et qui n'attendaient qu'une chose, retrouver quelqu'un de plus authentique.

Cette séparation ne s'est pas faite dans la simplicité, car j'étais responsable de beaucoup de choses, mais elle a allumé la route, pourtant bien sombre (et pas très bien balisée!), d'une renaissance personnelle. Ce fil qui me ramène à mon moi profond a été récupéré de justesse et j'ai fait en sorte de ne plus le lâcher.

Il me semblait être la chose la plus précieuse que je n'avais jamais possédée, un moyen sûr pour avancer à – très – petit pas, alors que la tempête battait son plein.

Ma confiance en moi en a pris un coup ! Mais, d'une certaine manière, je commençais à toucher du doigt quelque chose qui changerait totalement ma vie : j'étais seule maîtresse à bord pour comprendre vraiment qui j'étais, me reconnecter à mes envies, mes besoins et corriger le tir *via* un comportement plus responsable et plus « conscient ». J'avais 28 ans.

Progressivement, et grâce à l'aide d'une psychologue formidable, j'ai travaillé sur moi-même et chaque pan de ma vie y est passé. Un travail sans fin ! Mon rapport à ma famille, à mes amis proches, mais aussi ma façon d'aimer (j'avais rencontré celui qui deviendrait le père de mes enfants), mon travail, ma façon de faire, mes valeurs. Chaque étape « piquait » fort, mais j'ai dû apprendre à essayer de faire les bons choix, à être digne et droite dans mes bottes. Cela a pris du temps car je devais redonner de la valeur à ma personne et à mes choix, je devais aussi apprendre à me détacher de l'opinion des autres.

Déjà à l'époque, la solitude dans laquelle j'ai vécu cette période du divorce (une sorte d'isolement voulu à Florence) m'a fait beaucoup de bien. J'avais emménagé dans un appartement sous les toits du quartier de Santo Spirito, j'avais l'impression de louer un nid posé au dernier étage ! J'aimais la vue sur les collines de Bellosguardo (qui aurait dit que des années après j'achèterais une maison toute proche ?), et surtout sur les clochers de la ville. De ma chambre, je voyais le sublime Palazzo Pitti dont la pierre pourtant très froide brillait au soleil le soir venu. C'était mon nid,

mon point d'ancrage à moi toute seule. Les longues soirées d'hiver ont été bénéfiques car c'est là que j'ai commencé à apprécier ma propre compagnie, moi qui « m'évitais » sans cesse les dernières années. Je lisais, je dessinais, parfois je cuisinai (ce qui relevait du miracle!). Bref, je me réappropriais un quotidien simple mais bien à moi. C'est aussi à ce moment-là que j'ai créé mon site www.alidifirenze.fr. Au départ simple city-guide tout à fait subjectif sur Florence, il m'a permis par la suite de partager l'art de vivre à l'italienne et cette joie de vivre si spécifique qui m'avait fait tomber raide dingue du pays. J'ai mis des années à m'inclure dans le projet, à me montrer dans mes histoires. La renaissance passait aussi par là et avait besoin de temps.

Puis la magie de l'amour a fait son travail, mon Italien est rentré à Florence, nous avons emménagé en avril, j'étais enceinte en septembre. Tout n'était pas facile, j'étais encore psychologiquement fébrile à cause de tous ces changements, mais en même temps c'était si évident.

Quand mon fils Leone est né, en 2015, j'ai vécu un tsunami. Je l'aimais à en mourir, j'adorais nos moments de complicité qui me mettaient tout de suite les larmes aux yeux, mais je me sentais pieds et poings liés et sans aucun espace pour ma propre personne. Moi qui étais tellement centrée sur mon nombril et mon « devenir », je n'avais pas anticipé à quel point un nourrisson était demandeur, et j'étais coincée dans un schéma italien où le rôle de mère est totalement sacralisé. J'étouffais littéralement.

La première fugue est arrivée à ce moment-là. J'ai eu l'occasion de partir toute seule à Venise pendant quatre longs jours pour écrire mon premier guide de voyage. Mon fils avait trois mois.

Écrire et signer un guide en entier était un rêve. Je me suis lancée. Pendant quatre jours, j'ai arpenté la ville en solo dans tous les sens, c'était bien la première fois que je passais autant de temps seule, loin de chez moi. J'ai fait mille découvertes, j'ai discuté (avec des adultes!) de choses passionnantes, j'ai ouvert grand les yeux. Cet émerveillement couplé à la réactivation de mon corps (après une grossesse qui m'avait fait prendre 22 kilos) m'a sauvée. En quelques jours, j'ai fait le plein d'une énergie folle, qui m'a tenue ensuite pendant des mois. J'avais eu le temps de m'entendre réfléchir, de me fixer des objectifs personnels, de prendre du recul sur cette nouvelle vie de maman qui m'avait « prise par surprise ». J'avais aussi absorbé toute la beauté autour de moi, je m'étais nourrie. Venise, grandiose, m'avait éblouie, des ruelles tranquilles du *sestiere* Castello à la balade sur Torcello avant que les touristes ne débarquent. En rentrant chez moi, j'étais une bombe, tellement plus légère dans ma tête, animée par un état d'esprit résolument plus positif et heureuse surtout de retrouver les miens.

Il m'a fallu attendre trois ans pour repartir en fugue, et entre-temps j'avais accouché de deux bébés. Bianca, ma fille, puis #CasaMarchi, ma maison, un projet de restructuration monstrueux sur les premières collines au sud de Florence. Le poids de la charge mentale s'est fait sentir à ce moment-là. Comment continuer à être moi alors que le quotidien ressemblait à une guerre de tranchées? Où trouver même le temps d'essayer de le faire si je devais gérer deux petits enfants, des ouvriers et tenter de travailler à mon compte? Car, en plus de la vie de famille, j'avais entrepris une vraie reconversion professionnelle et souhaitais développer ma plateforme sur la joie de vivre à l'italienne. C'est mon mari qui a pratiquement pris mes billets de train à ma place et

m'a envoyée prendre l'air de nouveau dans la Lagune. Ce voyage-là a changé bien plus que mon état d'esprit, il m'a aussi donné les clés d'un tout nouveau projet qui répondrait enfin à ma quête de sens, à mon envie de produire de la valeur pour les autres.

En partageant sur mon site *www.alidifrenze.fr* ma vulnérabilité, les raisons de cette nouvelle fugue puis ses résultats, j'ai entamé un processus d'échanges avec de nombreuses femmes vivant partout dans le monde et qui s'étaient reconnues dans mes propos. Chaque situation de femme était drastiquement différente (âge, avec ou sans enfant, en couple ou célibataire, en poste, au chômage ou à la maison...), mais nous nous retrouvions toutes sur un point : quelle que soit l'étape de la vie, il fallait prendre du temps pour soi, s'autoriser une bouffée d'air frais hors de son contexte, pour se retrouver soi-même profondément. La fugue devenait alors un instrument puissant pour couper court au quotidien et retrouver le fil de soi, ce fameux fil qui d'une certaine manière m'avait sauvé la vie en me faisant déménager en Italie puis divorcer.

Combien de femmes m'ont écrit qu'elles s'étaient perdues en route, qu'elles ne se reconnaissaient plus, qu'elles s'étaient empêtrées dans une situation qui ne leur allait plus du tout. L'impasse. Elles avaient toutes déjà pensé à fuguer mais le courage manquait à l'appel. Toujours une bonne raison de rester, et puis des peurs à répétition : que vais-je découvrir en partant seule ? Quelles sont mes réelles envies ? Suis-je capable de regarder tout cela en face ?

J'en ai fait l'expérience, la fugue s'accompagne d'une liberté folle mais se fait à un prix, celui de la transparence. Une honnêteté que l'on se doit à soi-même. Affronter ses démons, réfléchir à ses échecs de manière constructive, se poser les questions qui fâchent

(dans mon cas, « suis-je capable d'être mère? »), font partie des moments clés de la fugue. Ce sont ces derniers qui nous donnent aussi le sentiment d'avancer, d'avoir débloqué quelque chose. Quel que soit le résultat de la fugue (action concrète, silence, réflexion à mener sur le long terme, discussion avec son conjoint ou son patron), l'objectif principal reste d'être claire avec nous-même sur les raisons qui nous poussent à ce choix. Il s'agit de développer une conscience aiguisée du « pourquoi » afin de travailler doucement à une nouvelle maturité, une certaine authenticité.

C'est dans ce contexte que j'ai créé « Les Fugues Italiennes », des week-ends de trois jours avec dix femmes qui voyagent seules avec moi, dans mes destinations préférées en Italie. Pour retrouver le fil de soi, j'organise des ateliers d'échange, portés sur le lien corps et esprit ou créatifs avec des intervenants italiens merveilleux. De ces différentes fugues, j'ai appris tellement sur les femmes. Les freins, les valeurs qui les animent, ce pouvoir immense individuel mais aussi commun, toutes ensemble. La sororité qui s'y crée est extraordinaire et provoque des émotions, des conversations, que l'on n'oubliera jamais. Je n'ai jamais autant aimé les femmes que depuis que j'ai créé ce projet ; je suis fascinée par leur courage, leur ténacité, cette envie de continuer à grandir pour aller mieux, pour vivre bien. Elles ne lâchent rien, jamais ! Quelle leçon.

Le livre que vous tenez entre vos mains m'est apparu comme un cadeau : pouvoir parler du thème de la fugue et de ses bénéfices à un plus grand nombre de femmes afin de les encourager à respirer à fond et à sauter le pas. Je souhaite aborder ici les obstacles auxquels elles sont confrontées, les barrières personnelles à faire tomber ou provenant de l'entourage, mais aussi toute la phase de préparation. La fugue démarre bien avant d'arriver sur place, elle

commence dans notre tête et fait virevolter des questions, des désirs, des rêves aussi. Je partage également les outils qui ont fait de chacune de mes fugues un succès et que j'implémente dans mon projet « Les Fugues Italiennes ». Il y a la quête de la beauté, l'art, la nature, le silence, créer des chocs ; des moyens efficaces pour changer radicalement de cadre et se sentir bien. J'insiste aussi sur l'état d'esprit de la fugue, que ce soit pendant le voyage en se laissant guider par le plaisir et par son instinct, ou après. Car la fugue n'est pas limitée dans le temps, c'est le point de départ d'une nouvelle énergie, d'une attitude plus positive, et plus centrée sur soi.

La fugue a été et est encore un instrument incroyablement utile sur mon chemin personnel. Elle est devenue avec les années cette indispensable reconnexion avec moi-même, pour ne jamais (jamais!) lâcher ce fil de moi. La première fut très intense, puis c'est une habitude qui est devenue plus naturelle, une soupape de décompression que je sais disponible et dont je connais les effets. Elle s'impose naturellement dans les moments où je perds pied, et où j'ai besoin de sentir à nouveau ma boussole interne. Une fugue n'est pas une fuite. C'est un incroyable cri, puissant et féminin. Elle n'est pas là pour nous soustraire à la réalité, mais avant tout pour nous faire renaître de nos cendres, nous nettoyer de nos peurs, nous rendre plus à l'écoute de notre instinct. Qui d'autre que nous-même est capable d'entendre notre petite voix, de sentir aussi justement notre cœur s'accélérer à l'idée d'un changement, aussi infime soit-il ?

L'idée de ce livre sur la fugue est le simple partage de ma propre expérience. Entre renaissance personnelle à l'italienne, vie de maman déjantée, et courage – car il en faut – d'être celle que j'ai toujours voulu être.

Signature

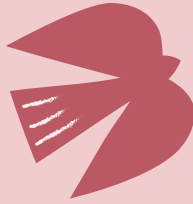
PARTIE 1

Avant la fugue,
une femme
en ébullition



Mais comment démarre-t-on une fugue? Par quel bout prendre le sujet? Il peut nous sembler immense et effrayant si l'on n'est jamais partie seule, inimaginable si l'on ne trouve pas déjà du temps pour soi au quotidien, peut-être même ridicule quand on réfléchit à la réaction que pourraient avoir nos proches. Plutôt que de voir le projet dans son intégralité, peut-être faut-il le découper par étapes. Car il y a bel et bien des étapes clés dans l'acceptation de la fugue : des étapes pour soi (dans sa tête, puis logistiques) et des étapes pour les autres. Ces derniers font partie du quotidien, à la maison ou au travail, et les quitter n'est jamais une mince affaire même si on parle de partir seulement quelques jours. Après la réflexion, vient l'organisation. A-t-on une idée précise de son lieu de fugue ou doit-on se laisser porter par une envie du moment? Y a-t-il des règles à respecter pour maximiser ce voyage pour soi?

Entre obstacles à surmonter, questions techniques et doutes planant jusqu'au départ, revue de toutes les réflexions que la fugue peut soulever pendant la phase de préparation.



“

Une fugue comme
une rébellion nécessaire.

Christine ”

CHAPITRE 1

RÉFLÉCHIR À LA POSSIBILITÉ D'UNE FUGUE

LE NOEUD, UNE TENSION QUI GRANDIT EN SOI

Il faut un point de départ à la fugue, et c'est bien souvent un « nœud » ressenti en moi et dans mon quotidien, une sensation qui graduellement prend de plus en plus de place, une gêne qui me mange chaque jour un petit bout de tranquillité d'esprit. Je ressens ce nœud presque physiquement en moi : un poids s'est installé et n'a pas l'air prêt à bouger !

Pour chaque fugue, mon nœud était différent. Quelque chose manquait ou quelque chose ne fonctionnait pas, dans tous les cas, j'avais l'impression « d'être à côté ».

Pour ma première fugue à Venise en 2015, j'étais écrasée par le poids de la responsabilité maternelle et n'étais absolument pas préparée à ce que j'allais vivre lors de la naissance de mon premier enfant. Trente ans que je ne m'occupais que de moi-même. Mon fils venait de naître, l'accouchement avait été terrible et je peinais à trouver mes marques. Dès l'hôpital, j'avais senti une solitude jamais vécue auparavant, sur fond de douleur physique et

d'incompréhension. L'hôpital public dans lequel j'avais accouché me poussait par tous les moyens possibles à allaiter sans que cela fonctionne, seul le bien-être de l'enfant semblait compter. Je n'avais que mes deux voisines de chambre pour me remonter le moral quand je sanglotais la nuit, un peu livrée à moi-même. Dans les semaines qui ont suivi, ce fonctionnement en duo fusionnel me pesait beaucoup car il me semblait que j'avais été parachutée dans une situation absolument pas anticipée. En même temps, j'étais incapable de prendre des décisions pour me soulager un minimum. Je refusais par exemple de l'aide alors que tous les Italiens autour de moi me suppliaient de prendre quelqu'un. J'étais française, et mes modèles français faisaient sans aide, je devais suivre cette voie-là. En parallèle de cette nouvelle identité de mère que je devais encore m'approprier, j'avais utilisé mon congé maternité pour accélérer mon nouveau projet professionnel dans le but de poser ma démission à court terme après l'accouchement, j'étais comme une pile électrique. J'avais carburé pendant trois mois avant l'accouchement et je me suis retrouvée avec un temps de travail très réduit. Je tentais la rédaction d'e-mails et la publication d'articles entre deux biberons... Rien ne fonctionnait comme je voulais et j'étais tiraillée entre un baby-blues carabiné et une énergie « de faire » que je ne savais pas canaliser. Pire, les gens autour de moi et la société en général me voulaient à une certaine place (totalement à la disposition de mon enfant), alors que moi j'avais besoin de trouver un autre type d'équilibre, qui marche pour mon bébé en priorité, mais aussi un peu pour moi. J'étais partagée entre le sentiment de renvoyer une image de mauvaise mère aux autres, tout en sachant qu'il était indispensable de rester moi-même pour vivre sereinement ce nouveau chapitre.

Trois ans plus tard, avant de repartir à Venise, c'est le poids de la charge mentale qui m'a touchée de plein fouet. J'avais maintenant deux petits enfants merveilleux et extrêmement demandeurs. J'avais un peu plus d'aide pour gérer la maison mais je refusais que quelqu'un s'occupe d'eux à ma place le soir. Du coup, après le merveilleux tunnel du jeu-bain-dîner-cri-dodo, j'étais totalement à bout et... muette ! Difficile de dialoguer avec mon mari dans cet état-là, j'avais besoin de me vider la tête et d'aller me coucher. Ambiance. De plus, nous avons acheté une maison avec des travaux titanesques à coordonner. Ma belle-mère italienne, architecte de formation, était de la partie, ce qui avait le don de « pimenter » chaque discussion liée au sujet ! Techniquement, nous allions de problème en problème (comme tous les chantiers du monde entier) et j'étais en première ligne pour gérer tout cela. En parallèle, je continuais de « tenter » de travailler mais mon nouveau projet professionnel avançait beaucoup trop lentement selon moi et je manquais d'un objectif clair et précis. J'avais du mal à me faire confiance et à me lancer à fond dans le développement de ma propre plateforme *alidifirenze.fr*. Je continuais à papillonner en usant le peu de temps que j'avais à disposition pour écrire en free-lance pour d'autres. D'une certaine manière, je cherchais encore à donner du sens à tout ça, il manquait quelque chose au projet qui offre une vraie valeur. Et puis, pour le côté un peu schizophrénique de la situation, j'avais lancé mes épisodes de *Dolce Follia*, une websérie comico-culturelle sur ma vie en Italie qui amusait beaucoup mes lecteurs, tout cela alors que j'avais le moral dans les chaussettes. La route vers la sérénité semblait alors très longue !