

Les murmures de mon âme

Entre douleur et lumière

Mwezi wa Maman



Ce livre est né d'un silence.
Un silence qui, un jour, a décidé de parler.

Mwezi wa Maman

Les Murmures de mon âme

© Mwezi wa Maman, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-8663-0

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

« Ce livre est une main tendue dans l'obscurité,
une lumière née d'un long silence. »

1- Mention légale Tous droits réservés – © Mwezi wa Maman, 2025 Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite, stockée dans un système de recherche ou transmise, sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit (électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre), sans l'autorisation écrite préalable de l'autrice. Ce livre est une œuvre de création personnelle. Les noms et situations réels ayant pu inspirer certaines pages sont ici transformés, réécrits ou symbolisés dans un cadre littéraire et intime.

Page de dédicace

*Ce livre est un voyage de l'âme.
Un murmure tissé d'amour, de mémoire, et de silence.*

À toutes les âmes qui se sont tues trop longtemps,
À ceux qui ont grandi dans le silence, dans la peur, dans la brisure.

À ma famille,

À mon père biologique Boina Bacar,

À mon père de cœur Sabouki Ahamada,

À ma mère Chounifati Ahamed,

À mes frères et sœurs : Nakida, Nadia, Zouriane, Kiboutia, Faïka, Kamal, Ahamadi,

À Massanba et Amy,

À Fathia et Bernard,

À ma famille avec Ibrahima : Fallou, Mia,

À mes copines-sœurs du Centre Albert Camus : Sarah, Sabah, Saliha, Aïcha, Afaf, Najat, Fifi.

À toi Malika, ma copine, ma sœur,

Te raconter a été une thérapie.

Tu m'as tant apporté sans le savoir.

Tu es une personne d'une bienveillance rare,

Une gentillesse vive, une attention sincère.

Ton cœur est dans ta main.

À toi, ma douce Justine.

Sans toi, ce livre n'aurait jamais pris vie.

Tu as vu en moi une étincelle que je m'obstinais à éteindre.

Ton passage au Centre Albert Camus fut comme une clé tombée du ciel, tu as déverrouillé une parole longtemps enfermée.

Tu as été pour moi un miroir sans jugement.

Une lumière posée sur ma part oubliée.

À toi, Flavie,

À Carole Calvi, Alexandra Meilhac, Mélanie Noizée, Cécile Chaud,

Et toutes ces personnes bienveillantes qui m'aident dans l'ombre.

Et enfin...

À moi-même,

À celle que je deviens,

À celle qui ose parler, écrire, exister,

À celle qui a porté des silences, des tempêtes et des renaissances,

À moi, pour chaque pas, chaque lueur, chaque mot,

Pour que jamais ne s'éteigne la lumière qui nous unit.

Lettres et hommages

Boina Bacar

Les éclats de mes racines

Chounifati

Femme de l'ombre et de lumière

Mon père de cœur

Les bras qui ont pris le relais

Ibrahima

Mon ancre et ma lumière

Malika

Ce lien invisible

Mia et Fallou

Vos voix résonnent en moi

Les murmures annexes

Remerciements

Ceux sans qui ce livre n'existerait pas

Dédicace

Une promesse chuchotée à voix haute

Illustration finale

Quand les images parlent à l'âme

Ferme ce livre comme on referme les bras d'un être aimé, avec le cœur un peu plus ouvert.

Introduction

Ce livre est le reflet de mon âme, entre ombres et lumières.

J'y ai mis mes douleurs, mes renaissances, et mes petits bonheurs.

Il est né de silences trop lourds à porter, de souvenirs qui frappaient à la porte de mon cœur.

Il est né des absents qui m'habitent encore, et des vivants qui m'ont tendu la main.

Page après page, j'ai cousu mes blessures avec des mots.

J'ai nommé ce qui me tenait éveillée dans la nuit.

J'ai parlé à l'enfant que j'étais, à la mère que je suis devenue,
aux âmes que j'ai aimées et perdues en chemin.

Ce livre n'est pas une explication, ni un cri.

C'est un murmure.

Celui d'une femme qui a appris à rester debout,
même les jours où tout s'effondrait en elle.

J'ai appris que l'on peut survivre au manque,
que les larmes peuvent devenir des refuges,
que l'écriture peut recoller ce que la vie a dispersé.

Et si tu tiens ce livre entre tes mains,