

JEUX D'UNE
CONSCIENCE ÉVEILLÉE

Assil Bernossi

Jeux d'une
conscience éveillée

Roman

Éditions Persée

Ce livre est une œuvre de fiction. Les noms, les personnages et les événements sont le fruit de l'imagination de l'auteur et toute ressemblance avec des personnes vivantes ou ayant existé serait pure coïncidence.

Consultez notre site internet



© Éditions Persée, 2019

Pour tout contact :
Éditions Persée – 27 allée des 5 Continents –
ZA du Chêne Ferré – 44120 Vertou
www.editions-persee.fr

*À mes parents qui me soutiennent, inconditionnellement,
même dans mes choix les plus absurdes.*

*À ma famille qui ne me considère toujours pas,
à raison, comme un adulte.*

*À M. G. qui m'a toujours fait croire,
à tort, que j'étais spécial.*

*À mes fantastiques amis qui m'ont attribué,
à juste titre, tant de surnoms*

*Ô jour, lève-toi ! Des atomes dansent.
Les âmes, éperdues d'extase, dansent.
La voûte céleste, à cause de cet Être, danse,
À l'oreille je te dirai où l'entraîne cette danse.*

Rûmi

C'EST FINI, TOUT S'EST BIEN PASSÉ

— **N**e regarde pas, ferme les yeux !

— Mais pourquoi ? qu'y a-t-il ? répond Iris à son frère.

Ils sont assis tous les trois sur les escaliers. À travers la fenêtre il aperçoit la tempête accompagnée d'une pluie torrentielle, en partie responsable de sa chute. Sa sœur, trahie par ses grands yeux ronds fixant impassiblement son genou, lui annonce alors :

— Tu risques de t'évanouir si tu regardes, c'est un peu ouvert.

Quelques minutes plus tard, mon cher ami Iris se trouve allongé au bloc opératoire. Deux médecins prennent soin de « réparer » sa jambe. L'anesthésie ayant fait effet, il ne ressent aucune douleur. Néanmoins, il réalise que son corps ne ressortira pas de cette clinique dans son état originel. Son esprit s'emplit de doutes et d'inquiétudes. C'est sa première expérience chirurgicale consciente. Un long plâtre recouvre sa jeune jambe, de la cheville à la taille. N'ayant pas été prévenu, et n'étant pas encore expert des handicaps, il trébuche dès qu'il rencontre la première marche à la sortie de la clinique. Il apprend sa leçon : ne jamais engager en premier sa jambe plâtrée lors d'une descente d'escalier.

Cette sortie ouvre alors le bal à une série de soirées rythmées par les bips des tensiomètres et les « attention je pique ». En moyenne tous les deux à trois ans, un accident renvoie le jeune

Iris sur le billard. Par la force des choses, il commence à tirer des leçons positives de ces expériences. Différentes parties de son corps sont endommagées. Ce qui lui permet d'expérimenter ponctuellement une vie privée de certaines fonctions du corps humain. Chaque lésion est l'occasion de rencontrer une partie de son corps. Il la voit sur une image radiologique, il y ressent une douleur aiguë, et surtout il est privé de ses fonctions spécifiques pendant une période. C'est une manière de lui dire « enchanté, me voici, j'existe, j'ai une utilité et je dois être entretenue avec soin ».

Ayant été contraint de se nourrir uniquement de soupes pendant des semaines, il se rend compte à quel point il apprécie la viande, le pain ou les légumes croquants. Après avoir retrouvé ses capacités, il devient un véritable carnivore et savoure plus que personne chaque bouchée protéinée.

Par ailleurs, la jambe dans le plâtre nuit à sa liberté de mouvement et à son indépendance. Son lieu de vie se restreint à une seule pièce pendant des semaines et des mois. Il doit compter sur d'autres pour se nourrir. Il fait sa toilette dans un inconfort humiliant. Mais encore une fois, remis sur pattes, il ressent une joie démesurée à l'idée d'avoir la liberté de se déplacer d'un lieu à un autre. Il en profite sous n'importe quel prétexte. Iris commence alors à apprécier de promener son corps d'un endroit à l'autre, peu importe ce qui s'y trouve, le principal est d'offrir de nouveaux scénarios à ses sens.

Iris est naïf et rêveur, et je l'apprécie aussi pour cela. Son monde est bien éloigné de la réalité. Il pense vraiment qu'il deviendra footballeur professionnel. En fait il ne le pense pas, il est foncièrement convaincu que c'est son destin. Tout autre éventuel métier ou mode de vie n'est pas envisageable. Il a certes des qualités, mais soyons honnêtes, il est bien loin de ses prétentions.

Néanmoins, j'aime sa manière d'appréhender cette discipline sportive. En plus d'un terrain d'apprentissage de valeurs humaines, comme le dépassement de soi, le travail d'équipe ou

encore la rigueur, c'est un véritable mode d'expression pour lui. Selon lui, le football est bien plus artistique et psychologique qu'il ne laisse paraître. Comme une chanson, un match de football a différentes phases, plus ou moins rythmées, alternant entre fluides et saccadées. Le compositeur, ou coach, impose au préalable les grandes lignes et le rôle de chacun de ses musiciens. Par la suite, le chef d'orchestre, ou joueur clé d'une équipe, s'assure du bon respect des consignes et du tempo. Iris adore organiser le jeu de son équipe, il a toujours deux à trois temps d'avance par rapport aux autres. Avant même de recevoir un ballon, son esprit a déjà anticipé les multiples solutions qui s'offrent à lui. Puis il a déjà choisi la plus efficace selon lui, et sait parfaitement comment vont réagir les autres face à ce choix. Rapidité et précision sont naturellement indispensables à la bonne réalisation du scénario prémédité. Les différentes actions d'un match représentent à chaque fois une situation nouvelle, une énigme supplémentaire à décoder. Il cherche constamment à innover et à créer des combinaisons inattendues pour déstabiliser l'adversaire. Le style de chaque joueur est unique, et il reflète un volet de sa personnalité, tout comme chaque chanson dévoile une partie de la personnalité de son compositeur. Le football est donc selon lui un terrain d'expression, mais aussi un lieu de création. Et Iris s'y sent particulièrement à l'aise. Il évolue dans plusieurs clubs et passe des dizaines de tests. Il cherche constamment à rejoindre le meilleur club possible qui lui permettrait de propulser sa carrière. Il se retrouve même dans de minuscules patelins en Europe, à dormir dans des écoles abandonnées. Des salles de cours reconverties en dortoirs, au milieu de forêts et à trente minutes à pied du premier commerce. Il est prêt à faire moult sacrifices dans cette quête. Il est alors sur son prétendu chemin qui le mène à son rêve, lorsque soudainement tout s'écroule. En moins d'une seconde, un craquement suffit pour voir s'effondrer toute une raison de vivre. La scène a lieu au sein du dernier club dans lequel il évolue, dans le sud de l'Es-

pagne. En pleine course, alors qu'il veut changer de direction, son corps tourne mais sa jambe reste coincée dans une pelouse mal en point. Son genou se tord, il entend un craquement, se sent trahi, s'écroule. Il constate l'intelligence et la solidarité du corps humain qui plonge son esprit automatiquement dans un état proche de l'inconscience, afin d'atténuer la douleur physique et mentale liée à ce choc. Il comprend instantanément que sa soi-disant carrière professionnelle est terminée. Il a déjà du retard, une telle blessure va l'écarter une bonne année des terrains. Il ne pourra jamais revenir à un niveau compétitif. Il saisit alors que tout est fini. Toutes les heures, journées, tous les mois et années à s'entraîner rudement sont jetés à la poubelle. Tout cet investissement et les sacrifices endurés n'auront pas donné de résultats. Il tombe de très haut. Il réalise qu'il n'est finalement pas si spécial, et qu'il ne vivra pas son rêve. Au-delà de son rêve, je répète que c'était sa raison de vivre, toutes ses pensées et tout ce qu'il entreprenait allaient dans ce sens. Il se sent nu, totalement perdu, désespéré.

Néanmoins, en plein milieu de ce cyclone ravageur se trouve un œil clément et apaisant. Juste après l'incident, et durant une fraction de seconde, il ressent, contre toute attente, un léger soulagement. Il comprend que désormais il n'est plus tenu de concéder tant de sacrifices pour justement réaliser ce rêve. Il va enfin pouvoir se nourrir sans suivre de régime particulier, sortir faire la fête sans contraintes, voyager librement et aussi longtemps qu'il le désire. Le football était son choix, mais c'est une discipline qui impose une rigueur et des obligations dignes de l'armée. Ainsi, sans doute pour la première fois de sa vie, il libère son esprit d'un lourd fardeau. Le futur, le rêve à atteindre qui occupait toutes ses pensées du matin au soir s'est évaporé. Pour la première fois de sa vie donc, il est dans le moment présent, il ressent son corps souffrir et ne pense plus à rien d'autre. Son esprit s'allège subitement et il culpabilise naïvement de se sentir aussi bien à cet instant précis. Moi je le sais déjà, mais lui comprendra plus tard que

cet événement est le début de sa libération et également de notre rapprochement. Le futur, n'ayant plus de sens, est enterré. Iris va pouvoir commencer à s'intéresser à ce que peut offrir le présent.

Cette lourde lésion au genou entraîne plusieurs interventions chirurgicales et un cumul de quatre années de physiothérapie.

Il se retrouve alité pendant plusieurs semaines. Sa jambe devient fine comme un cure-dent. Il ne la reconnaît pas. Vous n'imaginez pas comment vos muscles, en quelques jours d'inactivité, peuvent devenir totalement amorphes. La douleur liée aux œdèmes et au traumatisme est le dernier de ses soucis. Il ne peut pas plier la jambe. Il doit se piquer tous les jours pour éviter que son sang coagule. Du fait de son inactivité, il prend du poids. Il a besoin d'aide et d'assistance pour tous ses besoins primaires. Inutile de décrire l'inconfort et la honte lors de ses expéditions au point d'eau. Il est complètement dépendant de ses proches et des assistants médicaux qui se montrent d'ailleurs très serviables.

Telle est sa situation actuelle. Il doit maintenant se convaincre qu'il est possible de retrouver ses capacités. Qu'il pourra un jour rejouer au football, au moins pour le plaisir, et même surfer à nouveau une vague de trois mètres. Une fois la conviction mentale installée, la suite se résume à du travail. Plusieurs heures par jour, tous les jours, pendant quatre ans. Accomplir des efforts physiques douloureux et ennuyants. Continuer à y croire tous les jours. Fournir les mêmes efforts quotidiennement. L'évolution est lente, difficilement perceptible. Les complications surgissent, apportant de nouveaux obstacles et allongeant les délais. Mais il doit maintenir la même discipline et continuer à travailler. Ne pas céder tant que l'objectif n'est pas atteint.

Voilà sans doute l'une des plus grandes batailles qu'il a remportée. Et cela lui transmet une leçon simple mais tellement importante : le travail assidu et discipliné engendre des miracles. Il comprend que pour gravir la plus haute montagne du monde, il est impossible de sauter ou de voler. Il faut avancer un pas après

l'autre, marche après marche, tous les jours, jusqu'à atteindre le sommet.

Il ne retrouve pas l'intégralité de ses capacités, mais suffisamment pour ressentir à nouveau les sensations qui lui manquent.

Ces accidents lui dévoilent aussi le bonheur d'être simplement en possession de toutes ses capacités physiques. Malheureusement, il semble que la privation temporaire de ces fonctions est essentielle pour reconnaître leur véritable valeur.

Revenons à ses séjours hospitaliers. Comme tout le monde, enfant, il appréhendait les cliniques et toutes les odeurs, textures, sons, saveurs et couleurs qui leur sont liés. Puis, au fur et à mesure de ses nombreuses visites forcées, il s'y habitue. Il arrive même à ressentir un profond apaisement sur ces étroits lits d'hôpitaux, dans ces chambres silencieuses. Il expérimente simplement le bonheur de vivre le moment présent. Notamment en salle de réanimation, lorsque la vie reprend. C'est toujours la même histoire : il se réveille avec la douce voix d'une infirmière qui lui murmure « c'est fini, tout s'est bien passé ». Il est certes très mal en point physiquement, mais il ressent la joie d'être tout simplement. Son esprit n'est alors pas encombré par toutes les préoccupations quotidiennes liées à son travail, ses relations avec ses proches ou encore ses projets. Durant un court instant, son esprit est complètement vidé, il ne pense pas, il constate juste son état présent, et cela le comble d'un sentiment de paix unique. Puis il retrouve sa chambre pour la période de convalescence, et savoure de voir son corps reprendre des forces et retrouver son état normal. Plus que jamais, il est à l'écoute de son corps, il le ressent, il est dans le moment présent et cela le soulage.

Ces expériences lui enseignent également des principes comme la patience et l'acceptation. Il comprend que dans certaines circonstances, son intervention est inutile. Il est impuissant si la nature prend le dessus. Il doit se laisser emporter dans son courant et ne pas se débattre. Des événements ou accidents viennent

le bousculer, il est inutile d'y penser, d'essayer d'y trouver une logique ou une explication. Il est inutile de dénoncer une injustice de l'univers. Iris saisit enfin que la meilleure réaction est d'aller de l'avant. Ne pas encombrer davantage l'esprit par des pensées négatives qui de toute manière ne pourront pas changer le passé. Mieux vaut plutôt laisser l'esprit s'apaiser et retrouver son enthousiasme pour faciliter une guérison rapide.

Le sens du combat est une corde supplémentaire acquise à son arc de valeurs. Les périodes de convalescence et de rééducation peuvent durer des mois voire des années. La maladie ou le handicap étant l'ennemi à abattre. Il est très concentré, et même si à maintes reprises il a un genou à terre, il se relève toujours pour atteindre son but. Lors de complications et douleurs postchirurgicales, un médecin lui annonce un jour qu'il ne pourra plus jamais repratiquer le football. Il puise des forces au plus profond de son être pour contredire la voix de la science et continuer à se battre.

Autre réflexe qu'il développe pour adoucir ces séjours hospitaliers : la banalisation des piqûres. Chaque fois qu'une infirmière s'apprête à lui faire une piqûre, il regarde de l'autre côté et imagine qu'il s'agit de son neveu en train de le pincer. En effet, il se rend compte que finalement, lorsqu'il joue avec son neveu, très souvent ce dernier le pince et la douleur est concrètement supérieure à celle des piqûres. Mais il ne la ressent pas du tout de la même manière, il comprend ainsi que tout cela est une manigance du mental. Penser à son neveu rend le moment plus ludique et chaleureux. Inconsciemment, cette pertinente stratégie instaurée est l'une des premières actions d'Iris dans le sens de son éveil. Il accueille à bras ouverts l'ensemble des enseignements que lui offrent ces accidents.