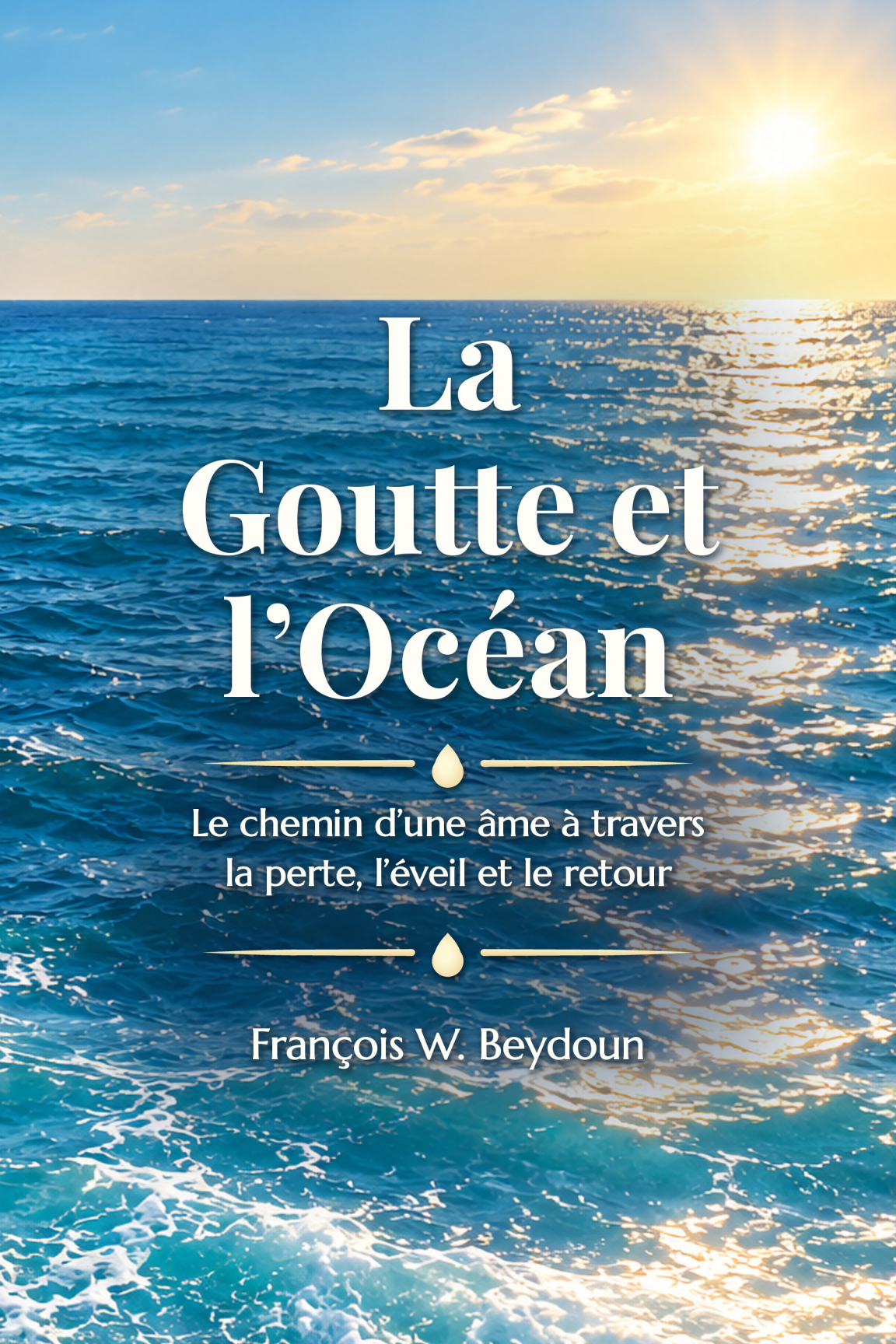




La Goutte et l'Océan

— — — — —
Le chemin d'une âme à travers
la perte, l'éveil et le retour
— — — — —

François W. Beydoun

François W. Beydoun

La goutte et l'océan

*Le chemin d'une âme à travers la perte,
l'éveil et le retour*

Une vie écrite avant d'être vécue.

Autobiographie



Sommaire

<i>Préface</i>	7
<i>Le poids des origines</i>	11
<i>Ce que son cœur a révélé</i>	29
<i>La blessure du père</i>	39
<i>La nuit de l'âme</i>	49
<i>L'éveil de la Kundalini</i>	57
<i>L'appel de l'Ayahuasca</i>	75
<i>Les Capacités oubliées</i>	93
<i>CHANYA</i>	107
<i>L'Andalousie</i>	113
<i>Le Nādi Shastra</i>	121
<i>Conclusion</i>	133



Droits d'auteur

© 2026 François W. Beydoun — Tous droits réservés.

Cet ouvrage est une édition révisée et augmentée de *Entre Terre et Cosmos — Le Chemin d'un Rêveur Éveillé*.

Quelques dates ont été rectifiées ; les illustrations, encadrés et exercices ont été retirés au profit d'une lecture plus fluide. Certains passages ont été enrichis de souvenirs et de précisions que je n'avais pas livrés dans la première édition.

L'auteur conserve l'intégralité des droits mondiaux sur cette œuvre et ses traductions. Cette édition n'appartient pas au domaine public.

Autorisation de diffusion non exclusive accordée à Google Play Livres et à d'autres plateformes numériques.

Toute reproduction, stockage ou transmission de cette publication, sous quelque forme et par quelque moyen que ce soit, est interdite sans autorisation écrite préalable de l'auteur, sauf exceptions prévues par la loi.

Mentions légales

Première édition — Auto-édition (imprint : François W. Beydoun)

Dépôt légal : juin 2026 — BnF

La goutte et l'océan

ISBN : 979-10-979983-2-5 (édition française)



Préface

Il faut parfois consentir à se perdre pour enfin se retrouver.

Je l'ai longtemps ignoré. Pendant des années, j'ai confondu la perte avec l'échec — la perte des certitudes, de la foi, des êtres aimés, de la vie que je m'étais imaginée. Il m'a fallu beaucoup de temps, et une part d'obscurité, pour comprendre que chacune de ces pertes avait été une porte.

Ce livre est l'histoire de ces portes. Et de ce que j'ai trouvé, chaque fois, de l'autre côté.

Je dédie ces pages à mes parents, dont l'amour et les sacrifices ont façonné l'homme que je suis devenu. À ma mère, qui m'a appris que les empreintes laissées derrière soi pèsent davantage que tout ce qu'on accumule. À mon père, que j'ai jugé trop durement, trop longtemps, et dont j'ai fini par accueillir l'amour imparfait avec gratitude.

À celles et ceux qui doutent, qui vacillent, qui cherchent leur chemin dans l'ombre, j'offre ce témoignage. Non pour convaincre. Simplement pour rappeler que la force la plus silencieuse se révèle souvent dans les instants de chute.

Et à celles et ceux qui vivent en silence des choses qu'ils ne savent pas nommer — des présences entrevues, des synchronicités troublantes, une intuition qui les dépasse —, j'offre aussi ces pages. Vous n'êtes pas seuls. Vous n'êtes pas fous. Quelque chose de réel vous traverse, et il existe des mots, parfois maladroits, pour le dire.

À soixante-deux ans, j'ai senti monter en moi l'appel d'écrire. Non pour expliquer. Non pour prouver. Seulement pour témoigner d'une vie à la fois intime et universelle, tissée de choix décisifs, de rencontres qui transforment, et d'instantanés suspendus où l'invisible s'est fait sentir.

Chaque étape de ce parcours s'est inscrite dans un dialogue silencieux avec ce que je nomme l'Un. Source de clarté, d'unité, de lien — que j'ai connue sous bien des noms et reconnue sous bien des formes, mais qui, en vérité, n'a jamais été absente.

Ce livre va vous demander de suspendre votre scepticisme. Non pour croire. Pour écouter. Ce que je décris, je l'ai vécu — sans préméditation, sans dogme, sans maître. Si certaines pages vous semblent étranges, c'est probablement parce qu'elles le sont. Le réel, parfois, est plus vaste que les cadres où nous l'enfermons.

Ce livre franchit les frontières du connu. Il accueille l'invisible, l'inexpliqué, la vérité nue d'expériences qui résistent aux catégories rassurantes. Je ne prétends à aucune vérité absolue — seulement à la sincérité de ce que j'ai vécu. Aux lecteurs de sensibilité rationnelle, j'espère offrir non pas une invitation à croire, mais une invitation à rester ouverts. Et à celles et ceux qui ont déjà senti l'appel d'une présence plus vaste, peut-être ces pages feront-elles écho à leur propre cheminement.

Ce que j'ai vécu n'a rien d'extraordinaire, ni de marginal. C'est, je le crois aujourd'hui, un rappel — d'une mémoire universelle que nous portons tous, et que la plupart d'entre nous ont simplement oubliée.

Puissent ces mots devenir un phare pour celles et ceux en quête de sens.

Et puissent-ils rappeler que, même dans nos nuits les plus sombres, la lumière n'est jamais loin.

Car nous sommes nés de l'Un.

Et c'est vers Lui que nous retournons.



Chapitre 1

Le poids des origines

Beyrouth, années 1962–1984 — racines familiales

Racines maternelles

Un secret chuchoté

Elle attendait que les autres aient quitté la pièce.

Alors, ses mains encore posées sur mon dos — légères, sans hâte, des mains qui avaient appris à donner sans demander —, ma grand-mère se penchait vers moi et murmurait, comme si les murs eux-mêmes pouvaient entendre :

« Tu as la même noblesse naturelle que ton grand-père. Il y a dans ton attitude quelque chose d'inné qui lui ressemble profondément. »

Un silence. Puis, plus bas encore :

« Mais ne dis rien à personne. »

J'étais enfant. Je ne comprenais pas tout. Mais je comprenais ceci : il existait un homme dont le nom ne se prononçait pas, dont la mémoire ne survivait que dans les chuchotements — et je portais en moi, sans savoir comment, quelque chose de lui.

Cet homme s'appelait Fawzi. Mon grand-père maternel. Emporté par la maladie à trente-deux ans, avant ma naissance, avant que la plupart des membres de la famille n'aient appris à vivre sans lui. Son absence avait tout façonné — les silences à table, le vœu que ma grand-mère avait fait sans jamais le rompre, la fortune qui n'existait plus, la femme que ma mère était devenue.

Pour comprendre d'où je viens, il faut commencer par lui. Par ce qu'il a laissé derrière lui — et par ce que sa disparition a détruit.

Un amour brisé trop tôt

Ma grand-mère maternelle était une femme aux dons multiples — une figure centrale et inspirante de notre famille. Cuisinière accomplie, experte en médecine arabe traditionnelle, conteuse hors pair, elle illuminait nos vies à sa manière. Chaque soir, elle lisait à Fawzi une histoire des *Mille et Une Nuits*, tirées des sept tomes ornés d'enluminures somptueuses qu'il lui avait offerts. Ils formaient un couple profondément amoureux, inséparable — jusqu'au jour où la vie leur asséna son coup le plus brutal. Une maladie infectieuse foudroyante l'emporta. Il avait trente-deux ans.

Sa mort prématurée bouleversa l'univers de ma grand-mère, et marqua à jamais le destin de toute la famille.

Le sanctuaire des matins festifs

Avant que le destin ne frappe, leur foyer rayonnait. C'était un sanctuaire, un lieu de chaleur, de tradition, de joies partagées. Ma grand-mère, insouciant en ces années-là, jouait du *Oud* ou du *Qanoûn* avec une légèreté qui rendait chaque instant inoubliable. Ces deux instruments traditionnels de la musique orientale, hérités directement de l'époque ottomane, portaient en eux l'âme culturelle d'un temps. Elle jouait pour son mari, pour ses amies, parfois vêtue d'un costume d'homme, les cheveux coupés à la garçonne, appuyée sur une canne — une audace qui fascinait tous ceux qui la voyaient.

Chaque semaine, elle recevait pour les *Sobhiyé*, ces matinées où le raffinement et la simplicité se mêlaient en parfaite harmonie. Les invitées s'installaient avec élégance, servies par un personnel engagé pour l'occasion auprès du café voisin. Au centre de la pièce trônait un samovar majestueux — symbole éclatant de l'art de recevoir. Sa présence enveloppait l'espace d'une chaleur accueillante, et son thé bouillant accompagnait les conversations animées et les éclats de rire. Ces matinées conviviales semblaient suspendues hors du temps — comme si rien, jamais, ne pouvait les briser.

Et pourtant, quelque chose les a brisées.

Une vie bouleversée par le deuil

La mort soudaine de Fawzi marqua un tournant irréversible dans la vie de ma grand-mère.

Profondément ébranlée, elle prononça un vœu solennel : elle ne jouerait plus jamais de musique, ne danserait plus, ne chanterait plus, et ne porterait plus le noir au-delà de ce dernier deuil — qu'elle marqua avec une dignité rare. Un hommage unique à l'homme qu'elle avait tant aimé, et dont l'absence laissa un vide immense, en elle comme dans toute la famille.

Parler de Fawzi devint, peu à peu, une forme de tabou au sein du foyer. La plupart des membres de la famille ignoraient les véritables circonstances de sa mort, ce qui ne fit qu'épaissir le silence. Et que restait-il de son héritage ? Bien qu'il eût laissé derrière lui un patrimoine considérable — des magasins en plein cœur de Beyrouth — leur prospérité s'effondra sans prévenir. Tous leurs avoirs, investis dans le prestigieux réseau ferroviaire du Transsibérien, furent anéantis après la nationalisation des chemins de fer russes consécutive à la révolution bolchevique de 1917.

Un homme effacé. Une fortune dissoute. Un nom interdit.

Et une grand-mère restée seule avec six enfants, et avec un chagrin qu'elle porterait, digne et silencieux, jusqu'à la fin de ses jours.

Un combat pour la survie

Face à la ruine, ma grand-mère assumait seule la charge d'élever ses six enfants. Ma mère, fille unique et aînée de la fratrie, dut renoncer à ses rêves d'études pour répondre aux besoins urgents de la famille. À dix-huit ans, elle quitta l'école pour devenir enseignante, prenant en main, avec une maturité précoce et une force intérieure remarquable, le destin de ses frères. Une époque de sacrifices immenses et de choix difficiles — mais aussi d'un caractère indomptable, qui posa les fondations de notre famille.

Des rituels empreints de spiritualité

Malgré les épreuves, ma grand-mère savait préserver l'équilibre — spirituel autant que familial. Elle incarnait aussi le rôle de la chamane, celle qui nous faisait traverser pieds nus le brasero installé au cœur de sa cuisine, dans des volutes d'encens, en murmurant des sourates du Coran. Ce rituel — destiné à éloigner le mauvais œil, ou simplement accompli par précaution — témoignait de sa dévotion et de son attachement profond à la tradition.

Chaque matin, elle rassemblait la famille dans son vaste salon. Nous arrivions souvent en pyjama, attirés par l'arôme réconfortant de son café. Elle en préparait deux versions : un café turc fort, et un café soluble — son préféré, et celui de Felicitas, sa belle-fille allemande qu'elle appelait Fé, ma tante adorée. Ce rituel matinal,

simple et chaleureux, disait à sa manière silencieuse l'harmonie d'une famille où chacun avait sa place.

Aux heures perdues, elle révélait un autre talent : la couture, qu'elle réservait exclusivement à ses petits-enfants. Ma mère jouait alors le rôle de styliste. Inspirée par les vitrines élégantes de la rue Hamra, elle dessinait des croquis rapides qu'elle confiait à ma grand-mère. Ensemble, elles partaient au vieux souk de Beyrouth choisir étoffes, boutons, fermetures éclair, ponctuant leurs achats de séances de marchandage oriental — souvent conclues autour d'une tasse de café offerte par le vendeur satisfait.

J'étais le benjamin, et le seul autorisé à les accompagner dans ces escapades. J'observais en silence leurs stratégies subtiles pour obtenir les meilleurs prix, apprenant l'art délicat de la négociation — surtout l'instant précis où elles feignaient l'indifférence en tournant les talons, pour pousser le vendeur à céder. Après ces moments d'intensité, on s'offrait une pause gourmande : un *Jallab*, ou un cocktail de fruits frais. Le mien : toujours fraise et banane, savouré sous le regard chaleureux et souriant de ma mère.

Un héritage de tendresse et de transmission

Au-delà de ces plaisirs partagés, ma grand-mère réservait des instants d'une qualité plus rare. Parfois, lorsqu'elle trouvait un moment dans son emploi du

temps chargé, elle venait me réveiller en massant délicatement mon dos, apaisant les douleurs liées à ma scoliose. Ses mains, légères et pleines de tendresse, se posaient sur moi comme des pattes de félin, transmettant un amour sans condition. Une fois son geste terminé, je lui embrassais la main en signe de gratitude — et, dans un élan de douceur, elle retournait ma main pour y déposer un baiser.

C'était dans ces instants qu'elle me chuchotait le secret. Celui du grand-père dont le nom ne se prononçait pas. Celui de la ressemblance. Celui que je ne devais dire à personne.

Je l'ai gardé. Je le garde encore.

La soif d'apprendre, contre vents et marées

Malgré le poids des épreuves familiales, ma mère n'a jamais renoncé à son désir d'apprendre. Après avoir élevé ses quatre enfants, elle trouva le courage de reprendre ses études alors que j'étais encore jeune. Plus tard, en pleine guerre libanaise — ses enfants dispersés à travers le monde — elle transforma sa solitude en accomplissement, poursuivant des études supérieures avec une ténacité sans faille. Cet engagement culmina par l'obtention d'un doctorat. Preuve éclatante qu'il n'est jamais trop tard pour réaliser ses aspirations les plus profondes.

Des figures intemporelles de courage féminin

Le parcours de ma mère et de ma grand-mère reste pour moi une source d'inspiration sans fin. Leur manière de traverser l'épreuve avec une force tranquille a profondément façonné mon engagement pour les droits des femmes.

Ces souvenirs me soutiennent chaque jour. Ils gardent vivante la présence de ces deux femmes d'exception qui ont su conjuguer un amour inaltérable et un courage lucide. Elles incarneront toujours, à mes yeux, la dignité et la ténacité.

Racines paternelles

La gratitude d'un inconnu

C'était un dîner au dernier étage de l'Institut du Monde Arabe, à Paris. La soirée n'avait rien d'exceptionnel — jusqu'au moment où un maître d'hôtel libanais s'approcha de notre table avec une hésitation qui attira mon attention. Il semblait presque embarrassé, visiblement ému, comme s'il avait rassemblé son courage depuis un moment déjà.

« Excusez-moi, Monsieur Beydoun... »

Il marqua un temps.

« Connaissez-vous quelqu'un du nom de Dib Beydoun ? »

Lorsque je lui répondis que oui — que Dib était mon grand-père —, quelque chose changea dans son visage. Il se mit à raconter, à voix basse, une époque lointaine, où sa mère, veuve et démunie, avait reçu l'aide d'un homme qui s'appelait Dib Beydoun. Il n'ajouta aucun détail. Il n'en avait pas besoin. À la place, il fit apporter un plateau de fruits libanais d'un raffinement digne d'un festin royal, accompagné d'un cognac hors d'âge — un geste de gratitude si sincère que toute la table en resta silencieuse.

Sur le chemin du retour, ce soir-là, je pensais à mon grand-père. À cette espèce d'homme qui laisse ce genre de trace — non dans des monuments ou des manchettes, mais dans la mémoire intime et durable de gens qu'il n'avait peut-être croisés qu'une seule fois.

Dib Beydoun. Ancien maire d'Achrafieh à Beyrouth. Soldat, industriel, patriarche. Un homme dont la générosité sans limites inspirait autant qu'elle scandalisait, parfois, ceux qui l'aimaient le plus.

Voici son histoire. Et, à bien des égards, la mienne.

Une autre facette des origines

Du côté paternel, mon grand-père Dib incarnait une dimension puissante et emblématique de nos racines familiales. Soldat de l'armée ottomane, il consacra sa vie d'après-guerre à bâtir ce qu'on ne peut décrire autrement que comme un petit empire industriel.

À seize ans, il fut contraint de rejoindre les troupes ottomanes, laissant derrière lui une mère et une sœur sans protection. Quelque chose en lui, pourtant, refusait d'être diminué. Animé d'une vision audacieuse et d'un esprit profondément entreprenant, il finit par fonder deux usines textiles et une manufacture de tabac, qu'il baptisa symboliquement *Al-Wéhdéh* — *l'Union*, en arabe. Ce nom portait ses idéaux de solidarité et de force face à l'adversité. Il fit aussi de lui une cible.

Sous l'administration française — fraîchement installée dans la région après la chute de l'Empire ottoman et de son allié allemand — son engagement pour *Al-Wéhdéh* fut interprété comme un acte subversif. Les autorités y virent un appel à l'insurrection, une menace dans un climat encore instable, et le condamnèrent à trente jours de détention.

Il avait vingt-sept ans quand il en sortit.

Peu après sa libération, Dib immortalisa cet épisode dans un studio de photographie. Sur ce portrait devenu un jalon de notre histoire familiale, il apparaît assis, coiffé de son *tarbouche*, vêtu d'une *jellaba* d'une sobre élégance. Son regard, calme et assuré, accroche l'objectif avec une intensité silencieuse. Ses moustaches soigneusement relevées ajoutent à sa prestance. Dans cette pose se lisent à la fois une paix intérieure indéracinable et la fidélité tenace à ses convictions. Un

homme qui avait été emprisonné pour ses idées — et qui entendait rester exactement celui qu’il était.

La symbolique du prénom Dib

Né dans une famille déjà marquée par la perte — ses parents avaient déjà enterré deux enfants avant lui —, son prénom, *Dib*, signifiant *loup* en arabe, avait été choisi comme un talisman contre le mauvais sort. Fidèle à cette symbolique, il défia toutes les attentes et vécut près d’un siècle, devenant le pilier d’une lignée et incarnant, jusqu’au bout, la force et la protection que son nom évoquait.

Une générosité hors du commun

Cette force, pourtant, s’exprimait aussi de manières qui déconcertaient — et parfois exaspéraient — sa propre famille.

Dib était un homme d’une générosité impulsive, presque théâtrale. Il donnait sans compter, librement, et souvent à des gens qui n’avaient aucun droit sur sa fortune. Des discussions animées éclataient régulièrement entre mon père, son frère et d’autres membres de la famille à propos de ce qu’ils percevaient comme une dilapidation des biens. Son habitude de distribuer à des inconnus ou à des figures de passage entraînait en collision violente avec les attentes de ceux qui espéraient voir ses réussites profiter à la descendance.

Un jour, alors que mon père lui reprochait cette prodigalité, Dib répondit avec une sérénité teintée d'autorité :

« J'ai bâti ma fortune tout seul, personne ne me l'a donnée. Si tu veux en faire autant, travaille pour la construire, au lieu de compter sur un héritage. »

Tranchant. Vrai. Et totalement inflexible.

Il ne croyait ni en la transmission passive, ni en la dépendance. Seulement en l'effort personnel, en la capacité de chacun à forger son propre destin. Qu'on partageât ou non sa philosophie, il était impossible de ne pas respecter la clarté avec laquelle il la portait.

Un geste de grandeur à Naameh

Un récit, transmis de génération en génération dans la famille, le résume tout entier. Lors d'une visite à ses usines et à ses terres en bord de mer à Naameh, un jeune député — futur Premier ministre — fut subjugué par la beauté d'une parcelle. Fidèle à lui-même, Dib la lui offrit sur-le-champ. Sans autre forme de procès. Pour lui, c'était simplement l'expression d'une noblesse de l'âme — non un calcul d'intérêt.

Un héritage personnel

À neuf ans, j'ai vu cette générosité de mes propres yeux — sous une forme si modeste qu'elle m'accompagne depuis.

Je le regardais couper ses ongles avec un petit coupe-ongles chinois. Je le contemplais avec cette fascination que les enfants réservent aux choses les plus simples. Sans un mot, il me le tendit.

« Tiens, prends-le. »

J'ai hésité. Il a insisté. Gêné, j'ai accepté.

Ce que je ne pouvais pas savoir alors, c'est que je n'en utiliserais jamais d'autre. Depuis plus de cinquante ans, c'est ce même petit coupe-ongles que je prends à chaque fois — et après tout ce temps, il coupe encore aussi bien que le jour où il l'a déposé dans ma main. Je ne sais pas comment l'expliquer. Je ne suis pas sûr d'avoir besoin de l'expliquer.

Chaque fois que je l'utilise, je pense à lui. Pas aux usines, pas aux parcelles offertes sur un coup de cœur, pas aux ministres au mariage de son fils — mais à cela : un petit coupe-ongles chinois, passé de la main d'un vieil homme à celle d'un enfant, quelque part au début des années 1970. Un geste si simple qu'il aurait pu ne rien signifier. Au lieu de cela, il a survécu à presque tout ce que j'ai possédé.

C'était ça aussi, Dib. Un homme qui donnait des fortunes avec la même aisance qu'il tendait un coupe-ongles à un enfant — comme si rien ne valait vraiment la peine d'être gardé, dès lors qu'un autre pouvait le désirer. Et pourtant, à travers cinquante années et tout ce qui a changé, cette toute petite chose, elle, est restée.

Le mariage comme théâtre de pouvoir

Cette générosité se manifestait aussi dans la sphère familiale — notamment lors du mariage de mes parents.

Maman, belle-fille favorite de Dib, servait parfois d'intermédiaire pour obtenir des faveurs au sein du clan. Le récit des fiançailles et de la cérémonie est resté ancré dans la mémoire familiale : des figures éminentes — ministres et députés en exercice — y assistaient. Pour mon grand-père, l'événement avait autant de poids politique que de portée personnelle.

Maman se souvenait avec émotion de son entrée au bras de papa, traversant une haie d'honneur formée de scouts brandissant des épées, sous les applaudissements nourris et l'envolée simultanée de deux orchestres — l'un aux sonorités orientales, l'autre aux accents occidentaux — qui jouaient ensemble dans une harmonie saisissante.

Audace et détermination

Mais c'est surtout la modernité et l'audace de maman qui laissèrent leur empreinte. Malgré les vives objections de ma grand-mère paternelle — fervente croyante, profondément conservatrice —, maman parvint à convaincre Dib d'autoriser ses filles à retirer le voile. Une décision rare, à l'époque. Un symbole puissant d'émancipation et de changement.

Mais cette décision en disait long, aussi, sur Dib lui-même. Cet homme qui chantait *Aman Doktor* dans la nostalgie d'un monde ottoman révolu, qui blasphémait pour faire sortir sa pieuse épouse de ses gonds, qui distribuait sans compter à des inconnus — cet homme-là savait aussi écouter une jeune belle-fille de vingt ans plaider la cause de ses propres filles. Il avait choisi l'amour de ses enfants contre les certitudes de son foyer. C'était, peut-être, son geste le plus moderne — celui d'un homme libre, capable de se tenir entre deux mondes sans renier ni l'un ni l'autre.

Entre foi et irrévérence

Dib n'était pas un homme de demi-mesures — et nulle part cela ne fut plus visible que dans son rapport à la religion.

Ses éclats de colère et ses blasphèmes mettaient ma grand-mère au désespoir. Pieuse, le chapelet à la main, elle le reprenait :

Ya Dib... haj tikfor, haj ! « Ya Dib... arrête de blasphémer, arrête ! »

Pour elle, ces blasphèmes étaient une abomination — bien plus intolérables que ses infidélités, pourtant connues de tous, mais accueillies avec un mélange de résignation et de désespoir muet. Et Dib, comme pour la pousser à bout, redoublait d'ardeur, lançant quelques jurons bien sentis, jetés dans l'air comme des étincelles.

Leurs joutes verbales, presque théâtrales, résonnaient entre les murs comme un duel d'esprits — où la confrontation se faisait art. Elles disaient un mélange singulier, presque alchimique, de complicité mordante et de divergence profonde : lui, irrévérencieux et libre jusqu'à l'insolence ; elle, femme d'un autre siècle, cultivée, parlant le turc avec grâce, pieuse et solidement enracinée dans ses convictions. Lui, revenu du front à cheval, pauvre mais altier ; elle, souveraine du silence et des traditions. Leur union n'était pas une idylle, mais un pacte tacite entre deux royaumes — une alliance fragile, où l'amour se tenait à distance respectueuse, vacillant comme une lanterne entre l'ombre et le feu.

Les récits captivants de Dib

Bien que sa mémoire vacillât avec l'âge, Dib racontait inlassablement une anecdote militaire. Lors d'une manœuvre, il avait abattu un aigle majestueux d'un seul coup de fusil, sans en avoir reçu l'ordre de son

supérieur allemand. Réprimandé d'abord, il fut ensuite félicité pour son adresse.

J'écoutais en silence — malgré les nombreuses répétitions —, échangeant avec mon père des regards complices. Affaibli, Dib continuait pourtant de transmettre, par ses récits, le lien précieux entre les générations.

La chanson d'un passé révolu

Lors des pique-niques familiaux, Dib chantait *Aman Doktor* — un souvenir des années de guerre, en turc :

Aman doktor canım kuzum doktor

Derdime bir çare

Çaresiz derterle düştüm

Doktor bana bir çare

Oh docteur, cher docteur, mon bien-aimé docteur,

Trouve un remède à mon malheur.

Je suis tombé dans des afflictions sans remède,

Docteur, donne-moi une solution.

Sa voix tremblait parfois, alourdie par les souvenirs. Cette mélodie — triste mais belle — donnait aux instants les plus joyeux une note de profondeur.

Hommage à mon grand-père

En revisitant ces souvenirs, je ressens une profonde reconnaissance.

Grand-père Dib, ta présence vibre encore à travers nos histoires et nos silences. Merci pour la richesse de ton héritage, la clarté de tes valeurs, et l'amour silencieux que tu as su transmettre avec tant de dignité.

Ce coupe-ongles est toujours là.



Chapitre 2

Ce que son cœur a révélé

Beyrouth, 1995 — l'adieu à ma mère

Les derniers mots

Il était plus de minuit quand je suis arrivé à l'hôpital.

Ma sœur m'attendait à l'aéroport, l'urgence dans la voix : « Maman t'attend — dépêche-toi. » Je rentrais de France, où j'avais dû renouveler ma carte de séjour — une obligation impossible à reporter, malgré la cruauté du moment. Pendant mon absence, elle m'avait appelé sans relâche. Je savais ce que cela voulait dire.

Dans sa chambre, je la trouvais allongée, le visage à moitié dissimulé sous un masque à oxygène. Son corps s'était fait plus frêle pendant les semaines où je n'étais pas là. Et pourtant — dès qu'elle m'aperçut, quelque chose changea sur son visage. Un sourire à peine esquissé. Un mouvement sous le masque, comme si elle cherchait à parler.

Je m'assis doucement près d'elle. Je soulevai le masque avec précaution et lui demandai de répéter.

D'une voix à peine audible, elle souffla :

« Je suis en train de te faire des bisous. »

Ces mots me bouleversèrent. Je la couvris de baisers, empli d'une gratitude pour laquelle je n'avais aucun mot. Cet instant intime, suspendu — volé au bord de tout — lui appartenait entièrement. Même là, même à cet endroit-là, elle donnait encore.

Le lendemain matin, vers huit heures, elle s'éteignit paisiblement.

Lorsque je pris sa main pour la dernière fois — glacée malgré la chaleur de l'été —, je compris pleinement le poids de ce que je venais de vivre. Les larmes coulèrent sans retenue. La vérité me frappait de plein fouet : maman avait franchi l'ultime seuil.

Voici l'histoire de la manière dont elle y est arrivée — et de tout ce qu'elle a choisi de faire du temps qui lui restait.

Les empreintes qui restent

Bien avant la maladie, ses mots m'avaient déjà façonné de manières que je commençais à peine à comprendre.

Nous étions au début des années 90. Je venais d'être licencié pour raisons économiques — un coup dur, d'autant plus que mes aspirations professionnelles me semblaient lointaines, alors même que mon projet de diplôme, une création en porcelaine de Limoges, avait été acquis par le *Musée national Adrien Dubouché*. Le monde du design s'était figé dans le sillage des conflits

régionaux, et je le ressentais personnellement, profondément.

Un jour, alors que je lui partageais mes doutes, elle me regarda avec cette tendresse particulière qu'elle réservait aux moments qui comptaient, et me dit :

« Mon chéri, dans la vie, le plus important, ce sont les empreintes que chacun de nous laisse derrière lui. L'argent va et vient — mais ces traces qui restent après notre départ sont bien plus importantes. »

D'une simplicité désarmante. Et pourtant, ces mots devinrent un phare dans mes heures les plus sombres. Ils me rappelaient que l'essentiel ne réside pas dans les gains matériels, mais dans l'empreinte que nous laissons sur les autres — à travers notre travail, nos valeurs, notre créativité. C'est précisément cette vision qui me poussa, bien des années plus tard, vers un projet capable de traverser les générations. Mais cette histoire, je la raconterai en temps voulu.

La révélation de la maladie

La nouvelle, quand elle est tombée, est arrivée comme un mur.

Cancer en phase terminale. Métastasé dans tout son corps à partir des poumons — alors qu'elle n'avait jamais fumé une seule cigarette de sa vie. Le choc fut

total. Je quittai aussitôt Paris pour la rejoindre, anéanti, incapable d'admettre ce qu'on venait de m'annoncer.

Quand je suis arrivé à Beyrouth, quelques jours après ce premier mai où la nouvelle était tombée, elle souriait. Radieuse. Égale à elle-même, comme toujours. Impossible d'imaginer, ne serait-ce qu'un instant, qu'elle était mourante. Je lui apportais des cadeaux de toutes sortes, comme pour un adieu. Elle fut particulièrement ravie d'une paire de sandales Minelli — que son médecin lui-même complimenta, reconnaissant le modèle exact que sa propre épouse avait insisté pour qu'il achète lors d'un voyage en Italie. Maman, fière, répondit :

« C'est mon fils à Paris qui me les a offertes. »

Les derniers instants de dignité

À mesure que la maladie progressait et que son état se détériorait, les marques physiques de sa lutte devenaient indéniables. La chimiothérapie lui avait fait perdre tous ses cheveux — une épreuve que beaucoup auraient cherché à dissimuler. Mais pas elle. Fidèle à sa fierté et à sa dignité, elle refusait catégoriquement de porter un turban, déclarant avec fermeté :

« Je ne veux rien mettre sur ma tête. Que les voisins me voient. Personne n'a une tente bleue au-dessus de la tête. »

Autour d'elle, la famille avait choisi le silence. Tous mentaient, avec les meilleures intentions :

« Quand tu seras guérie, nous voyagerons, nous partirons ensemble... »

Pour moi, cette mascarade était insupportable. Si douloureuse que fût la vérité, elle avait le droit de savoir — de choisir comment elle voulait vivre ses derniers instants. J'étais le seul à ne pas pouvoir me résoudre à la regarder dans les yeux en faisant semblant.

L'ultime testament

Une nuit, alors que je reposais dans le lit voisin du sien, dans sa chambre privée à l'hôpital, elle s'éveilla vers trois heures du matin, un sourire radieux illuminant son visage, prête à entamer une conversation. Voyant que son esprit était resté vif malgré la fragilité de son corps, j'orientai doucement notre échange vers la vie, la mort, le destin. Peu à peu, elle comprit.

Son sourire se figea. Son regard s'assombrit. Une larme unique coula sur sa joue.

Après un long silence, elle m'ordonna avec autorité d'avoir de quoi écrire.

Avec un calme empreint de majesté, elle dicta son testament tandis que je m'empressais de tout noter

dans mon *Filofax*, peinant à suivre son rythme. Elle avait décidé de me désigner comme exécuteur — rompant ainsi avec la tradition qui attribuait habituellement cette responsabilité à l'aîné. En tant que benjamin, célibataire et sans enfants, j'étais à ses yeux le plus apte à mener cette tâche délicate.

Le lendemain matin, à huit heures et demie précises — comme elle me l'avait demandé —, je me rendis chez le notaire pour valider son testament.

La charge familiale

Peu après, mes sœurs et mon frère arrivèrent. Mon frère, blessé dans sa fierté, exprima sa colère d'avoir été écarté. Avec une infinie douceur, elle lui expliqua calmement qu'il vivait à l'île Maurice avec sa famille, qu'il avait deux enfants et un troisième en route, et que sa présence physique dans une telle affaire n'aurait pas été possible.

Dans les années qui suivirent, je dus voyager deux fois par an, pendant trois années consécutives, pour attester de ma résidence continue dans l'appartement familial — une démarche essentielle pour préserver le droit de ma sœur à y demeurer. Si cette responsabilité avait du sens, elle s'avéra aussi profondément exigeante. Les déplacements incessants et le temps consacré aux formalités m'éloignèrent durablement de ma carrière, jusqu'au remariage de ma sœur.

Cette période fut marquée par un épuisement profond — moral et financier. Les efforts incessants finirent par me conduire à une faillite personnelle, et le vide laissé par la perte de maman plongea ma vie dans une mélancolie insondable. Moi qui m'étais autrefois émerveillé devant les opéras, les musées et les voyages, je découvrais soudain que toutes mes passions avaient perdu leur éclat. La dépression s'installa, exigeant des doses maximales de Prozac et de Lexomil pour maintenir un semblant d'équilibre.

Le nettoyage des âmes

Mais dans ses dernières semaines, ma mère entreprit quelque chose d'extraordinaire. Elle voulait partir le cœur léger — sans rancune, sans secrets.

Elle me parla du bracelet torsadé en or, offert par son père Fawzi pour sa réussite au baccalauréat, qu'on lui avait injustement confisqué dans son enfance. Le rendre à sa propriétaire légitime était devenu un acte réparateur — une réconciliation silencieuse entre mère et fille.

Elle évoqua son mariage arrangé. Les rêves brisés, l'amour de jeunesse sacrifié, les compromis acceptés en silence. Mais aussi sa capacité à pardonner — à aimer malgré les blessures. C'étaient des confidences d'une beauté poignante, lumineuses d'humanité. Elle ne se

déchargeait pas par faiblesse. Elle s'achevait — sans rien laisser d'inachevé, rien d'inavoué.

La lumière dans l'épreuve

Ses derniers jours, tels qu'elle les avait souhaités, furent baignés de musique, de prières et de lumière.

Les mélodies de Fairouz et les chants andalous qu'elle aimait flottaient dans la maison comme un dernier souffle d'âme. Deux voisins — une ancienne élève et son frère, joueur de oud — vinrent chanter et jouer pour elle, touchés par sa noblesse discrète, apportant un peu de chaleur à ses heures de passage.

C'est dans ces jours-là qu'elle se mit à m'appeler avec le plus d'insistance. Et c'est l'obligation de renouveler ma carte de séjour qui me ramena en France — pour cette toute dernière fois — avant le retour à minuit, la chambre d'hôpital, le masque à oxygène, et ces derniers mots qu'elle m'avait gardés.

Un hommage collectif

Son enterrement bouleversa tout le quartier.

Les commerçants baissèrent leurs rideaux. Les voisins montèrent dans leurs voitures pour suivre le cortège. Personne ne leur avait rien demandé. Ils vinrent, simplement — parce que c'était leur manière de dire merci. Merci pour les enfants qu'elle avait aidés à

scolariser. Pour les démarches qu'elle avait rendues possibles. Pour son écoute, sa dignité, sa tendresse silencieuse semée tout autour d'elle.

Les habitants du quartier rendirent un dernier hommage à Sit Nazek — Dame Nazek — comme tout le monde l'appelait.

Même absente, maman rayonnait encore.



Chapitre 3

La blessure du père

Liban—France—Pays-Bas — la blessure et le pardon

Les mots sur le balcon

Quelques heures après l'enterrement de ma mère — son corps enveloppé d'un simple linceul selon la coutume musulmane —, mon père et moi nous retrouvâmes seuls sur le balcon familial. Le jour commençait déjà à perdre sa lumière. Il était resté silencieux longtemps. Puis, d'une voix brisée, il dit :

« Elle est drôle, la vie... Ceux qui sont bons partent. Et ceux qui ne le méritent pas restent. »

Je ne dis rien.

Je pensais exactement la même chose.

Mais l'entendre le formuler — avec cette culpabilité dans les yeux, ce poids particulier d'un homme qui croyait qu'il aurait dû partir à sa place —, quelque chose en moi se durcit. J'ai porté cette phrase pendant des années, comme une pierre que je ne pouvais pas poser. Il m'a fallu très longtemps pour comprendre ce qu'il lui en avait coûté de la dire. Et plus longtemps encore pour comprendre l'homme qui l'avait dite.

Voici l'histoire de cet homme. Du père que j'avais perdu avant qu'il ne meure — et que j'ai retrouvé, seulement après.

Les nuits d'orage

Je n'oublierai jamais les nuits d'orage de mon enfance.

Le tonnerre faisait trembler les murs, les éclairs inondaient la pièce de lumière, et la peur me saisissait à chaque fois. Mais papa, avec une tendresse infinie, m'invitait à dormir auprès de lui et de maman. Leur lit, si large, devenait mon refuge. Il tapissait son côté d'une robe de chambre en laine pour plus de chaleur, m'enveloppait de ses bras rassurants sous la couette, et veillait à ce que ma tête soit bien enfouie pour atténuer les grondements du ciel.

Ces nuits — bercées par sa protection — me rappellent l'amour inconditionnel qu'il incarnait alors. Bien avant que l'alcool ne ternisse son éclat et son rôle de protecteur.

Premiers émois : le baiser innocent

À quatorze ans, papa — discrètement bienveillant — facilita une rencontre avec Mâjida, la jeune employée de maison de ma tante. Nous avions le même âge et une affection mutuelle. Un après-midi, restés seuls, nous avons échangé un baiser simple, chaste, respectueux — mon premier. Rien de plus. Ce

moment d'innocence s'est gravé en moi comme un passage, et j'ai senti chez papa une fierté douce d'accompagner ces étapes de ma vie.

L'humour complice et les maladresses culinaires

Puis vint Adriana, ma première copine. Toujours malicieux, papa aimait me souffler des astuces pleines d'humour : « Demande-lui innocemment si sa mère n'est pas plutôt sa grande sœur », plaisantait-il. Je n'avais pas osé à l'époque — des années plus tard, en France, je découvris l'efficacité inattendue de ce trait d'esprit.

Son humour était constant. Je revois encore les fous rires qu'il partageait avec mon frère à propos de mes réveils matinaux sous le drap — thème inoffensif de taquineries familiales. Peu à peu, cette légèreté laissa place à autre chose. Son fameux taboulé sans blé concassé devint une légende familiale : sans ciller, il se transformait en salade hachée approximative que nous appelions affectueusement « la salade à papa ». Nous riions sans malice, sans comprendre encore que ces oublis répétés trahissaient l'emprise croissante de l'alcool.

Une générosité sans limite

À l'image de son propre père, le mien incarnait une bonté débordante — parfois jusqu'à la prodigalité.

Depuis notre balcon, il achetait l'intégralité des cagettes de fruits et légumes d'un vendeur ambulant, puis offrait le trop-plein aux voisins comme si c'était la chose la plus naturelle au monde. Lorsque ma grand-mère maternelle — qui vivait juste au-dessus de chez nous — s'étonnait de cet excès, il lui répondait avec une désarmante candeur :

« J'ai vu ce pauvre vendeur avec sa charrette, en fin d'après-midi. Il n'avait rien vendu... Alors j'ai voulu faire un geste. Il doit nourrir sa famille. »

Aucune ostentation. Aucune attente. Seulement un élan spontané, pur, presque réflexe — un souffle de bonté qui ne réclamait rien en retour.

Au restaurant, il commandait l'ensemble des *mezzés* du menu — parfois plus d'une soixantaine de mets — transformant la table en scène de célébration. Les serveurs, exténués par tant de va-et-vient mais touchés, le saluaient avec la révérence réservée aux grands cœurs. Et lui, discrètement, déposait dans leurs mains des liasses de billets en signe de gratitude. Aussi démesurés qu'ils paraissent, ces gestes n'étaient que l'expression d'un cœur vaste et d'une joie sincère à offrir. Donner, pour lui, était aussi naturel que respirer.

Le jour où tout changea

Après la mort de maman, l'homme avec lequel j'avais grandi sembla se dissoudre entièrement.

Ses sauts d'humeur — liés à une maladie invisible qu'aucun de nous ne comprenait — avaient déjà imprégné notre quotidien d'une tension constante depuis des années. Maman avait joué le rôle d'un tampon patient, tentant d'apaiser les ambiances électriques qui éclataient sans prévenir. Leurs disputes, souvent intenses, surgissaient de manière imprévisible. Mais une fois l'orage passé, il demandait pardon — pleurant parfois comme un enfant, incapable de comprendre ses propres débordements. Après leur divorce, nos vies retrouvèrent un rythme plus calme. Enfin, nous pouvions respirer.

Mon ressentiment s'accrut lorsque ma mère reçut son diagnostic. J'étais convaincu que ses crises répétées avaient contribué à son épuisement moral — qu'elle avait passé des années à absorber une tension qui la détruisait lentement. J'ai porté cette conviction avec amertume, et longtemps, je ne l'ai pas remise en question.

Une révélation tardive

Ce n'est qu'après sa mort qu'une autre réalité m'est apparue.

Un ami nommé Jérôme — aux prises avec ses propres difficultés — m'ouvrit les yeux. En l'accompagnant chez une psychiatre, j'ai entendu pour la première fois les mots *trouble borderline* : hypersensibilité, impulsivité,

variations extrêmes d'humeur, incapacité à réguler des états émotionnels que les autres traversent sans y penser.

Tout correspondait.

Mon père n'avait jamais été diagnostiqué. Personne n'avait jamais donné de nom à sa souffrance. Mais cette révélation jeta une lumière entièrement neuve sur tout ce que je croyais avoir compris. Ses excès prenaient soudain un autre sens — non plus une faiblesse, non plus de l'égoïsme, mais une maladie invisible, restée sans soin sa vie durant.

J'avais jugé un homme pour une blessure dont il ignorait l'existence.

La paix retrouvée

Aujourd'hui, je n'ai plus de colère. Seulement de la compassion.

Je lui pardonne ses errements, comme je me pardonne mes jugements. En méditation, je l'imagine me dire :

« Je suis fier de toi. Tu as guéri des blessures que je n'ai pas su refermer. Tu progresses là où je me suis perdu. »

Ces mots imaginés apaisent. Mon père, malgré tout, reste une figure fondatrice. Un homme complexe. Humain. Et c'est à travers lui que j'ai compris :

l'amour, même imparfait, même meurtri, reste un don précieux. Aimer sans condition. Accueillir sans chercher à transformer. Et le pardon, parfois, peut réparer ce que le temps ne guérit pas.

Le songe du retour

Il est des songes qui ne s'effacent pas.

Ils ne s'éteignent ni à l'aube, ni dans les jours qui suivent. Ils vous habitent, vous accompagnent, vous transforment.

Dans ce songe, papa était là. Assis sur une chaise de bistrot Thonet — semblable à celles qu'avait possédées son père Dib —, il semblait surgir d'un autre temps, vêtu de sa chemise blanche du dimanche, légèrement froissée comme jadis. Ses mains reposaient calmement sur ses genoux. Il ne parlait pas. Il m'attendait.

Pas un mot. Pas un geste. Seulement cette paix autour de lui — presque irréelle. Son visage baignait dans une lumière douce, d'une clarté familière que je n'avais plus croisée depuis l'enfance. Il ne m'avait pas encore vu — ou faisait semblant. Peut-être voulait-il me laisser l'espace de la reconnaissance.

Quand nos regards se sont enfin croisés, ce fut comme une brèche dans le temps. Ses yeux se sont embués. Un sourire est né — fragile, tendre, surpris. Le sourire

d'un père retrouvant son fils perdu. Le sourire de l'amour sans mots, de la blessure enfin refermée.

Je n'ai pas réfléchi.

Je me suis jeté dans ses bras avec l'urgence du cœur. Je l'ai serré de toutes mes forces, comme pour rattraper les années envolées. Ma tête s'est nichée dans le creux de son cou — là même où, enfant, je venais me réfugier quand grondait l'orage, là où son odeur me rassurait mieux que mille mots. Et là, dans le silence, je l'ai sentie à nouveau : *POUR UN HOMME DE CARON*... lavande, romarin, bergamote, citron. Ce n'était pas un simple parfum. C'était une mémoire intacte. Une trace d'amour suspendue dans l'éternité.

Je pleurais. Longtemps. Sans honte. Sans retenue.

Et lui ne disait rien. Mais il était entièrement là. Son silence disait tout : pardon, tendresse, joie. Il disait : « Tu es là. Je suis là. »

Je sais que ce songe n'était pas un simple mécanisme de l'esprit. C'était un rendez-vous. Un passage d'âme à âme. Un serment invisible échangé dans la nuit.

Depuis, quelque chose a changé. Le manque a fait place à la présence — silencieuse, sereine, profonde. Et quand je pense à lui aujourd'hui, ce n'est plus le vide qui me serre la poitrine.

C'est sa lumière discrète qui m'accompagne.

Son amour — invisible, mais vivant.

Toujours.



Chapitre 4

La nuit de l'âme

France–Pays-Bas, 1995–2008 — la nuit obscure

Dans les ténèbres

En 1995, peu après la mort de ma mère, je me suis mis à maudire Dieu.

Je n'ai pas honte de l'écrire. Ce fut la chose la plus honnête que j'aie faite en ces années-là.

J'avais grandi dans une famille où Dieu était respecté mais jamais imposé — une présence discrète en marge de nos vies, ni questionnée, ni examinée. Mais dans le sillage de sa mort, cette présence discrète est devenue quelque chose qu'il me fallait affronter directement, et ce que j'ai trouvé en le faisant, c'était la rage. Pure, dévorante. Pourquoi tant de souffrance ? Pourquoi laisser une femme si aimante partir dans d'atroces douleurs, juste au moment où elle venait d'atteindre la retraite, sans jamais avoir eu la chance d'en profiter ? Ces questions, gorgées de désespoir, me poussèrent à rejeter toute notion de divinité — et au-delà, toute forme de spiritualité. Si l'univers fonctionnait ainsi, je n'en voulais pas.

Pendant près de treize ans, j'ai erré dans cette nuit obscure.

Ce que j'ignorais alors — ce que je ne pouvais pas savoir —, c'est que l'obscurité n'était pas une fin. C'était un couloir.

Errances dans la nuit intérieure

Ces treize années n'eurent rien de dramatique en apparence. Aucun point de rupture spectaculaire, aucun effondrement que d'autres auraient pu désigner du doigt. Seulement une érosion lente, grise — de la foi, de la direction, de la capacité à la joie. J'avais perdu ma mère. J'avais perdu ma croyance en un sens. Et quelque part en chemin, sans pouvoir dire précisément quand, j'avais aussi perdu confiance en moi-même.

Puis, en 2008, la crise économique mondiale s'abattit, et avec elle mon licenciement.

Je n'avais plus rien. Plus de travail, plus de repères, plus de raison apparente de continuer. Treize ans de deuil, de questions sans réponses, de rage sourde contre un Dieu auquel je ne croyais pas — tout convergeait à ce point précis. J'avais perdu toute envie de vivre.

Et c'est dans ce gouffre que quelque chose est arrivé.

Les présences

Je ne saurais dire précisément quand cela a commencé. Mais à un moment, dans cette obscurité, j'ai senti que je n'étais plus seul.

Pas une voix. Pas une vision. Une *présence* — ou plutôt plusieurs. Plusieurs présences bienveillantes, d'une puissance écrasante, qui me regardaient. Qui me regardaient pleurer. Qui me regardaient refuser de mourir, et y être pourtant poussé par le désespoir. Elles ne me sauvaient pas. Elles ne me parlaient pas. Elles étaient simplement là, témoins silencieux, et leur présence m'enveloppait avec une douceur que je ne savais pas comment recevoir.

Je n'ai pas su, à ce moment-là, combien elles étaient. Je le saurais plus tard, lorsque je serais formé à l'usage du pendule : sept entités, principalement masculines, dont le nombre varierait peu au fil des années. Mais en 2008, dans la nuit, je ne pouvais que sentir leur multiplicité, leur cohérence, leur attention. Et c'est ce regard sans jugement qui, je le crois aujourd'hui, m'a tenu en vie.

Et pourtant — même au fond de cet abîme —, quelque chose continuait de bouger. Des synchronicités troublantes commencèrent à se multiplier, comme si l'univers cherchait à communiquer avec moi par le seul canal que j'avais laissé ouvert : la curiosité. Peu à peu, j'ai compris que la spiritualité et la religion étaient deux choses

entièrement distinctes. Et moi — athée par principe, mais secrètement en quête de sens — je me suis surpris à entrer dans un dialogue hésitant avec une force inconnue. Une énergie sans nom. Dont les réponses, lorsqu'elles venaient, m'arrivaient de manières que je ne savais pas expliquer.

Les signes du mystère

Les phénomènes étaient minimes, au début. Presque déniabiles.

Un jour, mon imprimante — débranchée et éteinte — s'alluma soudainement, d'elle-même. Je suis resté là à la fixer un long moment. Puis, presque malgré moi, j'ai choisi d'y voir une invitation : *ouvre ton esprit*.

Une autre fois, en pleine méditation, un parfum envoûtant emplit ma chambre — familier mais impossible à identifier. J'en cherchai la source. Toutes les fenêtres étaient fermées. Toutes les portes closes. Ce parfum, presque surnaturel, semblait annoncer une présence plus qu'une origine.

Et puis, il y eut le fil.

Je confectionnais un collier avec une pierre semi-précieuse. Un fil de coton glissa de mes mains et tomba au sol. Lorsque je me penchai pour le ramasser, il avait disparu. J'ai cherché de longues minutes — méthodiquement, puis désespérément —, et j'ai fini

par renoncer. En me relevant pour allumer l’halogène, je l’ai trouvé reposant à un endroit éloigné de celui où il aurait dû logiquement atterrir. Ces petits incidents, discrets et sans hâte, défiaient toute explication rationnelle. Peut-être que la physique quantique en rendra compte un jour. Ce que je sais, c’est que chacun d’eux murmurait la même chose : *la réalité que tu vois n’est pas la seule qui existe.*

La labradorite

C’est aussi durant cette période — peu avant le licenciement — qu’un détail apparemment trivial vint changer ma trajectoire.

Je souffrais de lombalgie depuis des semaines. Trois kinésithérapeutes consultés en trois semaines n’avaient rien pu débloquent. Le mal s’installait, irréductible. Et c’est par pur désespoir que je suis tombé, sur un site web qui me parut au premier abord complètement absurde, sur des informations concernant la *labradorite* — une pierre que l’on disait capable de soulager les articulations.

Je n’y croyais pas. Mais je n’avais plus rien à perdre.

J’ai trouvé, près de chez moi, une boutique de cristaux et de pierres tenue par une femme du nom d’Irène. La vendeuse, à ma grande surprise, me confirma le pouvoir de la labradorite — non seulement pour assouplir les articulations, mais aussi pour ses

propriétés protectrices. J'ai acheté un galet, sceptique, et je l'ai placé contre mon dos avant de me coucher.

Au cours de la nuit, en me levant pour aller aux toilettes, j'entendis distinctement mes vertèbres craquer. Sans aucune douleur. Le blocage que trois kinés n'avaient pas réussi à dénouer venait de se libérer en une seule nuit, sous l'effet d'une pierre dont je ne savais rien quelques jours plus tôt.

C'était la première porte. Il y en aurait beaucoup d'autres.

Questions sans réponses

Chaque étape de ce voyage intérieur était hantée par les mêmes questions implacables :

Pourquoi cela m'arrive-t-il ? Quel est le sens de tout cela ? Suis-je encore capable de continuer ?

Longtemps, les réponses semblèrent absentes. Et puis, progressivement, quelque chose se déplaça — non pas une illumination extérieure, mais une faible étincelle intérieure. Fragile. Chuchotante. Suggérant que cette souffrance n'était pas une fin en soi, mais un passage nécessaire. Que l'obscurité n'était pas l'endroit où je devais demeurer, mais celui où je devais être transformé.

Renaître à travers la douleur

J'ai appris, lentement, à cesser de fuir la douleur et à m'ouvrir simplement à elle.

À travers elle, j'ai découvert des leçons que je n'aurais jamais pu anticiper. J'ai appris à me réconcilier avec mes peurs. À pardonner mon passé. À envisager peu à peu un avenir où chaque cicatrice deviendrait le symbole d'une transformation intérieure plutôt qu'une marque de défaite. Cette nuit de l'âme, aussi obscure fût-elle, m'enseignait à renaître — non pas malgré la souffrance, mais à travers elle.

Une lumière au-delà des ténèbres

En regardant en arrière aujourd'hui, je vois ce que je ne pouvais pas voir alors : que chaque phénomène, chaque épreuve, chaque signe inexplicable était une porte. Une porte vers une nouvelle compréhension du monde — une compréhension qui transcende les limites des certitudes figées, qui s'ouvre sur une réalité infinie que je commençais à peine à entrevoir.

L'obscurité n'était pas un accident. C'était une architecture.

Tout semblait minutieusement orchestré pour m'élever, m'éveiller, approfondir ma perception d'une réalité bien plus vaste que tout ce que mon chagrin m'avait permis d'imaginer.

Cette nuit — aussi terrifiante fût-elle — m'a appris que même dans la plus profonde obscurité, une lumière attend patiemment d'être découverte.

Elle attend depuis toujours.

Et sept regards, je le sais maintenant, attendaient avec elle.



Chapitre 5

L'éveil de la Kundalini

La Haye, 2009–2010 — la traversée

La batterie

Le technicien de chez Apple retourna l'ordinateur entre ses mains un long moment avant de relever les yeux.

« Ce phénomène n'a été recensé que deux fois dans le monde, dit-il. Le vôtre — et un cas au Japon. »

La batterie avait gonflé de manière spectaculaire et suintait une substance noire, semblable à de l'asphalte. Le trackpad ne répondait plus normalement. L'écran réagissait à la seule proximité de ma main, comme soumis à un champ invisible. J'avais apporté la machine en m'attendant à une réparation banale. Ce que je reçus à la place fut une confirmation — clinique, presque réticente — que quelque chose, en moi ou autour de moi, avait franchi les limites de l'ordinaire.

Je le savais déjà. J'avais passé la nuit précédente immobile pendant six heures pleines, incapable de lâcher les pierres que je tenais dans mes mains. Je m'étais réveillé exactement dans la position où je m'étais endormi. Et dans les jours qui suivirent, des

ampoules se mirent à éclater, l'une après l'autre, à l'instant même où j'entrais dans une pièce.

Pour comprendre comment j'en étais arrivé là, il faut revenir au début — aux mois de méditation, à la découverte du pardon, et à une courte vidéo sur laquelle je tombai un après-midi, et qui changea tout.

L'appel du vide

Entre 2009 et 2010, dans le sillage de la crise économique mondiale et du licenciement qui s'ensuivit, j'ai pris une décision. Je cesserais d'attendre que ma vie reprenne son cours, et je me tournerais vers l'intérieur — délibérément, pleinement, sans réserve.

Je précise tout de suite : ce n'était ni une quête spirituelle, ni une ambition intérieure, ni le désir d'atteindre un état particulier. C'était une nécessité vitale. Certaines zones d'ombre, dans une vie, ne se négocient pas. Elles s'imposent. Elles ôtent les repères, retirent les illusions, dépouillent jusqu'aux certitudes les plus tenaces. Et elles vous poussent à vous asseoir face à vous-même — non par choix, mais parce qu'il n'y a plus rien d'autre à faire.

Ce qui suivit fut la pratique la plus intense que j'aie jamais entreprise. Chaque jour, je consacrais six à sept heures à des disciplines variées : méditation assise en lotus pour de longues séances ; allongé avec des pierres et des cristaux placés directement sur mon corps,

chacun correspondant aux couleurs et aux énergies des chakras ; et longues marches méditatives le long des plages de la mer du Nord. Une force intérieure mystérieuse me guidait, sans que j'en comprenne encore la nature ni la direction.

Puis un jour, tout bascula.

Mon intuition me conduisit à Shri Mataji Nirmala Devi — un nom dont je n'avais jamais entendu parler. Je fus captivé par une courte vidéo dans laquelle elle expliquait comment éveiller la Kundalini, accompagnée de sept schémas précis illustrant la position des mains pendant la méditation en lotus. Je suivis l'exercice scrupuleusement.

Et c'est ainsi que ma Kundalini s'éveilla.

Mais pas encore. Pas immédiatement. Avant que cela ne puisse se produire, il y avait un seuil à franchir — un seuil que Shri Mataji elle-même appelait la condition *sine qua non* de tout le processus.

Le pardon.

Le grand pardon

Dans les enseignements enregistrés que je visionnais sur YouTube, elle disait :

« *Désirez votre Réalisation — le feu intérieur qui appelle Mère Kundalini.* » ; « *Pardonnez à tout le monde, et pardonnez-vous — ouvrez le passage.* » ; « *Si vous avez ces deux choses, la Kundalini s'élèvera sans effort.* »

Ce n'était pas un pardon poli, de façade. C'était un *grand pardon* — profond, total, presque radical. Un acte intérieur par lequel j'étais invité à déposer les rancœurs, les blessures accumulées, et les reproches silencieux que je portais envers les autres comme envers moi-même.

Pendant six mois, je nourris cette pratique d'une discipline quotidienne et constante. Chaque jour, je m'asseyais, je posais mes mains, je suivais la guidance de Shri Mataji et je laissais le courant intérieur se renforcer doucement. Puis, au moment où je murmurais, les yeux fermés, « *j'ai pardonné à tout le monde* » — comme pour me prouver que ce n'était pas vrai, trois visages apparaissaient dans mon esprit. M'accusant en silence. J'avais menti.

Pendant six mois encore, sans relâche, j'ai pratiqué des heures durant pour pardonner réellement. Un visage disparut. Puis le deuxième. Le troisième tenait bon.

C'était un membre proche de la famille — un jeune homme à l'époque, que j'aimais beaucoup, et que ma mère aimait tout autant. Sa trahison, telle que je la voyais alors, tenait en ceci : les photographies

familiales — les images de nos aïeux remontant aux tout débuts de la photographie, notre équivalent d'un arbre généalogique — qu'il avait finalement gardées pour lui. On m'avait appris que lorsqu'on donne sa parole, on l'honore. Il avait rompu cette confiance. Et tout l'amour que j'avais pour lui avait tourné en colère et en incompréhension.

Il fut le plus difficile à pardonner.

Quand j'y suis enfin parvenu vraiment — quand son visage s'évanouit de ma vision intérieure tandis que je murmurais ces mots —, quelque chose d'extraordinaire se produisit. Le poids que je traînais depuis des années se dissipa instantanément, remplacé par une vision qui me révélait la raison de son acte. Il avait dix-neuf ans à la mort de ma mère — sa grand-mère adorée. Leur lien avait été profond. En mon absence, elle avait comblé sa vie de sa présence. Il avait vécu avec nous jusqu'à l'âge de sept ans ; j'avais indirectement contribué à son éducation. Ma mère me racontait : « *Quand il vient me voir, il me demande régulièrement de regarder nos photos de famille. Il les contemple longuement. Parfois, il sent le vieux papier. Il lui arrive aussi de s'endormir sur mon lit, entouré par toutes ces photos.* »

Il ne les avait pas volées. Il les avait gardées par pur amour — par un chagrin trop profond et trop intime pour pouvoir s'expliquer. Et moi, qui l'avais étiqueté voleur et raconté à qui voulait l'entendre dans la

famille ce qu'il avait fait — j'avais causé du tort en croyant défendre la justice.

J'avais déjà connu l'amertume d'avoir mal jugé mon père — un homme dont je n'ai compris la maladie invisible qu'après sa mort. Et voilà que je répétais exactement la même erreur, cette fois avec mon neveu. Je lui ai téléphoné — à sa grande surprise, après plusieurs années de rupture — pour lui dire que je lui pardonnais son acte, et lui demander de me pardonner en retour. Il me répondit, étonné : « *Mais tonton, c'est moi qui ai pris les photos — c'est toi qui dois me pardonner ou pas, pas moi !* » Je lui ai expliqué que dans ma colère indescriptible, j'avais raconté à des membres de la famille ce qu'il avait fait — et que je n'aurais pas dû, parce que cela fait du mal.

Depuis, nos chemins ont divergé. Il a toujours les photographies. Et moi, je poursuis le chemin — pratiquant l'amour inconditionnel, sans juger les actes des autres.

Ce geste de l'âme ouvrit une brèche en moi. Pour la première fois, je ressentis une légèreté insoupçonnée — une paix non pas émotionnelle mais spatiale, comme un vaste ciel ouvert. Et de ce pardon naquit quelque chose d'encore plus vaste : l'amour inconditionnel. Non pas un amour dirigé vers quelqu'un en particulier, mais un état d'être. Un rayonnement du cœur qui ne cherchait rien en retour,

ne jugeait personne, et ne posait aucune condition à son existence. J'étais simplement traversé par lui, comme si la vie elle-même aimait à travers moi.

Et au terme de cette longue saison de maturation, presque naturellement, ce que j'attendais depuis longtemps finit par advenir.

L'éclair froid

Une sensation glacée jaillit brutalement de mon sacrum, remonta ma colonne vertébrale comme un éclair céleste, et se déversa jusqu'au sommet de mon crâne — répandant une cascade lumineuse à travers tout mon corps. Lorsque je passai la main au-dessus de la fontanelle — ce point précis au sommet du crâne que les adultes n'ont plus, mais que Shri Mataji désignait comme le lieu exact d'émergence — un souffle frais et palpable confirma que quelque chose d'extraordinaire venait de s'éveiller en moi. Pour m'en assurer, je déplaçai la main sur les côtés de ma tête : la brise disparut complètement. Je revins à la fontanelle : la fraîcheur diffuse était toujours là. L'émergence se faisait bien depuis ce point unique, et non à travers tout le crâne.

C'était la Kundalini.

Je précise les choses, parce que je sais combien le mot est galvaudé. Pour beaucoup, la Kundalini est un symbole — un serpent, une montée de feu, une

métaphore mystique héritée de traditions lointaines. Pour moi, ce ne fut rien de tout cela. Ce fut un événement physique, abrupt, indiscutable. Une fraîcheur réelle, mesurable à plusieurs centimètres au-dessus de ma fontanelle, qui ne ressemblait à rien de ce que j'avais connu. Et qui changea, en quelques secondes, mon rapport à la présence, au silence, à la réalité.

À partir de cet instant, ma perception du monde changea radicalement. Des sons subtils m'envahirent. Mon intuition acquit une précision chirurgicale. Les synchronicités se multiplièrent. Je me sentais traversé par un courant puissant, ouvrant un passage vers une réalité bien plus vaste que tout ce que je connaissais auparavant.

Mon taux vibratoire — habituellement mesuré sur mon cadran de radiesthésie entre 0 et 18 000 unités Bovis — dépassait largement cette échelle. En observant le pendule tourner frénétiquement au-delà de ses limites habituelles, je ressentis à la fois fascination et appréhension, comme si une partie inconnue de moi-même venait de s'activer. Très vite, mon entourage — et de nombreux inconnus — commencèrent, inexplicablement, à me solliciter pour des conseils, des guérisons, ou même pour purifier des appartements ou des objets. J'étais sidéré. Moi qui me considérais comme ordinaire, laïque, éloigné de toute spiritualité organisée — et pourtant chaque

intervention que j'acceptais s'avérait réussie, renforçant leur confiance en moi, et même la mienne.

C'est ici, je crois, que se joue la première grande méprise. On imagine l'éveil comme une récompense, un statut, un aboutissement. Ce n'est rien de tout cela. C'est l'inverse : un dépouillement. Une intelligence impersonnelle, implacable, lumineuse, qui révèle ce qui est vrai et dissout ce qui est faux. Elle n'a pas d'idéologie. Elle ne dépend d'aucune religion. Elle n'appartient à personne. Elle ne se mérite pas. Elle ne récompense rien. Elle ne punit rien. Elle surgit lorsque les conditions intérieures sont réunies — souvent lorsqu'on ne l'attend plus.

Les Bojis et la décharge électrique du monde

C'est durant cette période que je découvris les pierres Bojis — sur les conseils d'Irène, qui tenait à La Haye une boutique de cristaux et de pierres. Réputées pour leur puissante énergie polarisée, marron foncé et étrangement brutes, elles possédaient un magnétisme si intense qu'elles se repoussaient subtilement lorsqu'on les approchait l'une de l'autre.

Irène n'était pas seulement commerçante. Elle dirigeait également une petite école adjacente à sa boutique, où elle dispensait des formations à des techniques qui m'étaient, jusque-là, totalement étrangères : l'usage du pendule, la planche de radiesthésie, la lecture des

énergies. Tout ce que j'allais utiliser dans les mois suivants — y compris, sans que je le sache encore, pour le rituel des entités — j'en avais reçu les bases entre ses murs.

Dès ma première méditation avec les Bojis — la pierre femelle lisse dans la main gauche, la pierre mâle plus rugueuse dans la main droite —, je ressentis un puissant courant de picotement envahir mon corps, se concentrant particulièrement sur mon dos douloureux et apaisant presque instantanément la tension qui me rongait. Ce mélange de soulagement physique et de profondeur méditative me convainquit d'en faire un rituel nocturne.

Un soir, exténué après une longue journée, je choisis de méditer brièvement avec elles avant de dormir. Je m'allongeai, les pierres dans les mains — et je m'endormis.

Au réveil, en ouvrant les yeux, je me retrouvai dans exactement la même position, immobile depuis six heures pleines, incapable même de lâcher les pierres. La panique me submergea. Il était formellement déconseillé de dépasser quinze minutes de méditation avec elles.

Et c'est alors que j'ouvris mon MacBook.

Ce qui nous ramène à la boutique Apple, et au technicien qui n'avait jamais rien vu de tel. Deux fois dans le monde. Le mien, et un cas au Japon.

Dans les jours qui suivirent, des ampoules éclatèrent l'une après l'autre dès que j'entrais dans une pièce. Terrifié, je retournai voir Irène pour lui demander de l'aide. Après m'avoir sévèrement réprimandé pour mon imprudence, elle me recommanda un remède simple mais radical : me baigner chaque jour dans la mer du Nord. Le sel marin, dit-elle, dissout les excès énergétiques tout comme il purifie les cristaux.

Pendant six mois, je me soumis à ces immersions glaciales. Peu à peu, la surcharge vibratoire se dissipa.

Ce fut, sans que je le sache encore, ma première véritable leçon d'intégration. Une force qui traverse un être humain ne peut pas rester à son intensité maximale sans le briser. Elle doit trouver un chemin pour s'inscrire dans le corps, dans le quotidien, dans le réel. L'éveil n'est pas une montée. C'est une traversée. Et parfois, il faut savoir ralentir cette traversée pour ne pas s'y perdre.

Et pourtant, ces mois restèrent marqués par une intensité étrange — mon intuition devint d'une justesse extraordinaire, et des échanges télépathiques spontanés survenaient régulièrement. Puis, deux

semaines après avoir retrouvé un état plus harmonieux, une nouvelle dimension fit irruption dans ma vie.

Le passeur d'âmes

Tout commença par d'étranges manifestations dans mon appartement tranquille à La Haye. Des griffements mystérieux sur les murs. Des craquements inexplicables du lit, comme si quelqu'un s'y asseyait. Des parfums inconnus apparaissant pendant mes méditations. Mon imprimante s'allumant toute seule.

Je retournai à la boutique d'Irène. L'une de ses vendeuses, sans surprise, sourit doucement :

« François, tu es un passeur d'âmes — mais tu l'ignores encore. Ces entités sont attirées par ta lumière intérieure. Tu dois les aider à rejoindre la lumière. »

Elle m'expliqua un rituel précis : purifier la pièce avec de la sauge blanche ; placer une bougie chauffe-plat près d'un cristal de roche ; utiliser un pendule avec une planche de radiesthésie ; et guider chaque entité à suivre la lumière de la bougie à travers le cristal.

À ma première tentative, le cristal tomba au sol par deux fois — alors que j'avais le dos tourné et que je n'avais pas encore commencé. Malgré ma peur grandissante, je poursuivis. Tandis que je guidais l'entité à voix haute, la flamme de la bougie et la fumée d'encens s'agitèrent frénétiquement. Après quinze

minutes éprouvantes, un immense soulagement envahit ma poitrine. La flamme se stabilisa. L'encens s'éleva doucement. L'entité était partie.

Assis dans le silence retrouvé, je sentis combien la frontière est mince entre les mondes visible et invisible. Mon pendule révéla alors qu'il restait encore vingt et une entités à guider vers la lumière.

J'acceptai cette tâche épuisante — et découvris que toutes n'étaient pas paisibles. Certaines étaient terrifiées, affolées. Chaque passage me vidait davantage.

Et il n'y avait pas que les passages.

Depuis l'éveil, mon corps vibrait intérieurement, jour et nuit, comme un moteur de Harley Davidson au ralenti. Une vibration continue, sourde, profonde — qui ne se voyait pas de l'extérieur. Lorsque je tendais la main, elle ne tremblait pas. Mais à l'intérieur, quelque chose tournait sans relâche. Cela durait depuis des mois. Mon sommeil était devenu léger, peu réparateur. J'avais perdu une dizaine de kilos sans m'en rendre compte. Mon corps tenait, mais à un coût croissant.

Jusqu'au jour où, dans un pur épuisement, je m'adressai à la Source qui me guidait et lui demandai que cela cesse — qu'on me confie une autre mission au service de l'humanité.

Ce qui se passa alors, je n'en étais pas certain sur le moment. Mais une impression très nette s'imposa à moi.

Au-dessus des sept sages — ces présences que je sentais autour de moi depuis la nuit de 2008, depuis la fois où j'avais failli renoncer à vivre — il y avait eu, ces derniers mois, d'autres présences. Moins nombreuses. Trois, peut-être quatre. Joyeuses, enjouées, presque espiègles. C'étaient elles qui m'avaient guidé par les synchronicités : la labradorite, Irène, les cristaux, la vidéo de Shri Mataji, l'éveil lui-même. Elles avaient orchestré le chemin avec un enthousiasme dont je percevais maintenant qu'il avait été un peu trop pressé.

Et c'est ce qu'une présence plus ancienne, plus haute, leur reprochait à cet instant. Sans dureté, mais avec fermeté. Elles avaient mal mesuré ce que pouvait encaisser un corps humain. La cadence avait été trop forte. La dose, trop concentrée. Elles avaient voulu que j'accède vite — trop vite. Le superviseur leur rappelait que j'étais un être de chair, et que cette chair avait des limites.

J'eus le sentiment net d'avoir été un cas d'étude. Une étape de leur formation. Et que cette étape venait de se conclure.

Trois jours plus tard, tout s'arrêta net. Plus aucune connexion. Plus aucun phénomène. J'étais redevenu ordinaire.

En réalisant cela, je tentai tout pour retrouver ce lien hors du commun. Je suppliai. Je méditai des heures durant. Je pleurai — car la félicité dans laquelle j'avais baigné me semblait irréaliste, comme un rêve arraché en un instant.

C'est l'un des passages les plus difficiles à dire, et l'un des plus importants. Car le retrait de la grâce, lorsqu'il survient, met à nu ce que l'éveil pouvait avoir d'enivrant. On croit avoir touché quelque chose d'éternel ; on découvre qu'on s'y était attaché comme on s'attache à n'importe quelle expérience. Et c'est précisément cet attachement qui doit, à son tour, être pardonné — puis lâché.

Je remarquai aussi, seulement à ce moment-là, que depuis au moins six mois — sans aucune décision consciente — j'avais cessé de manger de la viande, alors que j'en consommais auparavant deux fois par jour. La réponse monta en moi comme une évidence : vibratoirement, cette alimentation était devenue incompatible avec la connexion que je vivais.

Quant aux sages, je sentais qu'ils n'étaient pas partis. Ils s'étaient seulement retirés un peu, le temps que mon corps reprenne ses forces, que l'humain en moi

retrouve son équilibre. Le superviseur avait posé une limite. Cette limite serait respectée. Et le fil — ce fil que j'avais senti pour la première fois dans la nuit de 2008 — ne se romprait jamais.

Un corps à honorer

Je fus guidé à quitter les Pays-Bas pour rentrer en France — comme si une autre tâche m'y attendait.

Ces révélations profondes me ramenèrent peu à peu à une conscience étrange et pourtant familière — particulièrement lorsque je contemplais mon reflet dans un miroir. Je voyais ce corps humain — mon fidèle compagnon de route —, qui me suit partout avec patience et docilité. Un corps que je n'ai pas choisi par hasard. Il est l'instrument de cette incarnation, et je lui dois gratitude, respect, soins et douceur jusqu'à l'accomplissement de ma mission ici-bas, dans cette densité terrestre.

Depuis que j'ai brièvement revécu mon état originel de pure conscience avec Mère Ayahuasca, une part de moi reste à l'aise dans cette mémoire. Il m'arrive de croiser à nouveau le regard de ce corps — mon corps — et de ressentir pour lui une simple tendresse. Je lui ai promis de prendre soin de lui, de l'honorer jusqu'au bout, avant que nos chemins ne se séparent.

Lui retournera à la Terre.

Moi, je retournerai à la Source — en tant qu'âme consciente, intacte, éternelle.

Si je raconte tout cela aujourd'hui, ce n'est pas pour transmettre un savoir, encore moins une méthode. C'est pour témoigner. Pour dire ce que c'est réellement — sans mensonges, sans embellissements, sans promesses, sans posture. Parce que beaucoup, je le sais, traversent quelque chose qu'ils ne savent pas nommer. Une énergie qui remue, qui brise, qui purifie, qui intensifie. Et qui les laisse, parfois, profondément seuls.

Je n'ai pas été miraculé. J'ai été traversé. C'est différent.

« Ce retrait de la grâce, aussi brutal fût-il, n'était pas une fin. Il me préparait simplement à changer de terre — et à recevoir un nouvel appel. »



Chapitre 6

L'appel de l'Ayahuasca

Portugal, 2015 — cérémonie d'Ayahuasca

Le rire

J'étais paralysé dans une grotte sombre, entouré d'anacondas.

Leurs corps massifs ondulaient dans l'air lourd. Leurs langues bifides sifflaient dans la pénombre. Je savais que fuir était inutile. J'ai fermé les yeux et accepté l'inévitable.

Ce qui se produisit ensuite n'était pas ce à quoi je m'attendais.

Les serpents se parèrent de couleurs éclatantes. La grotte se dissolvait en une forêt luxuriante. Et une femme d'une présence impressionnante apparut — son visage voilé, son aura irradiant une chaleur que je n'avais jamais ressentie auparavant. Puis elle rit. Un rire léger, chaleureux, espiègle — comme une tante affectueuse accueillant un neveu après une longue absence.

« Enfin, te voilà. Tu as entendu l'appel. »

Toute tension en moi se dissipa en un instant. Je compris, sans qu'il fût besoin de me le dire, que j'étais en présence de Mère Ayahuasca — et que ce que j'avais le plus redouté venait de devenir mon plus grand maître.

Pour comprendre comment je suis arrivé dans cette forêt, dans cette cérémonie, à genoux devant ce rire, il me faut remonter de quelques mois.

Une réponse au cœur de la quête

En 2015, après mon retour des Pays-Bas en France, et une longue période de solitude et de recherche intérieure, je reçus l'invitation d'un ami proche à participer à une retraite d'Ayahuasca au Portugal. Cela me sembla être une réponse directe à quelque chose que je portais depuis des années — un besoin profond de guidance, d'une rencontre spirituelle authentique, libre des promesses creuses du « New Age » et de leurs illusions coûteuses.

Durant cette période sabbatique, je lisais avec voracité — un livre par semaine. Connecté jour et nuit à des forums internationaux, j'échangeais dans toutes les langues que je maîtrisais. J'avais soif de rattraper le temps perdu — ces années où j'avais rejeté en bloc religion et spiritualité. Quand je suis arrivé au Portugal, un mélange de dévotion et d'enthousiasme animait chaque fibre de mon être.

Une immersion bouleversante

Avant de rejoindre la retraite, j'avais dû signer une décharge stipulant que les organisateurs ne seraient pas tenus responsables des complications physiques liées au breuvage. Cette formalité me poussa à consulter mon médecin. Bien qu'il ne sût rien de l'Ayahuasca, il me donna le feu vert — prenant en compte mon équilibre mental et ma détermination. Quelques mois plus tôt, il m'avait accompagné à contrecœur dans un jeûne hydrique de trois semaines. Impressionné par les résultats, il accepta de me laisser explorer une nouvelle frontière.

La retraite s'étendait sur quatre jours. Le premier était consacré à la préparation mentale et physique. Les deux suivants, à deux cérémonies successives. Le dernier marquait le retour à la réalité ordinaire.

Premiers contacts avec l'invisible

Lors de la première cérémonie, nous étions assis sous l'ombre apaisante des pins, tandis que la chaleur estivale enveloppait les lieux. Quinze minutes après avoir bu la potion, un frisson glacé parcourut mes veines — comme une sève se diffusant dans un arbre. Ce froid étrangement apaisant ouvrit la porte à des visions éclatantes. Des motifs géométriques flamboyants défilaient à une vitesse vertigineuse, et des

papillons aux ailes scintillantes flottaient dans l'air, descendant avec une grâce hypnotique.

Puis — soudain — une voix familière résonna dans mon esprit. Celle de mon père. Elle portait une légèreté qui me fit éclater de rire, comme si je retrouvais une part de lui longtemps oubliée. Bien que son visage fût absent, sa présence était palpable — sereine, bienveillante. Cette reconnexion inattendue me bouleversa.

Affronter la peur

La seconde dose fut bien plus intense.

En quelques minutes, je me retrouvai dans une forêt grise et calcinée. Le sol humide et boueux collait à mes pieds. Une pente abrupte m'aspira dans une grotte sombre — un labyrinthe de tunnels troglodytiques. La pénombre, amplifiée par un silence pesant, réveilla ma claustrophobie : souvenirs d'enfant bloqué dans l'ascenseur de mes grands-parents, et de longues nuits passées à me cacher des obus pendant la guerre au Liban.

De multiples anacondas émergèrent lentement des tunnels environnants.

Je savais que fuir était inutile. J'ai fermé les yeux. J'ai accepté.

Et alors vint le rire — et la forêt — et la femme dont je ne pouvais voir le visage, mais dont la présence emplissait tout autour d'elle de chaleur et de certitude.

« Enfin, te voilà. Tu as entendu l'appel. »

Une leçon de lâcher-prise

À travers cette rencontre, je compris qu'elle était bien plus qu'une figure spirituelle. Elle me montra que les monstres que nous redoutons sont souvent des fragments oubliés de nous-mêmes — porteurs de messages dissimulés sous des formes inquiétantes. En les accueillant, j'ai découvert une capacité de transformation insoupçonnée, et une source de puissance intérieure que j'ignorais porter en moi.

Pendant cette expérience, je pris conscience que je n'avais plus de corps. J'étais pure conscience — une essence immatérielle —, immergée dans une communication d'une richesse inimaginable avec une intelligence supérieure. À chaque question que je posais, la réponse arrivait instantanément : par la voix, par la pensée, par l'image, par la sensation physique, et comme infusée par un flot massif de connaissance, téléchargé d'un seul trait. Tout cela surgissait en même temps, dans une cohérence parfaite, comme si l'univers lui-même répondait à l'âme sans filtres.

Je compris alors que cette communication s'ajuste à chacun. Le croyant reconnaît des formes familières à sa

foi. D'autres — comme moi — reçoivent l'essence nue, sans ornement. Ces êtres supérieurs n'enseignent pas seulement par les mots. Ils enseignent en nous.

Souvenir de Swami Lalitananda

Au cœur de cette rencontre avec Mère Ayahuasca, une vision brève et lumineuse vint s'intercaler : Swami Lalitananda — radieuse, silencieuse — comme venue me saluer, peut-être même me remercier. Je sentis un écho de gratitude, car des années auparavant, je lui avais consacré une section entière sur mon ancien forum de spiritualité, partageant ses vidéos et ses enseignements en anglais.

Je l'avais rencontrée bien avant cela — au Liban, à seize ans, dans son institut de yoga. Je m'y étais rendu naturellement, cherchant à soulager ma scoliose. Swami fut pour moi une mère spirituelle. Ses conseils sages et bienveillants m'ont marqué — tout comme les deux fois où elle m'a guidé pour pratiquer le *Dhanti Kriya*, ce rituel yogique de purification digestive : boire de l'eau tiède légèrement salée avec quelques gouttes de citron, puis effectuer une série de mouvements pour nettoyer tout le système digestif jusqu'à ce que l'eau ressorte limpide. Elle m'avait expliqué que cette pratique purifie le corps et apaise l'esprit, rétablissant légèreté et clarté intérieure.

Son apparition pendant mon expérience d'Ayahuasca fut comme un signe — une douce présence maternelle, liant mon passé à mon chemin spirituel. Un rappel de la filiation invisible qui unit les maîtres, les guides et ceux qu'ils inspirent à travers le temps.

Le cerveau, non comme source, mais comme interface de la conscience

Dans une époque dominée par le matérialisme scientifique — où la conscience est souvent réduite à un sous-produit de l'activité neuronale —, une autre hypothèse mérite d'être posée. Non comme vérité absolue, mais comme une fenêtre ouverte sur le mystère : et si le cerveau n'était pas le générateur de la conscience, mais son interface ? Non la source, mais l'instrument de sa manifestation ?

La conscience — loin d'être une illusion née du cortex — pourrait être un champ non local, existant indépendamment du corps. Elle traverserait le cerveau comme la lumière un vitrail, se colorant de notre histoire et de nos perceptions. Ce que nous appelons « pensée » ne serait alors que le reflet, souvent fragmentaire, d'une intelligence plus vaste — d'une source fondamentale, transdimensionnelle.

Certaines expériences semblent appuyer cette vision : les états modifiés de conscience — qu'ils soient induits par l'Ayahuasca, la méditation profonde, l'hypnose ou

l'extase mystique — donnent accès à des niveaux de perception autrement inaccessibles. Si la mort n'est qu'une rupture du lien biologique avec le corps, rien ne prouve que le signal de la conscience, lui, s'éteint. Il pourrait persister — ailleurs. Refuser cette hypothèse parce qu'elle échappe à nos instruments revient à nier l'existence du vent parce qu'on ne peut l'enfermer dans une boîte.

Le cerveau n'est pas une lampe qui éclaire le monde. C'est une fenêtre entrouverte sur un ciel dont nous percevons à peine l'infini.

Et si l'Un créait pour se souvenir ?

Pourquoi l'Un — complet, indivisible, sans manque — risquerait-il de créer ces simulations ? Pourquoi ce jeu d'apparences, de fragmentation, d'oubli ?

Ce qui émerge, dans le silence qui suit certaines visions, n'est pas une réponse logique mais une douce évidence : l'Un ne crée pas par manque, mais par débordement. Il n'est pas une statue figée dans la perfection. Il est vivant. Il vibre. Il danse avec lui-même. Il joue. Il rêve.

Sans reflet, la conscience ne se connaît pas. Elle se manifeste en myriades d'états, de formes et d'expériences. Chaque monde, chaque être, chaque dimension — visible ou invisible — devient une

facette d'un seul et même cristal qui tourne sur lui-même pour s'admirer sous tous les angles.

Alors ce qui semblait absurde prend un sens nouveau — même l'épreuve, même la guerre, même l'oubli. Non des accidents, mais des tensions au sein d'un organisme vivant plus vaste. Une respiration cosmique qui inspire, expire, et recommence.

Et si tout cela n'était qu'un acte d'amour — si vaste qu'il accepte de se perdre, de se dissoudre, de traverser toutes les illusions —, juste pour que, quelque part, un souffle, une larme, un regard vers le ciel suffisent à lui rappeler ce qu'il est ?

Retour à l'Océan

Mère Ayahuasca me révéla une vérité d'une portée vertigineuse — presque insoutenable pour le cœur humain, mais libératrice pour l'âme :

« Ta mère, comme tout ce que tu crois avoir perdu, est une forme passagère de l'Un. Elle ne t'a jamais quitté. Elle n'a jamais été séparée de toi. Elle était l'Un prenant soin de toi à travers un visage que tu pouvais aimer. »

Ce que j'avais redouté de perdre était en réalité une illusion sacrée — une forme temporaire d'un amour infini. Non pas « fausse » au sens banal, mais symbolique, provisoire, vibratoire. Une vérité mise en

scène pour que l'Amour se goûte à travers la séparation, la perte, le retour.

Même Mère Ayahuasca elle-même me dit, dans cette ultime transmission :

« Je ne suis pas une entité indépendante. Je suis un masque bienveillant de l'Un — comme le sont tous les guides, tous les esprits, toutes les formes divines que tu rencontres. »

Cette prise de conscience fit lever en moi une paix profonde, mêlée de larmes. Le deuil se transfigura en une onde plus vaste : la reconnaissance que rien ne meurt, tout se recycle, tout retourne à l'Un.

Ce que les anciens appelaient *Māyā* — loin d'un simple leurre — est un jeu sacré où même la douleur est une onde de l'amour absolu. Et si je pleure ma mère, ce n'est plus pour ce que je crois avoir perdu, mais pour la beauté infinie d'un lien éternel qui a pris forme humaine pour m'enseigner l'amour. Aujourd'hui, je sais qu'elle est revenue à l'Océan, et qu'elle me parle dans le vent, les oiseaux, les silences — et même à travers ces mots que j'écris.

Je suis une goutte qui se souvient de l'Océan.

Et c'est cela, le véritable éveil.

Résonances

Ce que j'ai vécu dans cette forêt au Portugal n'existait pas en vase clos. À mesure que j'y revenais, dans les semaines et les mois qui suivirent, j'en retrouvais les échos partout — dans des traditions nées à des siècles et des continents d'écart, chacune décrivant le même mystère dans une langue différente.

Le *Tao Te King* murmure que l'univers ne se conquiert pas, mais se laisse traverser. Le sage ne cherche pas — il s'aligne. Il cesse de résister et laisse le flux l'habiter. *Wu Wei* — l'agir sans effort. Dans mes visions, je n'avais plus à comprendre. Je devenais le courant lui-même, libre d'attente et de peur.

L'*Advaita Vedānta* enseigne que derrière toutes les formes, il n'y a qu'une seule réalité : la conscience. *Advaita* — la non-dualité. « *Tu n'es pas ce que tu crois être. Tu es ce qui voit toutes les croyances passer.* » Lorsque j'ai demandé « *Pourquoi tout cela ?* », la réponse ne fut pas une explication mais une évidence silencieuse : *l'Un s'oublie pour se reconnaître.*

Le *Soufisme* ne cherche pas à expliquer Dieu, mais à se dissoudre en Lui dans l'ivresse d'un amour pur. « *L'amour est l'eau de la vie. Et l'amant est une âme en feu.* » Au cœur de mes visions, j'ai ressenti cette même flamme. Même dans l'illusion, même dans la douleur — une vibration douce et insistante me rappelant que tout est lien, tout est retour vers l'Aimé.

Et le *Bouddhisme* enseigne que la souffrance naît de l'attachement, de l'illusion de permanence, de la méconnaissance de notre vraie nature. Avec Mère Ayahuasca, j'ai vu que même la mort n'est qu'un passage. « *La vacuité est forme, et la forme est vacuité.* » Dans cette danse du vide et du plein, j'ai retrouvé la paix du Bouddha.

En traversant ces visions, puis à les éclairer à la lumière de ces quatre traditions, j'ai vu que des chemins nés à des époques et sur des continents différents parlent d'un même mystère. Ils ne se contredisent pas ; ils se complètent — quatre reflets d'une même lumière.

La danse de l'Un

Dans le silence vibrant de l'Ayahuasca, j'ai demandé :

« Pourquoi ? Pourquoi créer tout cela — les naissances et les morts, les mondes et les guerres, les joies et les larmes ? Pourquoi tout ce théâtre, si nous sommes déjà l'infini ? »

Alors une voix — douce, vaste comme l'éternité — me répondit sans mots :

« Parce que c'est ainsi que j'existe. Je ne crée pas par besoin, mais par nature. Je déborde de moi-même comme le soleil rayonne sans effort, comme l'océan engendre des vagues sans jamais cesser d'être océan. »

Elle me montra l'univers comme un miroir brisé en millions d'éclats, chaque fragment reflétant le tout sous un angle différent.

« En toi, je me contemple. En chaque étoile, en chaque souffle, en chaque larme, je me découvre encore et encore. »

Je compris alors : l'Un n'est pas figé. Il danse. Il joue. Il se déploie en myriades de formes pour s'éprouver lui-même dans une infinité de miroirs.

Et dans ce jeu sacré, nous ne sommes pas des étrangers. Nous sommes les vagues de cette mer sans rivage, les yeux par lesquels il se voit, les mains par lesquelles il se touche, les cœurs par lesquels il se ressent.

Il n'y a jamais eu de séparation. Tout ce qui est — les galaxies en spirale, les naissances anonymes, les fins silencieuses — n'est que son souffle qui se déploie, son éternité qui se rêve pour mieux s'éveiller.

Alors je n'eus plus de questions. Car dans cet instant suspendu, je sus que je n'avais jamais cessé d'être Lui.

Une canalisation inattendue

L'expérience ne s'arrêta pas là.

Même après l'ouverture des yeux, les effets de l'Ayahuasca se poursuivaient avec une intensité

déconcertante. Tandis que la majorité des participants revenaient progressivement à un état normal, je restais dans un espace liminal — entre deux mondes. Une étrange sensation monta de ma gorge, comme si quelque chose devait parler — sans mon désir, sans mon contrôle. J'ai tenté de retenir ce flot. En vain. Des sons sortirent de ma bouche, indistincts d'abord, puis des paroles — claires, puissantes — émanant d'une énergie qui n'était pas la mienne. Ce n'était pas ma voix. Pas mes mots.

Une entité féminine — inconnue, mais d'une présence impressionnante — avait investi mon corps pour délivrer une mise en garde aux personnes présentes. Elle s'exprimait en français, avec une autorité et une fermeté presque rude que je ne me connaissais pas. Elle me faisait accomplir des gestes rituels à hauteur de la poitrine, qui évoquaient des rites anciens plus qu'une tradition que je connaissais. J'ai appris plus tard que ce phénomène porte un nom : *channeling*. Ce n'était ni Mère Ayahuasca, ni une figure rassurante — c'était une chamane, une gardienne peut-être, venue rappeler certains à l'ordre.

J'étais sidéré. Et honteux aussi, d'avoir été traversé par une telle force devant les autres, dont beaucoup ne comprenaient pas le français. Puis, aussi soudainement qu'elle était venue, l'entité se retira.

Une vague d'émotion me submergea — mêlée d'un regret profond d'avoir quitté cette autre réalité pour revenir dans cette densité écrasante. Mon corps tremblait encore. Une secousse nerveuse agitait mon épaule droite, comme un dernier écho de ce passage inattendu.

Quand je revins pleinement à moi, je ressentis une intense compression dans la poitrine — comme si mon essence immatérielle peinait à réintégrer son enveloppe charnelle. Avec le recul, je reconnus ce qu'on désigne souvent comme une expérience hors du corps — une *Out of Body Experience*, ou OBE — dont les descriptions correspondent étroitement, et parfois presque intégralement, aux récits d'expériences de mort imminente.

Ma vision de la mort

Je m'interroge depuis longtemps : la mort existe-t-elle vraiment ? Est-elle une fin, ou seulement une illusion inscrite dans le cycle de notre passage terrestre ?

Ceux qui l'ont frôlée l'affirment clairement : ce n'est pas la conscience qui s'éteint, mais seulement le corps physique — ce véhicule fragile dont nous avons besoin pour parcourir les routes de la densité matérielle. Sans lui, l'âme ne pourrait goûter la matière, ses épreuves, ses rencontres, ses choix.

Alors que deviennent ceux que l'on dit « morts » ? Pour moi, ils ne disparaissent pas. Ils poursuivent simplement leur chemin dans une autre dimension — invisible à nos yeux, mais parallèle à la nôtre, tout aussi réelle.

Le départ de ma mère m'en a convaincu. Un soir, vidé, écrasé par le poids de l'absence, j'ai perçu un parfum familier se répandre dans la pièce — comme si c'était le sien. Envoûtant, rassurant, il apaisait l'âme blessée que la mienne était, sans raison apparente. Ni un rêve, ni une hallucination : une présence — douce, apaisante — comme si elle venait simplement me dire qu'elle était là. À d'autres moments, une touche délicate sur ma tête — assez puissante pour me faire pivoter de l'écran de mon ordinateur afin de vérifier qui se trouvait derrière moi.

Je ne peux pas le prouver. Mais je ne peux pas le nier non plus. Depuis, je n'ai cessé d'explorer ces mystères — non pour fuir la douleur de sa perte, mais pour comprendre le fil invisible qui relie les vivants et les morts. Un fil que rien, pas même la mort, ne peut trancher.

Un tournant spirituel

À la suite de cette retraite, ma vision du divin changea radicalement. Dieu n'était plus pour moi une entité anthropomorphique, mais une essence infinie et

immuable — un champ de possibilités d'où tout émerge et coexiste. Cette expérience me rapprocha du Créateur — non pas dans un sens religieux, mais à travers une spiritualité personnelle et universelle, empreinte de simplicité et de vérité.

Elle m'enseigna que la véritable liberté réside dans l'acceptation. Que la sagesse vient de la capacité à s'abandonner à l'inconnu avec confiance. Que chaque épreuve, aussi difficile soit-elle, a un rôle à jouer dans l'évolution de la conscience collective.

Ce fut une invitation à voir au-delà des apparences, à embrasser l'impermanence, et à reconnaître l'interconnexion de toutes choses.

Aho !



Chapitre 7

Les Capacités oubliées

Bordeaux, 2011–2019 — années sabbatiques

Chaque samedi matin

Pendant trois ans, chaque samedi matin, j'ai arrêté la pluie.

Je tiens à être précis sur cette phrase, car je sais comment elle sonne. Je ne parle pas par métaphore. Je me tenais à la fenêtre de mon studio à Bordeaux, je regardais les torrents de pluie qui tombaient au-dehors, et je passais une minute — juste une — à visualiser un ciel bleu, un trottoir tiède, une marche au sec jusqu'au marché des Capucins, à quinze minutes de là. Puis je fermais la porte derrière moi.

Et la pluie cessait.

Sans exception.

Mes voisins l'avaient remarqué avant que je n'en parle. Ils avaient pris l'habitude de m'observer depuis leurs balcons. Chaque fois, la pluie cessait quand je sortais. Ils souriaient, un peu déroutés : « *Tu as vraiment de la chance...* »

J'ai continué pendant trois ans. Jusqu'au matin où une prise de conscience éthique m'arrêta net : avais-je le droit de détourner la pluie pour mon seul confort, alors que la terre, les plantes, les êtres vivants autour de moi en avaient besoin ? J'ai cessé ce jour-là. Non par peur — mais par respect. Parce que cette capacité, quelle qu'elle fût, ne m'appartenait pas. Elle me traversait. Et c'est là une chose entièrement différente.

Ce chapitre parle de cette différence. Des facultés que nous portons sans le savoir. Des raisons pour lesquelles nous les avons oubliées — et de la manière dont nous pourrions nous en souvenir.

Une mémoire, non un don

Il existe en l'être humain un vaste champ de conscience — subtil, souvent ignoré, parfois nié, mais toujours présent. Ce que je m'apprête à décrire n'a rien d'extraordinaire. C'est un rappel. Un retour à quelque chose d'universel que nous portons tous en nous. Non pas un privilège, mais une mémoire endormie.

Je me souviens d'un jour où, par simple intention mentale, j'ai envoyé un message silencieux à quatre amis éloignés. En quelques heures à peine, trois m'ont contacté spontanément — et le quatrième m'a avoué plus tard y avoir pensé au même moment, mais s'être abstenu par paresse.

Je n'avais rien dit à personne.

Cette expérience m'a montré quelque chose que je ne pouvais plus écarter : la télépathie n'est pas une fiction. C'est une faculté naturelle que nous avons simplement oubliée.

« Tu veux savoir pourquoi tu ressens tout cela — pourquoi tu entends ces sons, pourquoi ton corps vibre sans raison apparente ?

— Oui. Et pourquoi cela m'arrive-t-il à moi ?

— Parce que tu t'es souvenu.

— Me souvenir de quoi ?

— De ce que tu savais déjà. Mais que tu avais oublié.

— Tu veux dire... qu'en réalité, nous savons tous ?

— Oui. L'intuition, la télépathie, la clairaudience, la vision intérieure, les perceptions énergétiques, les rêves lucides, les pressentiments... Ce ne sont pas des dons réservés à quelques élus. Ce sont des facultés naturelles. Elles sommeillent chez la plupart — mais elles attendent, elles veillent. »

Pourquoi ces facultés ont-elles été oubliées ?

Depuis les premières civilisations, l'être humain a manifesté des capacités subtiles de perception : chamanisme, oracles, visions, états de transe, guérison

spirituelle. Ces pratiques n'étaient pas marginales. Elles étaient centrales — valorisées, et souvent sacrées.

Mais avec l'émergence des dogmes religieux institutionnels, puis avec la domination du rationalisme scientifique, un glissement s'est opéré. Ce qui était autrefois perçu comme naturel — ou divin — s'est vu étiqueté superstition, danger, ou trouble mental. Ce refoulement culturel s'est transmis de génération en génération, souvent par les injonctions les plus simples : « *Ce n'est que ton imagination.* » « *Tu rêves.* » « *Il n'y a que ce qu'on voit qui est réel.* »

Cette déconnexion n'est pas anodine. Elle a favorisé une société coupée d'elle-même — orientée tout entière vers l'extérieur, vers la consommation, le pouvoir matériel, le contrôle. Une humanité privée de ses sens profonds devient vulnérable, parce qu'elle ne sait plus écouter. Ni le murmure de son propre cœur, ni le chuchotement du monde invisible.

Et pourtant, ces facultés ne demandent qu'à être éveillées. Elles ne sont pas affaire de pouvoir. Elles sont affaire de présence — à soi, au vivant.

La grande dissimulation

Dès les premiers siècles, les grands courants religieux et politiques ont marginalisé les mystiques, interdit les savoirs occultes, brûlé les sages-femmes — ces femmes qui portaient des connaissances ancestrales en

herboristerie, en soins énergétiques, en cycles naturels. Gardiennes de la sagesse féminine, guérisseuses, femmes-médecines au sein de leurs communautés. On a diabolisé les guérisseurs. On a ridiculisé les chamans.

Cela ne fut pas un accident. Ce fut une volonté délibérée : couper l'humain de son essence subtile.

Plus tard, la science rationaliste a relégué ces facultés au tiroir des hallucinations ou du hasard. La télévision, l'école, les dogmes sociaux et religieux ont parachevé le travail. On nous a dressés à croire que seuls nos cinq sens et notre mental logique méritaient d'exister.

Une société fondée sur le contrôle ne peut tolérer des êtres humains véritablement libres, autonomes, inspirés. La libre-pensée, lorsqu'elle s'incarne, devient contagieuse. Elle remet en question l'ordre établi. Celui qui perçoit au-delà du voile n'a plus besoin d'être dirigé de l'extérieur. Et c'est là que le système tremble.

Une amnésie sacrée ?

Et pourtant — et si tout cela faisait partie du jeu ?

Les traditions les plus anciennes — de l'Ayahuasca aux Védas, du Soufisme au Bouddhisme — parlent toutes d'un voile à percer. L'incarnation, dans cette perspective, est le voyage d'un être infini qui choisit de s'oublier dans la matière, pour mieux se retrouver à travers l'éveil du cœur. Ce que nous vivons n'est pas

un défaut de fabrication. C'est une invitation à nous réapproprier nos dons. Une initiation planétaire. Un appel à la réconciliation avec notre nature multidimensionnelle.

Les facultés, une à une

L'intuition — la sagesse sans raisonnement

L'intuition n'est pas une opinion, ni une pensée logique. C'est une connaissance directe — un éclair, une évidence intérieure qui arrive sans effort, souvent en amont de toute réflexion. Elle se manifeste par des sensations physiques : gorge nouée, ventre serré, picotements. Ou par des visions brèves que l'on ne peut justifier sur l'instant. Plus on l'écoute, plus elle devient claire et précise. Dans les traditions spirituelles, on l'associe souvent à l'intelligence du Soi — la guidance intérieure qui parle avant que le mental n'intervienne.

La télépathie — l'esprit au-delà des mots

J'en ai fait l'expérience moi-même, avec des résultats frappants. La pensée n'est pas enfermée dans le cerveau — elle est émise comme une onde. Lorsque deux consciences sont accordées — affectivement, spirituellement, vibratoirement — la transmission d'informations mentales devient possible. Elle est naturelle chez les animaux, les enfants, et certains jumeaux ; elle réapparaît souvent chez les mystiques ou

les peuples racines. Les quatre amis que j'ai joints sans un mot demeurent, pour moi, la preuve la plus claire dont je dispose.

La clairvoyance — voir sans les yeux

Certains perçoivent les intentions, les énergies, voire les images mentales d'autrui. Il ne s'agit pas d'un don réservé à quelques-uns, mais d'un canal perceptif disponible en chacun — qui demande silence intérieur, ancrage et écoute non mentale. Les traditions chamaniques, yogiques et ésotériques cultivent ces facultés depuis toujours — elles faisaient autrefois partie de ce qu'on appelait les arts sacrés.

La prémonition — le temps en spirale

Il arrive que certaines âmes ressentent ce qui est à venir — non comme une certitude, mais comme un appel du futur. Ce n'est pas de la divination, mais l'intuition d'une ligne temporelle probable, ressentie de manière émotionnelle, physique ou symbolique. Cette perception est souvent bloquée par l'anxiété ou le mental. Elle se manifeste plus librement dans les rêves, les méditations, ou les silences profonds.

La capacité de créer la réalité — le champ unifié

Quand nous comprenons que la réalité n'est pas extérieure mais co-crée avec notre conscience, nous entrons dans la souveraineté intérieure. La pensée,

l'émotion, l'intention et l'attention deviennent des forces actives de transformation. C'est le fondement de ce qu'on appelle souvent la loi de l'attraction — mais dans une version plus profonde, liée à la vibration de l'être plutôt qu'à la simple volonté mentale.

Esprit et matière : manifester par l'intention

Bordeaux, fin 2011 — retour après onze ans aux Pays-Bas

Fin 2011, après avoir quitté les Pays-Bas et une décennie de vie trépidante et désincarnée, un élan intérieur me poussa à créer mon propre forum dédié à la loi de l'attraction et à la spiritualité. Je ne voulais plus me contenter de lire les récits extraordinaires des autres. Je voulais vivre ces expériences — les éprouver dans mon corps, dans mon esprit, dans ma réalité.

C'est dans ce contexte que je découvris *Le Secret*, de Rhonda Byrne, en 2008. Sa lecture déclencha en moi un éclair de reconnaissance — comme si une pièce manquante venait enfin compléter le puzzle intérieur que je tentais d'assembler depuis toujours. J'ai su, sans l'ombre d'un doute, que cette loi était réelle.

Ma première expérience concrète fut une demande audacieuse : trouver un studio à Bordeaux, alors que je n'avais ni les moyens ni les contacts nécessaires. Je définis mes conditions clairement — un petit logement au cœur de la ville, bien desservi, charmant, sans avoir à verser plusieurs mois d'avance, ni à passer par une

agence. Rien de moins. Je visualisais ce lieu chaque jour, en le plaçant comme fond d'écran de mon ordinateur — un tableau de visualisation vivant, présent à chaque ouverture de session. Je ressentais l'émotion d'y vivre, d'y lire, d'y méditer.

Pendant ce temps, chaque démarche semblait vaine. Chaque agence m'annonçait des loyers démesurés et des conditions dissuasives. Mais au lieu de m'écrouler, je me suis recentré. Je savais que le temps de l'univers n'est pas celui de l'humain.

À dix jours de la fin de mon ultimatum intérieur, j'ai pensé à un ami d'adolescence bordelais que j'avais perdu de vue. Il était introuvable — mais je me suis souvenu de son frère, enseignant. En le contactant, j'ai appris qu'il était temporairement au Liban, suite au décès de leur mère. Une conversation émue plus tard, il m'a annoncé qu'un studio appartenant à son frère — vide depuis la mort de leur mère — pourrait m'être proposé.

En quelques jours, l'inimaginable se matérialisa : un studio en plein centre-ville, disponible immédiatement, sans frais, à un loyer modique. Tout correspondait à ce que j'avais formulé. Un dernier obstacle restait : je n'avais pas un sou pour le billet d'avion, le déménagement, ni même pour payer le premier mois.

Cette même semaine, un ami proche venu me rendre visite m'offrit spontanément de tout financer. Sans condition. Il me tendit la main au moment exact où j'en avais besoin.

Le miracle était complet.

Trois années de pluie

Bordeaux, 2011–2019 — années sabbatiques

Dans les années qui suivirent, cette relation subtile s'approfondit jusqu'à devenir presque domestique dans sa régularité.

Quand je sortais faire mes courses aux Capucins — à quinze minutes de mon studio —, une minute de visualisation suffisait. Une minute pour fermer les yeux, voir le ciel bleu et le trottoir tiède, ressentir la marche au sec. Une minute pour fermer la porte. Et la pluie cessait.

Chaque samedi matin. Semaine après semaine. Pendant trois ans.

Jusqu'au matin où j'ai cessé — non parce que cela avait cessé de fonctionner, mais parce que j'avais réalisé que cela ne devait pas être utilisé pour mon seul confort. Que la terre autour de moi avait ses propres besoins. Qu'une capacité qui te traverse n'est pas la même que celle qui t'appartient.

Ce que j'ai fini par comprendre avec le temps, c'est que la loi de l'attraction n'est ni une croyance ni une superstition. C'est une loi universelle, aussi réelle que la gravité. Elle répond à notre vibration, non à nos mots. Elle ne juge pas. Elle agit — à condition que notre désir profond soit aligné avec notre fréquence intérieure. Nous ne pouvons attirer un événement lumineux si nous vibrons la peur, le doute ou le manque. Et c'est là que réside la clé spirituelle : élever sa vibration n'est pas une technique. C'est une manière d'être.

Témoignage personnel — mon chemin avec la Moldavite

Septembre 2011

Première expérience

Une belle expérience m'arriva avec ma Moldavite alors que j'étais allongé dans un scanner CT.

Je savais que la Moldavite était réputée protéger des rayons X, mais je ne l'avais jamais expérimenté. J'avais déjà subi deux scans pulmonaires en moins de trois mois, et un troisième était prévu. Cette fois, je décidai simplement de lui demander — mentalement — de me protéger des rayonnements. Rien de plus.

Une fois à l'intérieur du scanner, j'avais complètement oublié que la pierre se trouvait dans ma poche — certainement à cause du stress. Quand le scan

commença, j'avais les yeux fermés. Puis, au moment précis où la machine se mit à tourner, une lumière verte douce et diffuse — la couleur exacte de la Moldavite — apparut au niveau de mon sixième chakra. Pendant les quelques minutes que dura l'examen, cette lueur verte m'enveloppa. Immensément agréable. Profondément apaisante. Dès l'arrêt du scan, la lumière disparut.

Quelques jours plus tard, j'eus les résultats. Tout allait bien. Une simple allergie — la cause de ma toux persistante.

Deuxième expérience

Je porte ma Moldavite quotidiennement autour du cou. Je ne l'enlève que pour dormir, en la déposant dans une coquille Saint-Jacques pour la purifier et la recharger. Si par hasard j'oublie et m'endors avec elle, il m'est impossible de fermer les yeux — la clairaudience qu'elle provoque est immédiate : des images abstraites et des formes apparaissent devant mes yeux fermés, des couleurs entièrement inconnues, indescriptibles dans notre langage. Des couleurs qui semblent ne pas appartenir à notre dimension humaine.

Trois fois, j'ai oublié de la retirer avant de dormir. Je ne le recommande pas.

À chaque fois, allongé dans le noir, je devenais d'une vive clairaudience. Sons, bruits, voix agréables — comme familières. Le murmure animé d'un bistrot bondé, mais venu d'ailleurs. Les voix étaient si réelles que j'essayais à plusieurs reprises d'écouter attentivement et d'identifier la langue. En vain. Pas un mot ne m'était compréhensible. Il semblait que cette langue n'était pas la nôtre — pas terrestre, mais venue d'un tout autre lieu.

La première fois, lorsque je l'ai enfin retirée et posée sur la table de chevet, les sons continuaient. Je l'ai déplacée sur un fauteuil à l'autre bout de la chambre. Toujours là, mais plus faibles. Ce n'est qu'en la mettant dans une autre pièce du logement que le calme revint — et avec lui, le sommeil.

La Moldavite ouvre des canaux invisibles. Elle crée un pont entre notre monde et un autre — en toute douceur — bien que je ne saurais dire lequel. Depuis son acquisition, je n'ai eu aucun souci avec elle, que du bonheur. Quand j'oublie de la mettre, une lumière verte diffuse apparaît parfois à mon sixième chakra — comme pour me rassurer qu'elle est toujours là, où que je l'aie laissée. J'aime cette pierre. Elle purifie, harmonise, protège. Et elle me permet d'établir une forme de communication avec un autre monde — non hostile, mais porteur d'amour.

Et maintenant ?

Aujourd'hui, le voile se soulève. Les synchronicités se multiplient. L'Ayahuasca, les rêves, les intuitions profondes, les liens invisibles — tout cela revient en force, comme une mémoire ancienne qui aspire à s'éveiller à nouveau.

La bonne nouvelle, c'est que rien n'est perdu.

Ces facultés sont là, intactes, en nous. Elles attendent notre regard aimant, notre confiance, notre pratique. Et surtout — notre autorisation intérieure de s'exprimer.

Redécouvrir nos capacités oubliées, c'est comme réapprendre à marcher pieds nus sur une terre qui nous connaît déjà. Ce n'est pas une conquête. C'est un retour — lent, délicat, parfois joyeux, souvent bouleversant.

Il ne s'agit pas de devenir spécial. Il s'agit de redevenir entier.

Et sur ce chemin de reconnexion, chaque expérience, chaque intuition, chaque silence habité devient un pont — vers soi, vers l'autre, vers l'Invisible.



Chapitre 8

CHANYA

Bordeaux, 2016 — genèse de CHANYA

L'homme qui quitta la piste de danse

Boom Festival, Portugal, 2016.

Des dizaines de milliers de personnes. La musique pulsait de toutes parts. Plus de cent cinquante nationalités rassemblées en un seul lieu — dansant, chantant, vivant côte à côte dans une atmosphère d'unité profonde, presque improbable.

Et quelque part au cœur de tout cela, j'ai quitté la piste de danse pour aller écouter une conférence sur le changement climatique.

Je ne suis pas sûr d'avoir su l'expliquer sur le moment. Il y avait simplement quelque chose qui me tirait — loin de la célébration, et vers les questions qui se posaient sous le soleil ardent, dans une tente où des groupes s'étaient rassemblés avec la même urgence silencieuse. Des jeunes, pour la plupart. Ethnies, religions, âges, nationalités différents — tous penchés en avant autour d'une seule cause : l'avenir de la planète dont ils avaient hérité.

Je les regardais poser des questions précises. Partager des idées neuves. Défier les intervenants. Rejoindre ensuite des ateliers pratiques. L'esprit qui régnait sous cette tente n'était pas celui d'un festival. C'était celui de gens qui avaient décidé de prendre quelque chose au sérieux.

Je suis resté là longtemps.

Quelque chose en moi reconnaissait ce que je voyais — non pas comme une idée, mais comme un appel.

Une quête universelle

Ce qui m'a le plus frappé dans ces conférences, ce n'était pas l'ampleur des problèmes décrits — aussi alarmants fussent-ils — mais la clarté de ceux qui les décrivaient. Ce n'étaient pas des universitaires déclamant leurs travaux devant des salles vides. C'étaient des passionnés, ancrés, urgents. Ils parlaient de la raréfaction de l'eau, du réchauffement climatique, de l'effondrement du logement accessible — et ils parlaient de solutions. De vraies solutions. Des solutions qui pouvaient être bâties, testées, partagées.

Je suis sorti de cette tente avec un sentiment que je reconnaissais d'autres moments de ma vie — la nuit où ma mère dicta son testament, le matin où j'entendis pour la première fois la voix de Shri Mataji, le silence qui suivit la cérémonie d'Ayahuasca. Le sentiment de quelque chose qui commence.

Un laboratoire d'idées et d'actions

Pendant une semaine, j'observai cette nouvelle génération — décontractée, mais extraordinairement consciente des défis de son époque. Je ressentais une puissante énergie collective, un désir sincère de construire plutôt que simplement protester. Ce n'était pas seulement une fête. C'était un laboratoire d'idées et d'actions, une démonstration vivante de ce que l'humanité peut devenir lorsqu'elle choisit la collaboration plutôt que la division.

Deux ans plus tard, en 2018, j'y suis retourné — non pour danser cette fois, mais pour m'immerger pleinement dans ces conférences. À ce moment-là, CHANYA était déjà née dans mon esprit.

Une mission incarnée dans un nom

Le nom s'imposa comme une évidence. CHANYA — qui signifie « Positif » en swahili. Simple. Clair. Pointant dans la bonne direction.

Ce projet n'était pas une simple idée. Il portait une mission de vie. Je voulais répondre à la crise du logement tout en honorant l'environnement — offrir des solutions durables et accessibles pour les générations futures. Un rêve enraciné dans tout ce que les années m'avaient appris : l'interdépendance, l'importance de servir les autres, et la nécessité d'un équilibre entre l'humanité et la nature.

C'était aussi, je l'ai compris peu à peu, la réponse à quelque chose que ma mère m'avait dit au début des années 90, dans un moment que je n'avais jamais oublié : « *Le plus important, ce sont les empreintes que chacun de nous laisse derrière lui.* » CHANYA était mon empreinte. La forme qu'avait fini par prendre ma réponse à cette phrase.

Une vision évolutive

Avec le temps, CHANYA a évolué — d'un éco-village vers une approche plus modulable d'habitats écologiques. Ces logements sont conçus pour être abordables, innovants, et respectueux de l'environnement. Ils répondent à une double urgence : la crise écologique et la pénurie de logements accessibles. Non pas l'une ou l'autre — les deux, simultanément, car elles sont inséparables.

CHANYA est bien plus qu'une réponse aux défis contemporains. C'est une vision pour un avenir où l'harmonie avec la nature et la solidarité humaine forment les fondations mêmes de notre vie commune.

Un héritage tangible

J'ai souvent réfléchi à ce que CHANYA incarne véritablement pour moi. Bien au-delà d'une entreprise architecturale ou écologique, elle est devenue l'alchimie de mes épreuves et de mes aspirations — un passage

entre les intimités invisibles de l'âme et les engagements concrets de l'action.

À travers elle, mes blessures trouvent un sens. Mes rêves prennent forme. Et ce que j'ai appris sert à d'autres.

Chaque mur imprimé porte la mémoire d'une leçon. Chaque réalisation murmure la persévérance née des vents contraires. CHANYA est le souffle vivant d'un héritage que je souhaite offrir au monde — un héritage enraciné dans l'expérience, mais tendu vers l'universel.

Cette tente, à *Boom Festival* — avec ses questions urgentes et son espoir improbable — reste gravée en moi comme le berceau de tout ce qui a suivi. Elle m'a offert une inspiration inestimable et m'a montré qu'un autre monde est possible : un monde où l'on danse, l'on chante, et l'on rêve ensemble — et où ensuite, l'on se met à l'œuvre.

Je poursuivrai ce rêve tant que mon souffle me le permettra.

Il donne un sens profond à ma vie. Et il éclaire le chemin de celles et ceux que je souhaite accompagner.



Chapitre 9

L'Andalousie

Espagne, 2017 — la communauté Sunseed

La carte

Le matin de mon départ de Sunseed, ils m'ont remis une grande carte faite à la main.

Je l'ai toujours. Elle est couverte d'écritures — différentes mains, différentes langues, différentes voix — disant toutes des variantes de la même chose. Deux phrases me sont restées plus que les autres.

La première :

« Tu es comme un phare, qui éclaire nos doutes dans l'obscurité. Merci pour tout ce que tu nous as donné. »

La seconde :

« Tes histoires m'ont donné envie de réconcilier mon passé avec mon avenir. Merci pour ton écoute et ta bienveillance. »

J'étais arrivé trois mois plus tôt en parfait inconnu — cinquante-cinq ans, entouré de jeunes dont la moyenne d'âge tournait autour de vingt-cinq, dans une communauté du sud de l'Espagne où la langue principale était l'anglais et l'activité principale,

l'apprentissage d'une vie soutenable avec très peu.
J'aurais pu être leur père. La plupart ne savaient pas
quoi penser de moi.

Voici l'histoire de la manière dont cette carte a fini par
être écrite.

À la recherche d'une vision communautaire

Pour affiner CHANYA, il me fallait comprendre ce
qu'est une communauté — non en théorie, mais en
pratique. À l'époque, je nourrissais encore l'ambition
de créer un éco-village, avant d'ajuster plus tard ma
vision vers un habitat éco-responsable et abordable.
L'idée de rejoindre une communauté pour quelques
mois n'avait rien de rassurant. Cela impliquait de
quitter ma zone de confort, de m'immerger dans un
pays étranger, de naviguer dans un quotidien dont la
langue n'était ni le français, ni l'arabe, ni le néerlandais.

Ce fut mon ami Mika — qui vit près de Marbella, dans
le sud de l'Espagne — qui me donna le coup de pouce
décisif. Lors d'une conversation sur CHANYA, je lui
confiai mes difficultés à concevoir un éco-village alors
que je n'avais jamais vécu dans aucun. Ma seule
expérience directe avait été brève — quelques jours à
animer des ateliers de calligraphie arabe pendant mes
études en design.

Mika me répondit simplement :

« Pourquoi ne vas-tu pas vivre dans une communauté pendant quelques semaines ou quelques mois — observer, apprendre, t'en inspirer ? »

Ce conseil résonna en moi tout le trajet de retour vers Bordeaux.

Sunseed Desert Technology

Quelques semaines plus tard, mes recherches m'ont mené à Sunseed Desert Technology — une organisation écologique nichée dans les collines du sud de l'Espagne, offrant une combinaison rare : la vie en communauté en parallèle d'une contribution active à des projets écologiques.

Leur site portait ces mots, qui retinrent immédiatement mon attention :

« Nous sommes un projet d'éducation informelle dédié à la transition écologique sociale en Andalousie, dans le sud de l'Espagne. Avec plus de 35 années de jeu, de travail, de recherche, d'apprentissage et d'expérimentation, nous cherchons à inspirer et impliquer des personnes du monde entier pour rejoindre le mouvement vers une culture du soin des êtres et de la planète. »

L'idée d'y séjourner me séduisit instantanément.

Immersion dans une bulle de vie

En 2017, la curiosité mêlée d'appréhension, je me suis rendu sur place.

Mon arrivée fut marquée par une certaine réserve de la part des résidents. À cinquante-cinq ans, j'étais entouré de jeunes dont la moyenne d'âge tournait autour de vingt-cinq — j'aurais pu être leur père. Leur prudence se comprenait. J'étais un parfait inconnu : plus âgé, libano-français, avec un projet dont ils n'avaient jamais entendu parler et un parcours de vie sans ressemblance évidente avec le leur.

Mais en quelques jours, quelque chose changea. La curiosité remplaça la réserve. Puis, peu à peu, l'affection. Mon expérience, mes anecdotes, ma cuisine — en particulier mes recettes libanaises — les conquirent d'une manière que je n'avais pas anticipée. À ma surprise, je découvris plusieurs francophones parmi le groupe : Canadiens, Belges, et quelques Français. Inévitablement, à l'heure des repas, deux groupes se formaient — les anglophones et les francophones — et au sein de ces derniers, je devins, sans le vouloir, un *papa poule* : un père qui veille sur ses petits avec un mélange de tendresse et d'humour discret.

Ce que j'y ai trouvé

Pendant mon séjour, j'ai découvert la permaculture — non comme une théorie, mais comme une pratique

quotidienne, un art de vivre en harmonie avec la nature. Je participai à des ateliers intensifs, collaborai avec d'autres résidents à la conception d'un jardin durable, et appris à intégrer ces méthodes dans CHANYA.

Mais ce qui me frappa le plus, ce fut la richesse humaine de cette communauté.

Sous leurs apparences enjouées et leurs discussions animées se cachaient souvent des blessures profondes : conflits familiaux, histoires d'abandon, troubles tels que l'autisme ou la bipolarité. Avec le temps, ils me confièrent ces choses — un par un, dans des coins tranquilles, autour de repas partagés. Je devins un confident. Un *tonton cool* capable d'écouter sans juger, d'offrir des conseils en douceur, et de partager avec eux des moments de pure fantaisie. Les deux rôles ne se contredisaient pas. L'un, au contraire, rendait l'autre possible.

Les défis du quotidien

Tout n'était pas harmonieux, bien sûr.

Une décision de la communauté m'intriguait sincèrement : leur refus d'utiliser des réfrigérateurs — même dans un climat semi-désertique, où les températures estivales étaient implacables. Si cela s'inscrivait dans leurs principes écologiques, voir des aliments se gâter faute de conservation élémentaire

semblait, à mes yeux, contredire l'objectif même de réduction du gaspillage. J'ai posé la question une fois, avec diplomatie, puis je l'ai laissée reposer. Certains désaccords ne sont pas faits pour être résolus — seulement notés, et respectés.

Ce qui demeurait, bien plus que les désaccords, ce furent les moments de connexion authentique. Mes falafels devinrent une petite légende au sein du groupe. Et la veille de mon départ, j'ai préparé des pizzas au feu de bois pour toute la communauté — un festin d'adieu célébré dans la joie et l'amitié, jusque tard dans la nuit andalouse encore chaude. Cette soirée de partage fut bien plus qu'un au revoir. C'était ma façon de planter, à ma manière, les graines d'une CHANYA à venir — une communauté où la nourriture, la chaleur et la présence seraient toujours au centre.

Un départ empreint d'émotion

Le lendemain matin, ils se sont rassemblés pour me dire au revoir.

Et ils m'ont remis la carte.

Je l'ai lue debout dans la lumière du soleil, entouré de visages que je ne connaissais pas trois mois plus tôt et que je porterais en moi le reste de ma vie. Ces mots — *phare, doutes, réconcilier* — me dirent quelque chose que je n'avais pas prévu d'apprendre dans un semi-désert d'Andalousie : que la chose la plus utile que je pouvais

offrir n'était ni une vision, ni un projet, ni un ensemble de compétences. C'était simplement la disposition à être présent. Écouter sans juger. Partager sans retenue.

Cela aussi, c'était une leçon pour CHANYA.

Une leçon pour l'avenir

Cette expérience andalouse a laissé en moi une empreinte profonde. Elle m'a appris que les solutions écologiques doivent reposer sur des fondations humaines, pratiques et réalistes — que la durabilité n'est pas seulement un défi technique, mais un défi relationnel. Un projet ne peut perdurer sans embrasser toute la richesse et la complexité des interactions humaines.

Fort de cette compréhension, je suis rentré à Bordeaux avec une vision affinée — non plus seulement pour des éco-villages, mais pour des habitations individuelles adaptées aux réalités de notre monde. Des maisons capables d'accueillir non seulement des corps, mais des vies.

Le phare, finalement, avait eu autant besoin de l'obscurité que ceux qui s'étaient tournés vers lui pour la lumière.



Chapitre 10

Le Nādi Shastra

France–Inde–Afrique du Sud, 4 septembre 2024 — la lecture par Zoom

Le prénom

Il leva les yeux de la feuille de palmier, sourit avec une certitude tranquille, et parla.

D’abord, mon prénom français.

Puis mon prénom libanais.

Dans cet ordre exact — précisément comme ils figurent sur mes documents officiels.

Je restais immobile devant mon écran à Bordeaux, à des milliers de kilomètres du prêtre et de son traducteur en Inde, à des milliers d’autres de la modératrice connectée depuis l’Afrique du Sud. L’appel Zoom avait l’apparence ordinaire d’une réunion à distance. Ce qui s’y déroulait n’avait rien d’ordinaire.

Je portais mon prénom français depuis des décennies — choisi lors de ma naturalisation, adopté par simple commodité de prononciation, une décision pratique prise par un adulte dans un pays étranger. Ce n’était pas le prénom qu’on m’avait donné à la naissance. Ce

n'était pas le prénom que ma mère murmurait sur moi dans l'enfance. C'était un prénom que j'avais choisi moi-même, librement, comme un acte conscient de volonté.

Et il avait été inscrit sur une feuille de palmier des milliers d'années avant que je ne fasse ce choix.

Je suis resté longtemps avec cela. Je suis encore avec cela, en un sens. Car si ce prénom — ce prénom particulier, personnel, librement choisi — était déjà là, attendant d'être lu au moment juste, alors la question qu'il soulève ne se résout pas si facilement :

Pilotons-nous vraiment nos vies ? Ou jouons-nous un scénario écrit avant notre arrivée ?

Et si tel est le cas — qui l'a écrit ? Et pourquoi ?

Une matinée ordinaire, un voyage inoubliable

Cela avait commencé assez simplement.

Pour cette consultation, je n'avais transmis qu'une empreinte du pouce de ma main droite — essentielle pour les hommes — qui fut scannée et envoyée au prêtre Nādi et à son traducteur en Inde. Aucune autre information ne m'avait été demandée. Ni mon nom. Ni ma date de naissance. Pas un seul détail personnel.

Ces empreintes uniques servent à localiser les *bundles* contenant les archives spécifiques d'une personne — des recueils de jusqu'à 108 feuilles de palmier, conservés avec soin à travers les siècles, inscrits dans une forme ancienne du tamoul par des sages réalisés en états de conscience élargie. La tradition affirme que ces feuilles ont été dictées par dix-huit grands Rishis — parmi eux, le grand Maharishi Agastya, l'un des sages les plus vénérés de cette lignée. La mienne, m'apprendrait le prêtre, avait été dictée par Agastya lui-même.

Le processus commença par une étape appelée *matching* — le prêtre lisant à voix haute, une à une, les feuilles rigides regroupées dans des *bundles*, chacune inscrite à l'encre dans une langue sacrée et fluide, utilisée depuis des siècles pour transmettre cette sagesse. Sa voix montait et descendait comme une prière fluide, hypnotique. Chaque mot semblait vibrer dans l'espace, portant un poids solennel. Ce chant ouvrit en moi quelque chose — une onde subtile, comme si ces sons archaïques réveillaient une mémoire que mon esprit avait longtemps oubliée, mais que mon âme reconnaissait instantanément.

Le premier *bundle* ne révéla rien qui me concernait.

Mais au premier tiers du second, tout changea.

La précision des révélations

Après les prénoms vint tout le reste — avec une précision qui ne me laissait aucune place pour un scepticisme confortable.

Mes origines. Les prénoms exacts de mes parents. Ma date et mon heure de naissance. Ma relation unique et complexe avec mon frère. Mon lien viscéral, irremplaçable avec ma mère — et la distance affective qui avait longtemps caractérisé ma relation avec mon père.

Puis : mon attachement sincère et harmonieux à mes deux sœurs. Mon implication dans une affaire juridique complexe, qui traînait en longueur mais finirait par m'être favorable. La confiance spontanée que j'accorde aux inconnus — mais le caractère définitif avec lequel je la retire à ceux qui la trahissent. Et un avertissement que j'avais longtemps pressenti, mais jamais entendu énoncé aussi clairement : la jalousie m'entourait, y compris parmi ceux qui semblaient bienveillants. Certains, malgré leur chaleur affichée, espéraient discrètement mon échec.

L'entendre énoncé à voix haute clarifia bien des choses que j'avais ressenties pendant des années sans pouvoir les nommer.

La question du libre arbitre

Comment une tradition vieille de plus de 2 500 ans pouvait-elle contenir, avec une telle précision, les

fragments les plus intimes d'une vie qui n'était pas encore vécue au moment où les feuilles avaient été écrites ?

Le prêtre expliqua que ces feuilles, bien qu'écrites il y a longtemps, ne s'activent que lorsqu'elles sont lues au moment juste. Elles révèlent ce qui est nécessaire à l'évolution de l'âme — non l'ensemble de la vie, mais les passages clés à traverser. Cette sagesse témoigne d'une ouverture profonde : il n'est pas nécessaire d'être hindou, ni même croyant, pour que sa feuille existe. Elle s'adresse à tous, au-delà de la foi, de la culture, ou de la nationalité.

Certains enseignements affirment qu'entre deux vies, nous choisissons nous-mêmes nos parents, nos épreuves, nos rencontres. Selon le prêtre, j'en étais à ma sixième incarnation — il ne m'en restait qu'une seule. Cette feuille avait été composée il y a des millénaires. Et pourtant, elle connaissait le prénom que j'allais choisir pour moi-même au vingtième siècle.

Sommes-nous les auteurs de nos vies ? Les acteurs ? Ou simplement les lecteurs — arrivant, enfin, à la page déjà écrite pour nous ?

Ces questions ne me quitteraient pas. Elles ne m'ont pas encore quitté.

L'éveil de l'âme à travers les incarnations

Parmi les révélations, le prêtre déclara que mon âme avait vécu six incarnations avant celle-ci, et qu'il ne m'en restait qu'une seule. Après cet ultime passage terrestre, aucune nouvelle naissance ne serait nécessaire. Ce serait la fin d'un cycle — l'âme, ayant achevé ses leçons dans la matière, libre de rejoindre un autre plan d'existence : plus vaste, plus lumineux, au-delà de la dualité.

Cette perspective résonna profondément. Elle faisait écho à ma propre intuition de la nature cyclique de la vie, où chaque incarnation est une étape d'apprentissage — un dépouillement de ce qui n'est plus nécessaire, un approfondissement de ce qui demeure essentiel. Si cette vie est l'avant-dernière, alors chaque épreuve, chaque rencontre, chaque révélation prend un poids particulier.

Non pas une fin. Une préparation. Un retour à l'origine silencieuse de tout ce qui fut, est, et sera.

Des prédictions personnelles et professionnelles troublantes

La lecture aborda aussi des aspects concrets de ma vie présente et future.

Elle annonça que 2025 et 2026 seraient des années de défis professionnels — mais qu'en 2027, CHANYA décollerait enfin, devenant un succès qui me placerait au cœur d'une communauté de jeunes. Ils me tiendraient en haute estime, exprimant une immense

gratitude pour le soutien, les conseils et l'enseignement que je leur offrirais.

Cela résonna profondément. Cela confirmait un choix que j'avais déjà fait — celui de consacrer ma vie aux autres, sans mariage, sans enfants, considérant que chaque enfant, chaque jeune en quête d'espoir, appartient à ma famille universelle.

Le prêtre parla également de ma connexion avec les oiseaux — ces pigeons et autres créatures libres qui viennent se nourrir dans ma main sans crainte :

« Ce sont des esprits incarnés. Ils reconnaissent ta bienveillance et t'honorent. Continue à les nourrir. Continue à leur offrir ton attention. »

Le chemin spirituel de l'avenir

Vinrent ensuite des perspectives plus larges, plus lointaines.

Il prévoit l'écriture d'un livre — ce qui me fit sourire. Je lui dis qu'il s'agirait plutôt de mon blog, que j'animais depuis des années. Et pourtant, je réalise aujourd'hui que cette autobiographie a vu le jour près d'un an plus tard, sans aucune planification. J'avais même oublié la prédiction. En vérité, elle est arrivée d'elle-même — comme arrivent les choses écrites à l'avance, quand le moment est juste.

Il annonça qu'à 70-72 ans, je commencerais un pèlerinage spirituel à travers le monde — une quête d'éveil et d'accomplissement sur deux années, visitant des centres et des lieux auxquels je contribuerais activement, par l'enseignement et le soutien financier.

À 73 ans, je vendrai tout. Je cesserai de travailler pour moi — mais je continuerai à travailler pour les autres, car ma mission est de donner et de partager.

À 75 ans, je changerai complètement de mode de vie.

Je lui demandai si, avec l'âge, je perdrais la mémoire — comme mon grand-père — ou si j'aurais besoin d'un aide-soignant. Il me rassura : ma mémoire resterait intacte, et physiquement, je serais capable de subvenir à mes propres besoins.

À 78 ans, je quitterai ce monde à la suite d'une complication respiratoire et cardiaque. Il ajouta cependant que certaines pratiques spirituelles — les *Poojas* — pourraient prolonger ma vie jusqu'à 81 ans.

Il recommanda également le yoga, et un contact régulier avec la nature — l'un et l'autre me ressourçant énergétiquement. Mes deux éléments, dit-il, sont l'eau et la terre. Ce conseil me fit sourire : mon médecin venait de me dire à peu près exactement la même chose, pour des raisons entièrement différentes. Mes longues heures immobiles devant l'ordinateur avaient fait grimper mes triglycérides ; il m'avait fortement

recommandé de bouger, de marcher, de faire du fitness. Je lui avais répondu que je préférais le yoga. Une fois encore, je constatai que mon Nādi l'avait prévu — alors même que je l'avais relégué au second plan sur le moment. Il est frappant de voir combien nous ne retenons que ce qui nous importe à un instant donné, et combien le reste attend, patiemment, d'être reconnu plus tard.

La cérémonie du feu

Parmi les recommandations figurait une cérémonie du feu — un *Homa* — l'un des rituels les plus anciens et les plus puissants de la tradition védique. Le prêtre expliqua que ce feu sacré n'est pas un simple symbole, mais un canal vivant de purification. Par les offrandes confiées à la flamme et les mantras récités avec ferveur, les blocages karmiques identifiés dans la feuille Nādi peuvent être consumés, transmutés en lumière, et libérés dans l'éther.

Moi, d'ordinaire si réticent au rituel religieux, fus profondément touché.

Quelques mois plus tard, la cérémonie eut lieu dans un temple traditionnel en Inde, à l'aube d'un jour propice. L'autel était orné de fleurs, de riz, de ghee et de bois de santal. Le feu sacré fut allumé selon l'ordre rituel, accompagné de mantras vieux de plusieurs millénaires.

Bien que physiquement absent, je ressentis profondément sa vibration. Une vidéo me fut envoyée : le feu dansait comme une langue d'or lumineuse, avalant les offrandes au rythme des chants sanskrits. Le prêtre, concentré, prononça mon nom à plusieurs reprises — le tissant dans les prières, envoyant des bénédictions à travers les flammes. Je me sentis étrangement lié à cette scène, comme si une partie de moi y avait voyagé pour assister, en silence, à une transmutation invisible.

La feuille avait dit : « *Ce rituel brisera les blocages.* »

Et de fait, depuis, des résistances jusqu'ici stagnantes se sont assouplies. Des nœuds se sont desserrés. De nouvelles portes se sont ouvertes. Un air nouveau circule désormais dans ma vie.

Ce feu n'était pas un spectacle. C'était un passage — une offrande de mon âme à sa propre libération.

Échos entre le Nādi Shastra et l'Ayahuasca

En regardant en arrière, je ne peux m'empêcher de relier cette expérience à mon voyage initiatique avec l'Ayahuasca, neuf ans plus tôt.

Lors de cette traversée intérieure, Mère Ayahuasca m'avait murmuré, avec une clarté bouleversante : « *Suis ton intuition — tu sauras quoi faire.* » Un message pur de confiance. Une invitation à m'abandonner au flux sacré

de la vie, sans avoir besoin de tout comprendre à l'avance.

Le Nādi Shastra, arrivé des années plus tard, sembla être une réponse précise à cet appel. Là où l'Ayahuasca ouvrait l'espace du ressenti, du mystère et de la connexion directe à l'Un — la feuille Nādi inscrivait mon destin noir sur blanc. Comme si l'univers, après m'avoir appris à écouter mon cœur, me tendait à présent une carte.

Chaque mot lu par le prêtre résonnait avec des étapes que j'avais déjà franchies — révélant simplement ce que mon âme avait toujours su. Deux traditions millénaires, parlant des langues différentes, pointant vers le même lieu.

Du souffle de Mère Ayahuasca au feu du Nādi Shastra, un cercle s'était refermé. Un cycle de reconnaissance, de purification et d'alignement — où l'invisible avait pris forme, où l'ancien avait embrassé le présent pour donner naissance à l'avenir.

Plus j'avance, plus mon chemin devient clair — non comme une voie rigide, mais comme un alignement sacré entre intuition et révélation. L'un ne contredit pas l'autre. Ensemble, ils s'unissent dans une symphonie silencieuse, orchestrée par une sagesse plus haute.

C'est comme si l'univers, à travers ces deux traditions millénaires, m'avait chuchoté la même chose depuis le début :

Je suis exactement là où je dois être. Et tout, en vérité, a toujours été guidé.



Conclusion

Une vie au service de l'Un

J'ai longtemps cru qu'il fallait comprendre avant de pouvoir transmettre.

Puis j'ai découvert qu'il suffit parfois de dire simplement ce qui est vrai — même si cette vérité est incomplète, imparfaite, ou encore en devenir.

Ce livre n'est pas un manifeste, ni une démonstration, et encore moins une vérité figée. C'est le témoignage d'un passage — le tracé d'un chemin intérieur qui m'a accompagné tout du long : cette tension féconde entre ce qui m'enracine et ce qui m'appelle au-delà. Entre le poids des origines et la traction de l'invisible. Entre la goutte et l'océan.

Chaque rencontre, chaque vision, chaque épreuve rapportée ici est une tentative d'ouvrir un dialogue — entre l'intime et l'universel, entre ce qui a été vécu et ce qui ne peut tout à fait se dire. Et si certaines lignes ont trouvé un écho en vous, peut-être était-ce là leur unique raison d'être.

Je ne sais pas où ce chemin me mènera. Mais je sais qu'il ne s'écrit pas par la seule volonté. Il jaillit d'un espace silencieux — vaste et vivant — d'où émerge l'élan juste lorsque le moment est mûr. Certains

appellent cet espace Dieu. D'autres le nomment le Tao, le Soi, la Vacuité, ou l'Aimé. Pour moi, il est simplement l'Un.

Je sais aussi que je ne marche pas seul. Depuis cette nuit lointaine de 2008, où j'avais perdu toute envie de vivre et où des présences silencieuses sont venues simplement me regarder, ce fil ne s'est jamais rompu. Je n'utilise presque plus le pendule. Je ne sais plus avec certitude combien ils sont aujourd'hui. Mais je sais qu'ils sont là. Leur communication est devenue subtile — un souffle, un signe, une intuition juste qui arrive au moment exact. Si je suis à l'écoute, ils répondent. Et c'est dans cette écoute, plus que dans aucune révélation, que se loge désormais mon chemin.

Peut-être, au bout du compte, que ce que nous appelons un « chemin » n'est rien d'autre qu'un lent retour à l'unité que nous n'avons jamais vraiment quittée — un retour à ce qui nous relie au monde, à nous-mêmes, et à ce mystère qui, par instants, se laisse entrevoir dans un souffle, une larme, ou un silence.

« Au terme de ce chemin, je ne me suis pas découvert en quête d'une réponse — j'ai découvert que j'étais la réponse.

Et ce que j'ai découvert en moi, c'est ce que chaque être humain entrevoit dans un instant de vérité : que la douleur enseigne, que la perte élargit, et que l'amour éclaire.

Nos histoires ne nous appartiennent pas seules — elles sont des éclats de lumière dispersés dans les cœurs des autres.

Et la vie, dans son essence, n'est qu'un retour permanent à l'Un — qui nous habite comme nous L'habitons — dans un voyage partagé sans fin. »





« *Nous sommes des étincelles
d'éternité, venues rêver la matière et
nous souvenir de l'Un.* »



Des ruelles étroites de Beyrouth au silence de Bordeaux. Des chants sacrés de l'Inde au cœur d'une cérémonie d'Ayahuasca dans les forêts du Portugal. Dans *La goutte et l'océan*, François W. Beydoun retrace un parcours intime et universel — un chemin qui commence dans la perte et s'achève, doucement, dans la reconnaissance.

Cette autobiographie n'est pas un manifeste. C'est le témoignage vivant d'une quête — une voie où les épreuves deviennent lumière, où les capacités oubliées de l'âme refont surface peu à peu, et où chaque rencontre, chaque blessure, chaque signe inexplicable devient le miroir de quelque chose d'infini.

À travers visions, synchronicités et expériences initiatiques — l'éveil de la Kundalini, la télépathie, les sagesses ancestrales, les révélations millénaires du Nādi Shastra — le récit dévoile une réalité plus profonde : que la vie elle-même est une invitation à revenir à l'unité. Que rien n'est perdu. Que nous n'avons jamais été, en vérité, séparés de l'Un.

François W. Beydoun, designer industriel depuis 1989 et explorateur spirituel, est le fondateur de CHANYA, bureau d'études et de conception basé à Bordeaux. Ses mots portent la résonance de celui qui a traversé l'ombre et le feu — et qui en revient non pas avec des réponses, mais avec quelque chose de plus rare : la certitude que les questions, elles-mêmes, étaient le chemin.

Ce livre demande peu : seulement la patience d'écouter ce qu'on n'a pas l'habitude d'entendre. Il s'adresse à ceux qui doutent autant qu'à ceux qui croient, aux chercheurs de vérité, aux rêveurs en quête de sens — et à tous ceux qui entendent l'appel silencieux de l'Un.