



## Chapitre 1 : Attaque de tristesse

Par sarah-bleue

Publié sur [Fanfictions.fr](https://www.fanfiction.fr).

[Voir les autres chapitres.](#)

---

**Bonjour à tous ! Quel plaisir de poster sur ce site à nouveau depuis tant d'années. J'espère que ce chapitre vous plaira et n'hésitez pas à le commenter !**

### Chapitre 1 - Attaque de tristesse.

Shoto s'assoit, un peu mal à l'aise. La thérapeute lui sourit et lui fait signe de commencer mais comme il ne dit rien, elle commence.

— Alors....

Il hésite.

— Alors qu'est-ce qui vous amène ?

— Vous le savez non ? C'est l'hôpital qui m'envoie. Même Recovery Girl n'a rien pu faire pour moi.

— C'est vous qui décidez ce dont vous voulez parler.

— Je n'ai aucune idée de ce dont je dois parler.

— Très bien, alors parlons de ce qui s'est passé pendant les vacances si vous voulez bien ?

— À l'hôpital, ils disent que j'ai eu une attaque de panique et que mon alter a réagit à mes émotions.

— Et vous, qu'est-ce que vous en pensez ?

— Je fais confiance aux médecins.

— On va avoir un peu de travail vous et moi on dirait...

Tout avait commencé simplement. Izuku se sentait redevable depuis qu'il avait partagé un repas avec la famille de Shoto. Les deux adolescents avaient eu la permission de s'absenter de l'internat pour l'occasion. Depuis que l'affrontement était terminé, les règles s'étaient quelque peu assouplies. Avec Tomura Shigaraki en prison, les vilains étaient de nouveau relativement isolés et découragés. Ce jour-là, Izuku rayonnait de joie peut-être encore un peu plus qu'habituellement et Shoto suivait. Il ne s'attendait pas à se trouver face à cette bar d'immeubles avec de gros chiffres noirs. Il songea d'abord qu'il aurait détesté vivre dans un endroit comme celui là, du moins jusqu'à ce que la mère d'Izuku leur ouvre, et écrase littéralement son fils entre ses bras. Cette maison était comme une fleur qui pousse sur du fumier aux yeux de Shoto. Il ne la vit pas venir, lorsqu'elle serra aussi ses bras autour de lui. Cripsé, il attendit le souffle coupé qu'elle veuille bien le relâcher. Lorsqu'elle le libéra, sa mine s'assombrit, juste un peu, juste assez pour qu'il comprenne que d'une façon ou d'une autre, il avait mis tout le monde mal à l'aise.

Mais heureusement, personne ne restait mal à l'aise bien longtemps chez les Midoryia. Bientôt ils furent tous les trois attablés. La cuisine de Fuyumi était fine et précise. Celle de la mère d'Izuku était simple et si généreuse qu'il était difficile de ne pas se sentir coupable. Shoto avait pour habitude de rester silencieux la plupart du temps, aussi il les écouta un long moment parler de l'école, de l'attaque contre Shigaraki et tous ses complices, le tout dans un incontrôlable déferlement d'émotion. Au départ, les yeux mouillés de larmes de la mère d'Izuku l'agacèrent. Après, il observa comment elle saisissait la moindre occasion pour lui caresser les cheveux ou attraper son épaule.

— Et toi Shoto ? Izuku m'a dit que tu étais premier de la promo ? Tu dois être fier.

Shoto était rarement fier.

— J'ai encore beaucoup de progrès à faire, répondit-il posément.

Cette remarque pourtant anodine sembla jeter comme un froid.

— Normalement, j'arrive à faire illusion mais là...

— Illusion ?

— Oui, en fait la plupart du temps, j'ai un peu de mal à savoir comment me comporter lorsque je ne suis pas en cours, dans un examen, ou en plein sauvetage. Parfois, je prends au premier degré des choses qui sont des blagues ou des métaphores. À l'internat, je n'interviens que lorsqu'on me demande mon avis. Les autres ne remarquent pas forcément, je ne crois pas qu'Izuku le sache.

— Et à la maison ?

— C'est facile, parce que je sais ce que j'ai à faire. Mais la mère d'Izuku m'a posé milles questions et je ne savais vraiment pas quoi répondre. C'est inhabituel.

— C'est à ce moment que vous avez commencé à vous sentir mal ?

— Oui, je crois.

— Tu as faim ? Tu as assez mangé ?

L'estomac de Shoto était arrivé au bord de l'explosion et Izuku continuait de manger comme s'il n'avait pas limite.

— Non merci, répondit l'adolescent à un énième plat tendu avec un grand sourire plein d'émotion.

— Ça me fait tellement plaisir de rencontrer un des amis d'Izuku. On a peu l'occasion de se voir depuis l'internat... mais enfin... c'est pour le mieux. Et toi Shoto, tu manques à tes parents ?

— Oui... et à mes frères et soeurs.

— Tu es heureux à l'internat ? Ça doit être amusant de vivre comme ça tous ensemble.

— Oui, plutôt.

Plus Shoto parlait, et plus le visage de la mère d'Izuku tressautait nerveusement.

— Maman, laisse le tranquille, intervint Izuku et Shoto le remercia silencieusement.

— Oh quoi, je te vois une fois par an et je ne peux pas être un peu pénible ? Où serait le plaisir ?

Ils partagèrent ensemble un rire généreux. Elle posa sur le plan de travail de la cuisine deux plats encore à demi plein puis elle s'accroupi derrière son fils pour le serrer dans ses bras à nouveau.

Alors, soudain, une douleur vive frappa Shoto rampant le long du côté gauche. Comme une vague brûlante, jusqu'au bout des doigts. Immédiatement, Shoto fut à nouveau le centre de l'attention générale.

— Attendez, quelle est la pensée qui vous est venue juste avant ?

— Avant quoi ? Je ne comprends pas ?

— Avant la vague ? Votre dernière pensée.

— Je ne sais pas, je ne sais plus.

— Répondez-moi sans réfléchir.

— Sans réfléchir ? Pourquoi je...

— Juste avant la vague, votre dernière pensée.

— Que... Je ne sais pas que... j'aurais voulu qu'elle arrête de le toucher comme ça.

— Pourquoi ?

— Parce que... ça m'a rendu triste.

— Et voilà. Ce n'était pas une attaque de panique, c'était une attaque de tristesse... enfin, en quelques sortes. Et ensuite ?

— Shoto, ça va ? demanda Izuku.

L'adolescent se força à retrouver contenance, même si la douleur l'avait surpris par son intensité et sa soudaineté. La mère d'Izuku, s'approcha, soucieuse. Son visage poupin s'avança vers le sien alors qu'elle posa une main sur son front.

Nouvelle vague, nouvelle crispation sur son visage qu'il n'avait pas pu dissimulé. Son souffle s'accélérait, son coeur battait à ses tempes parce qu'à présent Shoto savait que le phénomène ne s'arrêterait pas là. Il était menacé par un ennemi invisible.

— Tu es brûlant, commenta la mère d'Izuku... on devrait appeler les professeurs...

— Je...je vais prendre l'air.

Shoto dévala vitesse grand V l'escalier. Pas assez vite pour ne pas entendre Madame Midoryia dire à son fils.

— J'ai dit quelque chose de travers non ? J'ai dit quelque chose de travers. Ta mère est une bonne à rien Izuku.

— Je suis resté dehors un bon moment, mais comme ça ne passait pas j'ai eu la mauvaise idée d'utiliser mon autre main pour me refroidir. Mais la glace était hors de contrôle. Izuku m'a trouvé à moitié gelé et fumant. Après je ne me souviens pas de grand chose avant le moment où je me suis réveillé à l'hôpital. Ils disent que ce n'est pas dangereux, alors ce n'est pas grave, non ?

— Non ce n'est pas grave Shoto, mais si nous ne nous en occupons pas, cela va recommencer c'est sûr.

— Qu'est-ce qu'on peut faire alors ?



— Nous allons parler, pour essayer de comprendre pourquoi vous étiez triste à ce point. Mais c'est déjà la fin de notre séance.

---

Publié sur [Fanfiction.fr](https://www.fanfiction.fr).

[Voir les autres chapitres.](#)

*Les univers et personnages des différentes oeuvres sont la propriété de leurs créateurset producteurs respectifs.  
Ils sont utilisés ici uniquement à des fins de divertissement etles auteurs des fanfictions n'en retirent aucun profit.*

2026 © Fanfiction.fr - Tous droits réservés