

SARAH TOUITOU

LES NÉGOCIATIONS INTÉRIEURES

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

Un grand merci à tous les participants de
euthena.com qui ont permis à ce livre de
voir le jour :

...

...

© Éditions Maïa

*Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en
encre, ils sont conçus et imprimés en France.*

*Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation
interdits pour tous pays.*

ISBN 9791042530914

Dépôt légal : juillet 2026

Chapitre 1 – L'île

Je te fais confiance.

En entendant cela, une personne normalement constituée devrait se sentir joyeuse et sereine, mais Valentine se sentait anxieuse et attendue au tournant. Les derniers mots lancés par son manager avaient mis la jeune femme sous tension. Au volant de sa voiture de fonction, elle tapait frénétiquement son talon gauche contre le plancher et ses sourcils froncés creusaient une petite ride verticale sur son front. Elle se dit que la confiance était une chose bien curieuse. À première vue, elle est synonyme de sérénité et de paix. Mais dans d'autres circonstances, comme celles qu'elle vivait, la confiance était une lourde chaîne métallique qui l'attachait à une obligation de résultat. Le poids du regard de son manager pesait encore sur ses épaules, et elle savait qu'il s'attendait à ce qu'elle agisse exactement comme il le souhaitait. Cette fois, c'était une grosse responsabilité. *Le contrat de l'année*, avaient même renchéri ses collègues. Elle leur avait répondu par un simple sourire crispé. Une bonne commerciale ne doit jamais montrer qu'elle a peur. Habitée à pêcher des petites sardines, Valentine partait maintenant à la chasse au gros mérou. Le genre peu agressif mais coriace. Elle n'avait que peu de liberté d'action et se sentait coincée, sa respiration se faisait oppressante depuis ce matin. Quelques minutes plus tôt, alors qu'elle n'avait pas encore pris la mesure de ce qui l'attendait, elle avait failli sauter d'excitation quand son chef lui avait confié le projet. Une occasion pareille ne se représenterait peut-être plus, et elle s'était dit que la chance était de son côté. On la disait raide et intraitable. Elle préférait dire intransigeante et compétente. Une chose était sûre, c'était elle le requin de la boîte. Alors pourquoi avait-elle peur ?

Valentine n'avait pas attendu ses collègues à la fin de la réunion pour s'échapper et prendre la voiture, direction un autre rendez-vous. Encore. Mais ce rythme effréné lui convenait parfaitement. Au moins, le travail l'occupait entièrement et ne lui laissait pas de temps pour se plaindre de sa vie amoureuse inexistante.

Pendant un feu rouge, la commerciale jeta un coup d'œil à son téléphone portable posé sur le siège de droite. Trois nouveaux messages. Tous de clients. Elle soupira en rêvant brièvement

aux messages d'amour qu'un petit ami imaginaire pourrait lui envoyer.

Elle secoua la tête pour chasser ces idées puis alluma la radio en soupirant. Les émissions économiques avaient le don de lui remplir l'esprit et d'occuper ses pensées incessantes. L'invité du jour présentait son livre *Revendiquer ses échecs*. Sa présentation se voulait innovante et accrocheuse, mais Valentine passa outre les effets marketing pour se faire un avis précis de la vision de l'auteur. D'après lui, mettre en avant ses échecs était une manière d'en faire une force, de prouver que l'on pouvait se relever des épreuves et d'accepter que l'échec faisait aussi partie de la vie.

Quelle bande d'hypocrites, pensa-t-elle.

Au contraire, la société moderne la poussait à ne parler que de ses succès, à se montrer sous son meilleur jour, à ne pas demander pardon et à ne pas dire merci. Admettre sa faiblesse ou son erreur revenait à tendre le bâton pour se faire battre.

D'un geste saccadé, Valentine coupa la radio et appuya un peu plus sur l'accélérateur. Trop de choses affluaient dans sa tête. Ce lundi débutait assez mal. Elle était la seule femme commerciale de son entreprise, et la plus jeune de surcroît. À 32 ans seulement, elle était à la tête de toute la partie Europe du sud de sa boîte. Mais ses équivalents hommes des autres régions du monde venaient tout juste de le remarquer. Valentine essuya une larme qui coulait et refoula son désir de reconnaissance. Elle n'avait ni besoin de leur soutien ni de leur approbation, elle n'était plus une petite fille qui vivait du regard des autres. Pourquoi n'arrivait-elle pas à passer à autre chose ? Que le directeur lui confie le plus gros contrat de la boîte n'était-il pas la preuve de sa valeur ? Pourquoi chaque réussite au travail ne creusait que plus profondément son désir de fuite ?

La route défila sous ses yeux et elle se mit à rêver de son nouveau canapé. Ce soir, elle allait se jeter sur lui et se prélasser avec le plus grand plaisir. Elle venait de s'offrir le Soft and Sweet d'une célèbre marque. Valentine attendait depuis longtemps ce moment où elle mettrait de la musique et aurait tout le temps de s'avachir sur son nouveau canapé. De couleur turquoise, comme l'océan, il la ferait se sentir en vacances. Ah les vacances.

C'était quand la dernière fois déjà ?

Valentine aperçut un feu passer au rouge. Une voiture arriva sur sa droite puis ce fut le noir.

L'ambulance freina et les portes s'ouvrirent. Deux hommes descendirent Valentine attachée sur un brancard et pénétrèrent dans les urgences de l'hôpital. Ils marchèrent quelques pas à ses côtés puis passèrent le relais aux équipes soignantes sur place. Pendant qu'une infirmière dégageait les mèches brunes du front de la jeune femme, un médecin commença à ausculter Valentine. En réponse au regard inquiet des autres soignants, le médecin hocha la tête et posa son verdict :

— Aucune réaction. Elle a déjà plongé.

Bien loin de là, Valentine battit des cils et ouvrit les yeux. Son corps brisé était étendu sur du sable chaud et une vague vint lui rafraîchir les orteils. Elle essaya de se lever, mais ses bras étaient encore engourdis. Tournant la tête de gauche à droite, Valentine souffla vers son front pour faire bouger les mèches qui lui chatouillaient les paupières. Soudain, le visage d'un homme apparut au-dessus d'elle. Valentine cria de surprise et se redressa sans réfléchir.

— Bonjour Valentine, la salua l'inconnu d'une belle voix grave.

C'était un grand homme, habillé simplement d'un short et d'une tunique aux motifs hawaïens.

— Qui êtes-vous ? Et où suis-je ? s'écria Valentine en jetant autour d'elle des regards inquiets.

— Daniel, enchanté, lui répondit l'homme en tendant une main.

Il resta figé dans cette position quelques secondes, puis fit un pas en arrière devant le regard hésitant de Valentine. Portant un poing devant sa bouche, Daniel s'éclaircit la voix puis se présenta plus en détail :

— Je suis ton ange gardien.

— Quoi ?

— Ton guide intérieur, si tu veux. Nous sommes chez toi, au plus profond de ton esprit. Je suis désolée Valentine, mais tu es tombée dans le coma après ton accident de voiture. Heureusement que j'étais là.

— Mais de quoi parlez-vous ?

Daniel reprit depuis le début :

— Tu viens d'avoir un accident de voiture. Tu es actuellement dans le coma et je t'ai amenée sur ton île intérieure. Tu dois y

retrouver ton harmonie et retrouver ton équilibre. Sans ça, tu ne pourras pas te réveiller.

— Votre histoire me paraît bien tirée par les cheveux, conclut Valentine.

Daniel soupira et fit pivoter Valentine en posant ses deux mains sur les épaules de sa protégée :

— Regarde devant toi : c'est ton île intérieure. Ton refuge le plus intime, à ton image. Ce à quoi tu rêves depuis ton enfance. Ça te rappelle des souvenirs ?

Valentine ouvrit de grands yeux éblouis. Bien que cette île lui soit totalement inconnue, elle s'y sentait bien. Le lieu lui paraissait étrangement familier. En face d'elle, une forêt dense couvrait la majeure partie de l'île. Un volcan émergeait sur sa droite et un grand bâtiment circulaire brillait sur sa gauche.

— C'est quoi, là-bas ? demanda Valentine en désignant l'imposante construction avec son menton.

— C'est la salle de conférence, notre prochaine destination. J'ai prévenu tout le monde, ça devrait bientôt commencer. Suis-moi, il ne faudrait pas que l'invitée d'honneur arrive en retard..., conclut Daniel d'un air mystérieux.

Valentine longea la plage avec lui et marcha jusqu'à la porte d'entrée du bâtiment. Daniel ouvrit la porte et la laissa entrer en premier. Valentine passa le pas de la porte et découvrit sa salle de conférence. C'était une grande pièce ovale. Sur sa droite, une estrade en bois s'étalait sur toute la largeur de la salle. Sur sa gauche, plusieurs rangées de fauteuils en velours rouge étaient tournées vers l'estrade. Suivie par Daniel, Valentine alla s'asseoir au fond de la salle, juste à côté de la sortie de secours. *On ne sait jamais*, se dit-elle.

À votre tour !

Si vous deviez décrire votre quotidien, à quoi ressemblerait une journée type ?

.....
.....

Quelles sont les habitudes que vous avez actuellement et dont vous souhaiteriez vous débarrasser ?

.....
.....

Installez-vous confortablement et fermez les yeux. Imaginez-vous dans votre lieu sûr. Cela peut être une île, un chalet, un endroit imaginaire ou votre maison de vacances. Votre lieu sûr est un endroit où vous vous sentez en sécurité et tranquille. Essayez de décrire cet endroit du mieux possible.

.....
.....

Y a-t-il quelque chose d'important que votre ange gardien voudrait vous dire ?

.....
.....

Chapitre 2 – La conférence

Quelques minutes plus tard, les portes s'ouvrirent en grand. Un coup de sifflet retentit et une femme d'une trentaine d'années pénétra dans la salle de conférence en marchant telle une militaire. C'était le portrait de Valentine, mais en plus strict.

— C'est qui celle-là ? souffla Valentine à Daniel sans quitter des yeux la nouvelle apparition.

— C'est la Perfectionniste. Elle a pris le pouvoir sur les autres il y a quelques années.

— Les autres ?

Daniel ne répondit pas mais fit simplement un geste pour désigner le cortège qui suivait silencieusement la Perfectionniste. Valentine écarquilla les yeux et entrebâilla la bouche. Sept personnes marchaient en file indienne. Des grandes, des petites, des grosses et des maigres, il y en avait de tous les styles, mais toutes avaient la même tête : la sienne. En tête de cortège, juste derrière la Perfectionniste, marchait fièrement une Valentine avec de longs cheveux bouclés et un costume. À première vue, on aurait dit une copie de la première mais seule une énorme rose dans ses cheveux la distinguait de la Perfectionniste.

— Elle, c'est la Romantique, précisa Daniel qui suivait son regard.

— Mais elle n'a rien de romantique !

— C'est bien ça le problème.

Valentine voulut répondre mais elle eut le souffle coupé alors qu'elle découvrait une énorme version d'elle-même avec 100 kilos de plus. Cette Valentine-là attira d'autant plus son attention qu'elle était bâillonnée.

— C'est qui celle-là ? ? s'exclama-t-elle.

— C'est ta colère.

— Vraiment ? Je ne pensais pas que j'en avais autant !

— Disons que ça fait un bail qu'on ne l'a pas entendue. Ça fait longtemps qu'elle stocke. Mon petit doigt me dit qu'elle en a gros sur le cœur...

Derrière la Colère marchait une Valentine petite et maigre. Elle aussi était bâillonnée. Son dos voûté et son allure chétive contrastaient durement avec l'énorme Colère qui marchait devant elle.

— Elle, c'est la Peur. Je l'aime bien, elle a un côté sage.

Valentine haussa les sourcils, puis désigna du regard la jeune femme d'une vingtaine d'années aux cheveux bleus qui marchait derrière la Peur. Elle arborait un foulard orangé dans les cheveux, une robe légère, des bottes de cowboy et une impressionnante collection de bijoux qui lui donnaient un air bohème. À chacun de ses pas, des bracelets métalliques tintaient à ses poignets. Son expression détendue et rêveuse faisait plaisir à voir parmi cette horde de personnages plus incroyables les uns que les autres.

— Je te laisserai découvrir la Bohème tranquillement, murmura Daniel. Je dirai simplement qu'elle mériterait d'être plus connue.

Valentine ne pensait pas avoir autant de facettes en elle. L'instant d'après, une petite fille courut derrière la Bohème pour rattraper son retard. La Bohème lui lança un sourire complice et lui donna la main pour calmer l'excitation de la petite. La gamine devait avoir 6 ans et ses couettes rebondissaient joyeusement à chacun de ses pas.

Enfin, une femme clôtura le cortège en traînant des pieds et en pleurant. Avec ses paupières gonflées et ses joues rouges, cette dernière apparition avait la tête des mauvais jours de Valentine.

— Laisse-moi deviner. C'est la Tristesse ? s'enquit Valentine avec un regard complice vers Daniel.

— Correction, c'est *ta* Tristesse.

Valentine secoua la tête. Elle ne parvenait pas à y croire.

Une fois que toutes les versions de Valentine se furent assises, la Perfectionniste suivie de la Romantique monta sur l'estrade et s'approcha du micro. La Perfectionniste tapota l'appareil tandis que son acolyte retirait le capuchon d'un stylo avec ses dents et commençait à dessiner sur ses papiers en fredonnant doucement.

— Bienvenue à toutes ! entama la Perfectionniste d'une voix sèche.

Elle posa une feuille sur son pupitre et commença l'appel :

— Romantique, toujours présente bien sûr... certaines d'entre vous feraient bien d'en prendre de la graine... Colère ?

La grosse Valentine agita le sommet de sa tête.

— Peur ?

Une main tremblante se leva péniblement au-dessus des têtes.

— Bohème ?

— Oui m'dame ! lança vivement la jeune fille à la longue robe.

— Petite Fille ?

La plus jeune s'enfonça dans le fauteuil et se cacha le visage dans ses mains en étouffant un rire.

— Je t'ai vue, arrête de faire l'enfant ! Je te l'ai déjà dit, il serait temps de grandir un peu !

La Petite Fille tira la langue à la femme sur l'estrade puis la Bohème lui ébouriffa les cheveux et lui murmura quelques mots en la prenant sur ses genoux.

— Timide ? poursuivit la Perfectionniste sans prêter attention à l'enfant.

Silence dans la salle.

— Toujours à se cacher, hein ? marmonna la Perfectionniste. Bon débarras, et Tristesse pour finir ?

Un grand sanglot résonna dans la salle. La Perfectionniste soupira et tendit son papier à la Romantique derrière elle.

La Petite Fille s'agita sur les genoux de la Bohème et se retourna pour regarder qui était présent au fond de la salle. En apercevant Valentine, elle lui tira la langue. Valentine haussa les sourcils mais n'eut pas le temps de réagir. La Petite Fille avait déjà fait volte-face et chuchotait quelque chose à l'oreille de la Bohème. Celle-ci se retourna aussitôt et une grande surprise changea les traits de son visage. Soudainement d'humeur noire, la Bohème plissa les yeux jusqu'à ce qu'ils deviennent deux fentes, fixa Valentine un quart de seconde et se retourna en se rasseyant correctement pour suivre la conférence. Valentine allait demander à Daniel pourquoi la Bohème venait de la fusiller du regard, mais la Perfectionniste était de retour au micro :

— Bien, le sujet de la conférence d'aujourd'hui est d'une importance extrême. Nous sommes réunies car nous faisons face à un grand danger. Valentine est tombée dans le coma ce matin. Certaines d'entre vous se sont révoltées en ressentant les premiers tremblements de terre, et à ce sujet, je tenais à vous rappeler que vous ne devez pas...

Daniel se racla la gorge bruyamment.

— Ah oui, reprit la Perfectionniste, aujourd'hui c'est Daniel qui nous a donné rendez-vous. Il y a une surprise apparemment...