

## Poussière d'étoile

Nous avons discuté de tout cela. Assis dans le grand canapé rouge du salon, une bière à la main, nous avons parlé de la mort. Storm partageait ma façon de voir les choses. Pour lui, la mort fait partie du cycle perpétuel de la vie. Elle n'est ni bonne, ni mauvaise. Ni début, ni fin. La mort est nécessaire pour justifier la vie. Pour nous aider à profiter de chaque instant qui passe et à savourer le moment présent à sa juste valeur. Si on ne meurt pas, il est impossible d'être heureux : chaque petit bonheur perd son côté éphémère, qui le rend unique et lui donne sa vraie valeur.

Cette affirmation, comme quoi nous devons être conscients de notre mortalité pour être heureux, venait répondre à mes propres réflexions. Je la ressentais autant que je la comprenais. Et puis il y avait cette question, qu'il m'avait posée :

— J'imagine que l'on t'a déjà demandé « si tu apprenais qu'il ne te reste qu'une semaine à vivre, tu ferais quoi » ?

— Oui, en effet. Et je n'ai jamais su quoi répondre. C'est une question dans laquelle je ne peux pas me projeter. Une telle affirmation est trop improbable. Elle bouleverserait trop de choses. Je suis incapable de savoir comment je réagis. Et par conséquent, ce que je ferais. Il y a beaucoup trop d'éléments à considérer je trouve.

— De toute façon, ce n'est pas la bonne question.

— Comment ça ?

— La bonne question est : « si tu devais mourir maintenant, qu'est-ce que tu regretterais d'avoir fait ou de ne pas avoir fait au cours de la semaine qui vient de passer » ? Parce que l'important n'est pas de te projeter dans un hypothétique futur. Ce n'est pas de tout faire pour être heureux dans la dernière ligne droite. L'important, c'est d'être heureux, tout le temps, tous les jours de ta vie. De ne rien regretter de ce que l'on a pu faire.

— Ça se tient.

— Alors... si cette nuit tu devais faire un arrêt cardiaque toi aussi, que regretterais-tu de la semaine qui vient de passer ?

Je restai un long moment à réfléchir à la question. À repasser dans ma tête le scénario de la semaine qui venait de s'écouler. Storm et moi avions de nombreux points communs. Y compris celui d'aimer prendre notre temps pour répondre aux questions. Nous aimions trouver les bons mots, les bonnes formulations. Une question n'entraînait pas une réponse immédiate. Nos discussions étaient constituées de nombreux silences et j'appréciais ces moments que nous passions ensemble, à parler de tout et de rien, une bière à la main.

J'avais pris le temps de visionner la semaine qui venait de s'écouler. Tout n'avait pas été parfait. Tout n'avait pas été source de joie intense. Et pourtant, la réponse me parut évidente.

— A priori, je ne changerais rien.

— Alors c'est que tu es heureux!

J'éclatai de rire.

— C'est comme ça que tu sais si quelqu'un est heureux?

— Si tu n'as rien à changer à la semaine qui vient de passer, c'est que tu l'a vécue comme tu avais envie de la vivre. Ça ne veut pas dire qu'elle n'aurait pas pu être mieux, et qu'elle était parfaite. Ça veut dire que tu arrives à vivre ta vie comme tu l'entends. Ce n'est pas ça le bonheur?

— Sans doute...

— Le bonheur n'est pas dans la perfection. Il est dans les petites choses, dans la simplicité, dans les petits plaisirs quotidiens. Un tour du monde ne te rendra jamais heureux si tu n'es pas capable de profiter de la douceur d'un souffle de vent, du murmure de l'océan, de l'immensité sans fin du désert, d'un lever de soleil, d'un arc-en-ciel, du sourire d'un inconnu... les gens sont persuadés qu'ils trouveront leur bonheur dans des choses très compliquées. Ils changent sans arrêt de voiture, de télévision, de téléphone... Ils courent après leur bonheur, sans jamais l'attraper. Parce que le bonheur n'est pas quelque chose que l'on attrape.

C'est quelque chose que l'on a en soi. Tu connais Martha Medeiros?

— Ça ne me dit rien du tout.

— Attends une seconde.

Storm se lève et disparaît dans le couloir. Je l'entends se diriger vers sa chambre. Je reste assis, contemplant le vide devant moi. Je suis tout à fait d'accord avec ce qu'il vient de dire. Le bonheur se cache dans la simplicité, dans les petites choses. Je sais que Gabrielle a essayé de me l'expliquer, en me disant que je devais apprendre à être heureux sans elle. June me l'a redit par après, en affirmant que l'on ne doit pas chercher son bonheur dans le couple, mais l'apporter. Storm le confirme à son tour. Était-ce le cas de Steve? Avait-il trouvé son bonheur quotidien dans l'utilité de son travail, la retraite le privant de son bonheur? Je ne le saurai jamais...

Storm revient, un livre à la main. Il reprend sa place sur le canapé.

— Tu connais peut-être ce texte. On l'attribue souvent à Pablo Neruda, par erreur. Il s'intitule «il meurt lentement...». Écoute.

*Il meurt lentement  
celui qui ne voyage pas,  
celui qui ne lit pas,  
celui qui n'écoute pas de musique,  
celui qui ne sait pas trouver  
grâce à ses yeux.*

*Il meurt lentement  
celui qui détruit son amour-propre,  
celui qui ne se laisse jamais aider.*

*Il meurt lentement  
celui qui devient esclave de l'habitude  
refaisant tous les jours les mêmes  
chemins,  
celui qui ne change jamais de repère,  
Ne se risque jamais à changer la  
couleur de ses vêtements  
Ou qui ne parle jamais à un inconnu*

*Il meurt lentement  
celui qui évite la passion  
et son tourbillon d'émotions  
celles qui redonnent la lumière dans  
les yeux  
et réparent les coeurs blessés*

*Il meurt lentement  
celui qui ne change pas de cap  
lorsqu'il est malheureux  
au travail ou en amour,  
celui qui ne prend pas de risques  
pour réaliser ses rêves,  
celui qui, pas une seule fois dans sa vie,  
n'a fui les conseils sensés.*

*Vis maintenant !  
Risqué-toi aujourd'hui !  
Agis tout de suite !  
Ne te laisse pas mourir lentement !  
Ne te prive pas d'être heureux !*

Il ferme le livre et le repose avec une délicatesse révérencieuse sur la table basse, avant de continuer.

— Non seulement ce qu'elle dit est très vrai, mais en plus elle le dit avec une simplicité désarmante.

— En effet.

— On ne peut pas construire notre bonheur sur quelque chose d'éphémère ou sur quelqu'un d'autre. De toute façon, il ne faut pas le construire. Il faut le trouver. En nous. Et partout autour de nous. Dans toutes les petites choses qui nous entourent.

— Et tu penses que cela rend la mort plus facile ?

— Avoir vécu heureux, réalisé ses rêves, suivi ses passions... je pense que ça aide à ne pas avoir de regrets, et à accepter la mort quand elle arrive. Ce qui est plus difficile, c'est d'accepter la mort au quotidien. De vivre avec la sienne, comme avec celle des autres. Ce qui m'aide, c'est de savoir que nous faisons partie d'un tout.

— L'univers ?

— Exactement. Nous empruntons notre corps à l'univers. Nous sommes faits de poussière d'étoile. Nous sommes faits de la toile dont on tisse les vents. Nous sommes nés de la flamme du volcan. À notre mort, nous ne faisons que rendre ce que nous avons emprunté. Nos corps se décomposent, nourrissent les plantes,

les arbres, les insectes. Eux-mêmes nourriront d'autres animaux. Nos corps se dissolvent à nouveau dans l'univers, redevenant ce qu'ils étaient à l'origine : de la poussière d'étoile. La mort n'est qu'un changement d'état. La formidable construction d'atomes que nous avons été pendant une infime fraction d'éternité se désagrège petit à petit. Notre corps se dilue, se dissout dans l'univers.

— Alors nous disparaissions ? Il ne reste rien après la mort ?

— Seuls nos corps disparaissent. Nos âmes restent.

— Et que deviennent-elles ?

— Ça, je n'en ai pas la moindre idée. Ça n'est pas important de toute façon, ce qui arrive plus tard. L'important, c'est ce qui arrive aujourd'hui. Ici, et maintenant. La mort, ce n'est pas La Fin. C'est une fin. Et une fin, ce n'est qu'un nouveau commencement.