

## Comment pourrai-je te faire une accolade, Pierre Alain ?

Deuxième étape sur la Route de l'Accolade (mars 2026)

Après mon voyage au Canada et dans le Maine (États-Unis), mon corps s'est progressivement remis et a retrouvé ses forces. Je continuais à suivre certaines routines de soins personnels et à me soumettre à des contrôles médicaux réguliers, mais je marchais déjà de manière plus stable et je me sentais en confiance dans mes pas.

Les médecins me disaient que j'étais guérie et que je pouvais désormais mener une vie normale. Autour de moi, on me faisait comprendre que j'étais une femme en âge de travailler et que j'étais désormais rétablie pour reprendre cette fonction. J'étais différente : mon corps, mon énergie avaient changé et mon âme ressentait le besoin de suivre un autre chemin. Je voulais être authentique, sincère et utile à la vie du monde depuis ma nouvelle place.

Je me suis fixé comme premier objectif de rendre grâce à la vie, grâce à la guérison, grâce à tous ceux qui m'ont soutenue et ont accepté que je sois là. Le personnel soignant, la famille de sang et la famille d'eau (les amis). Merci à mon contexte et à mon époque. Alors que ces idées mûrissaient en moi, les conflits se multipliaient dans le monde : violences, injustices, inégalités.

Pour moi, **la santé et la maladie devenaient les métaphores parfaites pour évoquer la paix et la violence**. Ma maladie et l'expérience de me sentir mourante m'ont amenée à m'interroger sur le sens de la vie. Qui voulais-je être dans cette vie et que voulais-je faire de mon temps de vie ?

J'ai commencé à témoigner de mon expérience de la maladie. Je voulais partager ma perception du chemin vers ma guérison, mon bien-être et ma paix intérieure. Les expériences peuvent varier, mais mettre en lumière la vulnérabilité humaine suscite des sentiments, des émotions et des actions.

Ce partage a suscité des réactions diverses, mais certaines personnes ont réussi à ressentir un peu de chaleur dans leur cœur et ont pu entrevoir de l'espoir sur leur chemin de vie. C'est ainsi qu'est née **l'Usine d'Abracitos** (petites et tendres accolades), composée de Lourdes, Montse, Montserrat, Esther, Inma et Anna María. Grâce à elles, nous cousons avec des tissus recyclés et, toutes mains unies, les « Abracitos », des poupées de chiffon, sans bras et belles dans leur imperfection. Notre objectif est de coudre des « Abracitos » à l'infini car les accolades, les câlins, pour nous qui connaissons et accompagnons différentes formes de douleur, sont un remède pour l'âme.

Lorsque nous avons atteint la création de près d'une centaine d'Abracitos, mon corps a de nouveau ressenti de la douleur, sans que je m'en rende compte. Les médecins disaient qu'une nouvelle intervention chirurgicale était nécessaire, ainsi qu'un traitement de ceux qui, dans le but de guérir la personne, la rendent étourdie, plus mourante que vivante. Je me suis demandé si je voulais une longue vie ou une courte vie; la courte pouvait être très brève, confirmaient le Dr Rodríguez, le Dr Fernández et la Dre Pérez également; et la longue pouvait être tout aussi courte. Cela m'a effrayée de me voir capable de me donner ma propre vie. Je me suis demandé si, au-delà de décider de vivre, j'étais moi-même dans cette vie...

**La rivalité pour la terre et l'eau a fait de moi une femme sans bras**. Je me sens impuissante dans un monde où je perçois des mauvais traitements et un manque d'empathie envers

l'essence même de la vie. Que ma vie soit courte ou longue, elle sera définie par ce que nous sommes déjà : le temps, l'existence. Ce qui distingue la vie, c'est son sens, sa mission. Je veux marcher sur cette terre tant que cela a un sens, tant que j'y trouve la vie et des raisons de vivre. Pourquoi ne pas me faire opérer, si je poursuis encore des rêves ? Pourquoi ne pas me faire opérer, si la vie consiste à essayer de poursuivre ces rêves ?

**Je poursuis « La Route de l'Accolade ».** La deuxième étape et halte s'impose à **Genève**. Belén est venue me voir depuis Montréal, elle a tenu sa promesse et m'a poussé à poursuivre mon chemin. Dans cette ville, qui n'est pas la capitale du pays, mais bien l'un des symboles de la neutralité et de la paix dans l'histoire européenne, vit ou vivait Pierre Alain, l'ami qui s'est tu et, sachant qu'il est malade, je m'inquiète pour son bien-être. Je veux lui faire une accolade et l'accueillir en lui disant que je comprends sa douleur.

J'ai tenté à plusieurs reprises de contacter Pierre Alain, mais il ne répond pas, il ne répond pas à mes lettres et son silence me fait ressentir son absence. Qu'es-tu devenu, mon ami genevois ?

**Pierre Alain** et moi nous sommes rencontrés en cours de philosophie. Nous entrions tous les deux, passionnés, dans cet amphithéâtre ancien du majestueux bâtiment de l'Uni-Bastions. En cours, des débats s'engageaient, les étudiants posaient des questions et tournaient et retournaient les idées. Pierre Alain et moi écoutions, gardions le silence, prenions des notes, sortions de la salle bouche bée, épuisés, un peu étourdis par ces déambulations abstraites sur des idées toutes faites qui nous déstabilisaient. Un jour, nous nous sommes avoué que nous n'avions rien compris. Nous nous sommes invités à prendre un café, nous nous sommes libérés en parlant de situations de vie plus terre-à-terre et avons trouvé de nombreux points communs. Dès lors, le cours de philosophie c'était devenu l'occasion d'aller prendre un long café ensemble, où nous passions en revue nos défis respectifs et nous nous soutenions mutuellement. Nous avons construit une solide amitié très complice. Nous étions inséparables.

Après mon départ de Genève, nous avons entretenu une correspondance philosophique assidue. Nous nous sommes revus lors des deux séjours suivants que j'ai effectués là-bas. Pierre Alain m'a fait découvrir l'histoire de sa ville ; il a été le poulx qui m'a si intensément relié à cet endroit. Peu à peu, nos lettres se sont espacées. Pierre Alain a dû subir plusieurs opérations du cœur et du dos ; il vivait dans une grande douleur et, bien que sa curiosité d'apprendre fût intacte, il avait du mal à partager une douleur qui devenait constante, une douleur physique sur laquelle il n'avait que peu de contrôle et qui le faisait se sentir comme un râleur, ce qu'il ne voulait pas être.

J'avais écrit à Pierre Alain plus de quatre fois, mais il n'avait pas répondu. Dans son dernier message, il s'était excusé en expliquant que sa santé était très fragile, qu'il enchaînait les opérations, qu'il ne vivait qu'à force de médicaments, et que parler de lui revenait à aborder une douleur qui le dépassait. Genève devait être ma deuxième étape sur la Route de l'Accolade, car je voulais avoir des nouvelles de mon ami, je voulais le retrouver. Je lui ai écrit quelques lignes quelques jours avant de partir, en lui disant : « Pierre Alain, je suis à Genève. On prend un café ? » Il n'a pas répondu.

La veille de mon départ j'ai dormi chez Montserrat, car elle habite plus près de l'aéroport que moi, et j'ai pris le premier avion du matin le mercredi 25 mars 2026. J'ai pris l'avion et le Salève m'a accueilli avec ses sommets blancs, ainsi qu'une douce et fraîche chute de neige, de celles qui vous apportent le calme et vous reconnectent à la beauté lorsque vous regardez les flocons tomber depuis le côté abrité de la fenêtre. Je suis arrivé chez Adela; elle n'était pas là, mais sa

maison dégage la présence d'un ange gardien. J'ai retrouvé mes autres amis, et j'ai flâné dans les différents quartiers que j'ai tant arpentés quand je vivais là-bas et que je parcourais souvent avec Adam (mon fils), à vélo ou avec Pierre Alain : Champel, Carouge, Plainpalais, La Bâtie, Saint-Jean... Je suis arrivé au lac, je le cherchais et j'y pensais, mais Pierre Alain n'apparaissait pas et ne répondait pas. Sylvie, sa compagne, n'avait rien dit non plus... J'aurais pu demander à sa cousine Isabelle, mais ils ne se parlaient pas...

Je suis arrivée à la Maison Bleu Ciel, où j'avais rendez-vous avec celui qui fut mon guide spirituel : **Nils**. Lui seul avait la patience de m'écouter et de m'aider à trouver la confiance nécessaire pour m'engager sur le chemin qui traverse les recoins intimes de mon être. J'avais peur d'explorer des dimensions qui m'étaient inconnues, j'avais besoin d'une assurance intellectuelle pour pouvoir me redécouvrir. Nils était à mes côtés. Il s'est adapté à moi grâce à sa passion.

Avec Nils, nous avons organisé une rencontre pour la communauté. Nils a aménagé une petite salle intime avec des tisanes, des petits gâteaux, des bougies, une ambiance qui célèbre le bien-être de la vie. J'ai partagé ce moment avec ces amis de Genève que je ne connaissais pas encore et qui se sont intégrés à moi. Nous avons pu ressentir ensemble de la compassion, et j'ai le plaisir de savoir qu'ils sont repartis avec un peu de tendresse et une grande envie de grandir.

Avec Nils, nous avons abordé la peur de la mort: il a survécu à un infarctus et a le sentiment qu'il n'y a pas de fin, mais une dimension différente. L'inconnu effraie certains et passionne d'autres.

**Omy**, une belle femme que j'ai rencontrée à mon arrivée à Genève, m'a dit quelque chose de similaire : « La mort n'existe pas. Choisis toujours la vie, car il y a encore tant à découvrir. » Omy est une femme dotée d'un don de perception, très empathique. Dès qu'elle m'a vue, elle m'a dit qu'elle ressentait la douleur des autres et que j'avais quelque chose au niveau de l'aîne et de l'estomac. Exactement, c'est à ces deux endroits que j'ai deux petites tumeurs. Elle m'a dit : « **Fais pour moi des choses pour toi** ».

Quelle force a le lien humain ! Quelle force destructrice a la rupture humaine !

Omy m'a fait sentir que j'étais là où je devais être.

Où es-tu, Pierre Alain ? Qu'es-tu devenu ?

J'ai retrouvé mes amis espagnols, un par un, et certains à distance. Les amis espagnols que l'on rencontre quand on est loin de chez soi sont ceux que l'on ne retrouve sûrement qu'à l'étranger. Chez nous, nous venons de mondes différents, mais là-bas, il semble que nous partagions quelque chose de très similaire : le mal du pays. Nous restons très différents, mais nous sommes des êtres qui ressentons très vivement le lien et le besoin d'appartenance.

**Adela**, qui voyage beaucoup, n'était pas à Genève, mais elle m'a laissé sa maison; je sentais ainsi sa présence, envahie par les parfums de ses plantes et fleurs d'herboristerie, de son sel d'Ibiza... et par ses marques distinctives : les fenêtres ouvertes sur la mer et le ciel d'un bleu intense, et ces petits carrés de tissu cousus à la main que l'on découvre un peu partout dans la maison... Nous nous parlions tous les jours, et tant elle que sa maison m'abritaient et m'accompagnaient.

J'ai fait la connaissance d'Adela parce que Jordi, le prof de mon fils, m'a dit que si j'allais vivre à Genève (c'est ainsi que l'on prend soin les uns des autres quand on perçoit une histoire de migration), ce serait bien que je fasse la connaissance d'une personne de bien. Et moi, comme celle qui ramène des chorizos du village, j'ai cherché Adela. C'est une femme tellement, tellement... je ne sais pas quel mot employer... tellement intense qu'on ne peut s'empêcher de l'aimer. Quand elle se met en colère, c'est généralement à cause d'injustices, et son côté explosif ressort ; mais d'un autre côté, quand elle se connecte à l'humanité, elle est la plus patiente, la plus compréhensive, la plus généreuse. Elle vit mille péripéties et, bien que son chemin soit semé d'embûches, elle finit toujours par s'en sortir. Elle est une étincelle d'amour intense.

Nous nous sommes promis de nous revoir bientôt et peut-être de partager une petite maison face à la mer à Ibiza, car il y a sûrement encore des moments de nos vies qui méritent d'être partagés.

Oui, j'ai vu **Álvaro**, qui a patiemment supporté le trajet de Fribourg à Genève avec des bouchons sur la route, la discussion à la Maison Bleu Ciel, et enfin nous avons pris un café qui s'est prolongé jusqu'après minuit parce que j'ai beaucoup bavardé. Cela faisait 25 ans que nous ne nous étions pas revus en personne et nous nous sommes sentis comme les amis d'hier et toujours.

Nous nous sommes rencontrés au Maroc avec Rosa, nous étions des adultes tout juste nés qui goûtaient à la vie. J'étais l'aventure à l'état pur, Álvaro l'observation et Rosa le berger qui garde son troupeau. Trois mondes en dehors de leur monde, se cherchant et cohabitant. Nous parlions sans arrêt, je défiais l'ordre, Álvaro l'imposait et Rosa tissait un équilibre grâce à son acceptation.

Álvaro a été le dernier à quitter le Maroc, j'étais la deuxième, et je lui ai dit au revoir avec un mot sur une affiche de la Palestine. Peut-être suis-je partie avec ce conflit intérieur entre l'ordre et le désordre, et sans les conseils de Rosa, il a manqué pouvoir lui offrir une accolade. C'est peut-être cette accolade qui nous a manqué qui nous a maintenus unis, qui nous a poussés à nous demander : « Et qu'est-ce que tu es devenu, Álvaro, Sara, Pierre Alain ? »

J'ai aussi pu revoir **Ester**. Qui est Ester ? Une amitié sans conditions, celle de l'époque où nous formions une bande de jeunes boursiers à Paris. Une bande de jeunes avec leurs folies, leurs embrouilles, leurs peurs, et cet apprentissage mutuel au fil de notre adolescence.

Ester savait faire les courses, organiser des fêtes, couper les cheveux, raconter des blagues... et moi, je me débrouillais en faisant des omelettes aux pommes de terre. Dans le groupe, nous étions les plus différentes. En tant que personnes, nous partagions la même sensibilité face aux discriminations et nous étions unies par la même couleur d'âme.

Ester et moi étions unies par la parole, par le jeu avec ce que nous sommes capables d'exprimer, et par le fait de donner la parole comme gage d'amitié. Nous nous voyons peu, mais nous nous sommes revues à Madrid et à Barcelone, et plusieurs fois à Genève. Nos mondes restent très différents et il n'est pas facile de maintenir le lien, mais notre amitié a mis de côté les conditions et nous sommes capables de ressentir au-delà.

Ester, sans le savoir, a deviné que j'étais malade. Depuis le silence, elle m'a accompagnée; c'est un silence que seules elle et moi entendons, et nous le savons. Quand nous rompons le silence, nous sommes toutes les deux bavardes et nous parlons beaucoup de ce que nous

aimons le plus et de ce qui nous fait le plus mal en même temps... et nous ressentons tellement de choses en parlant que nous arrêtons le temps et avons du mal à nous séparer, n'est-ce pas, Ester ? Le temps, qui s'écoule et, au fil de son parcours, tisse son chemin. Nous nous reverrons et nous avons trois possibilités : Genève, Barcelone et Madrid.

Je n'ai pas vu **Rosa**. J'avais prévu de rester plus longtemps en Suisse et de passer par Zurich, mais je n'ai pas voulu me heurter à mon agenda médical, et comme je ne voulais pas non plus renoncer à ce voyage... j'ai sacrifié Rosa. On s'est vus à Barcelone l'année dernière, mais avec les amis, on a toujours envie d'être à leurs côtés.

J'ai demandé à Álvaro – qui, comme moi, ne l'a pas vue depuis 25 ans – de lui apporter un Abracitos. Álvaro a une mission et est fidèle à la valeur de l'amitié, je suis sûre qu'il s'acquittera de cette tâche; en plus, il s'est souvent demandé : « Qu'est-elle devenue, Rosa ? » Et il a hâte de connaître la réponse.

Rosa est une fleur rose de plus en plus éblouissante; Rosa a toujours été un esprit libre et fidèle; elle s'est construit son monde idéal dans sa petite bulle. Elle a transcendé les normes traditionnelles en respectant les valeurs des autres et en faisant respecter ses idéaux. C'est pourquoi elle est capable de ressentir les profondeurs et de s'envoler vers l'infini. Rosa, Álvaro, ... m'enverrez-vous une photo de votre rencontre avec une belle accolade ?

Pierre Alain ? Où es-tu ? Il me reste un jour de voyage.

J'ai retrouvé **Omar et Nael**, tous les deux ensembles, mes camarades de recherche à l'Université de Genève. Nous nous connaissons moins bien, mais nos chemins se sont croisés et j'avais envie de les voir.

Omar est un garçon extraverti, déterminé, à l'aise, souriant, avec un tel bagout qu'on ne sait parfois pas qui il est vraiment. Quand je suis seule avec lui, sa véritable personnalité se révèle : ses beaux yeux se cachent alors et il écoute ; et lorsque la conversation nous amène à nous tourner vers notre for intérieur, il est capable de te regarder dans les yeux et se révèle être un être humain tendre.

Nael est une personne constamment en mouvement, toujours en quête, très attentive à trouver le juste équilibre. Il est à la fois avec tout le monde et seul. Il commence toujours les conversations par un « Comment vas-tu ? » sincère, et « Comment va ta famille ? », et il sait comment apporter son soutien à la réponse que tu donnes. Au cours de ce voyage, j'ai fait la connaissance de sa petite fille, Anne, et nous avons eu le sentiment de partager le trésor le plus précieux.

**Anne** est une sage innocente de sept ans qui se laisse faire des accolades et qui fait des accolades. Depuis que nous nous sommes rencontrées, nous nous envoyons des petits messages pour partager notre passion pour les animaux.

Il ne me reste plus que quelques heures à Genève. Tout comme Nael, j'aime moi aussi passer un peu de temps seule, à me retrouver. Je voulais aller à l'église de la Madeleine, c'était mon havre de paix pendant mon séjour à Genève. Le Salève l'était aussi, mais cette fois-ci, j'ai dû y renoncer, tout comme Rosa ; je le regardais, mais je ne pouvais pas y monter lors d'un séjour aussi court.

Genève est une ville pleine de musique, je l'ai toujours perçue ainsi : avec ses rues froides et ses intérieurs chaleureux, où les vitres s'embuent au son des mélodies de tant d'instruments

qui peuvent résonner en même temps et qui donnent la force de défier le froid. À la Madeleine, la chorale et l'orchestre répétaient, et là encore, cette odeur d'encens et de bougies, ainsi que la lumière colorée du coucher de soleil qui filtrait à travers les vitraux, m'ont ramenée à l'époque où cet espace était mon refuge et où je venais y recharger mes sens.

Je suis sortie en marchant dans le centre-ville, mes pas m'ont conduite aux Bastions, je suis entrée dans la bibliothèque, je me suis rendue à l'entrée principale de l'université, j'ai parcouru quelques couloirs de mon histoire là-bas... J'ai pleuré en me souvenant du moment où Adam m'a présentée à des amis, et m'a dit tout en m'entreignant, avec le plus grand sourire et la plus grande fierté qu'un enfant de dix ans puisse avoir : « Eh, regardez, c'est ma maman » ...

Où se trouvait l'amphithéâtre de philosophie ? Dans le couloir A ou le couloir B ? Soudain, une porte du couloir A s'ouvre et des jeunes bruyants commencent à sortir en bavardant ; c'est l'agitation, d'autres arrivent de la rue, se saluent, discutent... Un petit groupe entre par la porte d'à côté, je me faufile avec eux et je m'assois. Je n'en crois pas mes yeux, assis devant moi se trouve... Pierre Alain ? Je n'en étais pas sûre, je ne voyais qu'un profil, mais il lui ressemblait, il avait un air un peu plus triste... Mais était-ce bien lui ? Je devais attendre la fin du cours. Ce n'était peut-être pas lui, car quelque chose avait changé, même s'il lui ressemblait beaucoup.

Enfin, ce fichu cours se termine. Comme d'habitude, je n'ai rien compris, je ne m'intéressais qu'à Pierre Alain.

- Pierre Alain, c'est toi, c'est ton nom ?

- « Oui, c'est moi... ? »

- Regarde-moi. Qui suis-je ? Viens me serrer dans tes bras ! Tu ne sais pas tout ce que j'ai fait pour te retrouver ! Tu es là et tu n'as pas changé.

- « Oui, mais je suis déçu quand je ne peux pas tenir ma parole. J'ai beaucoup de souffrances, Sara. »

- Je suis ton amie, Pierre Alain.

J'ai demandé à l'un des étudiants qui se trouvait dans l'agitation de la sortie des classes de nous prendre en photo. Tout comme à l'aéroport de Genève, où l'on entre et sort en suivant les scènes illustrées de deux amants passionnés sur le point de s'embrasser, et où l'on arrive à la porte d'entrée ou de sortie avec un baiser réussi et passionné. Notre accolade a été immortalisée sur une photo, avec un sourire qui vient du fond de l'âme de deux amis.