

# Victim mindset

<https://www.youtube.com/watch?v=MMWo-dTNGiA>

"Pourquoi est-ce si difficile pour moi d'être heureuse ?" Se demanda Eva en se regardant dans le miroir. "Les autres y arrivent bien, pourquoi pas moi ? Je n'aime pas mon travail, je ne m'entends pas avec ma famille et je n'arrive pas à trouver l'amour. Est-ce que c'est moi ? C'est moi le problème ?" "Oui", répondit son reflet. "Il y a beaucoup de choses que tu devrais faire et que tu ne fais pas. Il y a beaucoup de choses que tu pourrais changer, mais tu ne le fais pas." C'était son reflet qui lui répondait. Mais il était différent. C'était Eva, mais pas tout à fait. Elle était plus dure, plus sévère d'une certaine manière. Elle fut déconcertée. Ce n'était pas ce qu'elle voulait entendre. Comment pourrait-elle être le problème ? "Tu ne comprends pas ?" balbutia-t-elle. Ce n'est pas ma faute. Les choses ne sont jamais faciles pour moi. On ne me fait jamais de cadeau." "Ce n'est pas grave. Tout le monde a la vie dure." Le reflet était intransigeant et déterminé. "Tu dois trouver un moyen de t'en sortir." Eva secoue la tête.

"Non, tu ne comprends pas ce que je vis." "Tu as raison." Mais cette réponse venait d'une nouvelle source. Surprise, elle regarda autour d'elle et vit un tout autre reflet. C'était elle. Mais encore une fois, différente. Cette fille lui souriait chaleureusement, avec tant d'amour et d'attention dans les yeux. "Personne ne te comprend", dit le reflet. "Tu es incroyable, merveilleuse, belle. Ce n'est pas ta faute si ta vie ne se déroule pas comme tu le souhaites. Arrête de culpabiliser et ne laisse pas les autres te faire culpabiliser. Je te vois telle que tu es, absolument parfaite. Ne t'avise pas de les laisser te changer." Eva fut envahie d'un soulagement qu'elle aurait refusé il y a quelques instants. Mais c'était exactement ce qu'elle désirait, ce qu'elle avait envie d'entendre. Mais sa joie fut interrompue. "Ne l'écoute pas", dit son premier reflet. "Tu sais que je te dis la vérité. Le seul chemin vers le bonheur est de regarder à l'intérieur de soi et de trouver ce que l'on pourrait faire pour améliorer sa vie." "Non", dit Eva avec assurance, "je n'ai pas besoin de changer. Ce sont les autres qui posent problème, pas moi." "C'est vrai", dit son nouveau reflet et elle lui fit signe, "viens, j'ai tant de choses à te montrer". Eva la suivit avec empressement en grimpant à la rencontre de son reflet. Soudain, elle se retrouva entourée de gens qui cherchaient à la toucher et qui souriaient avec enthousiasme. "Regarde, il y a tant de gens qui t'aiment pour ce que tu es et ils sont tous comme toi. Ils ont souffert comme toi et ils ont besoin de toi. Ils ont besoin de ta voix. Ensemble, vous pouvez faire tant de bien pour le monde. Il y a des problèmes bien plus importants qui requièrent ton attention." "Tu as tellement raison. Pourquoi m'inquiéter de ce que je pourrais changer dans ma vie alors que le monde a besoin de moi ?" Les autres personnes acquiescèrent et attirèrent Eva dans leurs rangs et tous s'égosillaient en agitant des pancartes au dessus de leur tête.

"Tu dois changer". C'était l'affreux patron d'Eva. Et comme d'habitude, il lui criait dessus. "Ton travail n'est pas assez satisfaisant, c'est ton dernier avertissement." "Je te l'ai dit. Je t'ai dit que tu ne travaillais pas assez dur et maintenant, tu risques de perdre ton travail." Eva se sentit accablée à la vue de ce visage qui la jugeait. "Tu as peut-être raison", admit-elle, "peut-être que j'ai besoin de..." "Non ! Ne l'écoute pas. Ton patron est quelqu'un d'horrible. Il veut te rabaisser et il n'a jamais apprécié votre travail. Pourquoi devrais-tu changer ? Tu es parfaite. C'est lui le problème. Il doit changer." "Oui !" s'écria-t-elle avec un soulagement soudain. "Il m'en veut depuis le premier jour. Tu as raison. De toute façon, qui se soucie de ce travail ? Il y a des problèmes plus importants dans le monde qui ont besoin de moi." "Oui, le monde a besoin de toi. Il a besoin de ta voix." Et de nouveau, elle fut entourée de gens qui lui souriaient pour l'encourager, et elle sourit à son tour, prit une pancarte et se joignit aux manifestants qui criaient.

"Et toi, tu fais quoi dans la vie ?" Eva avait rencard. "Oh, je suis entre deux emplois en ce moment", dit-elle un peu gênée. "Mon patron me cherchait constamment des noises. Un jour, j'ai débarqué dans son bureau et je lui ai dit exactement ce que je pensais de lui et de son stupide travail." "Oh", répondit-il, il se sentit clairement un peu gêné. "Mais je suis vraiment passionnée par l'activisme", ajouta-t-elle, "Il y a tellement de choses qui ne vont pas dans le monde d'aujourd'hui que je me sens obligée de faire quelque chose pour y remédier. Aucune personne dotée d'une conscience ne peut se contenter de rester silencieux, non ?" Il hocha à nouveau la tête. "Il y a tellement d'injustices dans le monde." poursuivit-elle. "Il n'y a rien de pire qu'une personne qui choisit de ne rien faire." "Alors, comment s'est passé le rendez-vous ?" s'enquit son reflet. "C'était bien." "Une chance pour une deuxième ?" "Non", répondit-elle. "Tu sais, tu n'aurais pas dû le prendre de haut et lui faire la morale toute la soirée en lui racontant comment tu as quitté ton travail. Cela t'a donné l'air si frivole." "Je ne lui faisais pas la morale ! N'est-ce pas ?" Elle se sentit soudain gênée et effrayée. "Peut-être que je n'aurais pas dû..." "Non ! Ce n'est pas vrai" s'exclama son reflet encourageant. "Tu l'éduquais et c'est ton devoir d'éduquer les gens comme ça." "Oui, exactement," dit-elle avec insistance. "De plus, il était probablement intimidé par quelqu'un qui a des opinions bien arrêtées, ça m'arrive à chaque fois." Et elle balaya aisément ses craintes.

"Tu t'en fiches de ce qu'il pense de toi ! Il ne comprend pas à quel point tu es extraordinaire. De plus, tu as un but plus élevé." "C'est vrai. Il n'est pas important." se répéta Eva avec assurance. Et elle se retrouva entourée de visages approuvateurs qui l'accueillirent dans leur giron tandis qu'ils criaient à nouveau.

"Chérie, ton père et moi voulons te parler." C'était les parents d'Eva. "Nous savons que tu as traversé une période très difficile, mais nous n'aimons pas la façon dont tu nous traites. Nous sommes fatigués de tes leçons constantes, il faut que ça cesse." "Quoi ? Comment pouvez-vous me dire ça ? Vous savez à quel point je souffre ? J'ai perdu mon travail. Je n'ai plus d'argent. Tout s'écroule dans ma vie et toi et papa ne pensez qu'à vous ! D'ailleurs, je ne vous fais pas la leçon. J'essayais de vous éduquer. Vous devriez me remercier." "Tes parents essaient juste de te dire que ton comportement leur fait du mal." Intervint son reflet. "Ce n'est pas parce que tu traverses une période difficile que tu dois maltraiter tout le monde dans ta vie." Eva se mit à trembler de colère. "Pourquoi est-ce que tu te mets toujours du côté des autres ? Pourquoi es-tu toujours contre moi ?" "Parce que tu as tort." "Non, ce n'est pas le cas." dit-elle doucement. "Tu es malheureuse. Tu n'as pas de carrière. Tu n'as aucune relation, pas même avec ta mère et ton père." "Je ne veux pas l'entendre." "Tu continues de rejeter la faute sur les autres. Tu refuses de voir la vérité : c'est toi le problème." "J'ai dit que je ne voulais pas l'entendre." "J'essaie de t'aider." "Non, tu n'essaies pas. Tu essaies de me détruire. Laisse-moi tranquille."

Le miroir resta silencieux, se contentant de la regarder avec la même expression sévère. "Eva, tu n'as besoin de personne d'autre." Eva sourit de soulagement. C'était la voix qu'elle espérait. "Nous avons tout ici." dit son reflet au sourire encourageant. "C'est vrai." dit-elle en souriant à son tour. "Tu es incroyable. Tu es parfaite. Ne laisse jamais personne essayer de te changer." "Merci. Tu me comprends. Les autres, ils ne comprennent pas. Ils continuent d'essayer de me mettre dans cette boîte et j'en ai marre. J'en ai assez de devoir constamment m'expliquer. Ils ne comprennent pas ce que je dois endurer et je ne devrais pas avoir à changer pour qui que ce soit, je suis extraordinaire." "Tu es parfaite." dit son reflet, le sourire jusqu'aux oreilles. "Exactement. Je ne devrais pas avoir à changer pour correspondre à l'idée qu'ils se font d'une version acceptable de moi." "Tu es parfaite" répéta son reflet, sans changer. "Oui", répondit Eva. Son sourire s'estompa un peu. "Le monde a besoin de toi. Il a besoin de ta voix." "Oui." dit doucement Ava. "Oui," dit-elle d'une voix un peu plus forte, "Le monde a besoin de moi." Elle ramassa une pancarte, se dirigea vers la foule des manifestants et se joignit à leurs cris.

Mais les chants se faisaient plus faibles et Eva sentait la peur l'envahir. La peur qu'elle avait réussi à tenir à distance pendant si longtemps, était soudain trop dure à supporter. Elle s'effondra sur le sol. "Je n'ai plus d'argent." murmura-t-elle. "Ce n'est pas ta faute", dit son reflet. Ses yeux étaient pleins de sympathie. "Ma famille me déteste." "Ils ne te comprennent pas," sourit son reflet. "Je suis malheureuse." "Tu es parfaite." Son reflet lui tendit la main. "Arrête de dire ça," dit-elle. "Tu es incroyable." "Arrête." commanda-t-elle. "Tu es parfaite." "Arrête !" s'écria-t-elle en s'élançant vers le miroir et frappant de ses poings le visage souriant, compatissant et immuable. Le miroir se brisa et la voix s'arrêta. La pièce était sombre et silencieuse. Que diable était-elle censée faire maintenant ? Elle tomba sur ses genoux et sanglota entre ses mains. "Je ne sais pas quoi faire. Aide-moi, s'il te plaît. Que dois-je faire ? Dis-moi." "Il y a beaucoup de choses à faire." C'était une voix familière. Eva cessa de pleurer et leva les yeux. Elle vit le reflet lointain et courut désespérément vers lui. "Dis-moi", sanglota-t-elle en essuyant ses larmes, "dis-moi ce que je dois faire." "Il y avait beaucoup de choses à faire. Es-tu enfin prête à l'entendre ?" Eva marqua une pause, réfléchissant attentivement. "J'ai... J'ai peur." Finit-elle par dire. "Et si je ne peux pas changer, si je ne peux pas arranger ma vie ? Je ne pourrai m'en prendre qu'à moi-même." Le visage sévère s'adoucit pour la première fois. "Au moins, tu auras essayé," dit son reflet en lui tendant la main. Eva prit une profonde inspiration et acquiesça. Elle prit la main de son reflet et se laissa entraîner, à travers le miroir, elle sentit la légère pression d'un bras autour de son épaule. "Et nous le ferons ensemble."