





Martin Guyot

NO[MAD]E :

« Mon cœur m'a dit de partir. »

*Tome 1 : 135 jours en Amérique du Sud.*

Ce livre a été publié sur [www.bookelis.com](http://www.bookelis.com)

ISBN : xxx-xx-xxx-xxxx-x

© Martin Guyot

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction,  
intégrale ou partielle réservés pour tous pays.  
L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de ce livre.

À Armelle, ma grand mère qui m'a toujours été d'un support infallible. Peu importe le sujet, lors de mes doutes les plus profonds, il me suffit de me tourner vers elle pour obtenir son soutien. Un soutien sans jugement. Un soutien dénué de préjugés. C'est elle qui m'a inculqué d'écouter mon cœur avant tout chose. C'est elle aussi qui m'a inculqué l'importance des mots. C'est à travers elle que s'est construit mon idéal féminin. Cette femme à la beauté incroyable et immortelle, aux traits fins qui, suivant sa philosophie de vie, et ses expériences, se sont remplies d'émotions positives et on fait de son visage une représentation de son optimisme et de son amour à la vie.

Cette femme de l'ombre, humble et toujours discrète lors d'un repas en famille, mais dont je n'ai jamais trouvé l'égal en terme de charisme et de sainteté d'esprit. Elle m'est la preuve que du charisme ne dépendent pas une voix portante, virile et sur d'elle. Il n'est pas non plus lié aux caractères physiques et superficiels qui en trompent plus d'un aujourd'hui, non, le charisme chez elle, s'est fait et se traduit par son calme, sa patience, sa sagesse et son intelligence face aux conséquences de ses paroles et la portée qu'elle peut avoir sur les gens.

À toi mamie, ma plus fine oreille et ma plus grande supportrice je fais cette déclaration d'amour et d'admiration car sans toi, ce livre n'aurais jamais vu le jour.



*« La vie n'est pas un restaurant mais un buffet,  
alors levez-vous pour vous servir. »*

D. Glocheux.





## PROLOGUE

Garder une trace de mes voyages, voilà ce qui me pousse à écrire aujourd'hui. J'ai toujours aimé balancer mes idées sur un petit carnet et m'y replonger des années plus tard.

L'écriture a toujours pris une place importante dans ma vie. Elle me permet de me rappeler, de me décharger, de m'évader. C'est un exercice qui m'autorise à dire tout haut ce que l'on pense tout bas. C'est thérapeutique et généralement, c'est durant les longues heures de transports (bus, train ou autre), ou en pleine nature, que mon imagination et mes souvenirs ressurgissent et que je ressens ce besoin de les mettre sur papier. Mais je ne voulais pas seulement exposer mes aventures alors, j'ai décidé d'y ajouter des petites «morales» dans lesquelles je retransmets les conclusions que j'ai pu tirer de mes aventures et mésaventures.

Cela fait maintenant cinq ans que je suis de retour d'Amérique du Sud, mon premier grand voyage à sac à dos, et je me décide enfin à publier ces quelques notes que je tenais tout au long de mon périple.

Dans un siècle où tout tourne autour du progrès, des technologies, des réseaux sociaux... il faut offrir aux jeunes générations, un avenir meilleur que celui de l'autodestruction, d'une vie sans caractère, sans saveur. Retrouvons cette pureté, cette curiosité et cette innocence qui étaient présentes pendant notre enfance ! La curiosité n'est pas un vilain défaut, elle permet l'apprentissage à travers la découverte. Et en parlant de découverte, je te laisse pénétrer dans mon monde et dans mes petites histoires. J'ai fait de mon mieux pour les narrer simplement et en ne censurant presque

rien. Mais surtout, de façon à ce que jeunes ou vieux, hommes ou femmes, venant de n'importe quelles catégories sociales, puissent s'immerger avec moi.

Ce livre n'a pas la prétention de se classer parmi les chefs d'œuvre de mes idoles Mike Horn, Cyzia Zyke, Patrick Francesci ou même Bukowski. Je n'ai gravi aucun sommet en solo, ni traversé de glaciers ou de déserts pendant plusieurs semaines en autonomie ou autres pratiques de l'extrême. Mais j'ai vécu l'aventure de la vie. Je me suis confronté aux problèmes simples de la survie : se déplacer, manger, boire, dormir avec un tout petit budget très limité. J'ai dû faire face à de nouvelles cultures, j'en ai appris les mœurs et essayé tant bien que mal de les assimiler pour enfin m'intégrer parmi ces peuples, qui ont, pour moi une approche nouvelle de la vie et dont nous, occidentaux, devrions nous inspirer. Le voyage comme je l'ai envisagé, en ne dépensant que le stricte minimum et m'éloignant le plus possible des axes touristiques, m'a permis de me mélanger aux populations locales et d'en sortir grandi sociologiquement comme humainement. Je ne recherche pas non plus la gratification à travers ce petit ouvrage. Je veux seulement montrer qu'avec peu de moyens mais beaucoup d'imagination, de courage et surtout d'ouverture d'esprit et de positivité on peut vivre de grandes choses. J'ai donc partagé ces petites anecdotes sous forme de nouvelles ou de carnet de voyage, parfois sur le ton de l'humour, d'autre fois passionnellement ou même vulgairement. Pour ce qui est du reste, c'est l'authenticité et la simplicité que j'ai essayées tant bien que mal de faire valoir. Le but étant d'inspirer les plus enthousiastes à faire leur sac et monter dans un avion. Et cet enthousiaste, c'est toi, c'est nous, amoureux du voyage, d'aventures en tout genre, de rencontres, de la contemplation du monde et de l'esprit. Amoureux de la vie.

## **PENSÉES POUR MOI-MÊME**

### **(RÉF : MARC AURÈLE)**

Je cite ici Marc Aurèle car il est sans doute, l'un des stoïciens les plus marquants. C'était un homme d'une sagesse inégalable et d'un mental inébranlable. Il fut d'ailleurs le dernier grand empereur romain et ceux qui vinrent après n'arrivèrent jamais à l'égaliser. S'imprégner de son savoir et tenter d'appliquer quelques-unes de ses règles de vie est important et amène à une vie plus saine et plus simple. J'ai une obsession pour l'amélioration constante de ma personne. Ce qui m'a d'abord frappé chez les stoïciens, c'est l'idée qu'un obstacle est une nouvelle voie et non une fin en soi. C'est l'occasion de se montrer plus courageux, de dépasser ses limites et de gagner de l'expérience. S'il y a une porte qui se ferme, une fenêtre est toujours ouverte comme nouvelle sortie.

Dans un second temps, il faut se demander si le choix qu'on fait est primordial. Ce questionnement a été, pour moi, plus difficile et plus long à assimiler. Par ailleurs, il est je pense, le point le plus essentiel. En effet, on oublie trop souvent comme la vie est courte et on cumule les actions sans importance qui vont venir gâcher la majorité de nos journées. J'ai conscience, depuis la mort de mon grand-père à mes dix-neuf ans, de ne faire qu'un passage sur cette Terre, alors je compte bien en profiter un maximum. Entre une hypothétique place au paradis et des plaisirs immédiats et certains, j'ai su choisir. Je ne comprendrai jamais l'intérêt de travailler et de morfler toute une vie pour se payer une maison à la campagne et y finir ses jours. Et ce seulement, si aucun pépin de santé ne nous arrive.

Préparer un futur incertain ne m'intéresse pas, alors je vis à fond le présent.

Pour simplifier ce que nous disent les stoïciens, c'est toujours se demander si le choix qu'on fait est positif pour notre bien-être, pour notre propre plaisir et non car on nous l'a demandé ou car cela plaît aux autres ? En agissant ainsi, j'élimine un nombre incalculable d'actions parasites et améliore mon quotidien. Enfin, de son côté, Marc Aurèle, nous rappelle si bien, à quel point il faut être tolérant avec les autres mais aussi discipliné avec soi-même. Laisser les autres gérer leurs problèmes et s'occuper seulement de ses erreurs pour enfin les corriger.

Avec le voyage en solo vient forcément la méditation et la spiritualité. Au début, on ne s'en rend pas bien compte, on profite de nombreux plaisirs et c'est tout. Mais ensuite, on se retrouve très vite confronté à une réflexion sur notre existence. Apprécions ces moments de silence et de calme qui sont importants dans notre vie. On se recentre sur nos objectifs, on fait le bilan de ce que l'on aime ou n'aime pas, de ce que l'on a fait de bien ou mal. J'ai la sensation que la spiritualité marque un retour dans nos civilisations occidentales. Les jeunes générations se reposent des questions sur leur but dans la vie, on réapprend à prendre du temps pour soi, ce que nos parents et grands-parents avaient oublié. D'ailleurs, quand le mot « spiritualité » sort de ma bouche, j'entends souvent des moqueries de la part de mes proches et des bêtises stéréotypées du style : « Tu te prends pour Ghandi », « Mets-toi au Yoga Martin ! », « Tu vis sur la lune », et j'en passe. Mais en réalité, il faut démystifier et nous réapprendre la spiritualité car depuis trop longtemps, les gens ne rêvent qu'à travers Hollywood, ou pire aujourd'hui Netflix, la télé-réalité et les jeux vidéo. C'est un peu comme si nos sociétés toujours plus encadrées et formatées s'étaient désenchantées. On découvre même de nouveaux mouvements comme le Transhumanisme, qui montre bien que l'homme a toujours cette

soif plus grande d'immortalité. Mais de ce fait, il se trompe sur le sens de la réelle éternité et le sens de ce qu'il y a après la mort.

Il rejette l'idée que l'homme est un être mortel. Comment vivre heureux ainsi ? La conscience de la mort est essentielle à la vie. On fait comme si elle n'existait pas.

On utilise même d'étranges mots pour la désigner : « Il a disparu » ou encore « Je l'ai perdu » comme si on allait le retrouver au coin de la rue. On essaye sans cesse de cacher les signes de vieillissement avec les anti-rides, le maquillage, et enfin la chirurgie.

Pire encore, il y a ce mouvement nous venant tout droit des États-Unis, la cancel culture. Ce dernier proclame l'annulation d'une culture ou d'une personne car elle n'est plus d'actualité. Mais où est donc passé la tolérance de Marc Aurèle ? Ne doit-on pas respecter l'autre même si ses pensées sont différentes des nôtres ? Tout tourne autour de l'ego de nos jours. De l'orgueil. L'individualisme prime sur le collectivisme. C'est moi avant l'autre.

Mais l'être humain n'est-il pas un être de relation ? Relation avec les autres mais aussi avec les animaux, les plantes. Ce sont les relations qui nous font vivre et qui nous rendent meilleur. On s'inspire d'un leadership par exemple pour monter notre nouvelle entreprise. On apprend des erreurs de nos aînés pour ne pas les répéter. On se compare sans arrêt à notre voisin. L'homme est un être social. Il a appris à vivre avec celui qu'il appelait autrefois étranger. Nous sommes tous descendant de migrants.



## L'INSÉCURITÉ ET LE RISQUE

J'ai toujours pensé qu'il n'y avait pas de grandeur dans la sécurité. C'est très positif pour l'être humain de vivre dans l'inconnu et l'insécurité. Il me semble que le développement personnel vient du risque et du dépassement de soi. De plus, lorsqu'on voyage et que l'on fait face à d'autres cultures, on fait face à de nouveaux modes de vie, à de nouvelles valeurs que l'on doit essayer d'analyser et de comprendre pour pouvoir s'intégrer. C'est pourquoi, je suis de ceux qui pensent que la sédentarité, lorsqu'elle dure trop longtemps, est mauvaise pour l'Homme. Elle nous rend dépendant aux choses matérielles et futiles. Si tu n'en as pas toi-même, observe les enfants autour de toi et je suis sûr que tu remarqueras qu'ils sont plus intéressés par la télé et autres divertissements technologiques, que la nature. La meilleure façon de les reconnecter et de les faire prendre des risques. Laissons nos enfants courir dans une forêt, trébucher sur une racine ou une pierre, sentir la mauvaise odeur d'une punaise sur ses doigts, se frotter à des orties. Laissons-les découvrir leurs émotions, aiguïser leur sens dans la nature, tout en les guidant. C'est le fait de chercher à se sécuriser qui présente le plus de danger paradoxalement.

La sédentarité ensuite, exploite nos vices et les fait croître. Au plus cet enfant se sentira à l'abri et confortablement installé devant sa télé ou son téléphone et au moins il sortira contempler la nature et jouer avec elle. Enfin, la sédentarité amène à la fainéantise. Il est vrai qu'il est facile de s'habituer à un certain confort. Ça plaît sûrement à beaucoup, ça rassure, la stabilité. Mais ne vit-on pas