

La Crise :

C'était une journée habituelle. J'étais allée à l'école, je rendais visite à ma grand-mère et avais dîné avec ma sœur et mes parents. Mais c'était après le dîner lorsque cela a commencé à mal tourner. J'ai monté les escaliers vers ma chambre et j'ai vu une araignée sur ma porte. Elle avait de longues pattes brunes avec des poils de la même couleur. Il couvrait un tiers de la porte, m'empêchant d'entrer. Elle ne m'avait pas encore vue mais si j'avais bougé même doucement, elle m'aurait vue. Alors j'étais paralysée. Je n'ai pu ni bouger ni crier et j'avais peur ! Je transpirais en soufflant lourdement ; mes jambes tremblaient et j'avais les poils du coup tout hérissés. C'était terrible. Je pouvais voir que l'arachnide essayait d'entrer dans ma chambre. Elle jouait avec le verrou et à ce stade-là mon anxiété avait augmenté et je devais attaquer très vite si je voulais lui échapper. Il faisait très sombre dans le couloir et je n'avais rien que mon sac à dos. Au moment exact où elle a réussi à déverrouiller la porte je l'ai frappée avec mon énorme sac (je suis une étudiante très sérieuse). Je ne lui ai pas fait mal extrêmement mais elle a fait un bruit. Ensuite, elle a ouvert la bouche et puis je me suis levée. C'était un cauchemar.