

Le jour où j'ai  
compris

A ceux qui ont déjà traversé  
des moments difficiles. Et à  
ceux qui cherchent encore  
la paix dans leur cœur.

# Le jour où j'ai compris

Iwens Mike

Auteur: Iwens Mike

Dessin de la couverture: Iwens Mike

ISBN: 9789403881096

© Iwens Mike 2026

## 1 Le jour où tout a changé

Elles apparaissent lentement, presque silencieusement. Dans les petits détails que l'on ignore au début. Dans les regards qui changent. Dans les silences qui deviennent plus lourds que les mots. Au départ, je n'y prêtais pas vraiment attention. Je pensais simplement que nous traversions une période un peu compliquée. Comme tous les couples. Les disputes arrivaient parfois, certaines discussions devenaient plus tendues, mais rien qui me semblait vraiment inquiétant. Pourtant, petit à petit, une sensation étrange commençait à s'installer. Quelque chose que je n'arrivais pas vraiment à expliquer.

Il y avait ces moments où une simple conversation se transformait en tension. Ces instants où une phrase semblait déclencher une réaction disproportionnée. Et parfois, sans raison apparente, le silence s'installait entre nous.

Un silence froid.

Un silence qui laissait des questions dans ma tête. Au début, j'essayais de ne pas y penser. Je me disais que j'exagérais sûrement. Que je me faisais des idées. Après tout, personne n'est parfait et aucune relation n'est toujours simple.

Mais malgré ces pensées rassurantes, quelque chose continuait de me déranger. Comme une petite voix au fond de moi.

Une voix qui me disait que quelque chose avait changé.

Les jours passaient, et certains comportements devenaient de plus en plus difficiles à comprendre. Parfois, j'avais l'impression que les situations se retournaient contre moi, même lorsque j'essayais simplement de comprendre ce qui n'allait pas.

Je me retrouvais à analyser chaque détail.

Chaque discussion.  
Chaque réaction.  
Chaque silence.

C'était comme essayer de comprendre un puzzle dont certaines pièces semblaient disparaître. Plus je cherchais à comprendre, plus je me sentais perdu.

C'est à ce moment-là que j'ai commencé à écrire.

Au début, ce n'était rien de spécial. Juste quelques lignes pour mettre de l'ordre dans mes pensées. Quand une situation me restait dans la tête, je la notais. Quand une discussion me perturbait, je l'écrivais. Écrire me permettait de prendre du recul.

Petit à petit, ces notes sont devenues plus nombreuses. Des phrases sont devenues des paragraphes. Des paragraphes sont devenus des pages.

Sans vraiment m'en rendre compte, j'étais en train de construire un journal.

Un endroit où je pouvais déposer mes pensées, mes doutes, mes questions.

À ce moment-là, je ne savais pas encore que ces pages allaient devenir bien plus qu'un simple journal intime.

Elles allaient devenir le miroir d'une réalité que je refusais encore de voir.

Car parfois, l'amour nous rend aveugles.

On préfère croire que tout peut s'arranger. On cherche des excuses, des explications, des raisons de continuer à croire que les choses redeviendront comme avant.

Mais certaines fissures ne disparaissent pas.

Elles grandissent.

Et un jour, on finit par les voir.

Ce jour-là, je ne savais pas encore ce qui m'attendait. Je ne savais pas encore jusqu'où cette histoire allait me mener.

Mais une chose est certaine.

Ce moment-là...

C'était le début de tout.

Le début des questions.

Le début des doutes.

Le début d'un chemin qui allait me mener, lentement mais sûrement, vers une seule chose.

La vérité.

Et cette vérité allait changer ma façon de voir les choses.

À jamais.