

## **Impossibilité d'y adhérer !**

Lorsqu'il m'informa qu'il faisait partie d'un organisme de la protection des animaux, comme par hasard (était-ce un hasard ?), on entendit au loin, mais pas si loin puisque nous l'entendions assez distinctement, une plainte, un gémissement. Non, plutôt un couinement.

Ayant déjà entendu ce son auparavant lorsque mon défunt conjoint s'était levé une nuit où les poules étaient particulièrement bruyantes et semblaient affolées, et pour les protéger du danger annoncé, Manuel avait traversé le corps de l'animal à quelques reprises de sa fourche en fer solide probablement pas mal rouillée par ailleurs. En occurrence un raton laveur qui convoitait depuis fort longtemps nos petites princesses.

Les plaintes, d'abord très fortes, s'étaient peu à peu évanouies jusqu'à devenir un très doux couinement, qui faisait mal à entendre par la fenêtre du deuxième étage. Il faisait nuit noire et donc, pas grand-chose à voir, mon sens de l'audition étant d'autant plus aiguisé.

Mais comment faire maintenant pour relier le début de mon récit avec le thème proposé ? La bonne élève, de façon contradictoire un peu délinquante parfois, se montrant le bout du nez.

« Adieu tristesse », est-ce possible de l'affirmer un jour, avec franchise et fermeté ?

La tristesse, cette émotion ressentie, à la perte d'une personne, un animal ou une chose à laquelle on tient. À l'idée de perdre mon potager l'an dernier, la tristesse avait élu domicile chez moi. Momentanément bien sûr et pas avec la même intensité que lorsqu'un ou l'autre des membres de ma famille sont devenus malades et sont décédés.

Vous voyez ça, mon beau petit potager, au fond de la cour, presque au centre, bien orienté sud-est, avec les plants de kale vert intense, les concombres-citrons tout ronds et dorés, et les pois mange-tout, croquants à souhait. Ne plus pouvoir faire ma petite tournée quotidienne, soit au lever ou au coucher du soleil, les dorloter, les chouchouter, ne plus pouvoir m'en occuper était inimaginable.

Heureusement cette menace, ce petit conflit avec mon proprio s'est réglé rapidement avec l'intervention bienveillante de mon fils comme médiateur.

Et puis, « adieu tristesse », ça résonne comme « plus jamais ! » Ne plus vouloir le rencontrer dans son environnement ! C'est terminé ! Plus jamais de ressenti de cet ordre ! Ce qui me semble encore une fois impossible à imaginer. Comme être humain, est-ce possible de ne plus ressentir de tristesse dans certaines occasions tout en demeurant bien vivant ?

Être vivant signifie pour moi « ressentir ». Ressentir toutes sortes de sensations et d'émotions, dont la tristesse. Par contre, l'attitude que nous avons face à ces émotions et notre façon de les gérer sont des éléments importants et primordiaux vers la bonne santé mentale d'un individu.

Donc, vous me voyez venir... ayant œuvré dans le milieu des relations humaines pendant plus de vingt ans, et comme être humain, « adieu tristesse » est une prémissse à laquelle, pour moi, il n'y a pas d'adhérence possible.