

2310

FLS

761

### Les racines cordiales de la mémoire

Je pensais que la mémoire était l'un des attributs les plus importants dans une amitié. C'était toujours les petites choses qui comptaient les plus pour moi. Mes couleurs favorites, la nourriture que j'aime, les films que j'adore. Je croyais fermement que si un ami pouvait se souvenir des informations les plus spécifiques, ils seraient sans doute un bon ami. Le fait de se rappeler des détails qui me définissaient était une preuve du niveau de compréhension approfondi qu'un ami a de moi. A tous les moments où je faisais de nouvelles rencontres au cours de mon enfance, un arbre imaginaire grandissait dans ma tête. Un arbre fort et lointain, avec des feuilles qui symbolisent chaque amitié formée et chaque souvenir partagé. Cependant, un mois était tout pour changer ma perception sur les mémoires et ce qui me faisait un bon ami.

J'ai pris une courte respiration lorsque j'ai ouvert les portes de mon lieu de travail. Bien que je me réjouissais de ce nouveau début, mes nerfs étaient à fleur de peau. Je sentais chaque goutte de sueur glisser sur mon front. Dans ce nouveau travail, où je devais interagir et aider des personnes atteintes de démence, j'avais peur de ne pas savoir comment communiquer avec des individus si différents, tant en termes d'âge que de condition. Je ne voulais commettre aucune erreur.

Puis, on m'a assigné à une activité, et chaque seconde semblait durer une éternité. Pourtant, dès que les résidents ont commencé à venir, et que j'ai vu leurs sourires brillants, mes inquiétudes se sont dissipées. Dans ce centre, j'ai rapidement appris à vivre pleinement dans le moment présent. Chaque jour, un résident oubliait mon visage, mes gestes, mais cela ne changeait jamais les échanges rocambolesques qui tenaient lieu. Dans mon arbre imaginaire, je voyais les calices des fleurs qui commençaient à pousser, et ma perception sur l'amitié changeait de plus en plus.

Un moment marquant de mon expérience fut mon dernier jour au centre. Un mois était passé si vite, comme un clin d'œil, et je me trouvais assise près d'une fenêtre. Soudain, une résidente m'a aperçue et est venue me rejoindre. Les conversations que nous avons eues près de cette fenêtre restent gravées dans ma mémoire. Nous avons parlé de tout, et le dialogue semblait ne jamais vouloir s'arrêter.

Malheureusement, il était temps pour moi de partir, et j'ai dû annoncer la nouvelle à la résidente. À l'instant où je lui ai dit au revoir, j'ai vu son visage se décomposer, passant de la joie à la tristesse. Je n'avais pas du tout envie de partir. Au fil des semaines, j'avais tissé des liens sincères avec les résidents, et il était devenu difficile de m'imaginer quitter cet endroit. J'avais l'impression que mon cœur était désormais attaché à cet endroit.

Mais tout à coup, elle a ouvert son sac et m'a tendu un livre. « C'est un livre que j'ai écrit moi-même, une biographie », m'a-t-elle dit. Le fait qu'elle m'ait confié un tel trésor m'a profondément touchée.

Cette résidente, qui avait perdu tant de souvenirs, m'offrait une partie d'elle-même, un témoignage de sa vie. En quittant le centre, j'ai ressenti une grande tristesse. Même si nos interactions avaient été éphémères, j'avais compris qu'ici, j'avais trouvé de véritables amis. Des amis qui m'ont montré que, malgré les oublis, ce sont les moments de partage qui comptent le plus dans une amitié.

Dans cette expérience, j'ai réalisé que l'amitié ne se mesure pas uniquement par la mémoire ou les souvenirs partagés. Ce qui compte avant tout, c'est la capacité de s'investir dans le moment présent, d'être là pour l'autre, même si les souvenirs ne restent pas. Les amis ne sont pas seulement ceux qui se souviennent de notre couleur préférée ou de la dernière fois qu'on s'est vus. Parfois, ce sont ceux qui, sans rien attendre en retour, nous apportent une oreille attentive et un sourire chaleureux.

Il est vrai que, dans la vie, des amis viendront et repartiront, et que certains liens s'effaceront avec le temps. Cependant, l'essentiel réside dans la qualité de ces moments partagés. Les souvenirs peuvent se perdre, mais les émotions, elles, restent gravées dans nos cœurs. J'ai appris que, dans une amitié, ce n'est pas la mémoire qui fait la différence, mais bien les moments et l'amusement où l'on est pleinement présent pour l'autre. L'amitié véritable ne repose pas sur toutes les choses que nous savons d'une personne, mais sur la capacité de vivre pleinement chaque instant avec l'autre. Ce qui fait un bon ami, c'est la présence, l'attention et les moments partagés, qui nourrissent un lien authentique et durable.