

JP

La Résonance d'un deuil

(Thérapie par l'écrit en 16 textes)



JPLPublications

Les Échos d'un Amour Éternel

*"Mourir ce n'est pas la lumière qui disparaît
c'est la lampe qu'on éteint quand l'aube est venue"*

R.Tagore

Il était une fois, dans les larmes des souvenirs égarés, une femme dont le sourire illuminait le monde. C'était l'amour de ma vie, ma muse, ma complice. Son éclat, tel un rayon de lune dans la nuit obscure, apportait douceur et chaleur à chaque instant de notre vie commune. Même aujourd'hui, alors que le silence a pris possession de notre demeure, sa présence flottante me murmure encore des tendres mélodies.

Elle avait ce don unique de transformer l'ordinaire en extraordinaire. Dans notre jardin, à l'orée du printemps, elle s'asseyait parmi les fleurs, observant les papillons danser au gré du vent. Ses rires résonnaient comme une douce symphonie, chaque note vibrante d'amour. Elle m'apprenait à voir le monde à travers ses yeux vert éblouis par la beauté des simples choses. Comment oublier nos promenades main dans la main, où chaque pas était une promesse murmurée, chaque regard un voyage partagé ?

Sa voix chaude, enveloppante comme un plaid en hiver, me berçait lors des longues soirées passées au coin du feu. Nous échangeions des histoires, des rêves et des espoirs, construisant ensemble un avenir où le soleil ne se couchait jamais. Elle avait ce pouvoir de faire naître des étoiles là où il n'y avait que l'obscurité. Quand elle me parlait de ses projets, de ses aspirations, je voyais dans ses yeux une flamme vive, une passion qui pouvait embraser le ciel.

Mais les ombres du destin, cruelles et imprévisibles, sont venues frapper à notre porte. Un jour, le souffle de la vie s'éclipsa, et avec lui, ma raison d'être. Le silence devint lourd, et chaque coin de notre maison résonnait de son absence. Je me suis retrouvé seul, perdu dans un océan de tristesse, un naufragé sur une île déserte de souvenirs. Mon cœur s'est fermé à la lumière. Notre rêve de vieillir ensemble se transformait en cauchemars avec l'espoir de m'éveiller, mais en vain...

Pourtant, même dans cette douleur, je sens son écho. Elle s'est incarnée dans chaque souffle de vent, dans chaque rayonnement du soleil. Lorsque les arbres bruissent sous les caresses d'une brise délicate, je l'entends chuchoter des promesses d'éternité. Les roses qu'elle cultivait continuent de fleurir, témoins silencieux de notre amour fusionnelle et indéfectible. Leur parfum enivrant me rappelle ses rires, et parfois, je crois la voir se pencher pour cueillir une fleur, le visage illuminé par la lumière dorée du matin.

Je me promène souvent, en quête de réconfort dans les lieux qui portaient son empreinte. Le long de notre plage favorite où nous avons partagé tant de joie de vivre. Au petit bar jouxtant la plage, je commande son cocktail, doux comme son caractère, et je ferme les yeux, espérant ressusciter un instant fugace de notre bonheur. Les serveurs, avec bienveillance, me sourient, sachant combien chaque gorgée est un hommage à son esprit vibrant. Je la revois, tout en buvant son breuvage à petites gorgées, contempler le couché de soleil flamboyant avec le regard d'une enfant émerveillée.

Les nuits sont les plus sombres, lorsque la solitude se fait oppressante. Alors, je m'assieds devant son portrait, j'allume une bougie et je parle à son âme. Je lui raconte mes craintes, mes joies, mes souvenirs. Chaque mot prononcé est une prière, une tentative désespérée de tisser à nouveau le fil de notre connexion. Parfois, dans le crépitement du feu les soirs d'hiver, j' imagine entendre sa voix, douce comme un murmure, me réconfortant dans ma peine et me demandant si je l'aime toujours. Quelle questions...!

Les saisons passent, et avec elles, la douleur s'adoucit, transformée en une mélancolie douce-amère. Je commence à comprendre que l'amour ne connaît pas de fin. Chaque instant partagé, chaque regard croisé, chaque étreinte devient une étoile brillant dans le firmament de ma mémoire. Et c'est là que réside sa véritable magie : elle continue de vivre, non pas dans le corps, mais dans chaque battement de mon cœur.

Au fil des jours, je découvre la force de l'espoir, cette lumière fragile qui émane des ténèbres. Je commence à écrire, inspiré par tout ce qu'elle m'a appris. Je lui dois ce que je suis devenu au fil de notre existence, elle a su me rendre meilleur sans effacer ma personnalité. Des poèmes naissent, célébrant son existence, son rire, et la beauté de notre amour. En chaque mot, je dépose des pétales de rose, des souvenirs sculptés dans le marbre du temps.

Et dans cet acte de création, je réalise que je ne suis pas vraiment seul. Elle vit à travers moi, à travers les histoires que je raconte, les moments que je partage. Notre fils porte en lui la continuité de son essence. A travers lui, je peux encore apercevoir les reflets de son amour inconditionnel.

Souvent j'écoute les chansons qu'elle fredonnait. Chaque note de musique vibre d'une couleur propre, exhalant une odeur singulière. C'est une symphonie des sens, une douce confusion entre le son, la lumière et son parfum. Peut-être n'étais-ce qu'un trouble passager de la perception, ou bien une porte entrouverte sur un territoire sensoriel oublié.

Là où les émotions ne se disent pas, mais se ressentent dans des teintes et des fragrances. Je ferme les yeux. Le monde s'efface derrière le rideau chatoyant de ces mélodies colorées. Les sons dessinent dans l'air des arabesques invisibles. De chaque accord elle semble renaître de ses cendres tel le phénix.

Je ne savais plus si j'écoutais la musique ou si la musique m'écoutait. Chaque vibration semblait effleurer mon âme, comme un doigt invisible courant le long de ma peau intérieure.

Des éclats de rouge écarlate jaillissaient des crescendos, tandis que les silences, eux, se teintaient de gris perle, presque translucides. Une note grave, profonde, résonnait comme une bouffée d'encens ou de vieille bibliothèque — l'odeur du temps qui passe.

Dans cet instant suspendu, le réel s'était dissous, remplacé par une mer flottante de sensations. L'amour de ma vie était tout à la fois la note, la couleur et la musique. J'imaginai le do brillant d'un jaune citron, vif et tranchant ; le la diffusait un bleu profond, presque nocturne, avec des relents de lavande et de pluie. Dans ce monde intérieur, l'harmonie n'était plus seulement audible — elle était visible, respirable, presque palpable.

Le cycle de la vie continue, et chaque jour, je la célèbre. Au fur et à mesure que le temps passe, je comprends que l'amour véritable ne s'éteint jamais. Il évolue, se transforme, devient une lumière guide dans l'obscurité.

Ainsi, dans les méandres de ma mémoire, elle demeure éternelle, son sourire éclairant mes

journées, son rire résonnant dans les vents doux. Mon amour, précieuse étoile, toujours présente, omniprésente, m'apprend à vivre, à aimer, et à espérer.

Et quand la nuit tombe, et que le ciel se pare de mille étoiles, je lève les yeux, et je lui chuchote avec tendresse : « *Tu es ici, n'est-ce pas ?* »

Dans chaque souffle de vent, dans chaque étoile scintillante ton amour vit en moi, pour toujours jusqu'à la fin des temps.

À mon seul grand Amour

Geo 1954-2025

Un vide sidéral

Perdre quelqu'un qui fut mon soutien, ma source de réconfort, c'est comme perdre une part essentielle de moi-même. Je me retrouve face à un vide immense, et malgré toutes les promesses que l'on se fait de continuer, chaque pas devient plus lourd, plus incertain. Il y a ce tiraillement entre ce que l'on veut être pour honorer cette promesse, et la réalité crue de l'absence.

Je me sens seul sur cette route. Pourtant, peut-être qu'au fil du temps, je découvrirai en moi des ressources insoupçonnées. Même sans personne à mes côtés, j'aspire à trouver cette force enfouie, que je n'avais peut-être jamais encore ressentie. C'est un chemin difficile, mais chaque petit pas, même hésitant, devient une forme de résilience.

Je sais que la brutalité de la perte laisse une empreinte profonde, presque indélébile. Comme si, soudain, tout s'était figé. La douleur m'a surpris, inattendue, surgie comme une mer d'apparence calme dissimulant des vagues puissantes, prêtes à submerger. Le sentiment d'impuissance et de vide est si fort qu'il rend chaque jour plus difficile à affronter.

Vivre après une telle perte, c'est un peu comme apprendre à marcher à nouveau. Chaque mouvement semble d'abord lourd, chaque respiration un effort. Il n'y a pas de recette pour "guérir", mais peut-être, avec le temps, une forme d'équilibre, même fragile, finit-elle par se dessiner.

Il faut, je crois, s'autoriser à ressentir pleinement la douleur. Ne pas la fuir, ne pas la nier. Quelqu'un qui a traversé ce même abîme m'a dit un jour : *"C'est normal d'avoir des moments de grande vulnérabilité. Il n'y a pas de calendrier pour le deuil."* Ces mots résonnent en moi. Ils me rappellent que prendre soin de soi, même dans les plus petites choses, est vital, surtout quand tout autour semble s'être effondré.

Parfois, une petite voix intérieure me murmure qu'il suffit de me lever, de boire un verre d'eau, de sortir respirer un peu d'air frais. Et je me prends à croire que ces gestes simples, dérisoires en apparence, sont les premiers jalons d'une reconstruction. Qu'au fil des jours, les habitudes reprendront doucement forme. Et qu'un jour peut-être, sans m'y attendre, une rencontre viendra allumer une lumière douce sur ce chemin encore sombre — l'espoir, timide mais tenace, de faire à nouveau un bout de route à deux.

Un jour, le silence

*" Ceux que nous avons aimés
ne sont jamais vraiment loin. "
- Antoine de Saint-Exupéry*

Dédicace : En mémoire d'un amour qui ne s'efface pas, même dans le silence.

Un jour, tout bascule.
Sans prévenir. Sans crier gare.
Et soudain, je vis dans un monde
où sa voix n'existe plus.

Je n'étais pas prêt.
Personne ne l'est jamais vraiment.
Je continue à faire le café
comme si elle allait revenir.

Je m'endors en me tournant encore
du côté où elle dormait.
Et chaque silence
pèse comme une pierre
sur mon cœur.

Il manque quelqu'un à mon histoire.
On ne me l'avait pas dit :
le deuil n'est pas une ligne droite.
C'est une mer intérieure
qui gronde quand je souris trop fort.

Un nœud dans la gorge
quand je raconte une anecdote
et que je réalise qu'elle
n'est plus là pour rire avec moi.

C'est apprendre à respirer dans le vide.
Et puis viennent les questions.
Toujours les mêmes.
Est-ce normal de rire à nouveau ?
Est-ce mal de vouloir avancer,
même un peu ?

Parfois, je me demande :
est-ce qu'elle m'en voudrait ?
Ou est-ce qu'elle serait fière de moi ?
Et rien que cette pensée

prouve combien je l'ai aimée.

Mais il y a une peur plus discrète,
plus tenace :
celle de la trahir
en vivant un peu plus chaque jour
sans elle.

Comme si avancer,
c'était l'abandonner.
Et pourtant, je le sens :
ce que nous avons partagé
ne disparaît pas.

Ça me tient debout.
Ça me pousse à continuer.
Non pas sans elle...
mais avec elle autrement.

Il y a aussi cette question
que je n'ose pas toujours formuler :
pourquoi suis-je encore là
quand elle ne l'est plus ?

La culpabilité ne vient pas de la logique.
Elle vient du manque.
De ce besoin de partager encore
un rire, un regard, une joie...

Et de n'avoir plus d'endroit
où poser cet amour.
Mais rester vivant,
ce n'est pas une faute.

C'est une manière douce,
fragile,
de la faire exister encore
à travers moi.

Certains jours, je suis fort.
D'autres, je suis brisé.
Et parfois, je suis les deux à la fois.
Mais dans tous les cas...
je continue.

Je survis à l'insurmontable.
Je marche dans l'absence,
le froid, la solitude.
Ma résilience,

ce n'est pas d'oublier.

Ce n'est pas faire semblant
que tout va bien.
C'est vivre avec une absence
qui ne s'effacera jamais.

C'est transformer la douleur en force,
les souvenirs en piliers.
Avec le temps,
elle est devenue autre chose.
Pas une absence totale,
mais une présence différente.

Je la sens parfois dans une lumière,
dans un vent léger,
dans une chanson oubliée.
Elle est là, pas dans la chair,
mais dans ce que je suis devenu.

Elle m'accompagne encore,
autrement.
Et puis il y a cette fatigue discrète,
ce deuil invisible,
que le monde oublie.

Parce que je fonctionne,
parce que je souris,
on pense que tout va mieux.
Mais à l'intérieur,
je continue à tomber parfois,
à pleurer quand personne ne voit,
à lutter contre le vide.

Je vis, oui.
Mais je ne suis pas guéri.
Je souris.
Mais je n'ai pas oublié.
Chaque sourire arraché à la peine
est une victoire silencieuse.

Et même si le monde ne le voit pas,
moi, je sais : j'avance.
Lentement, mais profondément.
Parce que j'ai aimé.
Et l'amour vraie meurt pas.

Ce que je ressens,
d'autres l'ont traversé aussi.

Et même si personne
ne remplacera jamais sa présence,
mon amour, lui, reste vivant.
Elle continue à m'accompagner...
autrement.

*Sous les pas brisés,
les ombres se souviennent
de ce qui s'éteint.*

Le cortège des ombres

Le temps ne s'arrête jamais.
Il glisse comme une eau sourde entre nos doigts,
et plus nous tentons de le retenir,
plus il s'échappe, indifférent,
laissant derrière lui le goût amer de l'impuissance.

Chaque instant s'effondre à peine vécu,
et déjà il se fige dans la mémoire,
transformé en une ruine fragile
où l'on revient sans cesse,
espérant retrouver la chaleur d'un moment
que rien ne saura ressusciter.

Les regrets veillent dans l'ombre.
Ils surgissent aux heures muettes,
quand la nuit étend son voile
et que l'esprit, sans défense,
rouvre les cicatrices des années.

Ils parlent avec des voix multiples :
celle d'une parole étouffée,
celle d'un sourire auquel on n'a pas répondu,
celle d'un pas retenu au bord d'un choix.
Chaque regret est un fantôme,
et le cœur devient un cimetière où ils errent,
implacables et fidèles.

On voudrait croire que l'avenir allège le passé,
mais il ne fait que l'alourdir.
Car plus les jours s'ajoutent,
plus s'agrandit la distance avec ce qui fut,
et plus profonde devient la conscience
de tout ce qui ne sera jamais réparé.

Alors l'on vit avec cette mélancolie collée à la peau,
comme une seconde chair, froide et obstinée.
Elle nous accompagne dans les rues désertes,
dans les miroirs silencieux,
dans les heures solitaires où rien ne résonne
sinon l'écho du manque.

Et parfois, dans la fatigue des jours,
on se surprend à envier les pierres et les arbres,
ces êtres immobiles que le temps use
sans jamais leur rappeler leurs erreurs.
Car seul l'homme porte en lui
le fardeau des instants perdus,

cette mémoire acérée qui se retourne contre lui,
et le condamne à revivre encore et encore
ce qu'il n'a pas su saisir.

Ainsi le temps avance, implacable,
et les regrets s'amplifient comme un chœur funèbre.
On marche au milieu d'eux,
solitaire dans une foule de spectres,
et chaque pas est un rappel
de ce que l'on n'a pas été.

Et au bout du chemin,
il n'y a ni pardon, ni délivrance.
Seulement le silence d'une tombe ouverte,
où le temps dépose enfin ses restes,
et où les regrets, insatiables,
se penchent sur nous une dernière fois
pour nous ensevelir dans l'ombre
qu'ils ont patiemment nourrie.

Le temps nous aura pris tout,
jusqu'au souffle, jusqu'à la lumière,
et les regrets, eux, auront eu raison :
ils seront les seuls survivants.

À l'heure pâle de l'aube

Un matin, à l'aube, quand la campagne blanchit encore de brumes timides, je m'extirpais d'une nuit agitée, ballottée entre rêves et cauchemars. Un besoin d'air frais, presque vital, m'arracha à mon alcôve feutrée. Comme un réflexe, ma main saisit l'appareil photo — non par projet, mais par instinct, comme si capter un fragment de la nature et de ses hôtes m'aiderait à respirer.

Dehors, l'air piquait légèrement la peau. La terre humide exhalait une odeur profonde, mélange de feuilles froissées et de bois mouillé. À chaque inspiration, mes poumons s'emplissaient de cette fraîcheur vivifiante.

Le chemin, encore assombri de la nuit, s'éclaircissait peu à peu. Des flaques, immobiles, reflétaient les premières lueurs comme de petits miroirs. Les arbres, silencieux et immenses, semblaient veiller sur ce moment fragile. Un merle s'élança d'une haie, son chant clair fendit le silence, aussitôt repris par l'écho discret d'autres oiseaux. Plus loin, une vache meugla, à demi engloutie dans la brume, comme si la campagne elle-même s'éveillait lentement.

Je marchais sans hâte. Mes doigts se posaient parfois sur l'appareil, mais il ne s'agissait pas de chasser une image. Plutôt d'accompagner mon regard : cadrer, respirer, écouter. Chaque déclenchement était une pause, une halte dans le temps. L'instant, fragile et offert, se laissait simplement accueillir. Le chemin me mena vers un vieux chêne solitaire. Ses branches, larges et tordues, portaient encore les perles de rosée. Je levais la tête : entre les feuilles, le ciel s'ouvrait par éclats pâles, promesse d'un jour plus clair. Je restais là, un instant immobile, contemplatif, à écouter le craquement discret du bois qui semblait respirer.

Un peu plus loin, le sentier longeait un ruisseau. L'eau coulait vive, transparente, et le clapotis contre les pierres faisait une musique légère. Je m'accroupis, mains posées sur mes genoux, à regarder passer des brindilles emportées par le courant. Le temps se diluait dans cette eau qui jamais ne s'arrêtait. Je repris ma marche et atteignis un champ encore couvert de brume. Les herbes hautes frissonnaient sous la caresse du vent, et chaque mouvement semblait un souffle, un murmure du paysage lui-même. Là, j'appuyais sur le déclencheur, non pour figer l'instant, mais pour le remercier de s'être offert à moi.

Au bord d'un talus, un bouquet de fleurs sauvages se dressait, fragile mais tenace. Leurs couleurs discrètes semblaient pourtant éclater dans la pâleur du matin. J'approchais l'objectif, mais plus encore, j'approchais mes sens : odeur subtile, pétales encore humides, tige fine qui ploie sous la brise. Tout vibrait dans une simplicité que l'œil nu suffisait à embrasser.

Au détour d'un sentier, je trouvais un muret de pierres couvertes de mousse. Je m'y assis, laissant reposer mes jambes et mon esprit. Devant moi, la campagne s'étirait lentement sous la lumière grandissante, encore voilée de brume par endroits, éclatante ailleurs. Je posais l'appareil à côté de moi. Je n'avais plus besoin de chercher ni de cadrer. Il suffisait de regarder, d'écouter, de respirer. L'air portait encore la fraîcheur de l'aube, et chaque inspiration semblait laver le tumulte de la nuit passée.

Le silence, désormais, n'était plus pesant mais accueillant. Il enveloppait mes pensées comme une couverture légère. J'avais la sensation d'être simplement là, accordé au rythme du monde. Lorsque je me relevais pour reprendre le chemin du retour, le soleil était déjà plus haut. Tout paraissait ordinaire, et pourtant tout brillait d'une intensité discrète, comme si chaque détail portait en lui la promesse d'un recommencement.

Une route vers demain

Je roulais à vive allure sur une route sinueuse, une nuit d'orage. Les éclairs déchiraient la noirceur et m'offraient, par instants, une visibilité fragile. Comme un fugitif, je laissais derrière moi les vestiges d'un passé douloureux, à la recherche d'un temps perdu dans les méandres de l'absurde.

Les kilomètres défilaient sans que je les compte, absorbé par l'asphalte et ses pièges. Chaque virage, chaque crissement de pneus me rappelait mes années de jeunesse, quand je croyais encore dompter le monde en domptant une voiture. Mais cette fois, il ne s'agissait plus de jeu : je roulais pour survivre, pour m'échapper.

Enfin, une ligne droite. Au loin, une lumière perça l'horizon : promesse d'un refuge. À mesure que je m'en approchais, les contours d'une ville se dessinèrent. Épuisé, les paupières lourdes, je n'aspirais qu'à trouver un lit. Un néon clignotant m'indiqua un hôtel modeste. Rien d'accueillant, mais la fatigue balaie les exigences. Le matelas grinça sous mon poids, mais qu'importe : le sommeil m'emporta aussitôt, malgré la lumière blafarde qui traversait la fenêtre sans rideaux.

Au matin, je repris la route, encore embrumé.

Pas de café dans cet hôtel oublié, mais l'essentiel était ailleurs. À la sortie de la ville, le voyant d'essence m'alerta. Je m'arrêtais dans une station solitaire. Le pompiste, souriant, s'occupa du plein, nettoya le pare-brise, vérifia l'eau et l'huile. Geste simple, presque fraternel, qui me rappela qu'il restait des présences bienveillantes, même dans ces no man's land où seuls les corbeaux semblent tenir compagnie.

Je repartis, moteur plein, cœur encore fragile. La ville s'éveillait à peine derrière moi. Devant, la route s'ouvrait : une direction inconnue, un ailleurs où, peut-être, je trouverais enfin la force de me reconstruire.

Et pourtant, au creux du silence, quelque chose persiste.

Ce n'est pas un retour, ni une réparation. C'est une étincelle discrète, un mouvement fragile qui ne demande rien d'autre que d'être reconnu.

On pourrait l'appeler espérance, mais le mot est trop grand, trop lourd. C'est plus simple que ça : une main posée sur une autre main, un souffle qui cherche à ne pas s'éteindre. Alors, je comprends que demain ne sera pas une conquête, ni une promesse flamboyante. Demain sera peut-être juste un pas, à la mesure de mes forces.

Un pas qui ne nie pas l'absence, mais qui consent à vivre avec elle.

Et sur cette route incertaine, chaque geste, même minuscule, devient une victoire : ouvrir la fenêtre au matin, écouter le vent dans les branches, oser sourire sans culpabilité.

Demain n'efface pas hier.

Mais il lui offre un espace pour reposer, et à moi, une manière d'avancer sans trahir.

Et peu à peu, la route cesse d'être seulement une traversée de douleur.

Elle s'ouvre à des instants que je croyais perdus : le goût simple du café chaud, la couleur du ciel qui change à l'aube, le rire qui revient, timide mais vrai.

Rien n'efface les ombres, mais elles n'occupent plus toute la place.

Entre elles surgissent des clairières inattendues, où l'air est plus léger, où l'on peut respirer sans se blesser.

Alors je comprends : vivre, ce n'est pas tourner la page, c'est apprendre à écrire dans les marges, avec des mots fragiles mais sincères.

Et sur cette route pour demain, je ne suis pas seul : il y a les visages rencontrés, les présences qui tendent la main, et cette force discrète, née de mes propres cicatrices, qui me dit : *avance encore, le jour n'est pas fini*.

Alors vient un matin différent.

Il ne crie pas sa nouveauté, il ne brille pas d'éclats aveuglants.

Il se glisse doucement, comme une promesse chuchotée.

Je sens que quelque chose en moi recommence à naître.

Pas l'oubli — jamais.

Mais une forme de vie nouvelle, tissée de ce qui fut et de ce qui reste à venir.

C'est comme une graine qui germe dans une terre encore lourde de pluie.

Elle ne nie pas l'orage, elle en a besoin pour grandir.

De même, mes cicatrices deviennent racines, et de mes failles s'élève une force que je n'aurais pas soupçonnée.

Alors, je marche.

Non plus pour fuir, non plus seulement pour tenir, mais pour rencontrer le jour tel qu'il se donne, et m'y offrir, un peu plus entier.

Demain n'est plus une route à craindre, mais un chemin à habiter.

Et je comprends enfin que la route n'a pas de terme.

Elle s'étire, parfois droite, parfois brisée, mais toujours assez vaste pour accueillir mes pas.

Chaque jour écrit une ligne nouvelle, faite de manques et de recommencements, de silences lourds et de rires retrouvés.

Je ne cherche plus un point final.

J'avance avec la certitude fragile que même dans l'inachevé, il y a une forme de beauté.

Alors je laisse le chemin s'ouvrir devant moi, sans tout savoir, sans tout prévoir, mais avec ce souffle calme qui murmure : *demain est encore possible*.

Dédicace pour un adieux

Tu es parti en me laissant une chanson,
comme un dernier présent que tu déposes entre mes mains,
comme on laisse une lumière allumée
dans une pièce qu'on quitte doucement.

Elle ne contient pas d'adieu brutal, ni de porte qui claque, mais la trace tendre de ce que
nous avons été.

Je l'écoute comme on ouvre une lettre scellée,
avec douceur, avec lenteur.
Chaque note porte un fragment de toi,
non pour alourdir mon cœur,
mais pour alléger mon chemin.

Si tes pas s'éloignent,
que cette mélodie demeure,
fidèle messagère de ce que tu n'as pas su me dire,
souvenir vivant de notre amour.

Et quand le silence retombera,
sache que tu m'as offert le plus discret des cadeaux :
un écho qui ne meurt pas,
une chanson pour me dire adieu.

Cette chanson m'accompagnera quand je regarderai en arrière,
qu'elle m'allège quand je penserai à toi,
et qu'elle me rappelle que toute fin
peut résonner comme un commencement.

Tu ne laisses pas le vide,
tu laisses une mélodie à garder, un ruban de notes, un souffle d'âme offert en mémoire,
une lumière encore chaude de nos instants partagés.
Merci pour ce cadeau discret, fragile,
mais fait pour durer plus longtemps que mes pas.

Tu m'as offert cette chanson comme on offre un dernier cadeau avant de partir.
Que ses notes portent ces mots que tu n'arrivais à dire : la gratitude, les souvenirs, la
tendresse, la peur, la souffrance.

C'était ta façon de me dire adieu sans couper le fil, comme une mélodie qui continue de
vibrer même après le silence.

Marche de septembre

Au premier jour de septembre, l'aube me donna l'élan de quitter la maison pour marcher dans la campagne.

Avec mon fidèle compagnon en bandoulière je franchis le seuil de ma demeure. Je n'avais ni but ni attente, seulement le désir de suivre la lumière naissante, fragile au-dessus de la colline.

Les chênes pubescents, déjà brunis ou desséchés, portaient les premiers signes, par touche confuse, d'un automne précoce. Leur feuillage, comme une écriture effacée, disait que l'été touchait à sa fin.

Plus loin, quelques arbres conservaient encore un vert éclatant. Ils semblaient retenir l'été d'une ultime étreinte, mais leurs feuilles alourdies trahissaient la soif de pluie.

Je poursuivis, attentif au moindre détail. Ici une branche cassée, là un tapis de mousse encore humide, vestige de nuits plus fraîches. La nature ne cachait rien de ses fragilités, et dans ce dépouillement, je percevais une forme de vérité.

Alors comme pour arrêter le temps, machinalement je déclenchais mon arme non létal pour figer la fragilité de la nature. Le déclic dérangerait un instant le silence. J'étais presque confus d'avoir perturber l'atmosphère si particulier qu'offre la campagne loin du brouhaha de la ville.

Alors mes pas deviennent moins généreux, comme pour m'accorder à ce rythme qui n'appartient qu'aux saisons. Les arbres ne se pressent pas. Ils ploient, ils attendent, et toujours ils se relèvent. Leur silence devenait le mien, leur patience une leçon.

Quand le soleil monta plus haut, la lumière dorée se posa sur la forêt comme un voile apaisant. Ce qui paraissait fatigue prenait alors l'allure d'une promesse : après la soif viendrait la pluie, après la brûlure, la fraîcheur.

Je compris que chaque passage porte en lui sa part de consolation, et qu'il suffit parfois d'une marche au matin pour l'entendre.

Je descendis vers le vallon. L'air y était plus frais, chargé d'odeurs d'herbes sauvages. Un filet d'eau subsistait au creux des pierres, obstiné témoin de la source. J'y lus la persistance de la vie, même discrète, même réduite.

Le silence n'était pas vide : il bruissait d'ailes invisibles, de pas furtifs dans les fourrés. La forêt respirait lentement, comme une poitrine immense dont je suivais le souffle.

Plus loin, le chemin s'ouvrit sur une clairière. L'herbe y jaunissait sous le soleil, mais une poignée de fleurs tenaces dressaient encore leurs corolles pâles. Leur modestie me toucha davantage qu'une floraison éclatante : elles incarnaient la résistance discrète, la beauté qui se maintient sans éclat, presque en retrait.

Je m'assis un instant, simplement pour être là. Le temps semblait suspendu. Rien n'exigeait de moi un mouvement, un projet ou une parole. Le monde tenait dans cette immobilité offerte, et je m'y reconnus, comme si cette halte m'apprenait à accueillir la mienne.

À l'heure du midi, la chaleur s'imposa. L'air vibrait au-dessus des pierres, les insectes poursuivaient leur ronde obstinée. Je trouvais refuge à l'ombre d'un grand hêtre, dont la fraîcheur généreuse était un abri silencieux.

Je partageai avec lui mon repas simple, comme on honore une table ancienne. Manger là, au cœur des racines et des feuillages, avait le goût d'un retour aux évidences.

Puis je repris ma marche. Les heures s'allongeaient dans une lumière plus dure, mais mon regard s'était adouci. Chaque détail comptait : un vol d'hirondelles rasant le champ, une pierre réchauffée, un souffle de vent soulevant la poussière du chemin.

La journée avançait, et je me laissais traverser par son rythme, comme on suit le fil d'une musique lente.

Lorsque le soleil déclina, les ombres s'étirèrent le long des sentiers. Les bois prirent une teinte cuivrée, et la fatigue des heures trouva son écho dans mon propre corps. Mais cette fatigue n'était pas un fardeau : elle ressemblait plutôt à une forme d'accord, comme si le jour et moi nous inclinions ensemble vers le repos. Pour immortaliser le déclin aux teintes orangées je pris un dernier cliché. Enfin, je regagnais ma maison. Le ciel s'embrasait d'or et de pourpre, et déjà la fraîcheur annonçait la nuit.

J'avais l'impression d'avoir parcouru plus qu'un chemin : une traversée de la saison qui change, un apprentissage silencieux.

Et dans cette simplicité, je trouvais la paix.

Cristaux brisés, lueurs d'Espoir

Mon amour a quitté sa vie terrestre pour un ailleurs...

Comme du cristal, l'univers s'est brisé, ses éclats de verre jonchant un tapis de larmes.

Un long voyage s'est éteint, soufflé comme une bougie dans l'incertitude de l'après.

Un voleur m'a pris ce que j'avais de plus précieux : mon joyau, ma beauté, l'équilibre même de mon monde.

Mon nouvel Amour se nomme désormais **Solitude**.

Vivre seul, sans repère, c'est être marin sans phare pour guider sa route entre les écueils.

Il est des jours où la vie pèse, où chaque pas devient montagne à gravir.

Et pourtant, c'est précisément là que ma persévérance, force discrète et muette, me retient du gouffre.

Dans cet univers vide et inconnu, je dois apprendre à naviguer à vue, sans sextant, au jour le jour, dans les nuits sombres.

Je dois m'inventer un nouveau dessin : je n'étais pas préparé – mais qui pourrait l'être ?

Mon instinct me survivra dans ce labyrinthe froid et lugubre.

Trouverai-je la sortie du tunnel ? Trop tôt pour l'envisager.

Le temps, inexorable, gifle mon chagrin comme un vent violent.

Mais plus le temps passe, plus je persévère.

Je ne nie pas la douleur, je ne fuis pas la fatigue. Je les accepte, et malgré tout, je choisis d'avancer.

Même un pas minuscule demeure un pas vers l'avant.

Je sais que la persévérance n'est pas une victoire éclatante, mais la constance : se relever après la chute, recommencer après l'échec, croire encore quand tout s'écroule.

Chaque effort, aussi discret soit-il, façonne le courage.

Chaque épreuve traversée me rend plus lucide, plus fort, plus vrai.

Et un jour, en me retournant, je verrai que la somme de ces petites avancées aura tracé une route immense.

Alors je n'abandonne pas.

Même si la lumière est faible, je continue de marcher.

La force n'est pas seulement dans ce que l'on accomplit, mais dans le fait qu'on ne cesse d'essayer.

Et je sais qu'un jour, le point lumineux au loin se fera plus proche, plus éclatant.

Et qu'il portera un nom : **Espoir**.

Mémoires d'été, sommeil d'hiver

Cette année-là, l'hiver s'invita trop tôt.

La neige recouvrait la plaine, et les pics rocheux semblaient effleurer un ciel couleur de plomb, en contraste avec la blancheur immaculée du paysage.

Des flocons lourds, épais comme des songes, tombaient sans fin, tissant un linceul de cristal et de lumière.

Dans la maison, la cheminée dévorait ses bûches, offrant au cœur des flammes une chaleur rougeoyante.

Au dehors, tout s'était tu d'un silence inquiétant : nul chant d'oiseaux, nul souffle, aucun bruit, comme si la nature s'était assoupie sous son manteau d'hiver.

Les vitres embuées dressaient une fragile frontière entre deux mondes : la morsure glacée de la nuit et le refuge tiède du foyer. Déjà, il fallait remiser les habits d'été, refermer les armoires sur les étoffes légères, s'envelopper de laine et d'accepter pleinement la saison.

L'été s'était retiré, mais vivait encore en nous. Ses souvenirs demeuraient : plages ardentes et dorées, embruns au parfum de sel, ses couchers de soleil embrasant la mer, nous visitaient comme des mirages doux et persistants, enveloppant nos corps encore d'une douce chaleur.

Et dans ce contraste, l'hiver offrait ses présents : des soirées feutrées où nos corps se rapprochaient devant la caresse du feu, en écoutant crépiter les flammes et ce temps suspendu où l'âme se blottit comme l'enfant contre la poitrine maternelle.

Ces lointains souvenirs dissemblent avec le présent.

Le destin tragique ne m'offrira plus ces étés ni ces hivers où nous vivions, insoucians, comme des adolescents.

Ce temps appartient désormais au passé.

Désormais, je marcherai seul, saison après saison, d'un pas hésitant.

Le parfum des jours heureux s'est effacé, les couleurs sont moins vives, et tout m'apparaît comme à travers un voile transparent.

Pourtant, au détour du silence, il m'arrive d'entendre encore son écho.

Un souffle, une lumière, un souvenir furtif qui raniment, l'espace d'un instant, ce qui fut.

Alors je comprends que rien ne s'efface tout à fait.

Que son absence, même douloureuse, m'accompagne.

Elle me guide, discrète, au fil des saisons, semblable à une ombre bienveillante m'indiquant le chemin à emprunter.

Et si mes pas demeurent incertains, ils tracent malgré tout la route d'un cœur vivant — un cœur qui apprend, lentement, à transformer la perte en lumière.

Une lumière silencieuse

La femme que j'aimais a traversé ses derniers jours dans une résilience silencieuse — une dignité presque surnaturelle.

Jamais une plainte, jamais une larme.

Elle affrontait la souffrance comme le marin affronte la mer déchaînée : droite, fière, refusant de se laisser engloutir.

Chaque jour, nous l'avons entourée du mieux que nous pouvions, tissant autour d'elle un cocon de tendresse impuissante.

Sur sa demande, je lui ai apporté sa trousse à maquillage et ses robes de chambre, choisies avec soin, à son goût.

Malgré la lente dégradation de son corps, elle tenait à rester elle-même, à préserver cette élégance qui l'avait toujours habitée.

Elle refusait de donner à la maladie le pouvoir de redessiner son image.

Parfois, lorsqu'elle en avait la force, elle marchait dans le couloir de l'hôpital, le bras appuyé sur celui du kiné.

Son pas tremblant trahissait la douleur, mais dans ses yeux persistait un éclat : l'espoir timide d'un miracle qu'elle n'osait nommer.

Il m'arrivait, lors de mes visites, de la trouver assise sur son lit, repliée sur elle-même, la tête enfouie dans les genoux.

Et soudain, consciente de ma présence, elle se redressait, m'offrant ce sourire lumineux qui balayait tout — la souffrance, la peur, la mort.

Ce sourire, fragile et immense à la fois, était son dernier acte de courage, son ultime pudeur.

Elle s'est battue pour demeurer vivante dans chaque détail : un trait d'eyeliner, un éclat de rire, un semblant de demain radieux pour garder l'illusion d'un jour meilleur.

Certains jours, la douleur semblait reculer un peu, et alors elle s'abandonnait à la douceur des souvenirs, feuilletant sur son écran de vieilles images du passé, celles de nos dernières vacances et les ultimes clichés pris au marché de Noël du village où elle pose avec le père Noël lui rappelant son enfance heureuse.

Malgré le verdict implacable de la médecine, elle n'a jamais perdu son humour.

Je la revois, maquillée avec soin, se prenant en selfie sourire éclatant doigts en V — un clin d'œil à la vie, un défi lancé à la mort.

Puis vint le temps du silence.

Sa respiration s'est faite plus lente, plus lourde, comme un souffle qui s'éloigne.

Dans cette chambre aux murs blancs le temps s'est suspendu s'abandonnant aux adieux discrets.

Les mots se sont tus, remplacés par la présence, par l'amour pur, celui qui ne cherche plus à retenir.

Ses derniers mots furent une offrande : « *Célébrez ma vie, ne pleurez pas ma mort.* »

Le 14 mars 2025, elle s'est endormie pour une nuit éternelle.

Mais sa lumière demeure — dans nos cœurs, dans nos gestes, dans la trace invisible qu'elle a laissée.

Depuis ce jour, chaque aube a un goût différent.

La lumière du matin semble porter son regard, les silences résonnent de sa voix.

Il m'arrive encore de tendre l'oreille, d'espérer son pas dans le couloir, son parfum flottant

dans l'air.

L'absence a la texture d'un souvenir : à la fois douce et insupportable. Je mesure désormais ce que signifie aimer — aimer au-delà du visible, au-delà de la chair.

Son courage m'accompagne.

Il m'apprend que la beauté peut survivre à la douleur, que la grâce peut naître dans la perte.

Elle vit dans chaque geste de bonté que j'ose encore offrir, dans chaque regard tourné vers la lumière, dans chaque silence habité.

Elle est devenue ce souffle léger qui effleure le monde sans qu'on la voie, mais que l'on ressent.

Elle a quitté la terre, mais non la vie.

Elle continue — autrement.

Et dans cet autrement, je trouve la paix qu'elle m'a laissée : celle de savoir qu'un amour véritable ne s'éteint pas, il se transforme, il veille, il demeure.

Les jours ont passé, puis les semaines.

Et dans ce temps suspendu, je découvre l'étrange travail de l'absence.

Au début, elle pèse comme une pierre froide sur la poitrine, puis peu à peu, elle devient plus douce — une présence renversée, un souffle intérieur.

Ce n'est plus elle que je cherche dans les couloirs vides, mais ce qu'elle a semé dans le monde.

Son rire habite encore certains souvenirs.

Il surgit parfois sans prévenir, dans le reflet d'une vitre, dans la lumière du soir qui caresse les murs.

Il m'arrive de surprendre ses mots au détour d'une pensée, comme si elle me parlait encore à travers les choses simples : le vent qui se lève, une chanson qu'elle aimait, un parfum flottant dans l'air.

Je comprends maintenant que la mort ne ferme pas les portes.

Elle les entrouvre, simplement, vers un ailleurs qui échappe à nos sens.

Elle n'est pas une fin, mais un passage — celui par lequel l'amour, libéré du corps, devient éternel.

Elle m'a appris la beauté du courage silencieux.

Elle m'a appris qu'on peut sourire même quand la douleur nous étreint, qu'on peut rester digne face à l'inéluctable.

Son combat n'était pas contre la mort, mais pour la vie — pour la garder vivante en elle, jusqu'au dernier souffle.

Aujourd'hui encore, je poursuis cette leçon.

Je m'efforce d'honorer sa mémoire non par les larmes, mais par la lumière.

Vivre devient un acte de fidélité.

Rire à nouveau, marcher, contempler, aimer : autant de façons de lui dire *merci*.

Car l'amour véritable ne s'éteint pas avec la chair — il se transforme.

Il se fait présence discrète, force tranquille, mémoire habitée.

Il vit dans le geste qui console, dans le regard qui comprend, dans la parole qui apaise.

Alors je continue de parler d'elle, non pour conjurer le manque, mais pour célébrer ce qu'elle fut, ce qu'elle est encore, ailleurs.

Je parle d'elle au présent, car elle n'appartient pas au passé.

Elle est cette lumière persistante, cette douceur qui veille, cette main invisible posée sur l'épaule des vivants.

Et parfois, lorsque la nuit se fait douce et que le monde retient son souffle, je crois sentir

son pas léger s'approcher.

Alors je ferme les yeux, et dans le silence, je lui murmure :

« Tu n'es pas partie.

Tu t'es simplement changée en lumière. »

Elle nous lègue un héritage de force, de courage et de grâce.

Et dans le silence qu'elle habite désormais, résonne encore ce qu'elle fut : une femme debout face à la douleur, une âme lumineuse qui, jusqu'au bout, aura choisi la beauté.

Nos silences accordés

C'était en 1991 en Haute-Savoie, un jour d'hiver comme suspendu dans le temps. Un matin de fin de semaine, calme et pâle, enveloppé d'un silence dense. Après une nuit d'écriture, j'étais assis seul dans le jardin, le regard perdu dans la brume. Le brouillard s'étendait sur la vallée comme une mer immobile, effaçant les montagnes alentours. Tout semblait englouti dans cette blancheur qui absorbait le monde. Je ne sentais même pas le froid sur ma peau, tant mon esprit flottait ailleurs, vidé de toute pensée, comme en apnée entre deux respirations.

C'est l'odeur du café montant dans l'air humide qui me ramena à la réalité.

Elle venait d'apparaître sans bruit, ma compagne, drapée dans une couverture de mohair, sa silhouette douce et apaisante découpée dans la lumière diffuse. Ses pas crissaient légèrement sur le gravier humide. Elle tenait un petit sac de papier d'où s'échappait un parfum tiède de croissants tout juste sortis du four. Je la regardai approcher sans un mot, avec cette vulnérabilité silencieuse qu'elle seule savait déchiffrer.

Elle me tendit le sac, s'assit près de moi, et sans échanger un mot nous commençons à manger, côte à côte, partageant ce petit rituel simple qui, à sa manière, disait tout.

Nos silences étaient éloquents — de ceux qui tiennent les êtres ensemble lorsque les mots se dérobent. Ils avaient la densité d'une parole accomplie.

Ils étaient faits de respect, de confiance et d'une tendresse qui n'avait plus besoin de phrases. Parfois, le langage se tait pour laisser place à une communion plus profonde, celle qui relie deux êtres au-delà du verbe. Notre couple reposait sur cette alchimie invisible — une fusion tranquille, solide et libre à la fois.

Je la regardai, muet, avec cette fragilité que seuls les regards aimants savent accueillir. Nous mangions en silence, partageant cette paix rare où chaque geste tient lieu de phrase. Le monde, à cet instant, se réduisait à la vapeur du café, au souffle de la brise glaciale et à la chaleur tranquille de sa présence.

Après un long moment, elle rompit le silence.

— *Tu n'aurais pas envie de tout quitter ?*

Sa voix, douce et grave, vibra dans l'air froid. Ces mots ne furent ni une question, ni un reproche : plutôt une ouverture, un souffle d'ailleurs.

Je la regardai sans répondre. J'entendis dans sa question tout ce qu'elle ne disait pas : la lassitude, le besoin d'air, le rêve d'un ailleurs plus vrai. Alors je lui pris simplement la main. Ce geste simple fut le commencement d'une réflexion profonde, le point de départ d'un mouvement intérieur que je ne pouvais plus ignorer.

Je n'ai jamais été un homme de plans.

Instinctif, imprévisible, j'avais souvent sans calcul sans carte ni certitude guidé par une forme obscure. Je ne croyais ni aux apparences ni aux longues explications émotionnelles. Pourtant, ce matin-là, j'ai su que je devais l'écouter. Pas seulement avec mes oreilles, mais avec tout mon être. J'ai compris que derrière ce désir de fuite, il y avait une vérité : celle d'une vie qu'on ne voulait pas subir, mais choisir à nouveau.

Je percevais dans sa question un appel : celui de vivre autrement, de désapprendre le confort pour retrouver la vérité nue des choses. Quitter n'était pas fuir. C'était renaître.

Je savais les conséquences.

On ne renonce pas impunément à une vie bâtie à deux. Mais je lui offris une sincérité brute : ailleurs, je ne lui promettrais ni luxe ni certitude, seulement le risque et la beauté d'un recommencement, la promesse d'une liberté à reconstruire ensemble.

Elle acquiesça d'un regard.
Nous n'avions pas besoin de davantage.

Nos liens reposait sur des contrastes.

Elle, douce et rigoureuse, veillait sur la clarté des jours. Moi, j'étais la part imprévisible, celle qui bouscule et invente. Elle, l'âme organisée, veillait sur les détails, l'administratif, la structure. Moi, j'étais le mouvement, la technique, la gestion des hommes.

Nos amis ne comprenaient pas toujours cet équilibre. Certains disaient qu'elle s'effaçait trop, que j'étais dominateur. Ils ignoraient que notre force venait de cette dualité même — de cette façon de respirer l'un pour l'autre.

Elle gérait, j'agissais. Elle liait, je déliais. Nous étions comme les doigts d'une même main, chacun indispensable à l'autre.

Je ne lui disais pas souvent mon amour, mais je le lui montrais dans les gestes, dans les silences et dans mes attentions.

C'est la femme qui, sans bruit, a atteint mon âme.

Les années ont passé.

Aujourd'hui, installé en bord de mer, je repense souvent à ce matin de brouillard, à ce café partagé dans le silence. Le temps a dissous bien des choses, mais pas ces images. Je me souviens aussi de l'un de nos premières balades, longeant la côte varoise, la voiture décapotée. Joe Cocker sortait d'un vieux CD qu'elle aimait tant. Le vent jouait dans ses cheveux, le soleil dessinait des éclats d'or sur sa peau. Le regard en direction de la mer elle riait, libre, légère, comme si le monde s'était enfin ouvert devant nous. Sa main reposait sur ma cuisse, légère, confiante.

Elle était libre.

Nous l'étions tous deux.

Cette image, je la garde en moi comme une relique : un rêve éveillé que j'ai scellé dans ma mémoire.

Nos regards avaient leur propre langue.

Nos silences étaient des territoires intimes où aucun mot n'aurait su entrer. De tout ce que j'ai accompli, rien n'a eu plus de sens, ni plus d'éclat, que cet amour — un amour incandescent, passionné, tissé de révolte et de douceur, d'ombre et de lumière.

Parfois, quand le vent d'hiver projette la pluie sur les vitres, il me semble entendre encore le froissement du papier, sentir l'arôme du café, et la voir venir vers moi, dans le brouillard, comme si elle traversait le temps pour me rappeler que rien n'est jamais tout à fait perdu.

Photographier pour Exister

Une nouvelle étape à franchir

À cette époque, l'âge de la retraite toqua à ma porte pour me signifier la fin de la récréation, un arrêt brutal, sans passé par la case départ. Alors, une question commençait à gronder en moi, sans que j'ose encore la formuler : *et maintenant ?*

J'avais passé ma vie à construire, à subir, à me battre, à recommencer. J'avais assuré, protégé, relevé, porté plus que je n'aurais dû, trop souvent en silence. Mais au fond de moi, une sorte de fatigue sourde s'installait. Pas une lassitude de la vie, non... mais une usure des combats.

Je sentais confusément que je ne pouvais pas continuer longtemps sur ce rythme. Ma santé me le rappelait par petites piquûres, parfois brutales, parfois furtives. Et mes rêves – ceux que j'avais laissés derrière, faute de temps ou de forces – commençaient à frapper à la porte.

Un peu comme si la vie me disait :

« Tu as tenu ton rôle pour les autres. Maintenant, n'est-il pas temps de penser à toi ? »

Mais qui sait vraiment faire cela du premier coup ?

Je continuais à avancer, dans ce mélange subtil de devoir et d'espoir, cherchant la prochaine marche, le prochain souffle, la prochaine preuve que mon histoire n'était pas en train de s'arrêter, mais simplement de changer d'axe.

Le Cheminement Intérieur et Artistique

À mesure que les jours s'égrainaient sur l'échelle du temps, quelque chose en moi se décantait lentement. Ce n'était pas une révolution éclatante, pas un grand fracas comme on en voit dans les films. Non... c'était un mouvement intérieur discret, presque imperceptible, mais profond.

Depuis longtemps déjà, la photographie m'accompagnait comme une respiration parallèle. Elle était mon refuge, mon miroir, mon journal intime sans mots. Je me souvenais de ces balades solitaires, appareil en bandoulière, lorsque le monde autour de moi devenait plus clair, plus lisible.

Dans le viseur, je retrouvais ce que la vie ordinaire m'enlevait parfois : la capacité d'être présent.

Dans le silence qui photographie l'âme chaque prise de vue était un arrêt du temps un grain de lumière cueilli au vol, un morceau d'existence, des images que le vent n'emportera pas, qui disait : *voilà, cela a eu lieu.*

Et à ce moment-là, je compris que ma photographie avait changé. Elle n'était plus un simple loisir, une passion d'amateur éclairé. Elle devenait un prolongement de moi-même.

Voir autrement

Quand j'appuyais sur le déclencheur, je ne cherchais plus seulement une bonne image. Je

cherchais ce que l'on ne voit pas tout de suite :

- l'émotion fugace dans un regard,
- la fatigue dans la posture d'un ouvrier sur un chantier,
- la solitude derrière une fenêtre éclairée,
- l'enfance sur un trottoir de banlieue,
- la beauté du banal que personne ne regarde.

Peut-être que c'était cela, finalement, ma manière de résister : transformer la réalité en histoire, donner une valeur à ce que l'on efface trop vite.

La photographie, pour moi, ce n'était pas appuyer sur un bouton : c'était témoigner.

C'était transmettre.

C'était dire au monde : *je vous vois*.

Les rencontres

Au détour de mes errances visuelles, des rencontres se faisaient.

Pas forcément bruyantes ou spectaculaires.

Parfois seulement quelques phrases échangées, un sourire, une poignée de main.

Mais certaines personnes, sans le savoir, me ramenaient à moi-même.

Il y avait ce vieil artisan qui travaillait encore le bois comme on prie, lentement, avec respect. Son atelier sentait la sciure et le temps qui passe. Il m'avait dit un jour :

« Quand on crée, on ne fabrique pas un objet : on se fabrique soi-même. »

Cette phrase avait fait son chemin en moi.

Et puis il y avait la mer, les arbres, les pierres, la lumière d'hiver sur un trottoir... Ces présences muettes devenaient mes maîtres, mes complices. Elles me disaient ce que les autres ne savaient pas formuler.

Un processus de renaissance

Petit à petit, sans vraiment l'avoir décidé, je commençais à renaître.

Ce n'était pas spectaculaire, mais c'était réel.

La photographie m'obligeait à :

- marcher,
- respirer,
- regarder,
- ressentir,
- exister.

Elle me remettait en mouvement là où la vie, parfois, m'avait immobilisé.

Je ne m'étais jamais considéré comme un artiste. Mais ce que je vivais ressemblait à une création lente, patiente, intérieure. Comme si chaque photo ajoutait une pièce au puzzle de ma reconstruction.

Vers une nouvelle trajectoire

Un jour, tandis que je développais mes clichés – encore à l’ancienne, avec les mains dans les cuves et l’odeur si particulière du révélateur – je me suis surpris à penser :

« Et si c’était ça, ma vraie route ? »

Pas une carrière.

Pas une fuite.

Mais un chemin qui me ressemble.

Je n’avais plus vingt ans.

Je n’avais plus la naïveté de croire qu’on peut tout recommencer d’un claquement de doigts.

Mais j’avais encore :

- la sensibilité,
- l’œil,
- et surtout la nécessité.

Car un artiste n’est pas celui qui veut créer.
C’est celui qui ne peut plus faire autrement.

La clarté de l'absence

Lorsque la nuit s'efface doucement, l'aube s'avance comme une promesse.
La forêt s'éveille, baignée d'une clarté timide qui glisse entre les branches et caresse la terre encore endormie, dessinant sur le sol des arabesques d'ombre et de lumière.
Chaque rayon semble ranimer le monde, comme si le jour, à nouveau, se souvenait de lui-même.

Sous les pas, le sol respire.
Les feuilles bruissent, témoins silencieux du passage du temps.
L'eau du ruisseau efface les traces de l'ombre, emportant avec elle les silences lourds de la nuit.
Tout paraît renaître, lentement, patiemment.

À l'horizon, les montagnes veillent et se dressent, immobiles et majestueuses.
Leur silhouette se découpe avec grâce et tutoie un ciel embrasé de rose et d'or.

Leur présence rassure, elles rappellent que la paix n'est pas l'absence de mouvement, mais la confiance dans l'équilibre.

C'est un tableau vivant, où chaque couleur respire dans l'air frais du matin.
Ici, le temps suspend sa course, comme si la nature elle-même retenait son souffle.
Alors, le silence s'installe — profond, enveloppant, réconfortant.
Il crée autour de soi une bulle de sérénité où les pensées s'élèvent, flottant comme des feuilles portées par la brise.
Les souvenirs, les rêves, les espoirs s'y mêlent, tissant une harmonie intime qui vibre dans le cœur.

Dans ce moment suspendu, la résonance du silence devient mélodie — un chant d'apaisement invitant à la réflexion.
Il devient un miroir où l'âme se reconnaît, où le tumulte s'apaise.
Dans cette clarté naissante, tout semble pardonné, tout semble compris.

Écouter ce que la nature murmure.
Non plus le bruit du monde extérieur, mais le souffle intérieur qui frémit depuis toujours.
Celui qui relie à la terre, au vent, à la lumière.
Celui qui rappelle que la vie ne s'éteint jamais vraiment : elle change de forme, de visage, de saison.

Et dans cette contemplation se cache une promesse : celle d'une paix retrouvée, d'un refuge pour l'esprit fatigué.

Dans cette forêt, à l'aube, l'être se défait du poids de la nuit.
Il renaît, simple, nu, disponible à la clarté.
Et dans la lumière qui s'élève, tout — absolument tout — redevient possible.
La vie change, mais ne s'éteint jamais.
Je renaîtrai.
Simple.
Nu.
Disponible à la clarté.

La lettre retrouvée

Sept mois ont passé depuis son départ.

En triant quelques affaires, je découvre, dans la poche intérieure du sac qu'elle portait lors de son admission à l'hôpital, une lettre manuscrite.

Pourquoi la trouver maintenant, et non plus tôt ?

Aujourd'hui, et pas hier ?

Des questions sans réponse.

Je me souviens pourtant : à sa demande, je lui avais donné du papier et un stylo.

Elle avait ce besoin d'écrire, de poser des mots sur ce qu'elle pressentait.

Puis, submergé par l'émotion de son départ inévitable, j'ai oublié ce moment — comme tant d'autres, effacés par la douleur.

Je reste un instant immobile, la lettre entre les mains.

L'écriture tremble légèrement — comme si chaque mot avait été déposé entre deux respirations douloureuses.

Je n'ose la lire tout de suite.

Il y a dans ce geste une brèche dans le temps, un passage vers un hier encore vivant.

Je me surprends à penser qu'elle a voulu que je la trouve aujourd'hui — précisément maintenant — quand le manque s'est un peu adouci, quand la douleur s'est changée en tendresse.

Alors je commence la lecture.

Les mots, simples et clairs, me parviennent comme un murmure.

Ils parlent d'amour, de gratitude, de paix.

Pas d'adieu, mais une continuité — comme si elle savait que son absence ne serait jamais un vide, mais un espace habité par tout ce qu'elle a été.

Je referme la lettre sans larmes sur un soupir profond révélant une paix inattendue.

Peut-être que certaines découvertes ne se font qu'au moment où l'on est prêt à les recevoir.

Depuis ce jour, quelque chose a changé.

Ce n'est pas l'apaisement complet — il n'existe pas — mais une respiration nouvelle.

Ses mots ont trouvé le chemin exact vers cette part de moi qui cherchait encore à comprendre.

Je réalise que le deuil n'est pas un effacement, mais une transformation.

L'absence n'efface pas la présence : elle la rend plus discrète, plus intime, plus silencieuse.

Elle habite désormais les gestes simples — la lumière de l'aube, un parfum familier, une phrase qui revient sans prévenir.

Je n'attends plus de signes, mais j'en reconnais parfois, dans la douceur du quotidien.

Et je crois que cette lettre, oubliée puis retrouvée, n'était pas le fruit du hasard.

Il fallait sans doute ces sept mois pour que mes mains sachent la tenir sans trembler, pour que mes yeux puissent la lire sans se brouiller.

Elle continue d'écrire en moi, autrement.

Chaque jour, je poursuis cette conversation invisible — entre la mémoire et la vie qui reprend.

*"Voici sa lettre sans pudeur, juste pour le témoignage d'une belle âme. Une lettre ouverte:
pour ceux qui restent".*

Demain je vais disparaître,
j'aimerais que vous sachiez
que je ne regrette rien de ma vie.

Je l'ai aimée sans excès,
mais avec constance —
comme on aime un visage familial,
un pays que l'on retrouve.

Je l'ai apprécié,
même dans ses silences,
même quand elle me demandait
de traverser l'inconfort de la douleur ou la peine.

J'ai appris à remercier.
Pas avec des mots,
mais en respirant l'odeur des roses,
en écoutant le vent s'attarder dans les arbres,
en regardant la mer quand elle se repose.

Ces instants étaient mes prières,
mes façons de dire :
je suis là, et c'est assez.

Ce que je voudrais vous laisser,
ce n'est pas une leçon,
ni une trace lourde à porter.

C'est un regard.
Celui qui s'émerveille du simple,
qui reconnaît la beauté
sans vouloir la posséder.

Si vous savez encore vous arrêter,
écouter,
sentir,
alors je continuerai de vivre un peu
dans vos gestes.

Ne laissez pas le chagrin
vous fermer le cœur.

Le deuil, au début,
est une marée haute.
Il envahit tout.

Puis il se retire, doucement,
laissant sur le sable
des éclats de mémoire.

Ce sont eux qui brillent.
Gardez-les.

Ils ne pèsent rien, et pourtant ils réchauffent.

Je ne serai pas loin.
Je serai dans la lumière

qui glisse sur la table au moment du repas,
dans le parfum du café,
dans la main que vous posez
sur l'épaule d'un ami.

Je serai dans tout
ce que vous continuerez à aimer.

Vivez sans hâte.
Aimez sans réserve.
Et surtout,
émerveillez-vous —
de ce que vous avez,
de ce que vous êtes.

Se contenter,
ce n'est pas renoncer :
c'est accueillir.
C'est savoir dire merci,
encore.

Je pars sans effacer.
Je pars en laissant ouvert.

Réponse posthume

"Je ne réveille pas ma souffrance, elle est toujours là, au plus profond de moi. Pas un instant je ne l'oublie. Lui écrire n'est pas une douleur, au contraire, j'éprouve beaucoup de joie à rédiger une réponse à sa lettre. Non pas pour qu'elle continue à exister mais parce que je continue à l'aimer"

Ta lettre m'a trouvé un matin calme.
Le jour entrait à pas lents dans la pièce,
et le silence semblait t'attendre.

En te lisant,
j'ai compris que ton départ
n'était pas une fin,
mais une forme de continuité —
comme une rivière
qui s'élargit jusqu'à devenir mer.

Tu dis que tu as aimé la vie.
Moi, j'ajouterai :
tu as été douce avec elle,
et par ricochet,
avec nous.

Tu nous as appris
à ne pas presser le temps,
à écouter le vent avant de parler,
à regarder les fleurs
avant de juger les jours.

Ce que tu appelles respecter la vie,
j'appelle cela de la tendresse.

Depuis que tu es partie,
j'apprends à vivre autrement.

Je guette ta présence dans les détails :
dans la flamme des bougies qui dansent sur les murs,
une odeur d'herbe humide à l'aube d'un nouveau jour,
une phrase qui me traverse sans raison.

Et je t'y retrouve — non pas comme un souvenir figé,
mais comme un souffle.
Tu es devenu silence habité.

Je ne pleure plus comme avant.
La peine s'est faite plus vaste,
plus tranquille.

Elle n'a plus la forme d'un manque,
mais celle d'une gratitude.

Car t'avoir connu,
c'était déjà une grâce.

Tu disais :
se contenter, ce n'est pas renoncer.
Alors j'essaie.

J'apprends à dire merci
pour ce qui reste,
à sourire pour ce qui fut,
à marcher dans le présent
sans le brusquer.

Et parfois,
quand les rayons du soleil caressent ton portrait,
j'ai l'impression que tu me parles.

Tu pars sans effacer.
Tu pars en laissant ouvert.

Et c'est dans cet espace ouvert
que je vis désormais — entre ton absence et ta paix,
entre ton souvenir et ma vie qui continue.

Merci pour ta lettre.
Elle ne ferme rien.
Elle éclaire.

L'automne de la Vie

(Vivre Cassé, mais Vivre Debout)

Je me pose souvent la question : qui suis-je ? Question pertinente !
Professionnellement ou dans ma sphère privée, je n'ai jamais été linéaire.
Des passages difficiles certes, sans que cela soit une anomalie, mais des étapes normales dans la construction de la personnalité de l'être humain que je suis.

Je n'ai jamais été prisonnier de mes rêves.
Je n'ai jamais été un homme de plans. Instinctif, imprévisible, j'ai avancé sans calcul, sans carte ni certitude, guidé par une forme obscure.

Je n'ai jamais cru ni aux apparences, ni aux longues explications émotionnelles.
Je n'ai pas cherché la paix dans l'absence de mouvement, mais dans la confiance de l'équilibre.

Je n'ai jamais confondu l'âge avec la trajectoire.
Le temps passe, oui, mais il ne m'use pas : il me sculpte.
Chaque saison a laissé sa trace, non comme une blessure, mais comme une ligne sur la carte intérieure que je n'avais pas dessinée.

Je me surprends parfois à regarder en arrière, non pour mesurer ce que j'ai perdu, mais pour me rappeler ce que j'ai appris. Le printemps fougueux, l'été lumineux, l'hiver sombre... et maintenant l'automne, ce moment étrange où tout devient plus clair au moment même où les couleurs se fanent.

L'automne de la vie n'est pas un renoncement.
C'est un dépouillement essentiel.
C'est le temps où l'on cesse d'être pressé, où l'on comprend enfin que la course ne mène nulle part si l'on ne savoure pas le chemin.

Je ne suis pas devenu sage – le mot est trop grand pour un homme qui doute encore – mais j'ai cessé de me battre contre des vents inutiles. J'avance plus lentement, peut-être, mais mieux. Avec cette conscience diffuse qu'il n'y a rien à prouver, seulement à vivre.

On pourrait croire qu'à cet âge les rêves se taisent.
C'est le contraire.
Ils parlent plus doucement, certes, mais ils disent l'essentiel :
« Continue. Tu n'es pas arrivé au terminus. »

Alors, je continue.
Non par acharnement, mais par fidélité à celui que j'ai toujours été : un marcheur sans carte, un photographe de l'instant, un homme qui croit que la vie ne se comprend qu'en avançant.

L'automne, avec ses lumières rasantes et ses ombres allongées, ravive aussi la mémoire. Je me surprends parfois à revisiter des instants que j'avais crus immuables : un rire partagé, une dispute silencieuse, un regard tendre au petit matin. Nous avons traversé tant d'années, des saisons de jeunesse, de construction, de tempêtes, puis ce long été calme où l'on croit que rien ne peut plus changer.

Et pourtant, tout change.

Je me demande si j'ai assez dit, assez montré. La pudeur des hommes de ma génération a souvent remplacé les mots par des gestes, des preuves muettes. Est-ce qu'elle les avait

comprises ? Est-ce qu'elle avait perçu, derrière mon impatience, mes maladresses et mes absences, tout cet amour qui ne savait pas se dire ?

Aujourd'hui je parle seul, ou plutôt je murmure dans le vent, espérant qu'une parcelle d'elle l'entende. Je cherche des signes dans les feuilles qui tombent, dans les nuages qui filent, comme si le monde pouvait me renvoyer un écho – une confirmation, un apaisement, un dernier « oui, tu as fait ta part ».

Elle est partie, et mon doute est resté. Mais peut-être est-ce cela aussi, aimer : accepter d'avancer avec des questions sans réponse, avec la certitude fragile que l'essentiel a été vécu, même s'il n'a pas été dit.

L'automne me l'apprend doucement : il y a des vérités qui n'arrivent qu'après les derniers mots, au creux du silence.

Même si j'ai parfois triché avec moi-même, j'ai toujours donné le meilleur de ce que je pouvais pour les miens. Je me suis relevé de mes erreurs sans chercher à devenir un autre, sans travestir ce que je portais en moi : la loyauté, la dignité, et cette manière de regarder la vie droit dans les yeux, sans renier celui que je suis au fond, avec mes forces, mes failles et mes vérités même lorsqu'elle secouait trop fort.

Ma santé a souvent posé des limites à mes élans, freinant mes projets et mes rêves. Mais chaque chute m'a vu me relever, un peu plus fort, plus obstiné, un peu plus lucide, sans jamais me laisser dominer par le pathos, je n'ai jamais aimé les lamentations.

Me renforçant malgré lui, le destin a tracé la route, j'ai accepté de la suivre, avec mes armes et mon courage, avançant même de travers, même cabossé.

Nietzsche avait raison : « *Ce qui ne tue pas rend plus fort* ». Et cette phrase, je ne l'ai pas seulement lue ; je l'ai vécue, dans la chair, dans l'endurance, dans les nuits où l'on se parle à soi-même pour tenir debout.

Jamais je ne me suis apitoyé. J'ai tenu bon contre la négativité, contre le fatalisme, avec la conviction intime que rien n'était perdu tant que je continuais d'avancer. Dans mes veines coule un sang combatif, un sang résilient, un fil tendu entre les époques, les épreuves et les renaissances, un fil qui ne s'est jamais rompu, même au cœur des tourments.

L'automne n'est pas la fin.

C'est ce moment précieux où le regard devient plus juste, où l'on sait enfin reconnaître la beauté même dans la brume.

Et je marche encore.

Avec mes cicatrices, mes souvenirs, mes trouvailles et mes doutes.

Mais avec cette certitude, fragile et solide à la fois :

tant que le cœur bat et que le vent souffle, il reste un chemin devant moi.

