

Un éloge de la vie

Mon voyage pour Alice

Samy Zayani



Samy Zayani

Mon voyage pour Alice

Un éloge de la vie

© Samy Zayani, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-8620-3

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.

À ma tendre aimée, mon épouse Caroline, mère d'Alice, je dédie cet ouvrage.

À toi, Caroline,

*qui a porté ce fardeau injuste d'être reléguée au rang de « seconde priorité »
durant tant de mois.*

À toi, Caroline,

qui a tant offert,

sans même en avoir conscience,

sans jamais rien exiger,

sinon que...

je reste, aussi longtemps que possible, auprès de toi et de notre fille Alice.

Je t'aime, Caroline.

Note concernant les photographies :

Toutes les photos contenues dans cet ouvrage sont signées Suresh Naganathan, photographe professionnel.

Suresh a remporté de nombreux prix et publié un ouvrage édifiant (*A World Called Mumbai*) : www.sureshn.com.

Suresh est un ami d'enfance, un de ceux qui comptent dans une vie.

Préambule

Alice chérie, mon enfant,

Je ne sais pas si je serai à tes côtés, je veux dire physiquement en ce monde, lorsque tu entreprendras de lire ces quelques lignes, ni quel âge tu auras, mais j'espère que mon amour et qu'une partie de ma conscience t'accompagneront sur le chemin que tu auras choisi de suivre. Ton propre chemin.

§

Approximativement dix-huit mois se sont écoulés depuis cette fin de mois de juillet 2023, lorsque les médecins m'annoncèrent avec difficulté, mais avec le détachement requis par la profession, le diagnostic d'un cancer de l'estomac rare et en théorie (quasi) incurable.

Incurable... car mon péritoine criblé de métastases était touché, et une métastase distante s'était logée derrière mon oreille droite, bien loin de mon estomac. Une affaire que l'équipe médicale, constituée de cinq experts parmi les meilleurs en Suisse, n'avait jamais vue auparavant. La maladie devait évoluer depuis de nombreuses années ; tant d'années pendant lesquelles je n'écoutais pas mon corps.

Dans cette lumineuse chambre de la Clinique des Grangettes, groggy, j'émergeais tout juste de cette première chirurgie exploratoire, néanmoins je me souviens parfaitement des mots prononcés par la doctoresse ; ils résonnent toujours en moi. Des paroles « réconfortantes » et pleines de diplomatie au vu de la gravité de la situation :

« Monsieur Zayani, les miracles existent, il faut y croire ».

Probablement seul à y croire, j'y crus profondément, de toute mon âme.

Simultanément, d'autres médecins de la Clinique des Grangettes annoncèrent à ta Mamie et ton Papi en état de choc, dans un langage quelque peu codé et enrobé de statistiques, que leur fils tant adoré ne survivrait certainement pas.

Puis, quelques semaines plus tard, une connaissance de ton parrain Serge, qui exerçait en tant que chirurgien au sein des Hôpitaux universitaires de Genève (mais non impliquée sur mon dossier), lui suggéra de passer autant de temps que possible à mes côtés, pendant que nous le pouvions encore.

La situation semblait mal engagée selon les experts.

Au même moment, de ton côté Alice, tu te focalisais sur mes premières blessures de guerre, quelque peu fière, me semble-t-il, de cette nouvelle particularité de ton papa. Tu m'interrogeais fréquemment, comme si ma réponse allait évoluer dans le temps :

« Elles vont rester toute la vie tes cicatrices ? Elles ne partent pas ? » Effectivement, elles resteraient gravées à vie... cette vie dont la durée venait de m'échapper.

Ma chérie, tu venais tout juste de fêter tes trois ans, tandis que moi, je célébrais mes quarante-trois ans. C'est à toi que j'ai pensé lorsqu'ils m'annoncèrent la triste nouvelle. Je n'ai cessé de penser à toi pendant ces jours, toi qui m'as fait découvrir une dimension de l'amour qui m'était encore inconnue trois ans plus tôt. J'aime ta maman, ta Mamie, ton Papi, ta Tatie, et mes proches, d'un amour profond et sincère, mais « ce » qui nous lie est d'ordre différent. Un jour, si tu le désires profondément et que Dieu le veut, tu deviendras maman à ton tour et tu comprendras mes paroles lorsque tu pénétreras dans cette nouvelle dimension de l'amour. J'espère de tout mon cœur être à tes côtés lorsque tu vivras ces moments. Car, oui ! je fais partie de ceux qui croient aux miracles. La vie est magique, la vie est indicible et je l'aime.

Le premier jour qui suivit l'annonce, je ne pus éloigner de mon esprit ce sentiment omniprésent d'injustice. Qu'avais-je fait pour mériter ce sort ? Pourquoi moi, et non pas cette autre personne que je croisais dans la rue ? Il était obèse, il fumait, il semblait négligé, ses cheveux étaient gras, il méritait de mourir, moi non. J'observais ces passants, dont les histoires m'étaient totalement

inconnues, je les enviais, leur vie paraissait si facile, si légère. Pour la première fois, un sentiment de jalousie profond m’envahissait, me touchait en pleine poitrine, je ne me reconnaissais plus. Je sentais que « tout » pouvait m’échapper, ce « tout » que j’avais passé tant d’années à concevoir, à bâtir, à peaufiner, à amasser... il pouvait disparaître. Je pouvais disparaître. Et, ce futur hypothétique et probablement trop parfait auquel j’avais si fréquemment songé pouvait aussi disparaître. Tout pouvait s’évaporer.

La jalousie laissa place à l’anxiété.

Passé cette première journée et grâce au ciel (ou grâce à mes guides d’origine divine, ou par la magie de la vie), je compris soudainement que j’étais déjà mort si le peu d’énergie qu’il me restait était investi dans ce genre de pensées négatives, néfastes, et non pas dans ma guérison.

Guidé par le ciel, j’acceptai sincèrement mon sort. Je n’en voulais plus aux autres. Enfin, je me retrouvais.

Pour autant, la peur de mourir ne me quittait pas, elle s’accroissait même. Elle était puissante, elle semblait constante, résolue, inébranlable, et ce, pendant quatre nuits et quatre jours complets. Je répétais à ta maman que j’avais peur de mourir (et au moment où je t’écris je me souviens très précisément de son visage en pleurs). Peur de cet événement auquel je n’avais jamais pensé, duquel nous ne parlions jamais (surtout en Occident), que je n’avais jamais préparé, car je me percevais et me sentais immortel. Et, pour la seconde fois, après quatre jours épouvantables, je fis le terrible constat d’être déjà mort. Mort de peur, je me retrouvais ainsi inanimé.

Le matin du cinquième jour de ma seconde vie, comme poussé et guidé par le ciel, j’acceptai sincèrement de mourir, je ne voulais plus laisser la peur me voler un seul jour de cette nouvelle vie.

Alice, au moment où je t’écris, la scène se rejoue dans ma tête, je me revois me lever et annoncer à ta maman, qui était en larmes en écoutant mes propos :

« Si tel est mon destin, je l’accepte. J’accepte sincèrement de mourir, et toi, mon amour, tu dois également l’accepter. Accepte sincèrement que je puisse m’en aller. Vous devez tous l’accepter », lui dis-je.

Puis, j'ajoutai ce que je ressentais très profondément en moi :

« Mais sache que je ne pense pas mourir des suites de la maladie, je ne ressens pas la mort au plus profond de moi. Aie confiance en moi, tout ira bien, promis ». Et je lui demandai à plusieurs reprises d'avoir confiance en moi et de me le répéter. Elle me regarda et me jura avoir entière confiance en moi. Pendant des mois elle me le répétait, « J'ai confiance en toi ».

J'acceptais ainsi l'inconcevable et je ne cessais de me répéter :

Qu'il me reste deux jours à vivre ou qu'il m'en reste quarante mille, je choisis de les vivre, pleinement, en conscience, en étant présent à moi-même et aux autres, afin de rechercher du bonheur à chaque instant.

À l'acceptation de ma propre mort jaillissait une paix intérieure indicible, jamais ressentie auparavant, et que je ressens encore à certains moments aujourd'hui. Cette paix m'insufflait la force et le courage nécessaires pour affronter la situation et les expériences à venir, avec détachement et dans l'amour. Les médecins m'annoncèrent la mort, mais c'est la Vie qui frappa à ma porte. Je parle de cette Vie profonde, authentique, remplie d'amour et de compassion, dans laquelle je plongeai et me laissai couler. Une petite voix intérieure me soufflait que tout irait bien, qu'il fallait accepter la situation avec sincérité et m'abandonner dans cet océan de confiance.

Cet océan de confiance m'offrait une perspective nouvelle sur la vie et sur les événements. L'*espoir* énorme qui m'habitait et que je nourrissais dès le diagnostic se transformait graduellement en *espérance*. Ces termes sont fréquemment employés de manière interchangeable, mais ils renferment des nuances qui les distinguent profondément. Avec le temps et à travers l'acceptation sincère de la mort, je me détachais progressivement de l'issue des événements qui surviendraient, peu importait le résultat. Je ressentais cette force tranquille, enfouie en moi, qui me libérait de la crainte de l'avenir, en toute confiance. Quoi qu'il advienne, j'avais la ferme conviction que le meilleur m'était destiné. Puis, à point nommé, je tombai sur une citation de Marc Aurèle au sujet de l'acceptation :

Accepte tout ce qui vient à toi et qui est tissé dans la trame de la destinée, car quoi d'autre pourrait convenir le mieux à tes besoins ?

Au second rendez-vous médical, je me surpris à répondre aux médecins que « tout irait bien » ; cette fameuse devise que tu connais si bien Alice, et qui accompagne notre famille encore aujourd'hui. Avec une profonde conviction, j'annonçai aux médecins qu'il leur suffisait de travailler avec le cœur et d'avoir confiance. Le chemin serait long, empli d'expériences, mais « tout ira bien ».

À nouveau, et en continu, je ne cessais de me répéter cette même devise :

Qu'il me reste deux jours à vivre ou qu'il m'en reste quarante mille, je choisis de les vivre, pleinement, en conscience, en étant présent à moi-même et aux autres, afin de rechercher du bonheur à chaque instant.

Pour vivre en conformité avec cette devise, il me fallait modifier ma façon de vivre, de percevoir et d'accueillir le monde, afin d'améliorer ma qualité de présence et d'élever au mieux ma conscience.

Cette fameuse qualité de présence que je ne fus capable d'atteindre lors de « ma première vie », marquée par quarante-trois années d'agitations mentale et physique. Pendant quarante-trois ans, je fus happé par des distractions secondaires (celles que la vie sème sur notre chemin) auxquelles j'attachais une importance particulière ; une importance disproportionnée et peu cohérente.

Fort heureusement, la maladie me guida vers diverses pratiques, la méditation entre autres, qui me permirent d'apaiser mon mental, de ralentir le rythme de ma vie, de respirer en conscience et d'établir des priorités en adéquation avec cette nouvelle personne que je devenais. Pour la première fois, le présent gagnait en importance. Je tempérâis la poursuite frénétique d'hypothétiques projets futurs qui m'apporteraient un hypothétique bonheur futur (ce fameux « je serai bien quand » ; ... quand j'aurai vendu mon entreprise à un prix d'or ... quand nous habiterons notre nouvelle maison ... quand...).