

## Le bonheur

Le bonheur ne s'achète ni se vend. Il ne dépend de personne car il se trouve en chacune et en chacun comme un trésor enfoui depuis de longues années et qu'on a oublié en grandissant.

Nous avons tous notre propre vision du bonheur et c'est ce qui te plaît. Cependant, cela ne signifie pas forcément d'être heureux tout le temps, mais d'accepter les mauvais moments comme étant des petits lutins farceurs qui ne recherchent rien d'autre que de nous enseigner quelque chose. Parfois, ce sont de gros vilains ogres qui veulent nous voir tomber et pleurer, alors vaut mieux jouer le jeu et accepter de ne pas toujours pouvoir rigoler, car en effet, vaut mieux pleurer un bon coup et se libérer du fardeau que de le traîner trop longtemps sous peine de tomber réellement malade. Avec le temps, va, tout s'en va, et grâce à ce même temps on apprend à relativiser et ça, c'est l'un des petits bonheurs que t'as acquis avec l'âge.

Le bonheur c'est aussi de se lever de bonne heure chaque matin et se dire que quoi qu'il arrive, la journée sera belle, sinon, ce ne sera qu'un léger contretemps à saluer du mieux possible comme étant là, à présent, et agir pour qu'il reparte en te laissant serein.

Lorsqu'on le ressent on sait que c'est lui, parce qu'il se manifeste de l'intérieur comme une petite luciole enfermée et qui soudain, se met à étinceler. Alors la lumière ça réchauffe et ça te fait vibrer jusqu'à ce qu'un sourire se dessine sur ton visage et même parfois, te fasse rire aux éclats. Ce n'est qu'un mot pour parler de son invisibilité, mais son ressenti vient du cœur ou de la luciole étincelante et là, c'est magique.

T'imagines que le bonheur c'est l'un des nombreux petits frangins de l'amour et que lui, l'amour, c'est le chef merveilleux et le plus bienveillant des grands frères.

Pourquoi et comment, t'en sais rien, mais tout ce qui vit ici et maintenant est issu de l'amour. Le reste ne vient que de ce que l'on t'a enseigné, de ce que l'on t'a légué, de croyances plus ou moins loufoques et de subtiles mensonges qui t'on fait croire à de doux rêves ou à d'affreux cauchemars. La peur.

Ton corps sait naturellement t'alerter en cas d'un réel danger en t'envoyant des petits signaux via le cerveau. Ici, c'est normal que tu agisses dans le but de te mettre à l'abri et d'écouter cette peur que tu ressens comme une alerte, mais nom d'une chaussure à talon haut et à mon avis, c'est la seule que tu devrais écouter ! ça, c'est la vraie peur, et encore, mais c'est une autre histoire.

Le passé et le futur sont les sources de tes peurs diverses et variées qui t'empêchent de vivre l'instant présent et c'est embêtant.

Après, nous sommes tous libres et personne ne doit nous dicter nos faits et gestes pour nous faire changer nos croyances passées et futures, mais c'est drôlement moins fatiguant de vivre sereinement le présent.

L'essentiel ne se voit pas avec les yeux, mais il se ressent à travers le cœur...

Laisse-moi te dire un secret, ma bonne vieille colombe.

Tout comme son grand frère l'amour, ton propre bonheur ne doit provenir de personne d'autre que de toi-même. N'impose donc pas ta vision comme étant réelle, mais comme étant celle qui te convient le mieux pour tout le chemin que tu as encore à parcourir.

Purée, ma bonne vieille colombe, souviens-toi juste du temps où tu avais besoin de soutien et de compliments pour te sentir mieux. Souviens-toi aussi à quel point tu en voulais à celles et à ceux qui soudain, n'avaient plus de temps à t'accorder et qui de toi se détournèrent, fatigués qu'ils étaient par tes plaintes et tes gémissements. Alors qu'au fond, tu le savais depuis des lustres qu'en toi seule se trouvaient les solutions à tous tes problèmes réels ou imaginaires. Mais tu te faisais la sourde oreille par orgueil, peut-être, ou pour n'importe

quelles raisons soit dit en passant, pour faire comme bien des gens et ne pas te sentir seule peu importe d'ailleurs, fallait ça pour comprendre en fin de compte, qu'en fait, t'as pas besoin de tout ça. Tu t'es donc pardonnée et bien t'en a pris, car ainsi t'as pardonné aux autres, bien qu'en aucun cas ils n'aient été responsables de rien, de rien du tout, mais tu l'as fait quand même pour être en paix avec toi-même et permettre à ton bonheur de te titiller de l'intérieur.

Oh, il suffit d'un petit rien pour que ton bonheur te titille, ma vieille colombe. Or, ce petit rien c'est le tien, rien qu'à toi, et ce qu'il te procure n'est en rien comparable à ce que tu pensais qu'il devait être avant.

Lorsque tout est amour, tout se transforme en bonheur, et ça c'est comme qui dirait, l'invisible vu par le cœur.

Le bonheur tu vois, c'est accepté le fait que le bonheur de ton pote c'est sa nouvelle voiture flambant neuve et que toi, des voitures, tu t'en fiches. Cependant, de le voir heureux ainsi, à te montrer son bijou, ben ça te rend heureuse et ce n'est que du bonheur partagé.

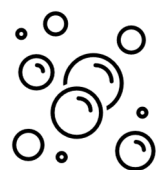
Bien entendu que tu peux partager ton bonheur, manquerait plus que ça, que tu ne puisses pas le faire. Mais ne t'attends toutefois pas à ce que les autres l'apprécient comme toi tu le ressens, car là, tu risques bien d'être déçue, ma bonne vieille colombe. Tandis

qu'en le sachant d'avance, ben c'est pas important et en plus t'agis avec tendresse et puis c'est tout. Un pur bonheur.

Le bonheur d'être en vie, celui d'écouter une chanson ringarde, enfiler ta jaquette de maman lorsque tu as froid, contempler les merveilles de la nature, te lécher les doigts, voir même, rester tranquille sans culpabiliser de procrastiner et surtout, parvenir à ne pas répondre à la colère par ta propre colère. Dé-li-cieux.

Tu sais bien que le bonheur est éphémère, ma chère, mais pas tant que tu ne le crois, enfin, oui et non, plutôt non depuis que tu t'y es mise, à le ressentir. Oui, c'est bête comme chou, car maintenant il me semble qu'il te colle à la peau parce que tu lui as ouvert les bras et qu'il le sait bien, comme un vieil ami que tu aurais délaissé et qui est content que tu te sois souvenu de lui, car lui tu comprends, il ne voulait pas s'imposer et ne souhaitait rien d'autre que tu prennes ton temps. Il savait, la petite luciole, qu'un jour tu te donnerais la permission de l'accueillir car tu le méritais vraiment.

Novembre 2021



*Rovine*

