

## Imprévisible destinée

Quand à 5h du matin, Anne m'appelle pour me dire : « Léonard est mort », j'ai un choc. Mais sur le coup je suis incapable de réfléchir et j'agis dans l'urgence. Je m'habille en vitesse et pars sur le lieu du drame.

Arrivée sur place, 20 mn plus tard, je n'ai pu que constater la triste réalité. Léonard était bien mort. Il était là, étendu par terre, au milieu du salon, complètement débraillé à cause du massage cardiaque que les secours lui avaient prodigué, en vain. C'était pour moi une vision iconoclaste, difficile à supporter et que je m'empressais de rectifier en demandant à ce qu'on le recouvre d'un drap. Il me fallait en effet lui rendre avant tout sa dignité, histoire d'encaisser et d'accepter les faits. Par la suite les événements se sont enchainés rapidement. L'ambulance est arrivée, a emporté le corps en destination des pompes funèbres. Le salon a été remis en ordre. Puis plus rien. Il était 6h30 et la vie pouvait reprendre.

Mais quelle vie pouvait reprendre après un événement pareil ? Je connaissais peu Léonard. Pourtant j'étais bouleversée par son imprévisible disparition. Je ne pouvais imaginer que la mort puisse prendre la figure insensée d'un grand sportif, jeune de surcroît, il n'avait que 45 ans, qui pouvait mourir subitement d'une crise cardiaque à 5h du matin. Oui parce que Léonard était sportif, c'était même sa fierté. Cela m'apparaissait à la fois impossible et très inquiétant. Je pensais que si on se mettait à mourir subitement en étant jeune et sportif, alors les personnes comme moi, beaucoup moins jeunes et beaucoup plus sédentaire avaient du souci à se faire. C'était ma propre fin que j'apercevais dans cette situation mais je n'y étais pas préparée.

Jusque-là je me sentais protégée car les personnes qui décédaient, c'était pour des raisons qui ne pouvaient pas m'atteindre : la vieillesse, une longue maladie ou un grave accident. Tout cela ne me concernait pas car je me croyais invulnérable. Je n'imaginai pas ma fin. Même si je pouvais éprouver de la peine à l'annonce de la disparition d'un être cher il n'y avait, à mes yeux, aucun danger qu'une chose semblable m'arrive. Je pouvais laisser libre cours à mon chagrin, pleurer tout mon saoul puis entamer un travail de deuil, sans me sentir paniquée. Je n'étais pas concernée personnellement et donc protégée de toute identification.

Avec cette histoire j'entrais dans une autre dimension, je touchais de près ma propre vulnérabilité, ma propre finalité. Oui la mort cela pouvait aussi être ça, une maladie qui vous atteint subitement, une vie qui s'arrête sans prévenir. Ce n'était pas de la tristesse ou du chagrin que je ressentais alors mais une impuissance devant mon impréparation face à un tel événement. Non je n'étais vraiment pas prête, c'est le moins que l'on puisse dire. Comment l'être puisque

rien, jusqu'à présent, ne me laissait penser que cela pouvait m'arriver. Avec cet évènement c'était autre chose. Je touchais du doigt une réalité que je n'avais pas imaginée : il était possible de mourir même si l'on se croyait en bonne santé. Et j'avais le bon âge pour envisager qu'un arrêt cardiaque était une éventualité à ne pas négliger. Cette prise de conscience entraîna, chez moi, un inhabituel et impressionnant état d'angoisse qui dura plusieurs semaines. Je me sentais au bord du précipice, du trou sans fin d'un monde vide, incapable de trouver une réponse acceptable

Un concours de circonstances a fait que, après cet évènement et en moins de six mois, ma voisine, le père d'une jeune amie et le compagnon d'une connaissance, sont décédés chacun d'un problème cardiaque. Fait qui me troubla encore plus : ils avaient tous à peu près le même âge que moi. C'en était vraiment trop ! Un monde de certitude et d'assurance était en train de s'écrouler autour de moi. J'en étais persuadée, si je ne faisais rien, bientôt ce serait mon tour. Je me voyais déjà avec un pied dans la tombe. J'en perdais mon sang froid. Je paniquais à l'idée d'imaginer que chaque instant que je vivais pouvait être le dernier. Cet état de panique, en lui-même me rendait vulnérable. Pourtant j'essayais de ne rien en laisser paraître et de garder une apparence dynamique.

Dans mon idée que tout problème peut se régler et selon mon habitude de ne rien laisser au hasard, j'ai pris la décision de consulter un cardiologue afin de faire un bilan complet de ce cœur qui s'emballait non pas à cause d'une histoire d'amour, ce qui aurait été très agréable, mais d'une peur panique de mourir. Et là j'ai demandé le grand jeu. Je ne voulais pas une simple consultation suivie d'un diagnostic vaguement rassurant. Non ! il me fallait tout : bilan sanguin, échographie, test d'effort, électrocardiogramme et plus encore si nécessaire, afin de mesurer avec précision le fonctionnement de cet organe dont je ne m'étais jamais préoccupée et qui me devenait si cher à présent. Donc après vérification et comparaison des divers résultats, force a été de constater que mon cœur fonctionnait très bien. Je repartais rassurée.

Je pouvais reprendre mon existence de manière plus sereine en me disant cependant qu'il fallait que j'entretienne le bon état de santé de ce cœur si précieux. Alors je me suis mise à la marche à pied, au yoga et à la gymnastique d'entretien avec application et persévérance. Jamais de ma vie je n'avais été aussi assidue. Il fallait que la peur me tienne bien en laisse pour que j'accepte de telles contraintes. Mais maintenant je contrôlais ma destinée et tout allait mieux.

En fin de compte ce qui m'effraye vraiment ce n'était pas tant de disparaître que de mourir subitement. Eh oui ! Je dois bien m'avouer que ce que je redoute c'est de ne pas avoir la

possibilité de préparer ma fin. Quand j'entends cette phrase souvent prononcée « il ou elle a eu une belle mort » quand celle-ci est arrivée à l'improviste, je proteste toujours énergiquement. Pour moi une belle mort ce sera celle que je verrai arriver et à laquelle je pourrai me préparer. De plus la disparition inopinée d'un proche aimé créerait une telle douleur que je ne suis pas certaine d'être en capacité de m'en remettre si cela devait m'arriver.

Dans ce désir de préparation transparaît tout mon besoin d'encadrer ma vie : savoir où je vais, ce que je vais devenir, ce que je laisserai à mes proches, envisager mes limites. « Ne rien laisser au hasard » pourrait être ma devise. La mort subite, elle, échappe à la prédestination et pour moi, ce n'est pas envisageable.

Pourtant si la mort est là, cela veut dire que je ne suis plus. Alors il n'y a logiquement pas de raison que je m'en préoccupe. Mais tout simplement la logique n'a rien à voir dans cette histoire. Les émotions que j'éprouve alors ne sont pas différentes de celles que peut éprouver tout un chacun dans les mêmes circonstances. Nous ne pouvons que constater que quoi que l'on fasse, quels que soient les événements que nous sommes amenés à traverser, quelle que soit la façon dont nous tournons la chose dans notre tête, la destinée ultime est la même pour tous. Nous n'y pouvons rien et c'est pour cela peut-être que nous la redoutons tant.