Un livre de découverte AB



Redevenir un bébé

Retourner à sa place...

BEN PATHEN
C.A.Z.
EDNA E ROBSON

La méthode :
Le plan bébé de tante Janet

Redevenir un bébé

par
Ben Pathen
CAZ
Edna E Robson

Première publication : 2026
Droits d'auteur © Ben Pathen
Tous droits réservés.
Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, stockée dans un système de recherche documentaire, transmise sous quelque forme que ce soit, par quelque moyen que ce soit, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre, sans l'autorisation écrite préalable de l'éditeur et de l'auteur.
Toute ressemblance avec une personne, vivante ou décédée, ou avec des événements réels est une coïncidence.

Titre : Redevenir un bébé
Auteur : Ben Pathen, CAZ Edna E Robson
Éditeurs : Rosalie Bent, Michael Bent
Éditeur : AB Discovery
© 2026
www.abdiscovery.com.au

Contenu

Redevenir un bébé 2
La méthode : Le plan bébé de tante Janet 8
Chapitre un : Les quatorze étapes 9
Chapitre deux : Premières impressions 14
Chapitre trois : La première nuit 20
Chapitre quatre : Toute la journée, tous les jours 25
Chapitre cinq : Enveloppés de doutes, enveloppés d'amour 34
Chapitre six : De quoi sucer 42
Chapitre sept : La crèche commence 47
Chapitre huit : Sangles et cuillères 50
Chapitre neuf : Le mot qui change tout 54
Chapitre dix : Tout bébé maintenant 57
Chapitre onze : La baby-sitter 61
Chapitre douze : L'allaitement au sein de maman 65
Chapitre treize : Finies les apparences 69
Chapitre quatorze : La journée d'un bébé 72
Chapitre quinze : Deux bébés dans la chambre d'enfant 75
Chapitre seize : Un bébé de plus avec maman 79
Épilogue : La méthode de reconnexion infantile – Publication intégrale 84
La méthode de reconnexion infantile 87
Lena devient un bébé 92

Chapitre 1 - Un réveil fragile 93
Chapitre 2 - La nouvelle vie de Lena 118
Chapitre 3 - Lena devient un bébé 145
Chapitre 4 - Lena le bébé 171
Chapitre 5 – Tante Maria vient rendre visite 193
Chapitre 6 – Lena et Conny 219
Pour ton amour 241
Chapitre 1 242
Chapitre 2 245
Chapitre 3 248
Chapitre 4 251
Chapitre 5 253
Chapitre 6 262
Chapitre 7 272
Chapitre 8 281
Chapitre 9 284
Chapitre 10 289
Chapitre 11 293
Chapitre 12 298
Chapitre 13 303
Chapitre 14 308
Chapitre 15 314
Chapitre 16 320
Chapitre 17 327
Chapitre 18 331

Chapitre 19 336
Chapitre 20 342
Chapitre 21 347
Chapitre 22 352
Chapitre 23 359
Épilogue 363


UN LIVRE DE DÉCOUVERTE AB
BEN PATHEN
The Fourteen Steps
by
La méthode :
LE PLAN BÉBÉ DE TANTE JANET

La méthode : Le plan bébé de tante Janet

par
Ben Pathen

Chapitre un : les quatorze étapes

La lumière filtrant à travers les rideaux de dentelle baignait la petite véranda d'une douce lueur, comme une chambre d'enfant figée dans le temps. Janet était assise à son bureau, une tasse de tisane à la camomille à portée de main, et une pile de papiers soigneusement rangés devant elle. Le titre, en haut de la première page, écrit de sa main assurée et ronde, disait : *« La méthode de reconnexion infantile : quatorze étapes pour restaurer la confiance, la sécurité et l'innocence ».*

Elle tapota doucement le bord des feuilles contre la table pour les aligner. Sa méthode, qu'elle avait mise au point au fil du temps, s'était affinée avec soin, testée avec amour et patience, étape par étape. Nathan en avait eu besoin, même s'il ne l'avait pas compris au début. Il était venu la voir effrayé, inconsolable, se comportant comme un adulte, son énurésie étant la seule faille visible dans le masque qu'il s'efforçait de porter. À présent, il dormait à l'étage, dans son berceau, sa tétine ballottant doucement tandis qu'il la tétait dans son sommeil. Il n'avait plus besoin de faire semblant d'être fort.

Janet sourit doucement. La méthode avait parfaitement fonctionné pour Nathan. Cela ne s'était pas fait rapidement, et certainement pas sans hésitations ni faux pas au début. Mais au final, elle avait porté ses fruits, fondée sur la tendresse et le type de structure dont les enfants avaient besoin.

Janet repensa un instant au temps passé à ramener Nathan à la paix et à la sécurité, puis elle tourna la tête vers le berceau d'appoint qui trônait désormais dans son bureau et le portant de vêtements de bébé qui restaient à plier et à ranger. C'était maintenant une maison d'enfance, une maison véritablement bénie.

Elle jeta un nouveau coup d'œil au titre imprimé et murmura à voix haute : *« Étape 1 : Couches et culottes en plastique pour la nuit. Étape 2 : À porter 24h/24 et 7j/7. Étape 3 : Vêtements pour bébé... »*

Elle marqua une pause, passant du bout des doigts les étapes restantes comme une vieille prière : la tétine et le biberon, la chambre d'enfant, la chaise haute, l'appeler Maman, l'acceptation, l'allaitement maternel approprié et l'avenir...

Elle avait légèrement modifié les étapes en s'appuyant sur son expérience. Le parcours de Nathan lui avait appris à quels moments il fallait intervenir avec douceur, et à quels moments il valait mieux rester immobile et laisser les choses se dérouler.

Janet se laissa aller en arrière et soupira. « Peut-être… peut-être est-il temps que je partage ça avec d'autres. Pas à grande échelle, bien sûr », dit-elle en riant. « Mais peut-être qu'un jour, quelqu'un d'autre en aura besoin. J'ai prouvé que ça fonctionne, alors pourquoi le cacher dans un tiroir ? »

À peine avait-elle prononcé ces mots qu'elle entendit la douce sonnerie de son application de messagerie. Elle se pencha, double-cliqua et ouvrit un message qui fit battre son cœur plus vite d'intérêt.

Sujet : Besoin urgent de conseils – Mon neveu Owen

Chère Madame Janet,

J'espère que vous allez bien. Une connaissance m'a donné vos coordonnées après avoir entendu dire que vous aviez eu une certaine expérience avec un garçon qui avait besoin d'être guidé. J'espère que ma démarche est inopportune, mais je suis à bout et ne sais plus vers qui me tourner. Si cela ne vous intéresse pas, ignorez-moi.

Mon neveu Owen est venu vivre chez moi il y a six mois. Il a 18 ans. Il a quitté l'université sans prévenir personne, a commencé à faire ce qu'il appelle des « crises de panique », et maintenant il ne sort plus de chez lui, sauf pour se promener la nuit. Il dort mal, ne mange que si on le lui rappelle, et il a recommencé à faire pipi au lit toutes les

nuits. Et ce n'est pas très fréquent : ses sous-vêtements sont généralement mouillés aussi.

Je l'ai emmené chez le médecin. Ils parlent d'anxiété. Le psychologue a suggéré des médicaments, mais Owen refuse. J'ai essayé d'être patiente et de le soutenir, mais il se replie sur lui-même. Il se blottit sous une couverture et parle à peine. Parfois, il se berce. Je veux juste l'aider à se sentir de nouveau en sécurité.

On m'a dit que vous aviez recueilli un garçon et que vous aviez réussi à l'aider à retrouver son sentiment d'appartenance. On m'a dit que vous aviez mis au point une « méthode », quelque chose de structuré mais doux. Je ne sais pas de quoi il s'agit, mais si vous pouviez m'en parler, je vous en serais très reconnaissant. J'aime Owen comme mon fils. Je ne sais tout simplement pas comment communiquer avec lui.

Sincèrement,
Claire Dawson

Les mains de Janet planaient au-dessus du clavier. Elle relut la lettre. Puis encore. Sa première pensée fut pour Nathan, pour son air si fragile cette première nuit, si désemparé et perdu.

Owen avait besoin de structure, tout comme Nathan. Il avait besoin de sécurité. Owen avait surtout besoin d'être autorisé à cesser de faire semblant d'être un adulte dans un monde qui l'avait manifestement effrayé.

« On dirait qu'il n'est pas vraiment fait pour le monde des adultes », dit-elle doucement pour ne pas réveiller le petit Nathan, qui était sur le point de terminer sa sieste dans la chambre d'enfant, juste au bout du couloir.

Elle tapota pensivement le livret devant elle.

« Oui », murmura-t-elle. « C'est peut-être pour cela que je l'ai écrit. Pour aider quelqu'un d'autre dans le besoin. »

Elle se leva et se dirigea vers l'étagère au-dessus de la cheminée. Là, à côté d'une photo jaunie d'elle et de sa sœur disparue,

se trouvait un second exemplaire du livret qu'elle avait relié à la main. Elle en caressa la reliure du bout des doigts. C'était l'exemplaire de Nathan.

« Je vais l'aider », murmura-t-elle. « Et j'aiderai Owen. »

Elle se retourna vers son bureau et se mit à taper, l'esprit déjà tourné vers l'avenir et faisant des plans.

Chère Claire,

Merci de m'avoir contactée, c'est très gentil de votre part. Je comprends ce que vous ressentez car je suis passée par là avec Nathan, qui est maintenant comme mon enfant. Certains garçons ne sont tout simplement pas faits pour gérer la pression et le stress de l'âge adulte, et c'est notre rôle, en tant que parents ou proches, de les soutenir et de leur apporter ce dont ils ont besoin.

J'ai un plan – un plan en 14 étapes – que j'ai utilisé avec succès et perfectionné après l'avoir mis en pratique avec Nathan. Je suis certain qu'il fonctionnerait pour vous et Owen.

Ne vous inquiétez pas pour l'énurésie nocturne pour le moment. Laissez faire, ne le critiquez pas et considérez cela comme une habitude. Idem pour les couches mouillées. Traitez cela comme normal pour l'instant.

Je vous recommande de venir me rendre visite, et je pourrai passer en revue le programme en 14 étapes avec vous en personne.

J'ai hâte de vous revoir tous les deux bientôt.

Janet Holloway


THE
14 STEPS
TO BABYING
1. Night-Time Nappies
2. 24/7 Nappying
3. Baby Clothing
4. Dummy & Bottle Feeding
5. Nursery Environment
6. Highchair & Spoon feeding
7. Calling you Mummy
8. More baby clothes
9. Baby toys
10. A Regular Babysitter
11. Breastfeeding / Skin-to-Skin Nursing
12. Full Emotional Acceptance of infancy
13. Playdates with Other Babies
14. Going out in public

Chapitre deux : Premières impressions

Janet ouvrit la porte d'entrée juste avant que la sonnette n'ait fini de retentir, son instinct d'infirmière pour le timing ne l'ayant jamais vraiment quittée. Claire se tenait sur le perron, un demi-sourire prudent aux lèvres et les mains nerveusement jointes devant elle. À côté d'elle, un garçon – non, un jeune homme – se tenait voûté, vêtu d'un sweat-shirt gris à capuche, les manches rabattues sur les mains, le regard fixé au sol.

« Vous devez être Claire », dit Janet chaleureusement en s'écartant. « Et vous devez être Owen. Entrez tous les deux. L' eau est chaude. Il fait beau aujourd'hui, n'est-ce pas ? »

Claire murmura un merci et poussa doucement son neveu réservé en avant. Owen ne dit rien, mais s'avança comme par habitude, franchissant le seuil avec précaution, comme s'il pénétrait en lieu sacré.

À l'intérieur, la maison embaumait la cannelle et le linge propre. Des tapis moelleux recouvraient le sol et des coussins aux couleurs pastel ornaient le canapé. Tout était impeccable, calme et chaleureux.

« C'est comme un cocon douillet », pensa Claire en souriant. *« C'est peut-être exactement ce dont nous avons besoin. »*

Claire avait souvent songé à renoncer à son rendez-vous avec Janet. Elle n'était pas une femme craintive, loin de là, mais Owen était si brisé et si silencieux qu'elle redoutait que le moindre faux pas, aussi sincère soit-il, ne le brise définitivement. Son énurésie s'était aggravée et il mouillait désormais son pantalon plusieurs fois par jour. Elle avait insisté pour qu'il aille aux toilettes avant de partir, malgré son refus inexplicable. Elle devait le pousser et, d'ailleurs, laissait la porte des toilettes ouverte pour être sûre qu'il avait bien

fait ses besoins . Ces accidents l'inquiétaient, car il lui semblait que c'était soit intentionnel, soit lié à quelque chose de plus complexe.

***

Claire s'était réveillée ce matin-là au bruit qu'elle entendait de plus en plus souvent ces derniers jours : le craquement régulier de la bâche en plastique sur le lit d'Owen. La première fois, elle l'avait entendu, perplexe, et avait entrouvert la porte de la chambre d'Owen. Elle avait alors aperçu son neveu, le visage enfoui dans son matelas visiblement trempé, se livrant à des ébats frénétiques.

Elle ne savait pas pourquoi elle ne s'était pas retirée immédiatement, mais elle se sentait obligée de regarder, d'essayer de comprendre. Une minute plus tard, elle l'entendit gémir, et les coups cessèrent aussitôt. Il grogna plusieurs fois, et elle sut exactement ce qui se passait. Il éjaculait sur ses draps.

Elle referma doucement la porte et retourna furtivement dans le couloir, se demandant si c'était une bonne ou une mauvaise chose. Elle avait elle-même eu des garçons et savait qu'ils se masturbaient comme tous les adolescents, mais c'était manifestement privé, et elle supposait que cela se passait aux toilettes, à l'abri des regards et des oreilles. C'était discret, contrairement à la masturbation d'Owen. C'était bruyant et un peu gênant.

Cinq minutes plus tard, Owen entra dans la cuisine pour prendre son petit-déjeuner, vêtu d'un t-shirt et d'un pantalon, et s'assit pour manger ses tartines et ses céréales. Claire quitta discrètement la cuisine un instant, se dirigea vers la chambre d'Owen et ouvrit la porte en grand. La couette soulevée, elle aperçut l'énorme tache humide qu'il avait créée pendant la nuit, mais ce qui la frappa, ce furent les filaments de sperme qui jonchaient encore ses draps, sans aucune pudeur.

Il a perdu tout sens des convenances et de la discrétion ! pensa-t-elle. *Ou bien le laisse-t-il là, à la vue de tous ?*

« Ton lit est tout mouillé ce matin, Owen », dit-elle doucement en retournant dans la cuisine.

Lena devient un bébé

par

CAZ

.

Chapitre 1 - Un réveil fragile



Lena sentit d'abord une lourdeur dans ses membres. Son bras droit était immobilisé dans un plâtre, sa jambe gauche entièrement bandée. Une douleur sourde la traversait, pas aiguë, mais suffisamment désagréable pour qu'elle comprenne que quelque chose n'allait pas. L'air stérile de la chambre d'hôpital sentait le désinfectant, et la lueur froide des néons rendait le tout encore plus irréel. Mais elle remarqua alors autre chose. Une étrange sensation autour de ses hanches. Quelque chose de doux, d'épais, qui la retenait d'une manière qu'elle ne comprenait pas. Elle bougea légèrement et entendit un léger bruissement. Son cœur se mit à battre plus vite. Un picotement inquiétant se répandit dans sa poitrine tandis qu'elle comprenait lentement de quoi il s'agissait.

Une couche.

La chaleur lui monta aux joues, son estomac se noua. *Elle avait quatorze ans ! Pourquoi… ? Le lui avaient-ils mis après l'opération ? En avait-elle besoin ?* Alors que la panique commençait à l'envahir, la porte s'ouvrit et une infirmière entra, un sourire bienveillant aux lèvres.

« Bonjour Lena. Comment te sens-tu ? »

Lena déglutit. « Euh… d'accord, je crois. »

L'infirmière déposa quelques objets sur la table de chevet, puis la regarda doucement. « Je dois te changer, d'accord ? » Lena retint son souffle, le visage brûlant. Elle voulait résister, crier qu'elle pouvait le faire toute seule, mais elle en était incapable. Elle ne pouvait même plus bouger correctement et la prise de conscience de son impuissance la frappa de plein fouet. « Je sais que ce n'est pas agréable pour toi, dit calmement l'infirmière, mais ne t'inquiète pas, je vais faire vite. Tu te sentiras mieux bientôt. »

Lena voulait se cacher sous le lit, ses doigts griffant les draps tandis que l'infirmière retirait délicatement la couverture. Puis elle entendit le bruit des attaches adhésives qu'on détachait, et un frisson lui parcourut l'échine. La couche fut doucement ouverte et un souffle d'air froid la frappa. Lena ferma les yeux, incapable de comprendre ce qui se passait.

« Détends-toi, ma chérie », murmura l'infirmière en nettoyant l'entrejambe et les fesses de Lena avec un linge chaud et humide. La sensation était étrange, désagréable – non pas parce qu'elle faisait mal, mais parce qu'elle lui faisait cruellement prendre conscience de son impuissance absolue. Elle ressentait chaque passage, chaque instant de cette humiliation. Ses mains se crispèrent en poings et elle se força à ne pas pleurer. Lorsque l'infirmière eut terminé, elle prit une couche propre, l'ouvrit et la plaça délicatement sous les hanches de Lena.

« Je vais te soulever un tout petit peu, d'accord ? » dit-elle avant de soulever délicatement les hanches de Lena avec une légère pression, juste assez pour bien positionner la couche. Lena ferma les yeux encore plus fort ; elle ne voulait pas sentir le tissu doux s'enfoncer à nouveau. L'infirmière prit un petit tube et l'ouvrit d'un geste expert. « J'applique une crème protectrice pour éviter les irritations », expliqua-t-elle d'une voix douce. Lena tressaillit légèrement lorsque la crème fraîche fut appliquée sur sa peau. Les doigts de l'infirmière étaient délicats, mais rien que d'y penser, Lena aurait voulu disparaître sous terre. Elle sentit la crème s'étaler uniformément, formant une couche protectrice entre elle et la couche. Mais ce n'était pas fini. L'infirmière prit ensuite une bombe aérosol et la secoua légèrement. « Et maintenant, un peu de poudre. »

Une fine poudre fraîche pour bébé fut saupoudrée sur la peau de Lena, laissant une légère odeur poudrée. C'était sec et agréable, mais Lena était certaine qu'elle ne pourrait plus jamais supporter cette odeur sans éprouver de honte. Elle ne voulait pas entendre le bruit délicat des bords de la couverture qu'on soulevait et fixait avec

des languettes adhésives. Mais elle ne pouvait rien ignorer. Quand ce fut enfin terminé, l'infirmière la recouvrit d'un sourire rassurant.

« Voilà, c'est terminé. Tu es de nouveau en pleine forme. Tout va bien ? » Lena hocha la tête avec raideur, incapable de la regarder dans les yeux. Son corps lui paraissait encore plus étranger qu'avant, non seulement à cause du plâtre, mais aussi à cause du souvenir de ce qui venait de se passer. « Tu te débrouilles vraiment bien , Lena. Bientôt, tu n'auras plus besoin de mon aide, et ce ne sera plus qu'un souvenir dont tu pourras rire. » Lena n'osa pas répondre.

Lorsque l'infirmière quitta la chambre, Lena fixa le mur, le léger bruissement et la légère pression de la couche propre. Elle ne pouvait l'ignorer. Elle avait survécu à la chute, mais elle ne savait pas comment elle allait traverser les prochains jours. Lena était allongée, raide comme un piquet, les joues en feu de honte, lorsque soudain la porte s'ouvrit.

« Lena ! » La voix familière la fit sursauter. Sa mère entra précipitamment dans la chambre, les yeux emplis de soulagement et de joie. Elle paraissait épuisée, avec des cernes sous les yeux, mais son sourire était chaleureux et plein d'amour. « Tu es enfin réveillée ! Oh, ma chérie, j'étais si inquiète pour toi. » Avant que Lena puisse réagir, sa mère se pencha délicatement au-dessus du lit et déposa un doux baiser sur son front.

Lena tenta de sourire, mais intérieurement, elle était encore sous le choc de la honte de ce qui venait de se passer. La couche était toujours là, elle la sentait, la matière douce et épaisse, le léger bruissement sous la couverture. Et sa mère se tenait juste à côté d'elle. Le cœur de Lena battait la chamade.

S'il vous plaît, ne dites rien. S'il vous plaît, ne le remarquez pas.

Mais sa mère ne sembla pas y prêter attention ; au contraire, elle s'assit sur la chaise à côté du lit et écarta doucement une mèche de cheveux du visage de Lena.

« Tu m’as vraiment fait peur », dit-elle doucement. « Tu es tombé de l’arbre dans le parc. Tu te souviens ? »

Lena fronça légèrement les sourcils. Des images floues lui traversèrent l'esprit : l'écorce rugueuse sous ses mains, les feuilles

d'automne fraîches flottant dans l'air. Puis le glissement, la sensation soudaine de chute, l'impact sourd et ensuite… le noir.

Elle hocha lentement la tête. « Oui… un peu. »

« Tu es tombée, un passant a appelé une ambulance et je suis partie avec toi tout de suite », a poursuivi sa mère. « Ils t'ont examinée aux urgences, puis tu as été opérée. Tu as l'avant-bras et la jambe cassés, mais ce ne sont pas des fractures compliquées. Tu dois juste te reposer quelques semaines. »

Lena écoutait, mais son esprit n'était pas vraiment concentré sur les mots. La couche lui paraissait de plus en plus lourde et présente à chaque seconde qui passait. Le moindre tressaillement, le moindre mouvement la lui rappelait. Elle voulait qu'elle disparaisse, qu'elle s'en aille par la seule force de sa volonté, mais elle n'y arrivait pas. Puis, alors que sa mère parlait, son regard glissa inconsciemment sur le corps de Lena et, une fraction de seconde, s'attarda sur l'endroit où la couverture formait une légère bosse.

Lena, instinctivement, se voûta, le cœur battant la chamade. Elle savait que sa mère l'avait remarqué, mais elle ne dit rien : ni commentaire, ni regard de pitié, ni même un raclement de gorge gêné. Elle continua simplement à parler comme si de rien n'était. Lena ne savait pas si c'était mieux ou pire. Au moment où elle se préparait intérieurement, la porte s'ouvrit de nouveau et une infirmière entra.

« Madame Bauer ? Pourriez-vous me suivre un instant ? »

La mère de Lena lui lança un regard d'excuse. « Je reviens tout de suite, ma chérie. » Elle se leva et suivit l'infirmière dehors.

La porte se referma presque complètement, mais pas tout à fait. Lena entendit des voix. Elle ne voulait pas écouter aux portes, mais elle ne put s'en empêcher. « …les examens neurologiques sont toujours en cours, mais il semblerait qu'il s'agisse d'une incontinence urinaire temporaire. » Lena se figea. « Cela arrive parfois lorsqu'une chute irrite la vessie. Dans la plupart des cas, cela se résorbe au bout de quelques semaines. » Une boule se forma dans sa gorge.

« Et si ça ne marche pas ? » entendit-elle sa mère demander, la voix étouffée.

« Nous procéderions alors à des tests supplémentaires, mais pour l'instant, nous supposons que cela guérira de soi-même avec le temps. »

Lena haletait, sa poitrine se serrait, son cœur battait si fort qu'elle pouvait l'entendre dans ses oreilles.

Incontinence.

Le mot résonna dans sa tête comme un coup sourd. Elle ne voulait ni l'entendre, ni y penser, mais il était trop tard ; sa gorge se serra et ses pensées s'emballèrent.

C'est impossible ! Ce n'est pas réel !

Elle sentit ses yeux brûler et les larmes lui monter aux yeux, brûlantes et irrésistibles. Elle ne voulait pas les laisser couler, ne voulait pas pleurer, mais la peur la submergea comme une vague.

Et si ça ne disparaissait pas ? Et si ça restait comme ça pour toujours ?

Le léger bruissement de sa couche, lorsqu'elle s'agitait, fut la goutte d'eau qui fit déborder le vase. Lena tourna la tête sur le côté, se mordant la lèvre pour étouffer un sanglot, mais en vain, et des larmes coulèrent sur ses joues.

Elle ferma les yeux très fort et tenta de se ressaisir, mais c'était trop dur. La peur, la honte et l'impuissance. Tout s'abattit sur elle d'un coup et, pour la première fois depuis sa chute, elle ne désirait qu'une chose : se cacher sous la couverture et pleurer. Lena essuya précipitamment ses larmes en entendant des pas. Un instant plus tard, la porte s'ouvrit de nouveau et sa mère entra dans la pièce.

« Oh, ma chérie… » Sa voix était douce et pleine de compassion lorsqu'elle s'assit aussitôt près de Lena. Elle plongea son regard dans le sien, y lisant la douleur, la peur, l'incertitude.

Lena se mordit la lèvre. Elle ne voulait pas pleurer, ni paraître faible, mais elle avait la poitrine serrée, comme si elle allait suffoquer. Sa mère prit doucement sa main valide et la serra légèrement.

« J'ai entendu ce que le médecin a dit… » commença-t-elle doucement. Lena sentit une boule se former dans sa gorge. Elle savait que sa mère avait dû le remarquer, qu'elle avait surpris la conversation dehors et qu'elle était au courant de son incontinence.

« Maman… » murmura-t-elle enfin, la voix tremblante. « Qu'est-ce que je suis censée faire maintenant ? »

Sa mère soupira doucement et repoussa une autre mèche de cheveux du visage de Lena. « D'abord, tu vas guérir, ma petite. Et je serai là pour t'aider. Quoi qu'il arrive. »

Lena déglutit difficilement. « Mais… ce n'est pas normal… »

Sa mère sourit tristement et caressa doucement le dos de la main de Lena du bout du pouce. « Tu sais, parfois la vie nous réserve des surprises, et oui, c'est une situation inédite pour toi. Tu as peut-être l'impression que c'est difficile, mais tu n'es pas seule, Lena. Nous traverserons cette épreuve ensemble. »

Lena secoua la tête. « Je ne veux pas de ça. Je ne veux pas être comme ça… »

Sa mère ne lâcha pas sa main. « Tu n'es pas "comme ça", Lena. Tu es toujours toi. Ma fille forte et courageuse. Et quoi qu'il arrive, je suis là pour toi. Tu n'auras pas à affronter ça seule. »

Lena retint ses larmes, mais c'était peine perdue. « Et si ça ne redevient jamais comme avant ? » Sa mère se pencha et déposa un doux baiser sur son front. « Alors on trouvera un moyen pour que tu puisses vivre avec. Je te le promets , tu seras toujours toi, quoi qu'il arrive. »

Lena serra les lèvres, mais tout son corps tremblait de peur. Elle ne savait pas si elle pouvait croire sa mère. Elle le voulait tellement, mais au fond d'elle, persistait cette terrible et lancinante incertitude.

« Je ne reste pas longtemps pour que tu puisses te reposer », dit doucement sa mère. « Mais je serai de retour demain matin, d'accord ? » Lena hocha lentement la tête, hésitante à laisser partir sa mère. Celle-ci se pencha de nouveau et l'embrassa légèrement sur le front. « Je t'aime, ma chérie. »

« Moi aussi je t'aime… » murmura Lena, à peine audible.

Sa mère se leva alors, lui lança un dernier regard tendre et quitta la pièce. La porte se referma doucement derrière elle, et Lena se retrouva seule. Aussitôt, elle se sentit de nouveau perdue. La peur la saisit à nouveau, accompagnée cette fois d'une nouvelle sensation

désagréable : la douleur. Elle était tapie dans l'ombre depuis le début, mais elle s'intensifiait. Son bras palpitait et sa jambe était lourde et douloureuse. Les analgésiques devaient commencer à faire moins d'effet. Elle serra les dents, essayant de se distraire, mais cela ne fit qu'empirer les choses. Au bout de quelques minutes, elle n'y tint plus. D'une main tremblante, elle chercha à tâtons la petite télécommande posée à côté de son lit et appuya sur le bouton d'appel de l'infirmière.

La porte s'ouvrit de nouveau peu après et une infirmière entra. « Tout va bien, Lena ? »

Lena se mordit la lèvre. « La douleur… elle s'aggrave. » L'infirmière hocha la tête, compréhensive. « C'est normal. Je vais vous administrer des analgésiques par voie intraveineuse, et ça ira mieux bientôt. »

Elle s'approcha du lit, vérifia le pied à perfusion et administra une nouvelle dose de médicament. Lena observa le liquide s'écouler lentement dans son corps. Au bout de quelques minutes, la douleur s'apaisa, la pression lancinante dans sa jambe et son bras s'estompant peu à peu.

Son corps s'alourdissait, et la somnolence qui s'installait était la bienvenue. L'infirmière lui sourit. « Essayez de dormir un peu. Votre corps a besoin de repos. » Lena hocha la tête avec difficulté. Ses paupières s'alourdirent, sa tête s'enfonçant davantage dans l'oreiller. Ses dernières pensées avant de sombrer dans le sommeil furent empreintes de peur. Mais aussi de soulagement, du moins pour cet instant, d'échapper à la réalité.

Lena cligna des yeux, éblouie par la vive lumière du matin qui filtrait par la grande fenêtre. Un instant, elle se sentit désorientée, ne sachant plus où elle était, puis tout lui revint en mémoire. L'hôpital, la chute, l'opération, et aussi la couche.

Elle sentit aussitôt l'épaisse matière entre ses jambes, un léger bruissement lorsqu'elle bougea. La chaleur qui lui monta au visage était presque aussi désagréable que les souvenirs de la veille. Son regard se porta sur la table de chevet ; son téléphone était là, éteint, la batterie à plat. Elle soupira doucement : que devait-elle faire de sa journée ? Avant qu'elle puisse y réfléchir davantage, la porte

Pour ton amour

par
Edna E Robson

Chapitre 1

Je me suis réveillé en sursaut. Il n'était que 3 h 12 d'après mon réveil, mais j'étais déjà réveillé . Une envie pressante d'uriner m'avait tiré d'un rêve profond où je réussissais un trou en un sur le 18e green du Masters de golf américain. À présent, au lieu de remporter un grand titre sportif, j'avais une envie pressante d'uriner.

J'ai retiré ma main posée sur ma poitrine, prête à aller aux toilettes, mais avant même d'avoir pu descendre du lit, le froissement de la couette m'a ramenée à la réalité. La sensation d'un rembourrage confortable autour de mes parties intimes m'a frappée. Bien sûr, je portais une épaisse couche jetable. Comment avais-je pu l'oublier ?

Allongée là, à regarder autour de moi les biberons et les tétines posés sur les tables de notre chambre, je savais que je ne tarderais pas à mouiller une autre couche, l'imbibant du liquide que j'avais produit en tétant l'un des biberons qu'on m'avait donnés plus tôt, inondant ce vêtement que je croyais réservé aux bébés. Je me demandais comment j'en étais arrivée là. J'ai regardé à ma gauche, vers la personne dont la main s'était posée sur moi.

« Ah, Karen, ma belle Karen », murmurai-je en repensant à une époque remontant à plusieurs mois, « toutes les choses que tu m'as fait faire ! »

J'ai entendu parler de Karen Terry pour la première fois en 2012. Elle était la mère d'un camarade de classe de mon fils de huit ans et elle divisait déjà les opinions des parents à la sortie de l'école. Mon épouse de l'époque m'avait raconté comment, par son attitude surprotectrice envers son fils unique, elle s'attirait facilement les foudres des autres parents d'élèves. Elle réprimandait les enfants qui osaient importuner son précieux fils et expliquait aux parents de l'élève réprimandé combien son petit garçon était précieux comparé à leurs propres enfants.

Elle était célibataire, et l'on disait que le père de son enfant l'avait abandonnée lorsque leur fils avait commencé à avoir des

problèmes de santé à l'âge de deux ans. De l'avis général, Karen avait consacré les six années suivantes à s'occuper de son « petit Georgie ». Seule, elle l'avait soigné dès les premiers signes de maladie et lors de la transplantation rénale dont il avait finalement eu besoin. Seule, elle avait passé chaque instant disponible à s'occuper de son « bébé ». Certaines autres mères disaient qu'elle exagérait la protection qu'elle exigeait de son fils. Que l'opération réussie six ans auparavant avait fait de George un enfant de huit ans tout à fait normal. On a même suggéré que Karen souffrait du syndrome de Münchhausen par procuration, qu'elle exagérait les problèmes de santé du garçon pour attirer l'attention. Mais malgré tout cela et l'animosité croissante à son égard , Karen restait inébranlable dans sa protection maternelle.

J'avais toutes ces histoires en tête le jour où j'ai rencontré Karen pour la première fois cet été-là. Je m'étais portée volontaire pour accompagner la classe de mon fils lors d'une excursion dans une réserve naturelle locale. M'occuper d'un groupe d'enfants de huit ans pendant une journée ne me faisait pas peur, et cela m'occupait bien pendant ce rare jour de congé. Il y avait plusieurs groupes, et j'ai passé la matinée à assister l'enseignante qui m'était assignée, en aidant à gérer et à éduquer les douze enfants dont nous avions la charge.

À l'heure du déjeuner, nous nous sommes installés pour manger notre pique-nique. J'observais les autres groupes d'enfants arriver à la cantine, espérant apercevoir mon fils. Je n'avais pas pu me joindre à son groupe ce jour-là, car un parent était déjà présent, mais je n'ai pas tardé à apercevoir son visage souriant se promener entre les arbres. Mes yeux ont suivi son groupe qui descendait la colline poussiéreuse, et mon regard a été attiré par une femme brune qui tenait la main d'un garçon un peu rondouillard de la classe. Elle était sublime. Ses cheveux bruns lui arrivaient aux épaules, son teint était hâlé, et on devinait clairement, sous ses vêtements d'été moulants, qu'elle avait un corps digne des plus belles femmes. À mesure que le groupe s'approchait, j'ai remarqué ses yeux d'un noir profond et sa moue naturelle et pulpeuse, que j'ai toujours trouvée

séduisante. Je ne m'étais même pas rendu compte que je la fixais jusqu'à ce que mon fils passe devant moi et détourne mon regard.

Mon fils et moi avons déjeuné ensemble, puis nous avons profité de notre pause déjeuner d'une heure pour taper dans un ballon. Même en courant avec les autres enfants qui jouaient au foot, je ne manquais jamais une occasion d'admirer le petit garçon potelé assis seul. Juste avant que les groupes ne se rassemblent pour la suite de la leçon de nature de l'après-midi, j'ai embrassé mon fils et je lui ai demandé qui était l'adulte qui s'occupait de son groupe. Il a répondu : « Oh, c'est la maman de George Terry, je crois qu'elle s'appelle Karen. »

« C'est Karen Terry », me suis-je dit. Je me souvenais de toutes les histoires horribles qu'on m'avait racontées sur ses frasques, mais nulle part dans les récits de ma femme il n'était question de sa beauté époustouflante. Je n'ai revu ni le groupe de mon fils ni la charmante Karen pendant le reste du voyage, et à la fin de la journée, je n'ai retrouvé mon fils qu'à son retour en classe. Mes obligations professionnelles m'avaient toujours empêché d'aller chercher mon fils à l'école, et il s'est écoulé des années avant que je ne revoie Karen Terry.

Chapitre 2

L'été 2022 n'a pas été particulièrement agréable en Angleterre. Malgré les avertissements antérieurs concernant les restrictions d'arrosage en raison d'une sécheresse annoncée, certaines régions du pays ont été inondées suite à des précipitations record.

Ce n'était pas agréable pour moi non plus. Je m'étais séparé de ma femme en janvier, lorsque nous avons tous deux réalisé que notre relation était arrivée à son terme. Bien que nous soyons restés en bons termes, je ne voyais plus mes enfants aussi souvent que lorsque nous vivions sous le même toit.

J'avais emménagé dans une colocation dans la ville voisine. Malheureusement, je ne pouvais me permettre qu'une petite chambre, car je continuais à rembourser l'emprunt immobilier de la maison familiale. Du coup, en plus d'une minuscule chambre aux meubles miteux, je devais partager la salle de bain et la cuisine avec trois autres colocataires. Le seul point positif, c'était que mes trois colocataires étaient des femmes. Lotty était une petite brune qui travaillait comme serveuse à mi-temps dans le pub du coin. Helen et June étaient blondes et infirmières stagiaires à l'hôpital local. Croyez-moi, j'ai passé des nuits entières à rêver qu'elles frapperaient toutes les trois à ma porte, prêtes à « se faire servir », mais ce n'était qu'un fantasme, et personne n'est jamais venu. Nous étions toutes en bons termes, cependant, et nous échangions toujours quelques mots aimables en nous croisant dans les parties communes. Je travaillais toujours de longues heures en ville, et j'avais donc rarement l'occasion de voir du monde. Mon cercle d'amis s'était réduit, ce qui rendait la séparation d'avec ma femme encore plus difficile. Je sombrais dans une profonde dépression et je savais que si je ne reprenais pas ma vie en main, je serais malheureuse pour toujours. Il me fallait sortir davantage et élargir mes horizons. J'ai donc décidé

d'accepter toutes les invitations et de rencontrer de nouvelles personnes, voire même un nouveau partenaire.

La première occasion s'est présentée rapidement.

Helen et moi nous étions croisées dans l'escalier mardi matin, et elle m'avait demandé si je voulais aller à une fête à la salle paroissiale ce week-end-là. C'était une collecte de fonds pour du matériel hospitalier, et Helen m'avait dit qu'il y aurait plein d'infirmières célibataires avec qui je pourrais discuter. J'ai tout de suite accepté.

Ce samedi soir-là, malgré une nouvelle journée de travail qui m'avait retenu tard, je me suis retrouvé à franchir les portes de la salle paroissiale de mon quartier. Mon arrivée tardive avait fait que la plupart des participants avaient déjà bien profité de l'alcool, et l'ambiance était plutôt animée. J'arrivai au bar juste au moment où un coup de son strident annonça le début de la remise du chèque dans les haut-parleurs. Je commandai ma pinte et me tournai vers la scène. J'aperçus rapidement June parmi les jeunes infirmières rassemblées au pied de la scène. Helen était sur scène, debout derrière un groupe d'hommes plus âgés.

Le discours s'attarda un peu sur la façon dont les coupes budgétaires du gouvernement avaient rendu le travail caritatif plus important que jamais, et comment les habitants s'étaient cotisés pour financer l'équipement hospitalier. Mais ils tenaient à mettre en lumière une personne qui avait contribué plus que quiconque. Ma curiosité fut piquée lorsque j'entendis l'homme au micro prononcer le nom de Karen Terry et l'inviter à monter sur scène pour recevoir un cadeau spécial. Je suivis attentivement du regard une femme se frayant un chemin à travers la foule pour rejoindre l'estrade. En la voyant gravir les marches, je reconnus Karen, la maman de « la petite Georgie ». Elle avait pris un peu de poids depuis la dernière fois que je l'avais vue, quelques années auparavant ; un peu plus « maman » que mannequin, mais elle restait néanmoins une très belle femme. J'écoutais d'une oreille distraite le discours, absorbé par la beauté de la jeune femme sur scène. Les applaudissements me ramenèrent à la

réalité, et je la vis quitter la scène, une bouteille de whisky single malt à la main.

Je me souviens très bien de la pensée qui me traversait l'esprit à ce moment-là : si seulement j'avais le courage d'aller lui parler , ma vie prendrait fin et changerait à jamais…

J'avais tellement raison.

Chapitre 3

Mes pensées, hantées par le passé, furent interrompues. Une contraction de ma vessie me rappela brutalement l'envie pressante d'uriner. J'avais retiré le bras qui me traversait le dos, ce qui me permettait de me lever et d'aller aux toilettes.

« Je suis sûre de pouvoir aller aux toilettes sans réveiller Karen », pensai-je, « je suis sûre qu'elle ne s'offusquera pas si je baisse mon pantalon en plastique et que je détache ma couche cette fois-ci. »

Je pivotai sur moi-même et posai les jambes au sol. Lentement et silencieusement, je me glissai hors des couvertures et me dirigeai vers les toilettes. En entrant dans la salle de bain, mon reflet apparut dans le grand miroir sur le mur de gauche. Le reflet qui me fixait montrait un homme approchant la cinquantaine, vêtu d'un pantalon bouffant en plastique blanc. On distinguait nettement la couche jetable épaisse sous le pantalon. C'était comme crier : « *Tu es un bébé !* »

J'avais vu des émissions de télévision où des adultes utilisaient des protections pour l'incontinence, mais je n'aurais jamais imaginé qu'un jour je porterais moi-même des vêtements que je n'avais pas portés depuis plus de 47 ans. J'ai fermé la porte de la salle de bain et je me suis observée un instant. J'avais toujours aimé que mes partenaires portent des culottes en soie et j'appréciais leur sensation pendant les préliminaires. En regardant le pantalon lisse que je portais, je me suis dit : « Peut-être que c'est très similaire. »

Ma vessie me fit de nouveau mal, alors je me retournai et me dirigeai vers les toilettes. Arrivée à la cuvette, je saisis l'élastique de mon pantalon en plastique et commençai à le baisser. Au moment où il m'arrivait aux genoux, la porte de la salle de bain s'ouvrit brusquement.

« Qu'est-ce que tu fais, ma belle ? » demanda la voix d'un ton plutôt sévère.

Je me suis retourné et j'ai vu l'amour de ma vie, debout dans l'embrasure de la porte, les mains sur les hanches. Elle portait une courte nuisette en soie et avait l'air plutôt boudeuse.

« Salut Karen, j'avais besoin d'aller aux toilettes et je me suis dit que je pouvais enlever la couche juste pour cette fois », ai-je répondu.

Alors que Karen s'approchait de moi, j'ai cru apercevoir une lueur de colère dans ses yeux, mais lorsqu'elle est arrivée à ma hauteur, son regard s'était transformé en un regard doux et affectueux. « Mais ma chérie, tu as ta couche. Pourquoi diable voudrais-tu l'enlever alors que tu peux simplement la mouiller ? » m'a-t-elle demandé.

Je l'ai regardée puis j'ai baissé la tête. Je n'ai pas pu répondre.

Karen s'est penchée et a palpé le devant de ma couche : « Tu ne l'as même pas encore utilisée, il n'y a donc aucun risque de fuite. » Sur ces mots, elle a lentement remonté la culotte en plastique le long de mes jambes pour recouvrir la couche jetable que je portais. « Mieux vaut prévenir que guérir. »

Une fois que Karen eut vérifié que la couche jetable était entièrement contenue dans le surpantalon en PVC, elle me prit dans ses bras et me serra contre elle.

La tête posée sur son épaule, elle m'a murmuré à l'oreille droite : « Tu sais pourquoi je te mets ta culotte jetable en plastique. Tu sais que j'aime que mon bébé mouille sa couche, alors s'il te plaît, si tu as envie d'aller aux toilettes, remplis ta couche pour maman. »

La voix douce et veloutée de Karen était pleine d'amour. Elle m'encourageait à vider ma vessie dans la couche jetable, et tout en murmurant « Sois sage pour maman » encore et encore , elle me pressait doucement le bas-ventre. J'ai étouffé un gémissement. J'étais au point de non-retour. Sous l'insistance d'une belle femme, j'étais à nouveau sur le point de me faire pipi dessus comme un petit bébé.

Puis c'est arrivé. J'ai écouté les encouragements bienveillants de Karen , et tandis que sa douce main caressait mon nombril, j'ai laissé mes muscles se détendre. Le flot est arrivé rapidement ; j'ai senti l'urine pénétrer la couche absorbante et se répandre autour de