

MINIMALISME :

UN AUTRE REGARD

Des mémoires signés
Les Minimalistes



Joshua Fields Millburn & Ryan Nicodemus

Minimalisme : un autre regard

Des mémoires signés Les Minimalistes

JOSHUA FIELDS MILLBURN
accompagné des interventions de Ryan Nicodemus



Asymmetrical Press
Missoula, Montana

Publié par Asymmetrical Press.

© Joshua Fields Millburn et Ryan Nicodemus, 2014. Tous droits réservés.

Aime ton prochain, utilise les objets. Le contraire ne fonctionne pas.

Libre à vous d'imprimer ou de reproduire des passages de ce livre sur le net, mais s'il vous plaît, mettez le lien de notre site internet, theminimalists.com. Si vous comptez utiliser plus qu'un paragraphe, nous en serions ravis, mais s'il vous plaît envoyez-nous d'abord un mail à themins@themins.com. Si vous avez téléchargé ce livre illégalement, volé une version papier, ou je ne sais quoi encore, alors honte à vous ! Mais, s'il vous plaît, après passez-le au moins à un ami, un ennemi, ou à quiconque pourrait bénéficier de cette lecture.

Bibliothèque du Congrès - Données de Catalogage avant publication
Minimalisme : un Autre Regard / Millburn, Nicodemus – 2nde édition.

NINL imprimé : 978-1-938793-18-9

e-NINL : 978-1-938793-19-6

WC : 63,993

1. Minimalisme. 2. Bonheur 3. Les Minimalistes.
4. Simplicité. 5. Consumérisme. 6. Auto-assistance 7. Carrières

Photos : Adam Dressler

Conception de la couverture par Dave LaTulippe, Spyr Media

Rédigé en police Garamond

Livre mis en page dans notre Montana bien-aimé.

Imprimé aux États-Unis.

Infos sur l'auteur :

Editeur: asymmetrical.co/jfm

Fiction : joshuafieldsmillburn.com

Essais : theminimalists.com

Email : themins@themins.com

Twitter : [@theminimalists](https://twitter.com/theminimalists)

Traduction : © Benjamin Cotte, 2016

benjamincottetrad@gmail.com

ÉLOGES AUX MINIMALISTES

« Comme Henry David Thoreau, mais avec du Wi-Fi. »
– *Boston Globe*

« Réduire pour grandir. »
– *Chicago Tribune*

« Une vie meilleure avec moins de biens matériels. »
– *Seattle Times*

« Le minimalisme a rendu [ces] deux anciens cadres heureux. »
– *Vancouver Sun*

« Il se peut qu'ils vous prennent dans leurs bras. »
– *Dayton Daily News*

« Reprendre le contrôle en consommant moins et en vivant de façon plus réfléchie. »
– *Forbes*

« La meilleure façon de trouver le bonheur est de se débarrasser d'à peu près tout. »
– *CBS This Morning*

« Peut-être que l'heure est venue de s'asseoir et de réfléchir à
comment vivre avec moins. »
– *USA Today*

« Réduire est tellement bénéfique... On pourrait parler de minimalisme + »
– *Elle Canada*

« Les minimalistes profitent pleinement de la vie avec très peu. »
– *Chicago Sun-Times*

« La voie vers une vie plus riche, si moins de désordre il y a. »
– *Globe & Mail*

« La frugalité est si gratifiante. »
– *Wall Street Journal*

« Leur passion : aider les gens. »
– *San Francisco Chronicle*

« Les Minimalistes optimisent leurs vies en se débarrassant du superflu. »
– *Austin American-Statesman*

« A la rencontre de la génération M. »
– *Toronto Star*

« Vivre une vie plus épanouie... avec moins. »
– *National Post*

« En se débarrassant de tout ce dont ils n'ont pas besoin, [Les Minimalistes] peuvent se focaliser sur les choses qui sont vraiment importantes à leurs yeux. »
– *Missoulian*

« Deux anciens professionnels du monde de l'entreprise qui ont volontairement abandonné leur gros salaire et leur vie orientée vers la consommation dans leur fin 20^{ème} pour vivre "une vie pleine de sens" avec moins. »
– *Business Insider*

« Consacrer plus de temps à sa famille et se simplifier la vie. »
– *Colorado Parent Magazine*

« Se débarrasser du fatras qui encombre l'esprit inutilement. »
– *Mint.com*

« Ou comment tout avoir, avec moins. »
– *Huffington Post*

« Moins est définitivement plus, même pendant les vacances. »
– *San Francisco Examiner*

« Ils nous aident à nous sevrer de notre addiction pour les biens matériels. »
– *LA Weekly*

Note à l'attention du lecteur

Ce livre est un travail de non-fiction. En quelque sorte. En fait, tous les personnages et les entités mentionnés sont réels, et tous les événements évoqués ont vraiment eu lieu. Mais, à certains moments on a dû inventer un peu (par ex., certains dialogues, certaines dates, les différentes couleurs du ciel, etc.).

Conçu pour qu'il respecte la taille d'un livre tout en résumant cinq années de conversations entre ses deux auteurs, *Minimalisme : un autre regard* est un récit à la première personne dont je [Joshua Fields Millburn] suis le narrateur, accompagné par les interventions intentionnelles – commentaires, interjections et remarques à la Monsieur je-sais-tout – de Ryan Nicodemus. À noter que l'on a voulu faire ressortir la façon dont on communique d'habitude (par exemple, on aime très souvent s'interrompre). Vous trouverez donc les interventions de Ryan à la fin du livre ¹ (N.d.T. Dans l'édition originale, les interventions de Ryan se trouvent à la fin du livre et non en bas de page comme c'est le cas dans la version française). Ces notes peuvent être lues au fur et à mesure de leur apparition, ou bien d'un seul bloc une fois le livre terminé. Comme pour tout dans la vie, il vous faudra faire un choix.

Je me permets de signaler également que quelques noms – personnes et entreprises – ont été modifiés pour éviter l'agacement de certains ². On s'est aussi permis quelques libertés créatives pour aider à la fluidité de la lecture ; le livre initial comptait plus de mille pages et n'était pas vraiment digeste. Quant à certain(e)s personnes/événements, on n'a pas pu se mettre d'accord avec Ryan ; au final, on doit avoir plus ou moins raison tous les deux, question de point de vue.

Nous avons pensé que le terme « mémoires » est celui qui convenait le mieux pour ce livre. Et je vous rassure, je me rends compte à quel point cela fait prétentieux d'avoir écrit des mémoires à seulement 32 ans. En fait, ce n'est pas vraiment des mémoires – plus une compilation de « leçons de vie » ; par l'intermédiaire du récit et des dialogues ³, Ryan et moi avons pu

¹ Comme celle-ci. D'ailleurs, j'en profite pour vous passer le bonjour tant que vous êtes là. C'est gentil d'être venu me voir. Comme vous pouvez le constater, Joshua m'a relégué au fond du bus avec ma petite police d'écriture. C'est donc l'endroit où vous pourrez me trouver pour la durée du voyage, ce qui signifie qu'il serait peut-être plus prudent d'utiliser deux marque-pages au cours de votre lecture. Après, vous faites comme vous voulez. Mais s'il vous plaît, ne me laissez pas tout seul ici. Je ne veux pas faire une déprime.

² Et aussi pour éviter de leur pisser dessus.

³ Je pense que la combinaison « du récit et des dialogues » permet à Joshua d'être le plus proche possible du message qu'il souhaite faire passer au lecteur.

Quand on a écrit le livre, on a voulu préserver un style oral, essayant de retranscrire au mieux les mots qui sortent tout frais de la bouche. Par conséquent, vous allez parfois tomber sur des phrases assez longues, des formes passives, des contractions peu conventionnelles, des mots composés qui ne

développer des sujets que nous avons abordés précédemment sur notre site web *TheMinimalists.com*. Par ailleurs, le mot « autobiographie » faisait trop hautain, un titre réservé pour les gens plus importants : les présidents, les magnats et les anciens enfants acteurs en désintox. Si vous n'êtes pas enchantés à l'idée d'appeler cette chose des mémoires, je vous en prie, appelez-la comme vous voulez ; un roman de non fiction, une histoire personnelle, un livre de recettes pour une vie plus sensée... ; vous avez compris l'idée. Je ne me vexerai pas, ne vous inquiétez pas.

—JFM

sont pas nécessairement des « vrais » mots et d'autres faux pas grammaticaux intentionnels. Ces procédés stylistiques sont utilisés pour donner plus de sens, plus de réalisme au récit.

PREMIÈRE PARTIE || **Tout**

1 | | Fantômes fluorescents

Décembre 2008

Nos identités sont modelées par les costumes que l'on porte. Je suis assis dans une salle de conférence exiguë, entouré par des fantômes en chemises et pantalons plissés. Ils sont trente-cinq, peut-être quarante. Des managers de niveau intermédiaire pour la plupart. Principalement caucasiens, surtout des hommes, tous suintant l'apathie tels des agoraphobes.

Une feuille de calcul Excel est projetée sur un écran surdimensionné qui descend du plafond à l'avant de la salle. L'écran n'a pas l'air très solide (les fissures en témoignent) et sa couleur blanc cassé suggère qu'il s'agit d'une relique du temps où les employés pouvaient encore fumer à l'intérieur. Le reste de la pièce est agressivement blanc : les murs sont blancs, le plafond est blanc, les gens sont blancs, comme si tout provenait du même matériau. Bon, tout le monde sauf Stan, assis au fond de la salle. Cincinnati compte quarante-cinq pour cent de noirs, mais Stan fait partie du pourcentage à un seul chiffre de notre entreprise. Ses remarques, rarement prises en compte par les dirigeants, sont le plus souvent écartées avec un acquiescement et un sourire gêné. Bien qu'il fasse la taille d'un linebacker de la NFL, Stan est un modèle de gentillesse. Mais cela ne m'empêche pas d'espérer secrètement qu'un jour il en aura par-dessus la tête de ces sourires condescendants et qu'il se dira qu'il est de son devoir de reformater l'un des visages aux yeux de poissons de nos supérieurs.

On ne peut pas manquer l'énorme logo de l'entreprise, Broadspan, en arrière de nous ; un aigle au regard agressif monte en flèche vers le ciel, ses ailes déployées, en étreignant les initiales de la boîte entre ses serres. « Right Here, Right Now » (N.d.T. Trad. : « Ici, Maintenant »), notre slogan occulte, est écrit en police Helvetica gras sous le logo. Si vous répétez « Right Here, Right Now » plusieurs fois d'affilée, la sonorité commence à prendre une tournure métaphysique que les gars maigrelets en cravate du département Marketing n'avaient pas prévue.

Nous sommes actuellement coincés au milieu du onzième étage. C'est la dernière « réunion sur les ventes du lundi » de l'année. Je n'ai pas accès au moindre rayon de lumière naturelle depuis mon poste d'observation, assis entre mon chef et le chef de mon chef, qui portent tous deux des noms de famille irlandais et qui sont presque impossibles à différencier. L'air empesté l'odeur des produits de nettoyage industriels et du ressentiment. Autour de la grande table de conférence Formica, chaque siège est occupé, ce qui oblige les quelques

retardataires à se tenir ensemble debout au fond de la salle comme s'ils attendaient pour se confesser. La table est jonchée de feuilles de calcul imprimées et de tasses de café Starbucks à moitié vides. Quelqu'un derrière moi se met à bâiller, ce qui déclenche plusieurs autres bâillements parmi la foule. L'ennui est contagieux.

La feuille de calcul projetée est complètement floue, ce qui nous oblige à plisser les yeux pour essayer de capter une information pertinente. Le projecteur émet un ronronnement que tout le monde prétend ignorer. Mais je ne peux l'ignorer. Comment le pourrions-nous ? Ce vrombissement incessant contrôle l'atmosphère qui nous entoure, retenant en otage tous les autres sons.

Les lumières au plafond sont partiellement éteintes. Chacun est à moitié éclairé par une lueur fluorescente hideuse qui nous donne à tous l'air d'être plus ou moins malades. Un autre bâillement se fait entendre. Puis encore un autre. Un homme aux joues rouges potelées renifle deux fois avant d'essayer son nez sur sa manche.

Ryan Nicodemus, mon meilleur ami depuis 20 ans, la seule personne à ne pas porter de cravate, arrive à la réunion muni d'une grande tasse de café, sa mâchoire esquissant un sourire d'excuse. Son visage basané avec sa barbe de plusieurs jours apparaît confiant, bien qu'il soit très en retard ⁴.

Mon chef (ou bien est-ce le chef de mon chef ?) me pose une question. Je ne me doute absolument pas qu'elle m'est adressée, jusqu'au moment où j'entends mon nom, « ... donc comment est-ce que t'expliques la baisse des taux de vente de cette semaine, Millie ? » La moitié de mes collègues m'appellent « Millie », ce qui est affectueux la moitié du temps et condescendant l'autre moitié, tout dépendant de l'interlocuteur et de son intonation. Je regarde à droite puis à gauche. Tous ont le regard fixé sur le quadrillage lumineux situé à l'avant de la salle, leurs visages rouges esquissant des débuts d'acné, ce qui donne l'impression qu'ils sont tout le temps en colère, ou embarrassés, ou bien les deux à la fois. La feuille de calcul, terne et trouble, a un code couleurs vert et rouge, ce qui est approprié du fait que nous sommes trois jours avant Noël. Mais c'est toujours la même codification en fait ; pour chaque réunion, peu importe la période de l'année, vert c'est bien, rouge c'est mauvais. Le rouge domine aujourd'hui.

Je regarde les chiffres en essayant d'avoir un regard mécontent. Puis je sors une de mes douzaines de réponses laconiques, un sorte de jargon sur les dépenses marketing, les PCB (Points de Couverture Brute), les RPT (Réductions de Prix Temporaires) et autres acronymes qui sont supposés me faire passer pour quelqu'un qui maîtrise la situation. La moitié de la pièce acquiesce avec compassion à mon raisonnement gnominique. Les chefs ont l'air satisfaits de mon explication.

⁴ Salut ! Désolé, il y avait du trafic.

Je feins d'écrire quelque chose sur mon bloc-notes de couleur jaune pour « faire bien ». Ryan, qui se trouve maintenant sur un des côtés de la pièce, acquiesce lui aussi d'un signe de tête à mon tissu de conneries. Le projecteur vrombit toujours, le bruit se faisant de plus en plus pesant. « HHHMMMMM ⁵. » Les chefs se tournent alors vers un autre professionnel du bobard.

A vingt-sept ans, je suis le plus jeune directeur de cette entreprise de cent-quarante ans d'histoire. Pendant un moment, j'ai pensé que c'était impressionnant. Un titre admirable que tu peux balancer quand quelqu'un te pose cette fameuse question pernicieuse : « Et tu fais quoi dans la vie ? » Question à laquelle je peux répondre avec un air de fierté : « Je suis le directeur des opérations de cent-cinquante magasins. »

Cool, hein ? En fait, pas vraiment. Tout cela est plus ou moins un gros accident. A plus d'un titre, l'ensemble de ma vie n'a été qu'un accident. Il n'est donc pas si évident de comprendre comment j'ai fait pour atterrir « Ici, Maintenant. »

L'accident a commencé le 29 juin 1981 à 14h39 à Dayton dans l'Ohio, ville de l'industrie automobile sur le déclin. Arrivé au monde à la toute fin de la Génération X (la génération autocentrée), je suis né d'un père bipolaire de quarante-deux ans et d'une mère alcoolique de trente-six ans. On était le modèle de la famille dysfonctionnelle ⁶.

Lowell, mon père aux épaules larges et aux cheveux gris, souffrait de schizophrénie ; il entretenait des relations compliquées et persistantes avec des gens qui n'existaient pas dans le monde réel – des gens qui conspiraient contre lui pour ruiner sa vie. Il était plus grand que la plupart des hommes de grande taille et aussi large qu'un ancien joueur de football américain, soit trois fois la largeur de ma mère, Chloé. Chloé était plus jolie qu'il était beau. Ensemble, on aurait dit deux déchets de chair, s'apitoyant dans leurs tourments respectifs.

Mon premier souvenir d'enfance est celui de nous trois dans notre salon de Green Street, moi sur le canapé, regardant le visage hypertonique et sans expression de mon père alors qu'il éteignait une cigarette sur la poitrine nue de ma mère, juste sous sa clavicule. (Un quart de siècle plus tard, ma femme se plaint de mes cauchemars persistants ainsi que de mes spasmes et hurlements du milieu de la nuit). Maman a finalement laissé tomber Lowell un an plus tard. C'est à cette période qu'elle s'est mise à boire davantage. J'avais trois ans.

Je n'ai ensuite revu Lowell qu'une seule fois, à Noël, quand j'avais sept ans. Des années plus tard, j'ai retrouvé son certificat de décès sur lequel on pouvait lire « état avancé de

⁵ J'ai tellement envie de crier « Silence ! » à n'importe qui mais il y aurait trop d'ironie dans un tel acte.

⁶ J'ai également été élevé dans une famille dysfonctionnelle—avant, être dysfonctionnel, c'était cool.

myocardiopathie alcoolique » comme motif de son arrêt cardiaque. Mon seul souvenir de son enterrement est celui de M'man qui rencontrait des difficultés avec un parapluie endommagé sous un ciel maussade, le ressort du haut n'arrivant pas à maintenir le coulant en place, donc le parapluie finissait par se refermer à chaque fois. Je ne me rappelle en aucun cas des six heures de voiture à l'aller pour se rendre aux obsèques à Chicago, ni du voyage retour. En revanche, je me souviens très bien de la pluie torrentielle qui s'est abattue alors que nous étions autour la tombe.

La majeure partie de ma préadolescence, j'ai pensé que l'argent pouvait être de deux couleurs : verte et blanche. Maman échangeait de temps à autre nos billets blancs à un ratio de deux pour un – un dollar contre cinquante centimes – car c'est seulement avec les billets verts qu'elle pouvait s'acheter de l'alcool. Pas une seule fois j'ai pu ne serais-ce qu'apercevoir les tracts qui accompagnaient les conseils nutritionnels délivrés par le gouvernement avec les billets blancs au début de chaque mois.

M'man gagnait le salaire minimum quand elle était capable de travailler à temps plein. Mais souvent, elle en était incapable. Quand elle buvait, c'était une telle beuverie qu'elle restait enfermée des jours durant dans notre petit appartement à une chambre, souvent sans manger, à fumer cigarette sur cigarette de ses paquets verts de Salem Lights. Ses déplacements se résumaient à tituber, tomber et se vautrer dans le canapé plein de cendres.

La boisson préférée de M'man était le vin rouge. Mais elle se contentait le plus souvent de grandes cannettes de Milwaukee's Best – ou de n'importe quelle bière la moins chère de la semaine – quand elle ne pouvait pas se permettre les vins des étagères inférieures au magasin d'alcool qui se trouvait à sept pâtés de maisons de notre appartement. Le propriétaire de la boutique permettait de temps en temps à M'man d'acheter de la bière à crédit.

Sur le trajet pour aller au magasin, un mélange d'euphorie et d'attente se faisait ressentir, tel un épais brouillard venant masquer le sentiment de honte sous-jacent. Sur le chemin du retour en revanche, ma mère était éprise d'une sorte d'attente nerveuse, tel un enfant qui sort du supermarché avec un nouveau jouet, et qui, une fois dans la voiture, s'empresse de déchirer l'emballage pour découvrir son bien précieux.

De la même façon, M'man ne pouvait s'empêcher de défaire l'emballage en papier brun pour découvrir son jouet. « Seulement une seule », disait-elle à voix haute à un auditeur imaginaire. Les trois derniers pâtés de maisons étaient les plus ardues, Maman souhaitant la plupart du temps s'arrêter sur un banc pour siroter une partie de son précieux breuvage. « Pour reprendre des forces », disait-elle. A de nombreuses reprises, elle ne repartait jamais ; on retrouvait alors la femme de quarante kilos endormie à quelques blocs de chez elle sous la lumière glauque d'un lampadaire en mauvais état, le sac en papier vide dans ses mains.

Une fois réveillée, M'man s'en retournait dans notre appartement humide qui sentait l'urine, la bière, et le tabac froid (cette odeur est restée à jamais gravée dans mon esprit). Quand elle était trop saoule pour s'aventurer dans la cuisine, elle cachait les cannettes vides sous le canapé. A certains moments, il lui était impossible de se rendre à la salle de bains ; elle urinait alors sur les coussins. Des cafards apparaissaient à chaque fois que j'allumais la lumière. Mais on s'est finalement rendu compte qu'ils venaient de chez le voisin. Celui-ci était un homme sympathique et solitaire, un vétéran de la Seconde Guerre mondiale de soixante-quinze ans qui ne semblait pourtant pas être dans le besoin ; il n'avait pas l'air d'être dérangé par les insectes, peut-être parce qu'il avait connu bien pire, ou bien tout simplement car ils lui tenaient compagnie. « J'adore c'te voisin » était la parole sainte qu'elle murmurait à chaque fois qu'elle tuait un cafard avec sa pantoufle. Et quand elle buvait, le sermon se transformait en « Enculé de voisin ». Pendant la majorité de mon enfance, j'ai pensé qu'il s'agissait des deux versions bibliques, l'une appartenant à l'Ancien Testament, et l'autre au Nouveau.

M'man était une fervente catholique. Elle priait plusieurs fois par jour. Son index tacheté de nicotine et son pouce effectuaient un mouvement de roulis sur les perles de son chapelet, et ce jusqu'à ce que des callosités apparaissent. Elle répétait toujours les mêmes « Notre Père » et « Je vous salue Marie ». De temps à autre, elle récitait également la Prière de la Sérénité, implorant Dieu de la soigner de sa maladie. Prière après prière, aucune amélioration en vue. Pour le Moi prépubère que j'étais, Dieu – encore faut-il qu'il existe – était un être soit malveillant, soit impotent, ou bien les deux à la fois.

Je ne me souviens même plus du nombre de fois où l'électricité a été coupée dans Warren Street. À noter que notre appartement ⁷ était le plus touché du quartier. Quand on n'avait plus de lumière et qu'il faisait trop froid pour rester à la maison, M'man et moi dormions chez des « connaissances masculines ». Parmi celles-ci, il y en avait un – un être imposant qui portait une cravate, ce qui était plutôt inhabituel car aucun homme dans le quartier ne portait de cravate, excepté le dimanche – qui fut plus tard reconnu coupable de plusieurs agressions sur mineurs.

M'man dormait régulièrement toute l'après-midi pendant que je jouais avec ma maigre collection de figurines. Une fois que j'avais terminé de jouer, je remplaçais méticuleusement les figurines dans des boîtes en plastique, contrôlant ainsi la seule chose sur laquelle j'avais de l'emprise dans mon monde bordélique. Je rangeais systématiquement les gentils et les méchants dans deux boîtes différentes, et les armes dans une autre. De temps en temps, certains gentils devenaient méchants, et vice-versa ⁸.

⁷ Je suis passé à côté en voiture il y a peu. Il était inoccupé et condamné.

⁸ Ahh, c'est donc à partir de ce moment-là que tes TOC ont commencé.

Des sacs d'épicerie apparaissaient de temps à autre sur le pas de la porte, non loin du porche en état de détérioration où trois planches manquaient à l'appel. M'man disait qu'elle avait prié Saint Antoine et qu'il nous avait trouvé de la nourriture. Pendant de longues périodes, je subsistais grâce au beurre de cacahuète et aux cochonneries sucrées du style Pop Tarts et Fruit Roll-Ups de Saint Antoine.

Je suis tombé du porche quand j'avais sept ans ; une planche pourrie a cédé sous le poids de mon corps de préadolescent potelé, me faisant atterrir la tête la première sur le trottoir un mètre en contrebas. Résultat : du sang, des pleurs, et un double état de panique : panique tout d'abord à cause du sang qui coulait de mon menton et qui venait tacher mes habits ; panique également en voyant M'man qui est restée immobile sur le canapé quand je suis rentré à la maison en hurlant, agitant les bras dans tous les sens, ne sachant pas vraiment quoi faire. Je me suis finalement rendu seul aux urgences situées à deux kilomètres de là. On peut toujours voir les cicatrices de cette chute aujourd'hui.

À la fin de chaque journée d'école primaire, soit je trouvais la maison vide, M'man étant au travail, soit je la retrouvais comme morte sur le canapé, une cigarette encore en combustion dans le cendrier. C'est comme ci elle ne comprenait pas la phrase : « M'man, reste sage. » Mon maître de cours préparatoire me surnommait souvent « Rémi sans famille », mais je ne savais pas ce que cela signifiait. J'avais des amis de divers horizons sociaux, sans toutefois essayer de m'adapter à leurs principes ou de m'intégrer à un groupe en particulier. J'ai gardé ces fréquentations jusqu'au collège. À l'âge de la puberté et du lycée, presque tous mes amis venaient du quartier. Ils avaient mon âge ou quelques années de plus et étaient tous délinquants ; certains vendaient de la drogue. Il y avait Jérôme, Patch et Jamar, Judton, Mook et Pacho, J-9, BLR et Big Will.

La plupart ont fini en prison avant leurs vingt ans. Ryan ne faisait pas vraiment partie du paysage à cette époque, son père gardant une certaine mainmise sur lui.

A l'âge de quatorze ans, j'avais toutes les responsabilités d'un adulte. Le couvre-feu ne me concernait pas ; je passais mes soirées et mes week-ends à faire la plonge pour quatre dollars de l'heure dans une chaîne locale de restaurants où seuls les vieux semblaient aller. Le jour de mon seizième anniversaire, M'man m'a doublement surpris. Tout d'abord, elle était sobre (je n'arrivais pas vraiment à trouver la raison de cet état nouveau). Par ailleurs, elle m'a offert une machine à écrire électrique provenant d'un magasin d'articles d'occasion situé à l'autre bout de la ville.

Au début, j'ai pensé qu'il s'agissait d'une de ces périodes où elle s'arrêta momentanément de picoler ; il lui était déjà arrivé plusieurs fois par le passé de cesser de boire pendant plusieurs mois consécutifs, avant de retomber dans ses déboires alcooliques. Mais cette fois, c'était différent ; M'man avait réussi à chasser ses vieux démons. Ce n'était pas facile de trouver la source de ce qui avait déclenché ce renouveau en elle, conduisant à une vie de tempérance. La réalité était également difficile à accepter après l'avoir vu lutter toutes ces années. Chaque soir quand je rentrais à la maison, j'introduisais timidement la clé dans la serrure et tremblais quand j'ouvrais la porte, m'attendant à trouver M'man à moitié consciente, vautrée dans le canapé, une cigarette allumée à la bouche. Mais à chaque fois que je rentrais, elle était éveillée, amicale et productive, une toute nouvelle personne. En l'espace de quelques mois, elle trouva un boulot rémunéré à un peu plus du SMIC dans un cabinet d'avocats, ce qui nous a permis de déménager dans un appartement légèrement plus confortable et sans cafard situé dans une impasse de l'autre côté de la ville. Je suis même passé du pain blanc et des Pop-Tarts à des plats copieux et faits maison.

Mais à chaque fois que j'ouvrais cette porte, le ressenti était toujours le même. Et vivre dans la peur qu'elle retombe dans l'alcool était de bien des façons pire que de rentrer à la maison et de la retrouver ivre-morte.

Savoir qu'elle pouvait rechuter à tout moment était un type d'enfer différent. Et quelque part, il fallait qu'elle rechute ; c'était ce qu'elle était supposée faire, ce qui était *normal*.

Je suis parti de chez ma mère le jour de mes dix-huit ans, transportant un grand sac de sport, ma machine à écrire électrique, et une décennie de regrets futurs.

J'étais persuadé que si je me trouvais un métier et qu'il me rapportait pas mal d'argent, j'emprunterais une trajectoire différente de celle de ma mère ; je pourrais alors, d'une certaine manière, atteindre le bonheur⁹. J'ai ainsi passé les années qui ont suivi à gravir les échelons. Fraîchement sorti du lycée, j'ai sauté l'étape université et me suis trouvé un métier de vendeur chez Broadspan, une grosse boîte de télécoms. Ils étaient « sympas » car ils me laissaient travailler six à sept jours par semaine, dix à douze heures par jour. Je n'étais pas très bon, mais j'ai appris à me débrouiller – je suis donc devenu de plus en plus performant.

Avec mon premier gros chèque, je me suis acheté un home cinéma et un tas de DVD. L'année de mes dix-neuf ans, j'ai gagné cinquante mille dollars, plus que ce que j'ai pu voir mes parents ramener à la maison. Mais j'en ai dépensé soixante-cinq mille. L'argent n'allait donc peut-

⁹ Ah oui, le soi-disant rêve américain. Bonheur = acheter encore et encore.

être pas m'acheter le bonheur après tout. Ou peut-être devais-je tout bonnement réajuster mes revenus.

J'ai donc travaillé plus, à la recherche d'un salaire plus élevé, accumulant les heures de travail au fur et à mesure que les années s'évaporaient. A vingt-deux ans, j'ai célébré ma première grosse promotion à la manière de ce que je m'imaginai être la chose à faire : j'ai fait construire une maison en banlieue sans apport. La culture environnante venait me conforter pleinement dans cette décision, me faisant même croire que je faisais un investissement solide (c'était cinq ans avant l'éclatement de la bulle immobilière). Et ce n'était pas n'importe quelle vieille maison ; c'était une bâtisse surdimensionnée avec un étage, trois chambres, deux salons, et un sous-sol total (la table de ping-pong que j'ai à peine utilisée est arrivée plus tard – également autofinancée). Il y avait même un jardin avec sa petite palissade blanche. Je vous jure que c'est vrai.

Peu de temps après avoir fait construire la maison, j'ai épousé une femme magnifique. Mais j'étais tellement obnubilé par ma soi-disant importante carrière que je me souviens à peine de la cérémonie. Je sais qu'il a plu et que ma future femme était superbe, c'est à peu près tout. Je ne pourrais même pas vous redonner la date du mariage. Au retour de notre voyage de noces (Mexique), brûlés par le soleil et alliance au doigt, je suis retourné travailler pour remplir la maison de beaux meubles et autres appareils ménagers hauts de gamme. Quant au garage, il fallait bien le remplir avec de belles voitures. Tout cela ne s'est bien sûr pas fait sans l'accumulation massive de dettes. Je filais ainsi à toute allure vers le rêve américain, et ce avec quelques années d'avance sur mes contemporains.

Après une série de promotions – directeur de magasin à vingt-deux ans, manager régional à vingt-quatre, directeur général à vingt-sept – j'étais un carriériste accompli. Si je travaillais vraiment dur, et si tout se passait exactement comme prévu, je serais alors vice-président à trente-deux ans, vice-président directeur entre trente-cinq et quarante ans, puis enfin PDG vers quarante-cinq–cinquante ans, suivi bien sûr du parachute doré qui va avec. Je l'aurais fait ! Par la suite, j'aurais continué à être misérable quelques années de plus au sein des rouages de la politique et de la bureaucratie que je connaissais si bien. Juste continuer à monter sans jamais s'arrêter ni regarder en bas.

La misère a ce vilain défaut d'attirer autrui. Ainsi, il y a cinq ans, j'ai réussi à convaincre mon ami Ryan de me rejoindre ; je lui ai même appris les techniques de base. L'ascension est exaltante pour les nouveaux. Les payes sont de plus en plus grosses, les titres de plus en plus sophistiqués ; ils ont l'impression de devenir les nouveaux rois du monde. Mais comment ne pas se prendre au jeu ? Ryan lui aussi a grimpé l'échelle, négociant chaque nouvelle ascension avec

une précision lapidaire. Il est rapidement devenu l'un des meilleurs vendeurs de la compagnie, avant de finir par tous nous surpasser ¹⁰.

Et maintenant nous voici, jeunes et sous les feux des projecteurs ; le soi-disant succès. Il y a quelques années, un de mes mentors, un businessman à succès du nom de Karl m'a dit : « Tu ne devrais jamais demander à un homme qui gagne vingt mille dollars par an comment faire pour en gagner cent mille. » Peut-être que cet apophtegme est également vrai si l'on utilise les termes « homme malheureux » et « bonheur ». Tous ces gars sur lesquels je prends exemple – ceux à qui je veux le plus ressembler, les vice-présidents et les PDG – ne sont pas heureux. En fait, ils ont une existence misérable.

Ne me faites pas dire ce que je n'ai pas dit, je ne pense pas que ce soit des gens fondamentalement mauvais. Mais leur carrière les a changés : ils s'énervent en permanence pour des détails, leur front est toujours plissé, ils se plaignent constamment comme si le monde conspirait contre eux, ils feignent de temps à autre un faux optimisme qui ne dupe personne, ils en sont à leur deuxième, troisième, voire quatrième (!) mariage, et, par-dessus tout, ils ont l'air profondément seuls – seuls entourés par des *béni-oui-oui*.

Et je n'ai pas encore abordé leurs problèmes de santé. Ici, on a affaire à des complications sérieuses : obésité, goutte, cancer, crises cardiaques, hypertension artérielle, et la liste continue. Ces hommes souffrent de tous les symptômes liés au stress et à l'anxiété. Certains en sont mêmes fiers, comme si c'était quelque chose de noble. Un collègue que j'apprécie beaucoup et qui suit plus ou moins sur la même trajectoire que la mienne, a récemment fait sa première crise cardiaque – à trente ans.

Mais je suis l'exception, pas vrai ?

Vraiment ? Mais qu'est-ce qui me rend si différent ? Simplement dire que je suis différent ne fait pas de moi un être à part. En fait, tout le monde a tendance à penser qu'il est différent. Revenons-en à mon cas : du fait de mon *talent* présumé, je me dis que je peux bien passer quelques semaines/mois/années pour enfin y arriver. Par ailleurs, à chaque fois qu'un nouvel échelon est gravi, la charge de travail augmente ¹¹. Plus d'heures, plus de demandes, plus de responsabilités. Tels des médecins d'hôpitaux, on essaye de se débrouiller au mieux pour gérer la situation. Sauf qu'au lieu de sauver des vies, on se contente seulement de répondre aux mails,

¹⁰ L'un des meilleurs ? Oui, LE meilleur ; je préfère ça Millie.

¹¹ Ceux qui pensent qu'ils vont travailler moins après une promotion vivent dans un conte de fées, conte qui risque de virer au cauchemar sur le long terme.

textos et autres appels de notre amie la technologie. Au final, on ne sauve personne, même pas nous-mêmes.

Quelqu'un bâille autour de la table de réunion ; c'est Travis ou Kent. A moins que ce ne soit Shawn. Et maintenant, c'est à mon tour de bâiller. Il n'est pas encore neuf heures du matin et j'en suis déjà à mon troisième café, buvant à grandes gorgées pour essayer de compenser au plus vite ma nuit courte et agitée. Je suis fatigué d'être aussi fatigué en permanence. Mon boulot me fait faire des cauchemars presque toutes les nuits. Les cauchemars impliquent souvent mon chef qui me crie dessus ou qui me demande de faire quelque chose pour lequel je suis incompetent. Je me réveille souvent en état de panique, épris d'un fort sentiment de culpabilité.

Le rétroprojecteur produit toujours le même son persévérant nécessaire à l'affichage de l'image floue sur l'écran. HHHMMMMM. Mon téléphone, un BlackBerry fourni par l'entreprise, vibre sur la table devant moi. L'écran affiche « M'man ». J'appuie sur le bouton « Ignorer » pour éteindre l'écran. Je n'ai pas parlé avec ma mère depuis... depuis quand ? Thanksgiving ? Depuis si longtemps ?

M'man a déménagé à St. Petersburg, Floride, il y a quelques mois pour sa « retraite ». Par retraite, je suppose que cela signifie « vivre aux frais de la sécurité sociale dans un petit appartement d'une résidence pour personnes âgées subventionné par l'État ». Je n'y suis encore jamais allé, mais la Floride a l'air d'être un endroit plutôt sympa. Tout du moins, c'est ce qu'il en ressort de ses mails auxquels elle joint souvent des photos de plages de sable fin, de couchers de soleil flous, mais aussi d'innombrables photos de sa chienne, un Yorkshire Terrier du nom de Sera (qui est le diminutif littéral pour sérotonine). Sur les photos, on voit ma mère la nourrir de glace et de beurre de cacahuète.

Elle l'exhibe également en ville, la chienne « vêtue » d'un pull coloré avec un nœud sur la tête assorti. Sera est le centre du monde pour ma mère, la petite bête venant combler le vide abyssal de sa vie. Les photos les plus flagrantes témoignant de cet état sont celles de type calendrier où les deux êtres posent dans l'appartement rempli de bibelots, le visage de M'man souriant à outrance dans son corps légèrement potelé de retraitée. Elles paraissent toutes les deux décontractées et heureuses, M'man a l'air sobre et affiche un sourire véritable à travers ses fausses dents.

L'écran de mon BlackBerry s'allume à nouveau pour m'informer du message vocal laissé par M'man. La réunion est maintenant terminée : les ordinateurs portables se ferment, les plafonniers se rallument et un soulagement collectif galvanise l'auditoire à moitié endormi. La

salle commence alors à se vider de façon disparate. Les fumeurs partent en premier, se précipitant vers les sorties de chaque côté de la pièce comme si l'immeuble était en flammes. À ce moment précis, j'aimerais bien être l'un d'entre eux afin de pouvoir ressentir le sentiment d'ivresse qui les traverse à l'idée de prendre leur dose de nicotine. Je lève les yeux et Ryan est déjà parti, volatilisé comme souvent. Quelques minutes plus tard, je le retrouve aux toilettes, le pantalon aux chevilles, couvrant partiellement ses chaussures à quatre-cent dollars. Je porte la même marque ; des richelieu, cirées et prêtes pour le service. Alors que je me lave les mains, j'entends la chasse d'eau se tirer et la porte s'ouvrir avec force.

« Comment ça se passe avec cette nouvelle fille ? je demande au reflet de Ryan dans le miroir.

— Laquelle ? me demande-t-il en prenant un air confus.

— La rousse – celle du bar », lui dis-je alors que je tire du papier pour m'essuyer les mains. La semaine dernière, il m'a présenté à cette nouvelle fille qu'il a l'air de vraiment apprécier. J'ai pourtant oublié son nom, honte à moi.

« Euh, comment te dire ? me répond-il avec un sourire en coin.

On est sorti ensemble au resto samedi soir. On a bu pas mal. Puis on est rentré chez elle avec sa voiture. On a commencé à s'embrasser sur son canapé. Et une chose menant à une autre... On avait beaucoup trop bu. On était tellement chauds qu'on en a déchiré nos vêtements ; c'était un peu bizarre. »

Je me recoiffe pendant qu'il continue à me raconter son histoire.

« Enfin bref, on a dû s'endormir vers trois heures. Mais elle devait être au travail pour huit heures, donc je lui ai dit qu'elle n'avait pas à se soucier de me reconduire ; je continuerais à dormir puis je marcherais jusqu'à ma voiture qui n'était pas si loin. Un à deux kilomètres. Mais quand je me suis réveillé, impossible de retrouver mon caleçon, mes chaussettes et ma ceinture. En plus, mon jean était tout déchiré au niveau de la fermeture éclair, et j'étais recouvert de paillettes.

— Paillettes ?

— Oui, la honte totale. Sur le chemin pour aller à la voiture, on aurait dit que je m'étais fait agresser par une licorne sauvage. »

Je le regarde d'un air dédaigneux mais en même temps envieux. Bien qu'il se soit marié à dix-huit ans, cela fait maintenant cinq ans qu'il est divorcé, soit la durée de mon mariage. À mes yeux, il a la vie parfaite : il s'amuse, fait des choses intéressantes, et sort avec des femmes superbes. Quant à moi, je n'ai quasiment plus aucun rapport sexuel avec ma femme. Mon partenaire principal est ma main gauche.

« Et sinon, t'en as pensé quoi de l'épisode des *Experts : Miami* de la semaine dernière ? demande Ryan pour changer de sujet, les mains sous l'eau du robinet.

— Je ne l'ai pas v...

— Oui, je n'en ai pas cru mes oreilles moi aussi » enchaîne Chad Ratcliff, un homme robuste, directeur de je ne sais quel département de la boîte. L'homme vient d'apparaître comme par magie ; sincèrement, je n'arrive pas à comprendre d'où il sort la moitié du temps. À trente ans, une douzaine de trous ont dû être rajoutés à sa ceinture. Je ne comprends donc vraiment pas comment il fait pour être si agile et intervenir de la sorte dans les discussions des gens. Puis il continue à parler sans que je puisse en placer une : « Que le mec avec la casquette des Yankees est celui qui avait commis le crime plus tôt dans la saison. Quelle fin superbe ! La saison se termine en beauté. Je ne l'avais pas vue venir une seule seconde. Et vous les gars ?

— Comme j'étais sur le point de le dire, je n'ai pas encore vu le dernier épisode. Je l'avais enregistré et m'apprêtais à le regarder ce soir, lui dis-je, très remonté.

— Oh, au temps pour moi. Après, ce n'était pas non plus l'épisode de l'année, répond Chad pour se rattraper. Puis il disparaît des toilettes sans s'essuyer les mains.

Ryan me regarde et hausse les épaules.

Le couloir qui mène à l'ascenseur est d'un blanc d'hôpital et ne possède aucune fenêtre, ce qui est plutôt paradoxal pour un immeuble qui en possède des millions. Je suis vraiment frustré à l'idée que l'on m'ait gâché mon épisode des *Experts* du soir, le temps fort de ma journée. Je m'imaginai déjà vautré dans mon canapé en cuir devant mon écran haute définition, le son du home cinéma retentissant dans toute la pièce, l'ordinateur sur les genoux, répondant à mes mails pendant que David Caruso et son équipe étaient en train de résoudre des crimes dans un « environnement tropical humide à forte diversité culturelle qu'est le sud de la Floride », à quelques heures de route au sud de chez ma mère. Il n'est même pas encore neuf heures trente et un collègue a déjà réussi à ruiner ma soirée. Je sors quatre Advil de ma mallette et les avale avec mon café.

L'ascenseur sonne, les portes s'ouvrent et le petit vaisseau régurgite quelques employés. Sauf un, notre PDG : Rod Bracken. Rod est le genre de personne avec qui tu ne veux surtout pas prendre l'ascenseur. Les gens prennent de grandes précautions, souvent irrationnelles d'ailleurs, pour éviter le pseudo-interrogatoire qui a forcément lieu dans cette situation. Personnellement, je préfère courir un semi-marathon en talons aiguilles plutôt que de me retrouver dans un si petit espace avec lui. Mais c'est trop tard pour moi ; je monte donc à bord et appuie sur le bouton qui indique « seizième étage ». *Je peux le faire – c'est juste quelques étages.*

« Heeey! Jason! Ça me fait plaisir de te voir! » Le faux enthousiasme de Rod m'interrompt dans mes pensées. Je ne sais pas vraiment pourquoi il pense que je m'appelle Jason. Il me prend sûrement pour Jason Epperson, un collègue d'un niveau similaire au mien mais qui mesure tout de même trente centimètres de moins que moi. Bien que Rod fasse à peine ma taille, je me sens tout petit à côté de lui. Il porte des habits extrêmement coûteux, tous faits sur mesure. Sa posture démontre d'un élitisme flagrant. Il est impossible de l'imaginer faire ses courses, plier son linge, ou mettre de l'argent dans un parcmètre. Il a une voix de fumeur bourru, à l'image d'un présentateur de talk-show conservateur. C'est sûr à cent pour cent qu'il a voté pour G. W. Bush—2 fois. Mais d'un autre côté, moi aussi. C'est ce que tu es supposé faire dans ce milieu.

« Comment ça se passe dans les magasins Jason ? » dit-il avec un sourire de politicien au milieu de son visage tanné.

Rod est excessivement bronzé. Il me tend sa grosse main pour que je la lui serre. Sa poigne est dévastatrice. Il sait que je suis en charge d'un tas de magasins, mais ce qu'il ne réalise pas bien c'est que je suis aussi un directeur, ce qui signifie paradoxalement que je ne passe pas vraiment beaucoup de temps dans les magasins dont je suis responsable. L'essentiel de mes journées je les passe ici, en centre-ville, perdant mon temps avec toutes ces réunions à la noix : réunions marketing, réunions merchandising, réunions P&L, réunions perte de clientèle, réunions vendeurs, réunions fidélisation clients, réunions ressources humaines. De temps à autre, on a même des pré-réunions ; il s'agit de réunions sur les réunions à venir. Si seulement je plaisantais.

J'envisage de parler de tout cela à Rod, mais finalement je m'en abstiens. À la place, je lui réponds par un mélange d'informations aussi vagues les unes que les autres, en y insérant quelques chiffres, tout en essayant de ne pas trop passer pour un imposteur.

L'ascenseur sonne pour annoncer l'arrivée au douzième étage. Rod me regarde avec un air solennel. Se rend-il compte que je lui raconte n'importe quoi depuis tout à l'heure ? De façon presque inattendue, le coffre en mouvement s'arrête avec une petite secousse. Telle une scène biblique, les portes s'ouvrent et Rod quitte l'ascenseur. Le douzième étage, au style boisé somptueux, est celui de la direction. C'est bizarre que l'étage de la direction soit à un niveau plus bas que le mien, comme si l'on devait traverser les profondeurs de l'enfer pour atteindre le purgatoire.

Rod se retourne et me regarde dans les yeux : « On a besoin d'un bon mois de ventes dans les magasins. Je compte sur toi Jason », dit-il alors que les portes se referment. Un fort sentiment de soulagement me gagne alors. Je me passe la main droite sur le visage, tout en inspirant de l'air par le nez. Après avoir retenu mon souffle pendant deux étages supplémentaires, je peux enfin souffler.

Le trajet vers mon bureau situé dans un coin du seizième étage est tout à fait banal. Pour l'atteindre, je passe devant les espaces de travail de l'open space (dont la couleur est étonnamment proche de la sauce vinaigrette Mille-Îles), et devant la salle de pause couleur pisser avec ses foutus distributeurs. J'ai également droit à une scène cliché où deux femmes discutent à la fontaine à eau. Un troupeau de fumeurs vient de rentrer, chacun retournant lentement derrière ses cloisons en mousse, la vive lumière blanche faisant ressortir leurs dents couleur sépia. Mon bureau est moins impressionnant que ce que l'on pourrait penser. L'espace lilliputien, stérile, et inintéressant ressemble plus ou moins à l'environnement futuriste des vieux films – le faux futurisme, le futur du passé. Toute ma vie se passe entre ces murs. Derrière moi se trouve un grand immeuble, à peu près identique à celui dans lequel je suis assis ; une vue de leur vue de ma vue de leur vue, une sorte de tableau à la M. C. Escher.

La pluie s'abat sans bruit sur la vitre de mon bureau. Celle-ci, épaisse et teintée, m'empêche de voir le ciel ; j'aperçois seulement les innombrables gratte-ciels aux alentours. Si ces grands immeubles n'étaient pas là, la vue donnerait sur toute la partie nord du Kentucky, qui commence à quatre blocs vers le sud, de l'autre côté de la rivière.

Je sors mon ordinateur de son état de veille en agitant fortement la souris. Un des hits de Phil Collins, « In the Air Tonight », sorti l'année de ma naissance, est joué par les enceintes, assouvissant mon appétit à la Patrick Bateman pour les solos de Phil. Je ne peux m'empêcher de chanter tout en regardant mes mails non lus : « Well I re-mem-BAH ! » (N.d.T. Proposition de traduction : « Je me sou-VIENS ! »). J'en viens même à mimer le solo de batterie d'anthologie qui précède le refrain : Do-DAH-do-DAH-do-DAH-do-DAH-dah-dah ». Ma boîte de réception compte actuellement deux cent quarante messages. Ding ! Un de plus vient de se rajouter à la liste. En essayant d'attraper un trombone, je renverse le quatrième café de ma journée. Le liquide brûlant s'infiltré dans mon clavier et continue son chemin jusqu'à mon entrejambe. « Putain ! » Je stoppe le ruissellement avec une demi-ramette de papier, chaque feuille se retrouvant trempée par ma connerie.

Ma vie se résume principalement à des boîtes. Chaque matin, je quitte ma maison (boîte) en voiture (boîte) pour me rendre au bureau (boîte). Une fois arrivé, je prends l'ascenseur (boîte) pour me rendre dans mon box (boîte). Je passe alors mon temps devant l'ordinateur (boîte) ou dans des salles de réunion (boîtes). Le midi, je mange un plat tout préparé (boîte). Le soir venu, je reprends ma voiture (boîte) pour rejoindre mon domicile (boîte). Je me fais alors réchauffer au micro-ondes un plat minute (boîte) que je mange dans ma salle à manger (boîte) devant cette stupide télévision (boîte). Le scénario se répète de cinq à six jours par semaine, cinquante semaines dans l'année. « Boîte, boîte et boîte. »

Aujourd'hui, à l'heure du déjeuner, je mange seul avant d'assister à la succession de réunions de l'après-midi ; les « réunions du lundi » comme on les appelle.

Tel un homme qui vient d'être touché en plein cœur, je gise sur mon siège en attendant la fin avec impatience. À chaque réunion, j'acquiesce d'un air sympathique aux propos de mes collègues ; je manifeste un faux enthousiasme dans les moments-clés pour impressionner les gens que je suis censé impressionner. Les réunions se terminent autour de cinq heures et demi, alors que la majorité des gens de mon étage est déjà partie une heure auparavant. Mais ils ne jouent pas dans la même cour que moi. Ils ne sont pas prêts à se sacrifier pour se rendre là où je m'en vais, bien que je ne sache pas trop non plus à quoi cela ressemble exactement.

Sacrifice, en voilà un mot intéressant. Je me demande souvent si j'en fais assez, des sacrifices – bien que le concept reste assez flou dans ma tête. Mais peut-être que je devrais me poser d'autres questions, du genre « Suis-je assez aimant ? Suis-je assez bienveillant envers les autres ? » Mais la réponse me ferait trop mal. Changeons de sujet.

Chaque matin, j'arrive au bureau avant le lever du soleil, le ciel a alors sa couleur d'aubergine trop mûre. La plupart du temps, je suis la première ou la seconde personne du seizième étage à arriver (de temps à autre, le boss de mon boss est là avant moi, mais cela fait longtemps que je ne l'ai pas vu. La rumeur dit qu'il est en plein divorce et que sa femme ne lui fait pas de cadeau). La ruse est de faire d'une pierre deux coups en arrivant tôt et en repartant tard du travail : (1) les chefs sont impressionnés par le nombre d'heures travaillées, et (2), cela permet aussi d'éviter les bouchons, ce qui est à prendre en considération depuis que je vis dans une banlieue reculée, une ville dortoir située à mi-distance entre Cincinnati et Dayton. Quand il n'y a pas de bouchon, cela me prend déjà quarante-cinq minutes pour rentrer chez moi. Et il faut bien compter trois fois plus de temps quand il y a du trafic. Donc quasiment tous les soirs, je traîne au bureau jusqu'à sept heures. Sur la fin, il n'y a plus que moi et Omar, l'homme de ménage très sympathique dont je suis incapable d'estimer l'âge, qui a la particularité d'arroser abondamment les plantes de chacun.

« Vous voulez que je vide votre poubelle, M. Millburn ? demande Omar, comme chaque soir.

— Vous pouvez m'appeler Joshua, je lui rappelle.

— Bien reçu Monsieur Joshua, dit-il avant d'enlever le sac plastique de la poubelle. « Joyeux Noël », ajoute-t-il avant de repartir avec son chariot. Chaque soir, cet homme s'arrête pour vider ma poubelle et me passer le bonjour, telle est la relation que nous avons établie. J'ai probablement de meilleurs rapports avec Omar qu'avec quatre-vingt-dix pour cent des gens de ma famille.

« Joyeux Noël », je lui réponds. Je suis assis à mon bureau et traite la liste interminable de mails tout en m'octroyant quelques parties de solitaire, que je perds. Le soleil hivernal s'est déjà couché ; on peut apercevoir une traînée crépusculaire couleur rouge sang sur les fenêtres de l'immeuble d'en face. Je regarde mon téléphone et je me rappelle alors qu'il faut que j'écoute ma messagerie. « Vous avez huit nouveaux messages », m'informe la dame à l'accent britannique et à la voix de robot. Le second message est de M'man. « Chéri, c'est moi. Peux-tu me rappeler ? C'est important » ; c'est tout ce que dit le message, si l'on enlève les quelques secondes où M'man cherche comment raccrocher.

Quelque chose ne va pas. À sa voix, je peux dire qu'elle a pleuré il y a peu. Sa difficulté à articuler suggère un retour à l'alcoolisme. Phil Collins, bloqué sur le mode « répéter le morceau », chante toujours dans mes enceintes. Je baisse le volume et compose le numéro de M'man... mais au moment de lancer l'appel, j'ai l'impression que le temps s'arrête alors que mon doigt est en lévitation au dessus de la touche APPELER. Le temps passe et je reste immobile, l'écran sous mes yeux. Je ne suis pas prêt à supporter ce qu'elle s'apprête à me dire.

2 || L'Âge de l'errance

Octobre 2009

L'air à l'Hospice de la Côte du Soleil est si lourd qu'il en est même difficile de respirer. L'éclairage intérieur est agréable. Ma chaise se trouve à côté du lit de M'man. La petite chambre est décorée de bibelots positionnés de façon stratégique afin de donner un air de chez-soi : cadres photos, objets d'art et autres. Une machine imposante à l'apparence sophistiquée se trouve à côté de nous ; un écran LED permet de gérer les fonctions vitales de M'man. La machine est éteinte.

Les larmes me brûlent les joues. Je pleure pour la première fois de ma vie d'adulte. Une photo de M'man et moi, tout sourires à la plage, se trouve sur la table de nuit, M'man portant sa perruque blonde.

Ce matin, j'ai reçu un appel m'informant que la situation avait empiré. Je ferais mieux de prendre l'avion, m'a conseillé l'infirmière. Pendant la discussion téléphonique, j'ai pu parler un bref instant à ma mère, mais ses propos n'avaient aucun sens. A l'écouter, on avait l'impression que j'étais un inconnu. A l'image d'un personnage de série B sur le point de mourir, quelques sons émanaient de sa bouche, sans que l'on puisse les assimiler à des mots. Je lui ai dit que je l'aimais, puis j'ai raccroché. J'ai alors pris un billet d'avion pour Tampa ; Ryan m'a conduit à l'aéroport.

La veille, j'avais parlé à M'man. Ses propos n'étaient qu'à moitié intelligibles mais elle était toujours consciente. Sa mémoire à court terme l'avait quitté depuis plusieurs mois déjà, son cancer ayant métastasé au-delà de ses poumons, gagnant les autres organes vitaux dont le cerveau. Mais sa mémoire à long terme semblait intacte, les souvenirs, les bons comme les mauvais, toujours là, figés dans le temps.

J'étais assis sur le siège passager quand Ryan m'a conduit à l'aéroport international de Dayton. Pas un mot n'a été échangé. Alors qu'on se dirigeait vers le nord sur la route menant à l'aéroport, à moins de deux kilomètres de l'arrivée j'ai reçu un appel. M'man a été déclarée morte le 8 octobre 2009 à 14h47. Ryan m'a pris dans ses bras pour me réconforter puis je parti pour l'embarquement.

De Tampa à St. Petersburg, j'ai pris un taxi. Le black qui le conduisait, avec ses cheveux courts poivre et sel et son sourire bienveillant était vraiment sympathique. La mi-quarantaine environ. La radio jouait en boucle des chansons de Michael Jackson.

« Ça va mon gars ? m'a-t-il demandé, voyant que je n'avais pas l'air d'être au mieux.

— Ma mère est mourante. » Impossible de parler d'elle au passé ; je n'ai même pas encore vu son corps.

« Je suis désolé frère » m'a-t-il répondu, tout en montant le volume de la radio pour me remonter le moral. « You Are Not Alone » (N.d.T. Trad. : « Tu n'es pas seul ») chantait MJ à travers les enceintes. C'est ainsi que la légende de la pop m'a réconforté pendant le restant du trajet.

Il est à peu près 19h et le dernier rayon de soleil disparaît peu à peu de l'autre côté de la fenêtre. Je me trouve dans la chambre de ma mère et observe le coucher de soleil à travers les lattes du store. Cela fait moins de cinq minutes que je suis arrivé. Le visage de ma mère paraît chaleureux, bien qu'il soit froid. Après, il n'est pas si froid que cela, pas glacé, mais on voit qu'il manque de vie. Sa température est celle d'un objet, pas celle d'une personne. Je fonds en larmes. Ce n'est qu'au moment où je sens les larmes couler sur mes joues que je me rends compte que je suis en train de pleurer. Je n'ai plus le contrôle, tout comme les produits chimiques qui interagissent dans une explosion ou les plaques tectoniques en mouvement qui provoquent une secousse sismique. Ma secousse sismique, elle, est émotionnelle.

Elle est étendue là, minuscule, toute chétive, comme si sa forte personnalité ne s'était jamais étendue à sa composante corporelle. Je ressens le besoin de lui faire un câlin, de soulever son corps frêle et de la serrer dans mes bras, comme pour la ramener à la vie, à ce monde, et lui dire que je l'aime, que je suis désolé, que je ne savais pas comment faire pour renouer le contact avec elle, que je n'étais pas la personne mature que je prétendais être, que je n'étais pas aussi fort qu'elle le laissait entendre. Je veux lui dire que j'aurais voulu faire les choses autrement. Je veux lui crier tout cela, et pas qu'à elle, à tout le monde. On dirait que l'on n'arrive pas à montrer à ceux que l'on aime à quel point ils comptent pour nous, jusqu'à ce qu'ils disparaissent de nos vies.

« Je suis désolé » dis-je, les larmes aux yeux. Ma chemise est mouillée. La chambre est habitée par moi-même et ce qu'il reste de ma mère. Elle n'est pas juste absente, elle est tout simplement partie. « Je suis désolé, je suis désolé, je suis désolé » je lui répète tout en me balançant d'avant en arrière dans ma chaise, tel un malade mental. Je peux sentir les traits de mon visage se tirer à cause de la tristesse. Les larmes sont une étrange façon de déclencher une

catharsis. En découle alors un relâchement des tensions, occasionnées par la culpabilité, la rage et le regret. Elles sont un nouveau départ pour moi, ces larmes. Une page se tourne.

Puis arrive le moment du départ ; je n'ai plus rien à dire ni à faire. J'ai versé toutes les larmes de mon corps, il est maintenant le temps d'y aller. Je saute dans un taxi direction l'appartement de ma mère.

Son appartement, situé au premier étage, contient trois fois plus de biens matériels que la moyenne. Il y en a partout. Ce n'est pas la demeure d'un collectionneur, mais presque ; on y trouve des objets dans tous les coins, qui correspondent à soixante-quatre ans d'accumulation. Les meubles antiques massifs semblent être oppressés par les bas plafonds. Ils sont beaucoup trop imposants pour cet endroit ; j'ai l'impression d'être dans un roman de Tolkien. Pour la séquence émotion, rendez-vous dans le salon : s'y trouvent des douzaines de cadres, albums photos remplis à ras bord et autres bibelots dont la collection avait déjà commencé quand j'étais petit. Des ornements ont colonisé chaque coin, recoin et alcôve de la pièce. Des napperons blancs faits main recouvrent la plupart des surfaces planes – je n'arrive même pas à tous les compter.

Juste à côté du salon se trouve la cuisine de M'man. Les placards sont pleins à craquer ; ils regorgent d'assiettes, de bols et de tasses à café de diverses époques et mal assortis. Même constat pour les ustensiles dans les tiroirs. Dans la salle de bains, on trouve dix années de maquillage dans un panier en osier à côté des toilettes. Au-dessus de celui-ci, les étagères sont remplies de produits d'hygiène rangés méticuleusement ; il y en a tellement que l'on pourrait presque ouvrir un petit magasin de beauté. Quand j'ouvre l'armoire à linge pour évaluer son contenu, je me retrouve face à des piles de serviettes de douche, serviettes de plage, torchons, draps, couvertures et couettes. On pourrait presque penser que quelqu'un fait tourner un hôtel tellement il y a de stock. Et je ne suis même pas encore allé voir la chambre.

Soudain, je me rends compte qu'il va falloir que je décide quoi faire avec toutes ces choses. Je m'assois sur le canapé et regarde autour de moi. Puis je me lève et j'observe à nouveau. Je ferme les yeux et inspire profondément à travers mes narines. Une odeur de pot-pourri gagne mon cerveau – fenouil et romarin. Ensuite, je me dirige vers la chaîne stéréo ; elle date de mon adolescence. À côté se trouve un seul CD, *Stray Age* (N.d.T. Proposition de traduction : *L'Âge de l'Errance*), d'un auteur-compositeur-interprète du Kentucky, Daniel Martin Moore. Je le place dans la machine puis sélectionne le cinquième morceau, « Who Knows Where the Time Goes » (N.d.T. Proposition de traduction : « Mais où va le temps »). J'ai écouté cet album à chaque fois que j'ai rendu visite à M'man – sept voyages, sept semaines différentes de cette année. Je peux entendre Moore chantonner avec optimisme, accompagné d'une douce mélodie au piano et à la

guitare, « Ah but you know, it's time for her to go. » (N.d.T. Proposition de traduction : « C'est pour elle le temps de s'en aller »).

Je regarde par la fenêtre et je me rends compte que la nuit est tombée. Je réalise alors que les lampadaires de la rue St. Pete mènent jusqu'à la baie dont je peux en voir une partie. Le ciel se reflète sur l'eau ; on peut observer des milliers de nuances de bleu foncé qui s'étendent jusqu'à l'horizon. Je m'affale dans le canapé couleur cendres, exténué et dans l'incertitude des événements à venir. Je ferme les yeux.

Plusieurs heures plus tard, quand j'ouvre mes paupières, je suis aveuglé par le soleil matinal qui parvient à pénétrer par les fenêtres de l'appartement. Ce dernier m'envoie ses rayons en plein visage, ce qui n'est pas très agréable, et projette une ombre sur tous les objets de la pièce, les moches comme les beaux, sans distinction. Les murs blancs sont aussi inondés de soleil. En fait, mis à part les ombres, il y a du blanc partout. J'ai besoin d'un café et de plusieurs Ibuprofènes.

La dame au téléphone me dit qu'ils n'ont pas de camion aussi gros en stock. Elle me conseille de patienter jusqu'à demain, ce qui me convient très bien ; j'ai plein de cartons à faire aujourd'hui, à commencer par l'armoire pleine à craquer de la salle de bains.

Pourquoi a-t-elle autant de manteaux d'hiver ? Elle vit en Floride, non ?! En fait, le terme *vivait* est plus adapté – elle n'était pas censée vivre en Floride?! Soudain, la tristesse me gagne à nouveau.

En tout cas, c'est sûr qu'elle ne mettait aucune de ces chaussures à talons hauts. Et ces tailleurs pantalons, es-tu sérieuse M'man ? Tailleurs pantalons bordel ! À quand remonte la dernière fois où tu as mis un tailleur pantalon ? Et j'hallucine quand je vois tous ces chemisiers sur lesquels il y a toujours le prix de vente. Et ces deux peignoirs, jamais portés eux-aussi. Les étiquettes « À VENDRE » qui pendent de ces derniers sont toujours là, comme pour rappeler à l'acheteur qu'il a dépensé son argent bêtement. Après, je ne peux pas vraiment la blâmer. Moi aussi je possède de nombreux habits que je ne porte jamais, ou je ne sais quel merde que je n'utilise pas.

Que vais-je bien pouvoir faire de toutes ces choses ? Je ne vais quand même pas les mettre chez moi. Notre maison croule déjà sous les affaires de Keri et les miennes : les meubles du salon dans le salon, les meubles des chambres dans celles-ci, les meubles de loisirs dans... bon, je pense que vous avez saisi. Il n'y a même plus de place dans notre immense garage, déjà rempli de boîtes de rangement en tout genre.

Après avoir passé un nouveau coup de téléphone, j'apprends qu'un box de stockage qui peut contenir la majorité des affaires de M'man est disponible dans l'Ohio ; il m'en coûterait « seulement » cent vingt dollars par mois. Je ne suis pas bon en maths, mais j'arrive tout de même

à calculer sur la serviette du restaurant qu'il m'en coûterait à peu près mille cinq cents dollars par an. Ce n'est pas ce que l'on peut appeler une petite somme. Mais bon, j'imagine que je n'ai pas vraiment le choix, n'est-ce-pas ?

Les choses qui se trouvent sous le lit Queen de M'man donnent l'impression que l'on est dans un roman policier. Il y a de nombreux paniers en osier (pour les pique-niques ?) tachés, du linge de table couleur blanc cassé (elle ne possédait même pas de table de réception). A côté se trouve une robe de mariée dans sa boîte. C'est sa robe ? J'espère que non – mes parents ont divorcé en 1984 et à plusieurs milliers de kilomètres de là. Et ça c'est quoi ? Trois boîtes curieusement étiquetées 3, 4 et 1 se trouvent devant mes yeux. On dirait des vieux cartons de papier à imprimante. C'est plutôt lourd. Les boîtes ont été scellées avec du gros scotch marron. Et en voilà une quatrième sur laquelle est inscrit en gros le chiffre 2. Aha ! Le fait de remettre les boîtes me donne l'impression d'avoir résolu un mystère à la Dan Brown : 1, 2, 3, 4.

Mais que peut-il y avoir à l'intérieur ? Au final, la première boîte renferme le même contenu que la seconde, qui renferme à son tour le même contenu que les deux dernières. Des vieux travaux d'école primaire. *Mes* vieux travaux d'école primaire. Quatre années, les années (vous l'avez deviné) une à quatre, chaque boîte renfermant des travaux en anglais, maths, sciences, et à nouveau anglais¹² (on dirait que je n'étais pas très bon en anglais, même si mon écriture de pré-adolescent semblait de meilleure qualité que mes hiéroglyphes actuels). Affaire classée¹³.

Mais le vrai mystère est le suivant : pourquoi ? Pourquoi ma mère a-t-elle gardé des travaux d'école vieux de plusieurs décennies ? Manifestement, du fait que les boîtes étaient scellées avec du scotch et placées sous son lit, elle n'en tirait aucune valeur sentimentale. Elle ne les avait peut-être même jamais réouvertes. Si elle était là, elle me dirait probablement que ces boîtes lui permettaient de garder une partie de moi-même. Mais je n'ai jamais été dans ces boîtes. Je ne savais même pas qu'elles existaient jusqu'aujourd'hui. Et cependant elle pensait qu'elle pouvait garder une partie de moi – des souvenirs de moi – en gardant ces trucs. Cette pensée me rend furieux. Nos souvenirs ne se trouvent pas dans ce que l'on possède. Nos souvenirs sont en nous.

Mais attendez une minute : ne suis-je pas en train de faire la même chose avec ses affaires ? Sauf qu'au lieu de petites boîtes sous un lit, tout ce qu'elle possédait sera stocké pendant des décennies dans une gigantesque boîte avec un cadenas aux abords d'une ville. Si, je me comporte exactement comme ma mère.

¹² Les écrits originaux de Joshua Fields Millburn. Je parie qu'un jour... ils ne vaudront toujours rien.

¹³ Tu es comme une Nancy Drew moderne.

Réalisant cela, je prends mon téléphone.

« Merci d'appeler U-Haul, votre solution pour le déménagement et l'entreposage. Mon nom est Randi. En quoi puis-je vous aider ?

— Bonjour, je voudrais annuler une réservation de camion ¹⁴. »

Je portais une veste quand j'ai quitté l'Ohio il y a deux semaines, mais je n'en ai aucunement besoin ici en Floride. L'été bat son plein : trente-sept degrés, quatre-vingt-quinze pour cent d'humidité relative, l'air est si lourd que mes cheveux partent dans plusieurs directions de façon intrigante et se mettent également à friser, comme pour me montrer qu'ils en ont marre. Je transpire rien qu'à l'idée d'aller dehors.

Je viens de passer les douze derniers jours à écouler les biens de ma mère : ses meubles, ses habits, et ce jusqu'à sa réserve de napperons. Tout a été vendu. Les profits ont été reversés aux associations caritatives qui l'ont épaulée pendant ses neuf mois de chimio et de radiothérapie.

En cette chaude matinée, je me sens en paix. Un poids que je ne saurais définir s'en est allé. J'appelle un taxi pour aller à l'aéroport – quand j'atterrirai, Ryan sera là pour m'accueillir. Je rentre chez moi avec quatre boîtes remplies de photos, et des souvenirs plein la tête. Juste avant de quitter définitivement l'appartement, j'observe une dernière fois l'espace vide en m'imaginant toutes les affaires qui étaient encore présentes il y a peu de temps.

La chaîne stéréo n'est plus là, mais j'entends toujours la voix de Daniel Martin Moore dans ma tête : « Ah mais tu sais, c'est le moment pour lui de s'en aller ». Un jour, quelqu'un m'a dit que les cellules de notre corps se régénéraient tous les sept ans, faisant de nous une personne totalement nouvelle. J'ai maintenant vingt-huit ans. Je viens peut-être de me régénérer pour la quatrième fois. Peut-être est-ce la possibilité d'un nouveau départ, l'opportunité de devenir un être meilleur. Le compteur tourne.

¹⁴ En voilà une bonne nouvelle. Je n'étais pas prêt pour une nouvelle aventure de *Joshua & Ryan Déménagent des Choses Lourdes*.

3 || La Tragédie américaine

Novembre 2009

Pendant toutes ces semaines de soixante-dix heures de travail, tout ce temps passé à courir après cette soi-disant réussite, je n'ai pas *oublié* ce qui est important ; je ne *sais juste plus* ce qui est important. Et ainsi me voilà, un dimanche après-midi, observant ma vie chaotique, plus seul et perdu que jamais dans ma garçonnière.

Je me trouve dans un appartement sombre où se côtoient des meubles tout neufs et mon humeur maussade. La mort de ma mère est toujours présente dans l'air ambiant, à cela venant s'ajouter la demande de divorce de ma femme après six ans de mariage. Putain de merde. A ce moment précis, regardant autour de moi, je ne sais pas vraiment comment faire pour remonter la pente.

Mais même quand Rome est en flammes, IKEA est toujours ouvert. Les impératifs sociaux agissent telle une pute sans pitié. Chacun essaye d'acheter ce qui n'est même pas encore en vente.

Quand je suis parti de la maison plus tôt cette semaine avec mes affaires réparties dans des cartons et autres sacs poubelle de cent-quatre-vingt litres, la première chose qui m'est venue à l'esprit a été d'aller acheter les choses dont j'avais « besoin » pour mon nouveau chez moi. Vous savez, les trucs de base : de la nourriture, des produits d'hygiène, un rideau de douche, un lit, et humm, oh oui, j'ai aussi besoin d'un canapé et d'un fauteuil en cuir assorti, d'un bureau, d'un fauteuil de bureau, d'une lampe (ou deux). Ah oui, j'allais oublier, il me faut aussi le buffet qui va avec le bureau. Après, il me faut également une commode pour ma chambre, quelques tables basses de différentes tailles et un meuble télé pour le salon (d'ailleurs, il faut que j'achète la télé). Ah oui, et il me faut aussi des coussins. Et d'ailleurs, pourquoi ne pas faire correspondre l'appartement le plus à mon style ? ; je vais donc avoir besoin d'objets de déco. Mais attendez, c'est quoi *mon* style en fait ? Ces cadres au contour couleur acier que l'on voit partout me représentent-ils vraiment ? Et cette réplique de Matisse qui me vient à l'esprit, permettrait-elle de faire ressortir mon côté non conventionnel mais en même temps très professionnel ? Et puis à quel point suis-je non conventionnel ? Quelle machine à expresso arriverait à définir l'homme que je suis ? Mais en tant qu'homme viril, ne devrais-je pas déjà savoir ce qu'il me faut ? Ah oui, et combien d'assiettes/tasses/bols/cuillères un homme se doit-il de posséder ? J'imagine que j'ai

aussi besoin d'une table de réception, non ? Et d'un tapis pour l'entrée. Et puis des tapis pour la salle de bains aussi. Et j'ai aussi besoin de...

Ne laissez pas Facebook vous bernier. Il n'existe en fait qu'une seule véritable relation : C'est Complicé. Tel est le cas de mon mariage de six ans. L'ensemble des relations, qu'elles soient amicales, intimes ou autres, toutes récentes ou vieilles de plusieurs décennies, sont fondamentalement compliquées. Pourquoi ? Car nous sommes des êtres humains, ces entités aptes à penser, s'émouvoir, et agir, à la fois pêcheurs et saints, obscurité et lumière. La contradiction fait partie de notre essence même. Résoudre les conflits avant d'atteindre le point de non-retour, telle semble être la clé d'une relation épanouie. Si conflit il y a, il faut réussir à changer de cap avant qu'il ne soit trop tard. Même si pour certains – hum – il est déjà trop tard pour modifier la trajectoire. Nous avons tous vu *Titanic*.

Et ainsi me voilà avec mes nouveaux meubles suédois. En revanche, j'ai oublié d'acheter des rideaux, et impossible de trouver quoi que ce soit pour couvrir les fenêtres. Je me demande si de la rue on peut voir à l'intérieur. En tout cas, je peux parfaitement voir dehors. Nous sommes le premier week-end de novembre, et l'automne s'est déjà installée ; l'été semble si loin. Quelques feuilles tenaces sont toujours accrochées, résistant à leur changement de couleur, tout comme moi qui me raccroche au passé, résistant à l'inévitable. La plupart des feuilles se sont donc déjà libérées de leur branche oppressive. J'envie leur courage. Elles tombent avec tellement de grâce.

Ma chute, quant à elle, ne se caractérise en aucun cas par la grâce. Elle est brusque, abrupte, telle la paroi rocheuse d'une falaise. Mais il n'y a aucune branche qui m'opprime. En fait, c'est moi la branche. J'ai créé mon propre régime totalitaire dans lequel je suis à la fois le dictateur et le peuple opprimé, une tyrannie solipsistique parfaite.

Mon nouveau mobilier, tout neuf et tout beau, se moque de moi. Certaines personnes dans les cadres photo me regardent d'un air navré avec leur grand sourire. Ils savent que je suis un imposteur. Je suis assis sur le canapé en cuir et je ne sais absolument pas quoi faire de mon avenir. Tous les scénarios possibles m'intimident, me paraissent insurmontables. Je me laisse aller à un rire nerveux, comme pour me convaincre qu'il y a toujours de l'espoir dans cette situation de détresse. Par la fenêtre, on peut voir des nuages opaques, telle de la poussière de craie qui entache l'atmosphère, comme si quelque chose qui n'allait pas venait d'être effacé, mais n'avait pas encore été corrigé.

Et ces questions qui demeurent : Comment ai-je pu en arriver là ? Quand notre amour a-t-il commencé à battre de l'aile ? Quel en a été le premier signe ?

La vérité est que nous n'avons pas eu un mauvais mariage avec Keri ; nous en avons eu un plutôt bon d'ailleurs. En fait, c'était le problème en quelque sorte : c'était *bien*, mais pas génial. Ou pour être plus précis, Keri était géniale – je ne saurais faire l'inventaire de toutes ses qualités – mais pas moi. Je suis parti à la dérive dans notre relation, mon travail m'empêchant de maintenir le cap d'une relation pérenne.

Quand on sortait dîner, au lieu de discuter de notre journée, de nos centres d'intérêts et désirs, je passais mon temps à pianoter sur mon BlackBerry. Je répondais à mes mails et SMS, focalisé uniquement sur mon SOPR¹⁵ et non sur le moment présent alors qu'une magnifique personne bien réelle se trouvait de l'autre côté de la table.

Sur le chemin retour, j'appelais les gens qui avaient essayé de me contacter pendant le repas. Puis une fois rentré à la maison, j'allais dans mon bureau pour éteindre les prétendus feux de la journée, feux qui existaient essentiellement dans mon esprit agité.

J'ai même travaillé pendant notre lune de miel. Durant notre relation, on ne peut pas dire que j'ai été à l'écoute. Pour parler franchement : j'étais un mari nul à chier. Ce n'est pas que je cherche à m'apitoyer sur mon sort non, c'est simplement la vérité. Après, je n'ai rien fait de mal non plus, mais bon ce n'est pas une raison pour recevoir des louanges.

Au cours de notre mandat de six ans, la situation s'est envenimée peu à peu sans que je ne m'en rende compte, conduisant chacun à s'épanouir de son côté. Nous aurions dû aborder certaines questions – hautement importantes – il y a des années : enfants, objectifs à court et moyen terme, centres d'intérêts, valeurs, croyances, désirs. Mais nous ne l'avons pas fait. Enfin, je ne l'ai pas fait. J'ai évité ces sujets tel un boxeur qui esquive les coups.

Ce canapé n'est pas aussi confortable qu'il n'y paraît. Avec tous ces nouveaux meubles qui ornent mon nouvel appartement, je n'ai pas l'impression de me sentir chez moi. Un peu comme ma vie actuellement : c'est plutôt sympa en apparence, mais au fond on sent qu'il manque quelque chose.

Et là je me pose la question : la situation dans laquelle je me trouve actuellement, est-ce vraiment ce que je souhaitais à dix-huit ans ? Malheureusement oui, c'est exactement ce que je souhaitais : des biens matériels en tout genre, un métier bien rémunéré, une voiture luxueuse, ce style de vie, un succès apparent, bien sûr sans être conscient du coup émotionnel associé. Au premier abord, il n'y a rien de mal à tout cela. Mais je reste quand même sceptique.

¹⁵ S'Organiser Pour Réussir. C'est juste un des nombreux termes de productivité à la con dont les entreprises raffolent.

Les flammes de la consommation sont venues me lécher dès mon plus jeune âge. Quand j'étais enfant, le consumérisme représentait toutes les choses que je désirais ardemment mais que je ne pouvais pas me payer : les jeux vidéos, les vêtements de marque, la belle voiture. Mais au moment où j'ai commencé à acquérir ces choses, je n'ai pas réussi à m'en contenter. En fait, mon seuil de satisfaction n'a fait qu'augmenter, la barre rehaussée d'un cran après chaque nouvel achat, chaque promotion. À l'image du chien de Pavlov, je salivais au bruit des caisses enregistreuses. C'est comme la cocaïne, il en faut toujours plus.

Et maintenant ? Aura-t-il fallu que j'aie en ma possession tous les biens matériels dont j'ai toujours rêvé pour me rendre compte qu'au final ce n'est pas ce que je désire ? Je suis encerclé par les objets, toutes ces choses qu'il fallait que je me procure absolument, toutes ces choses qui étaient supposées me rendre heureux, épanoui, libre. Au bout du compte, j'ai l'impression d'être coincé. Dans mon for intérieur, c'est le chaos complet. Si je me sens si seul, c'est qu'au fond je ne dois être qu'un miséreux. Mais ce ressenti, j'ai vraiment l'impression qu'il est nécessaire. J'ai été insensible pendant si longtemps, et maintenant j'ai enfin l'impression d'être prêt à ressentir quelque chose – même ça, cette douleur intense, cette tristesse qui se déverse en moi.

De l'autre côté de la pièce, il y a un grand miroir sur pied qui réfléchit tous les objets qui m'encerclent. Je peux également me voir dans le miroir, un véritable mangeur de lotus. Cette situation, est-ce vraiment ce à quoi j'ai aspiré toute ma vie ? Non. Bien sûr que non. Et pour la première fois de ma vie, tout paraît clair. J'arrive enfin à voir les pièces du puzzle, et j'ai une idée de comment elles pourraient s'agencer entre elles. La couche opaque s'en est allée. Soudain, j'ai mal ; je ne veux pas de *cette* vie. Je veux quelque chose de différent, une vie mûrement réfléchie, et non cette espèce de cauchemar que l'on m'a vendu sous le nom de rêve américain.

Il n'y a absolument rien de mal à acheter des meubles chez IKEA, comme il n'y a aucun mal à posséder un canapé, une télévision ou je ne sais quel autre bien matériel. Tous ces objets en eux-mêmes ne sont pas le problème. Le véritable problème c'est moi. Le véritable problème c'est que pendant la dernière décennie – les *trois* dernières décennies en fait – je n'ai à aucun moment remis en question ma consommation excessive. Car tous ces pacificateurs deviennent rapidement obsolètes. Un désir est toujours suivi par un autre ; c'est une entreprise sans fin. Le rêve américain, cette petite chose lumineuse aux ailes meurtries, porte donc très mal son nom. C'est comme si l'on avait affaire à une voiture flambant neuve mais dépourvue de moteur. Il y a du sang sur le drapeau, notre sang, et dans notre société actuelle de réussite, de gain, de recherche permanente de la marche supérieure, ce que le rêve américain réussit à faire, c'est de nous rendre gros, endettés, mécontents, et vides, chaque homme seul sur son île, cherchant à combler le manque par l'accumulation d'objets en tout genre.

Beaucoup d'objets. Mon cadre de lit pas encore assemblé est éparpillé sur le sol de la chambre. Ryan a accepté de passer aujourd'hui pour m'aider à le monter de sorte que le matelas ne traîne plus sur le sol. Il n'y a aucun mot sur la notice, seulement une ligne représentant un bonhomme désorienté qui essaye de construire le meuble.

Quelqu'un frappe à la porte, cinq ou six coups retentissent. A travers le judas, j'aperçois Ryan avec son jean délavé, un T-shirt noir, et ses écouteurs. Il est en train de chanter la chanson « She likes girls » (N.d.T. Trad. : « Elle aime les filles ») d'un musicien local du nom de Griffin House. « I've got a girlfriend » (N.d.T. Trad. : « J'ai une petite amie ») chante Ryan à tue-tête de sa voix de baryton, le son étouffé par la porte, « and she does too » (N.d.T. Trad. : « Et elle en a une aussi »). Il appuie sur pause au moment où j'ouvre la porte, et ses yeux bleus deviennent soudainement noirs d'inquiétude quand il me voit. Il enlève ses écouteurs et me demande d'une voix encore un peu chantante mais en même temps préoccupée : « Ça va mon pote, tu tiens le coup ? »

— Rentre donc », je lui répons.

Il rentre puis jette un coup d'œil à l'appartement. La porte se referme derrière lui. « Quand est-ce que tu t'es procuré toutes ces nouvelles choses ? »

De l'autre côté de la fenêtre, une lune d'un blanc éclatant préside dans un beau ciel bleu. Les étoiles sont de sortie, si lumineuses qu'elles rendent les lampadaires obsolètes. Mon lit est assemblé, et je suis à nouveau seul, contemplant le plafond. Ryan est parti depuis longtemps. Au moment de partir, il m'a demandé si on se voyait la semaine prochaine.

« Peut-être. Est-ce que je peux t'appeler demain ? lui ai-je demandé.

— Oui bien sûr, si tu veux, mais je préférerais que tu m'appelles Ryan », m'a-t-il répondu avec un grand sourire niais avant de disparaître.

D'après l'horloge de la table de nuit, il est maintenant 2 heures du matin. Je suis allongé sur le dos, tout est calme, et j'ai l'impression de me noyer dans tous ces maux que j'ai toujours gardés pour moi. Impossible de fermer les yeux. Mes pupilles sont dilatées dans l'obscurité. Je sens la caresse froide de l'impuissance sur ma peau. Quelque chose doit changer. Tout doit changer.

Dans ma chambre à l'odeur de renfermé, mes yeux finissent par se fermer sans mon accord, et je me mets à sombrer, perdu dans l'immensité du monde. Je prends les rêves comme ils viennent, faisant le tri au fur et à mesure qu'ils se présentent, chaque nouveau rêve s'avérant plus réel et plus intense que le précédent. Le plus marquant est un rêve où je suis en voiture sur le

chemin retour du travail – je suis sur une route de campagne entourée de champs recouverts de neige. Un crépuscule nuageux tombe sur le Midwest. J'ai l'impression que le ciel est très proche de la surface de la terre, ce qui provoque en moi un fort sentiment d'angoisse. Je roule beaucoup plus vite que ce que ma voiture ne le permet. Un épouvantail se tient dans l'un des champs, dans l'attente de faire ce pour quoi il a été conçu. La voiture avance d'elle-même sans que je touche à l'accélérateur. Les lampadaires de la route sont tous éteints ce qui m'oblige à me fier à mon instinct naturel en plus des feux de route qui éclairent le trajet. Puis soudain, les phares commencent à clignoter alors que le ciel obscur est en train de gagner sa bataille contre le jour ; je ne sais alors plus où je suis. Mon instinct ne fonctionne plus. L'aiguille du tableau de bord indique que la jauge à essence est vide, mais le voyage dans l'obscurité ne s'arrête pas pour autant. Le plancher de la voiture commence à se déformer. Le terrain change d'un seul coup au moment où j'empreinte une nouvelle route ; impossible de savoir si c'est la bonne direction. Mais que m'arrive-t-il ? J'agrippe alors fermement le volant à deux mains et j'appuie de toutes mes forces sur la pédale de frein, espérant arriver le plus vite possible de l'autre côté. À ma grande surprise, le son du cataclysme ne contient ni de cris perçants, ni de bruits de métal, seulement le bruit du verre qui se brise en désobéissant aux lois de la physique, le verre des vitres volant en éclat avant l'impact, comme s'il avait anticipé la collision. J'aperçois une croix de fleurs sur le bord de la route. Puis tout s'arrête. Dans l'obscurité, quelqu'un m'ouvre la porte. C'est l'épouvantail au chômage. Dehors, le paysage est pour le moins austère ; l'accident a mis le feu aux alentours et le ciel est particulièrement sombre. La lumière d'un des lampadaires clignote, rendant la scène encore plus sinistre. Je ne saurais expliquer comment mais l'avant de la voiture a réussi à s'enrouler autour d'un poteau téléphonique. Le capot ne ressemble plus à rien. De la fumée s'échappe du moteur, s'élevant en direction du lampadaire, puis continuant son ascension au-delà, vers le ciel, les étoiles, et je ne sais quoi dans les cieux qui pourrait être en train d'assister à cet événement. Il fait froid. Je me demande s'il est normal que j'aie si froid. L'épouvantail se tient à côté de moi, à la périphérie des décombres. Sur ton monotone, il me dit : « Vous allez dans la mauvaise direction. » Je ne peux le contredire.

4 || Fenêtres ouvertes

Décembre 2009

Mon ordinateur fait un bruit assez spécial à chaque fois qu'il s'allume. Quelque chose à l'intérieur émet des « clics », puis le ventilateur se met à tourner, et enfin il y a un « bip » comme si quelque chose redémarrait à l'intérieur de la machine. Le mois de décembre est comme un redémarrage pour moi, le moment où la RÉALITE que je connais prend fin pour laisser place à une nouvelle RÉALITE qui est sur le point de naître, le moment où le VIEUX se heurte à la NOUVEAUTÉ, et ce de façon brusque, voire même violente, l'un incapable de se mélanger avec l'autre, l'huile et l'eau, le béton et le verre, un passé qui n'est plus compatible avec le moment présent, la peur et l'excitation nageant ensemble.

À l'autre bout de la pièce, le présentateur météo de la télévision annonce une tempête de neige imminente. Je laisse tout de même la fenêtre ouverte de plusieurs centimètres, espérant ressentir la fraîcheur du monde extérieur et ainsi avoir la confirmation que je suis toujours en vie. Dehors, tout est déjà recouvert. De gros flocons s'empilent les uns sur les autres, le tapis de neige absolvant le monde de ses péchés.

La semaine prochaine, cela fera un an que j'ai reçu l'appel de M'man, un an pendant lequel les choses ont commencé à changer sans que je le sache, un an au cours duquel le temps a commencé à s'écouler différemment, de façon plus réfléchie, remplissant les espaces autour de moi.

On peut entendre Ryan au bout du couloir qui vient tout juste de partir. On a plus ou moins réussi à assembler le buffet, ne faisant qu'une seule (grande, énorme) égratignure¹⁶. Le meuble se trouve victorieusement dans mon dos. Mon ordinateur, placé sur mon bureau, affiche l'écran d'accueil de Windows Vista. Impossible de faire la différence entre ce fond d'écran et la vaste étendue de champs que l'on peut observer quand on part de Fargo en allant vers l'ouest. Mon écran d'ordinateur est un peu une fenêtre montrant la platitude de ma vie ; des mails, des pages web en tout genre, et maintenant ces choses terrifiantes du nom de réseaux sociaux.

¹⁶ Quand Joshua m'a appelé, je pensais qu'il avait besoin d'aide pour construire son nouveau « cyborg ». Vous pouvez imaginer ma déception quand j'ai découvert qu'on allait construire un meuble.

Je me suis récemment inscrit sur Twitter sur un coup de tête¹⁷. Il y a peu, un ami d'ami d'ami – en gros, une personne que je n'ai jamais côtoyée – a tweeté un court message qui a attiré mon attention. Le court communiqué apparaît actuellement sur mon écran, relégué à ses cent quarante caractères de texte : « Voici comment Colin Wright est devenu un minimaliste, a dit au revoir à son ancienne vie, et est parti faire le tour du monde. » suivi d'un lien vers une vidéo. Je ne saurais expliquer pourquoi je me sens obligé de cliquer sur le lien. Je clique donc. « Clic ». Peut-être est-ce parce que je n'ai aucune idée de ce qu'est un *minimaliste*. Peut-être que je cherche n'importe quoi auquel je pourrais m'agripper. Ou peut-être aussi que je perds mon temps.

Après quelques secondes de chargement auxquelles je ne peux échapper, la vidéo démarre. Elle commence par le logo d'une émission matinale de télévision néo-zélandaise, programme qui se déroule dans un cadre lumineux avec des canapés confortables. Des titres défilent et clignotent à l'écran à chaque changement de sujet. Un nom apparaît à l'écran sous le torse d'un beau jeune homme dans sa vingtaine : « Colin Wright : Minimaliste et Voyageur Professionnel ». La caméra opère un zoom arrière pour révéler Colin, un gars du Midwest de vingt-quatre ans, arborant un T-shirt moulant, un bronzage kiwi, des yeux bleus, et une crinière sauvage couleur blond cendré qui occupe une grande partie de l'écran¹⁸. Il est assis en face d'un présentateur dans sa fin quarantaine en costume cravate. La co-présentatrice, une jolie femme blonde vers la fin de la vingtaine, rougit à la simple vue de l'Américain voyageur.

« Cela fait maintenant quelques mois que vous vivez en Nouvelle-Zélande, dit l'animateur à Colin. Quel est votre ressenti jusqu'ici ?

— C'est injustement beau ici. J'ai l'impression que je pourrais activer le mode retardateur de mon appareil photo, le lancer en l'air, et quelle que soit la photo prise, elle pourrait obtenir un prix. » Colin parle de manière calme et spontanée, ce qui a pour effet une écoute attentive de l'auditoire. Il raconte qu'il est passionné de voyages, mais pas n'importe quel type de voyages : l'immersion totale au sein d'une culture, apprendre à vivre comme les locaux en partant de zéro. Et c'est ainsi qu'il change de pays tous les quatre mois ; une fois que la situation devient confortable, c'est le moment de s'en aller, de trouver un nouvel endroit où vivre pour les quatre prochains mois. Mais le hic, c'est que ce n'est pas lui qui choisit la prochaine destination. Ce sont les internautes qui votent pour le prochain pays d'accueil sur son site internet *Exile Lifestyle* (N.d.T. Proposition de traduction : « Mode de vie d'un exilé »). Tous les quatre mois, il fait son

¹⁷ Soyons honnêtes, en retard dans la sphère des réseaux sociaux, Joshua s'est inscrit sur Twitter, Facebook, et, hum, MySpace le même jour.

¹⁸ Bon sang, Millie. Tu n'aurais pas un petit béguin pour les hommes ? Et aussi, « blond cendré » ? Je suis daltonien ou quoi ? J'ai toujours pensé que ses cheveux avaient la couleur de ces lopins de terre que l'on vient de labourer et qui sont exposés au soleil.

sac et saute dans un avion en ne sachant pratiquement rien de sa nouvelle terre d'accueil – un style de vie sexy, fait pour les films ¹⁹.

Je me gratte la tête – littéralement. Je n'ai aucunement l'intention de devenir un écrivain ambulancier qui voyage à travers le monde. Ma vision du voyage c'est plus me rendre à Toledo, pas en Tanzanie. Colin parle de quelque chose du nom de *minimalisme* qui lui permet de vivre sa passion, ce qui m'interpelle quelque peu. Et moi, qu'est-ce qui me passionne ?

« Sur votre site web, il est écrit que vous ne possédez que cinquante et un objets, poursuit le présentateur, surpris. Puis il réajuste sa cravate qui n'a aucunement besoin d'être réajustée.

Je suis également surpris. Cinquante objets ? Je dois en posséder des milliers, peut-être même des dizaines de milliers. Habits, meubles, matériel électronique, outils, ustensiles de cuisine, objets de décoration, œuvres d'art, fournitures de bureau, etc. La liste est sans fin. Et à cela, il faut ajouter tout ce qui est entreposé – des cartons et des cartons de choses que je n'ai pas encore intégrées à mon nouveau domicile dans lequel j'habite depuis un mois. Pour résumer, je possède beaucoup d'objets. Énormément même.

Après une pause, comme pour insister sur ce qui vient d'être dit, le présentateur continue :

« Il paraît qu'il y a en ligne des photos de tout ce que vous possédez, c'est vrai ? »

L'écran affiche alors une photo de Colin assis sur le sol avec toutes ses affaires, des vêtements et des produits d'hygiène élémentaires pour la plupart, mais également quelques appareils électroniques portables comme un ordinateur ou un lecteur MP3.

« Oui, je possède à peu près cinquante objets, dit Colin. Et ils apportent tous un vrai plus à ma vie.

— Mais *cinquante* objets ? répète le présentateur.

— Oui, répond Colin avec un sourire. Mais il s'agit de cinquante super objets.

— N'est-ce pas peut-être un peu trop extrême – seulement cinquante objets ?

— Le nombre, en soi, est arbitraire, il importe peu. Le truc, c'est que je ne possède que ce que je peux emmener avec moi quand je voyage – des choses qui apportent une vraie valeur ajoutée à ma vie.

— Mais alors vous avez un espace de rangement aux États-Unis avec tous vos effets personnels, non ?

— En fait, je n'ai plus rien aux États-Unis. Je me suis débarrassé de tout, même de la paperasse – j'ai organisé une fête à ce propos d'ailleurs.

¹⁹ « style de vie sexy, fait pour les films » sont les mots de Joshua, pas ceux de Colin. Après, c'est vrai qu'ils reflètent pas mal la vérité du fait qu'Hollywood a décidé d'adapter les deux mémoires de Colin.

— Une fête ?

— Oui, j'ai invité quelques amis, j'ai acheté de quoi boire et manger, j'ai lancé un album de Pomplamoose sur la stéréo, et puis on s'est mis à déchirer des années de documents inutiles, tout en scannant ceux dont j'avais vraiment besoin, tout cela pendant que « Beat the Horse » ricochait sur les murs de ma maison. C'était vraiment sympa. Une fête quoi.

— Donc vous vous êtes vraiment débarrassé de tout ?

— C'était le but. Être un minimaliste ne signifie pas seulement de n'avoir que peu de choses sur soi ; c'est vraiment le fait de ne *posséder* que très peu de choses. Car posséder des choses, c'était vraiment un truc qui me stressait, qui m'empêchait de me sentir libre. »

Posséder des choses ? Intéressant. Je n'ai jamais vraiment réfléchi aux conséquences de la possession de biens. Mais c'est vrai qu'en y réfléchissant, je suis aussi stressé par ce que je possède. Je dois m'en occuper de toutes ces choses ; réparer les objets cassés, remplacer ce qui a besoin d'être remplacé, et bien évidemment faire en sorte que personne d'autre ne puisse mettre la main sur MES biens. Beaucoup de travail dans le simple fait d'acquérir et d'entretenir ces multiples biens en effet. Et cela me pèse.

« En fait, il s'avère que le vieux dicton un peu cliché est vrai, continue Colin. Nos possessions nous possèdent. Toutes les choses que je possédais maintenant l'arrièrent de mon esprit en éveil. Je me souviens qu'il m'arrivait de me poser de temps à autre et de penser à toutes ces choses dont j'avais la charge et qui alourdissaient mon existence. Tout ce que je possédais me préoccupait. Je me disais : "Ok, j'ai ça. Maintenant il faut que je passe au niveau supérieur – il faut que je nivelle : j'ai la télé, maintenant il me faut le lecteur de DVD ; j'ai le garage, donc il me faut la belle voiture qui va à l'intérieur." C'est un cycle sans fin, une Guerre froide avec soi-même. »

Un cycle sans fin ? Je n'ai jamais vu les choses de cette façon. J'ai toujours lutté face à quelque chose, courant vers une sorte de ligne d'arrivée imaginaire. Mais que se passe-t-il une fois que je l'ai franchie ? Que se passe-t-il une fois que j'ai accumulé toutes les choses qui correspondent à une ligne d'arrivée spécifique ? Je suis insatisfait, je me mets alors de suite à la recherche de la prochaine ligne d'arrivée.

Le présentateur de l'émission, à la limite de la catatonie du fait de sa stupéfaction, regarde Colin d'un air ahuri. Finalement, il cligne des yeux, desserre sa cravate et déboutonne le premier bouton de sa chemise. « Qu'est-ce qui a fait que vous êtes devenu un minimaliste ?

— Je me suis rendu compte que les biens matériels n'étaient rien de plus qu'un mirage qui empêchait nos yeux de voir la vérité dans le monde qui nous entoure. Mais je n'ai pas toujours eu cet état d'esprit. Jusqu'à l'année dernière, je vivais la vie parfaite – le soi-disant *rêve*. Après l'université, j'ai lancé une agence de design à Los Angeles et j'ai commencé à bosser d'arrache-

pied pour faire grandir mon business, travaillant à la limite du possible, souvent une centaine d'heures, voire plus, par semaine. Et cela marchait vraiment bien. Je me faisais beaucoup d'argent et j'avais tous les biens matériels associés pour le prouver. Mais la seule chose que je faisais, c'était travailler. Je n'avais pas la moindre seconde pour autre chose. »

La co-présentatrice blonde sourit timidement sans raison apparente.

« La chose malheureuse, dit Colin, c'est que mon rêve avait toujours été de voyager. Mais il y avait toujours eu ces choses soi-disant plus importantes qui m'en empêchaient. Comme avoir ma propre entreprise par exemple. Comme grimper l'échelle économique et sociale aussi. Comme mon rêve de faire mon premier million de dollars à vingt-cinq ans. Ce qui me semblait un super plan à l'époque ; quand je regarde en arrière, je me rends compte que ça ne l'était peut-être pas tant que ça. Je pensais qu'il fallait gagner beaucoup d'argent avant de pouvoir voyager. En fait, jusqu'à l'an dernier, mon passeport était vide.

— Intéressant, répond le présentateur sur un ton sec.

— Oui, et bien en fait c'était tout sauf intéressant. Jusqu'à l'année dernière, je voulais gagner un million de dollars – je pensais que cela me rendrait heureux. Il me restait encore quelques années avant mes vingt-cinq ans, et j'avais calculé qu'il y avait de fortes chances que j'atteigne ce but si je maintenais le cap. Mais quand je me projetais un peu dans l'avenir, quand je regardais mon futur, je pouvais voir ce qu'il y avait en chemin. Je ne suis pas voyant, mais j'avais pu observer des entrepreneurs brillants, des gens qui faisaient des choses similaires aux miennes. Ils partageaient tous une chose en commun : ils ne quittent jamais. Une fois que tu t'es fait un million de dollars, un million n'est plus assez. Tu fixes donc le prochain objectif à cinq millions par exemple. Et puis cinquante. Et finalement tu as passé plus de la moitié de ta vie à essayer de gagner de l'argent. Mais pour quoi exactement ?

— Pour quoi, en effet. Et comment avez-vous fait pour changer de vie alors ? demande le présentateur²⁰. Avoir cette prise de conscience est une chose, changer de vie en est une autre.

— Je me suis mis tout de suite à planifier. Je n'étais pas encore totalement sûr de ce que je voulais faire pour remplacer mon but actuel, qui, pendant très longtemps, avait été la lumière à l'horizon. Mais je savais que je ne voulais pas me fermer de porte, et aussi que je voulais voyager. C'est tout ce dont j'étais sûr. Et donc j'ai fait ce que des milliers de gens font chaque jour : j'ai commencé un blog. Je n'en avais jamais eu auparavant, mais j'avais entendu que c'était ce qu'il fallait faire dans mon cas. Pour des raisons apparentes, je l'ai appelé *Exile Lifestyle* (N.d.T. Trad. p. 47) et j'ai décidé que ce serait la source de documentation en ligne de mon nouveau périple, le

²⁰ Je me permets de faire remarquer que, jusqu'ici, seuls le présentateur et Colin parlent ; la co-présentatrice n'a pas prononcé le moindre mot. À croire qu'elle est soit muette, soit que son contrat lui interdit de prendre la parole.

lieu où l'on pourrait venir se renseigner sur les péripéties des futurs voyages que j'avais l'intention de réaliser. Et il s'agissait également de l'endroit où je pourrais raconter publiquement mon changement de vie, du businessman de LA au gars itinérant qui poursuit son rêve de voyager.

— Le voyage était votre catalyseur vers le minimalisme, c'est ça ?

— Après avoir commencé le blog, j'ai commencé à me débarrasser de tout. Je savais que si j'avais l'intention de voyager, avoir plein d'affaires serait un frein. J'aurais pu me procurer un espace de stockage pour entreposer mes biens, c'est vrai, mais je trouvais cela un peu bizarre – stocker plein de choses qui, au final, n'allaient pas être utilisées.

Et puis j'aurais aussi eu à m'occuper de ces choses une fois rentré, ce qui me paraissait plus anxiogène qu'autre chose. Il s'avère que le minimalisme aurait été la solution même si je n'étais pas parti en voyage. Cela m'aurait aidé à me libérer des chaînes du consumérisme.

— Je vois. Quand vous vous êtes finalement lancé, qu'est-ce ce qui vous a fait choisir votre destination de voyage ?

— Je n'avais jamais quitté le pays et je ne savais pas vraiment où aller. J'ai donc demandé à la quelque centaine de gens qui lisaient le blog. J'ai laissé chaque personne voter pour le pays dans lequel je devrais aller et l'Argentine a fait consensus. Le processus de vote s'est tellement bien déroulé que je me suis dit que je devrais peut-être laisser les gens voter pour chacune de mes destinations.

— Et maintenant vous changez de pays tous les quatre mois, et vous laissez toujours les internautes voter quant à votre prochaine destination, est-ce correct ?

— C'est exact. Les lecteurs sont de plus en plus nombreux, mais le procédé reste le même.

— C'est vraiment sensationnel. Mais comment faites-vous pour gagner assez d'argent pour vivre ce style de vie ?

— La chose surprenante est que le blog m'a vraiment beaucoup aidé dans mon métier – mon travail dans le design. Grâce à lui, je me suis fait un large réseau de contacts et aussi pas mal d'argent. Quand j'ai commencé à voyager tout en continuant à bloguer, des gens qui lisaient mon blog ont commencé à dire "J'aimerais vous embaucher", ou encore "Mon entreprise souhaiterait que vous travailliez pour nous." Et maintenant, j'ai un carnet de contacts bien plus intéressant que celui que j'avais à Los Angeles. »

— C'est stupéfiant. Et mis à part le fait de réduire ce que vous possédez à l'essentiel pour vous permettre de voyager, le minimalisme vous a-t-il aidé d'une autre façon ?

— Oui. Il m'a considérablement aidé. Le minimalisme m'a permis d'éliminer les autres distractions de ma vie ; des choses, qui, quand on fait un pas en arrière pour les observer, s'avèrent au final ne pas avoir tant d'intérêt que cela.

— Un exemple ?

— Les relations par exemple. Des relations que je me forçais d'entretenir sans bonne raison. Des mauvaises habitudes aussi. Des activités stupides qui me prenaient du temps, de l'argent, et de l'énergie. Le minimalisme m'a permis d'identifier ces zones grises et de les extraire de ma vie, me permettant ainsi de porter toute mon attention sur ce qui me tient vraiment à cœur. Cela me permet d'apprendre *constamment*, ce qui est super car je n'ai jamais l'impression de stagner. Ainsi, je ne m'ennuie jamais et j'ai toujours l'impression de grandir un peu plus chaque jour. Par ailleurs, du fait que j'aie réussi à me débarrasser de toutes ces affaires, je regarde le concept du bien matériel d'une façon différente maintenant ; je ne suis plus autant attaché aux choses qu'avant. Et cela me permet de prendre plus de risques car je n'ai plus besoin d'acheter toutes ces bricoles qui ne servent à rien.

— Jeune homme, malgré votre jeune âge, vous êtes un vrai sage.

Colin sourit en guise de remerciement.

— Merci de vous être entretenu avec nous aujourd'hui Colin. Pour terminer, auriez-vous un conseil à donner aux gens qui ont peur de s'embarquer sur une route qui diverge du statu quo ?

— Le premier pas est le plus difficile. Il y aura toujours des gens pour te dire : "Mais pourquoi donc veux-tu te lancer là-dedans ?" ou "Très bien, mais es-tu sûr que tu as le profil pour ?", ou encore "Si ce dont tu me parles était vraiment possible – écrire ce roman, ou devenir un entrepreneur, ou partir faire le tour du monde, ou je-ne-sais-quoi – sache que tout le monde le ferait." Il est important de se rappeler que ces personnes quelque peu défaitistes sont des êtres humains. Nous avons tous en nous cette peur tenace due à notre instinct naturel. Rejeter le statu quo a tendance à nous effrayer. Mais dès lors que tu as fait ce premier pas, tu te rends compte à quel point il est terrifiant de vivre une vie dite "normale". Quel risque que d'abandonner la totalité de son existence dans le seul but d'être assimilé au groupe des gens *normaux*. »

La vidéo est maintenant terminée. Une nouvelle fois, j'observe mon appartement *normal* et toutes les choses *normales* qu'il contient. Cela va faire à peu près un mois que j'ai déménagé et il y a toujours des cartons dont je ne me suis pas encore occupé. Et ça m'énerve, bien que je ne sache même plus ce que renferme la moitié d'entre eux vu qu'ils ne sont pas étiquetés. De temps à autre, je m'en occupe d'un ou deux, déplaçant leur contenu vers d'autres espaces de stockage : un placard, un tiroir fourre-tout, une armoire, une étagère, etc. En somme, à un endroit qui me

permet de ne plus avoir à m'en occuper par la suite. Me vient alors l'image des prisonniers du temps passé qui devaient déplacer des pierres d'un bout à l'autre de la cour de la prison, puis effectuer la même action en sens inverse, l'opération ne se terminant jamais. C'est pareil dans mon cas. Quoi que je fasse, les objets qui m'entourent sont toujours là, ils ne partent jamais. Sur moi, ils agissent telle une ancre, et ce dans le mauvais sens du terme.

Au final, peut-être que me débarrasser de mes affaires serait la solution ; peut-être que le minimalisme est ce qu'il me faut. Mais après, je ne suis pas un jet-setter. Je n'ai aucune envie de voyager à travers le monde ; ne posséder que cinquante objets, cela ne m'intéresse pas. Peut-être que le mode de vie de Colin est adapté pour, je ne sais pas moi, des gens comme Colin justement, des gens plus jeunes que moi, des gens de la génération Y qui veulent voyager sans être encombrés, pas des gens comme moi qui ont gravi les échelons de leur entreprise, qui ont prouvé qu'il sont à même d'évoluer dans un monde où règne le statu quo, qui aiment posséder un bureau, un canapé, une table de cuisine, et assez d'ustensiles pour pouvoir recevoir quelques amis chez soi autour d'un bon repas fait maison. Je me demande s'il existe d'autres minimalistes, différents, moins extrêmes.

En un « clic », une nouvelle page de mon navigateur internet s'ouvre et je me retrouve sur la page d'accueil de Yahoo ²¹. Les mots-clés « devenir un minimaliste », « vivre avec moins » et « minimalisme » me donnent respectivement les trois sites web suivants : *Becoming Minimalist* (N.d.T. Trad. : *Devenir un minimaliste*), *Be More with Less* (N.d.T. Trad. : *Avoir plus avec moins*), et *Zen Habits* (N.d.T. Trad. : *Habitudes de vie zen*).

Le site intelligemment intitulé *Becoming Minimalist* a été créé l'année passée par Joshua Becker, un homme marié de trente-quatre ans et père de deux enfants qui vit dans une banlieue de Nouvelle-Angleterre. Il travaille à temps plein pour un organisme à but non lucratif et donne une autre vision du minimalisme.

« Je pense que mon message est assez simple, dit-il. Il y a plus de joie et d'épanouissement quand l'on se contente de *peu*, que lorsque l'on en veut toujours plus. »

Ces mots sonnent plutôt plats au premier abord, mais ils ne sont en aucun cas banals. Dans ses propos, Joshua Becker a un ton de voix calme et honnête, il a l'air d'être quelqu'un de sincère.

²¹ Tu utilisais encore Yahoo en 2009 ? Pourquoi ne pas tout simplement faire une recherche sur DogPile ou Ask.com ?!

« Malheureusement, dès notre plus jeune âge, on nous enseigne exactement l'inverse. Chaque jour de notre vie, on a entendu dans chaque publicité – les trois mille publicités auxquelles on est exposé chaque jour à la télévision, à la radio, dans les magazines, sur les panneaux d'affichage et sur Internet – qu'il fallait que l'on cherche à en avoir plus, et qu'ainsi nous serions plus heureux, plus satisfaits. On nous a dit qu'il fallait travailler dur, gagner beaucoup d'argent, et ce afin de pouvoir se payer des maisons plus grandes et plus confortables, des nouvelles voitures, les derniers habits à la mode, les jouets les plus populaires (par ex., les dernières innovations technologiques), etc., et que, quelque part, le fait d'accumuler toutes ces choses rendrait nos vies plus heureuses. Mais nous savons tous que ce n'est pas vrai. Nous savons tous que le bonheur n'est pas lié à ce que l'on possède. Mais comme on nous ressasse ce mensonge depuis si longtemps, on se met à y croire, tout simplement. Et cela a un impact important sur nos vies. »

Je pense alors à ma carrière et me rends compte immédiatement que c'est tout à fait vrai. Je dirige pleins de magasins, et mon but n'est ni plus ni moins que de créer de la demande. Pour nous autres Américains, on est passé d'une consommation en fonction de nos *vrais* besoins à une consommation forcée. Il m'est difficile de trouver le moindre argument allant à l'encontre de cette vérité. Mais pourquoi personne ne semble vouloir mettre fin à ce cycle ?

« J'aimerais vous parler un petit peu de ma vie, continue Becker, pour vous expliquer comment ma famille et moi-même en sommes arrivés au point où nous sommes aujourd'hui. » Il est maintenant clair qu'il s'adresse à un petit nombre de personnes, peut-être dans une église. « Paraît-il que l'insatisfaction est la meilleure graine qui soit pour provoquer le changement dans nos vies. Dans ma famille, nous avons deux sources d'insatisfaction. La première, j'en étais parfaitement conscient, et la seconde, je n'arrivais pas vraiment à mettre le doigt dessus jusqu'au week-end du Memorial Day de 2008.

La première source d'insatisfaction était la gestion de nos finances. Ce n'est pas que je ne gagnais pas *bien* ma vie, mais je n'étais jamais satisfait quant au fait que nous étions toujours ric-rac d'un mois sur l'autre. Si l'un de nous venait à perdre son emploi, s'il y avait une grosse dépense à effectuer pour la maison, ou si quelqu'un devait subir une opération d'urgence, cela aurait été le désastre. Par ailleurs, je n'étais jamais heureux de la façon dont je dépensais mon argent, jamais heureux de là où il allait. Je n'étais jamais capable de venir en aide aux gens dans le besoin.

La deuxième source d'insatisfaction dont je n'avais pas pleinement conscience bien que je sentais que quelque chose n'allait pas, était ce sur quoi je focalisais toute mon énergie. Celle-ci était orientée vers les biens matériels que je possédais et non vers mes proches. Au fond de moi,

il y avait cette envie de passer plus de temps avec ma famille, mes amis, et mes autres connaissances, mais mes possessions matérielles m'en empêchaient toujours.

Je mets l'enregistrement sur « pause ». Combien de relations ma quête de possessions matérielles avait-elle ruinées ? Et tout aussi triste, combien de relations potentielles – nouveaux amis, voisins, membres de ma communauté – avais-je manqué en amassant mes petits trésors ? Il est impossible de connaître le chiffre exact, mais je suis sûr qu'il est assez élevé. L'audio redémarre : « Ma source de mécontentement et la solution qui l'accompagne, m'est apparue parfaitement claire lors du Memorial Day de 2008, journée qui a changé ma vie. Le printemps est connu pour son fameux grand nettoyage. Comme tout le monde, j'ai donc décidé de m'attaquer aux piles d'objets qui traînaient dans le garage pendant que ma femme Kim s'occupait de l'intérieur de la maison. Je ne sais pas trop pourquoi, mais je m'étais dit que Salem, mon fils de six ans, trouverait cela amusant de m'aider. Je me suis dit que l'on aurait un de ces petits moments père-fils.

Le matin en question, nous nous sommes levés tôt et nous avons commencé à tout sortir du garage. J'ai demandé à Salem de s'occuper des jouets. Il a alors sorti un ballon de basket et un ballon de foot, puis il a pris la balle de baseball et la batte et est parti dans le jardin en arrière, en m'appelant pour que vienne jouer avec lui. "Non, je ne peux pas." lui ai-je répondu. "Il faut d'abord que je finisse ce travail."

Ce chantier a bien sûr pris plus de temps que prévu. Après quelques heures passées à nettoyer et réorganiser la pièce, j'ai remarqué que notre voisine Joan était elle aussi en plein nettoyage de printemps. Elle a remarqué que je m'attelais au rangement du garage alors que mon fils était dans le jardin à me supplier de venir le pousser sur la balançoire. En voyant les objets en tous genres qui jonchaient l'allée menant au garage, elle m'a dit sur un ton sarcastique : "Les joies d'avoir une maison." J'ai alors haussé les épaules, soupiré, puis lui ai répondu : "Et oui, vous savez ce qu'ils disent, plus on possède de choses, plus on a de choses qui nous possèdent." Je pensais avoir compris le sens de ce proverbe. Mais après réflexion, j'ai réalisé qu'il s'agissait d'une phrase toute faite à laquelle je n'avais jamais vraiment réfléchi.

Ma voisine s'est alors redressée un peu plus et m'a dit : "Oui, c'est pour cela que ma fille est une *minimaliste*. Elle me répète sans cesse que je n'ai pas besoin de toutes ces affaires." Elle a alors mis son pouce par-dessus son épaule pour indiquer sa maison et toutes les affaires qui se trouvaient à l'intérieur. J'ai alors regardé la mienne, puis mon regard est revenu se poser sur toutes les choses que j'étais sur le point de continuer à organiser pendant encore plusieurs heures. Je me suis alors dit, une *minimaliste* ? Hum. Je ne sais pas trop ce que c'est, mais l'idée commence à me plaire. »

(Oui, à moi aussi).

« Il fallait que j'en apprenne plus. Je me suis alors précipité à l'intérieur de la maison et j'ai trouvé ma femme qui nettoyait la salle de bains. Je l'ai alors mise au courant de ma conversation avec la voisine. Elle a levé les yeux et m'a dit : "Minimaliste ? Hum... Le concept me plaît. Pourquoi n'irais-tu donc pas te renseigner un peu plus ? " C'était tout ce que je voulais entendre. J'ai alors allumé l'ordinateur et j'ai commencé ma recherche sur le minimalisme. »

(Tiens donc, cela m'est étrangement familier).

« Après avoir mis de côté ce qui concernait l'art et les habitations minimalistes, j'ai alors découvert ce qui semblait être un monde entièrement nouveau qui s'ouvrait sous mes yeux – tous ces gens venant de tout le pays, et même du monde entier, qui ont pris la décision délibérée de vivre uniquement avec ce qu'ils jugeaient utile, se débarrassant ainsi de tout le superflu.

Au jour d'aujourd'hui, ce que j'ai découvert c'est que chaque personne qui adopte ce mode de vie simplifié a sa vision propre du minimalisme. Le style de vie est différent quand on a vingt ans et que l'on est célibataire que quand on est, disons, un gars de banlieue avec un métier, une femme et des enfants. Après, même s'il y a des différences, un thème commun demeure : tous chantent les louanges du minimalisme, expliquant à quel point ce style de vie a un effet libérateur, réduisant la dose de stress quotidien et augmentant ainsi le niveau de bien-être moyen. »

La prochaine étape de mon aventure est le site web *Be More With Less* fondé par Courtney Carver, une heureuse mère de famille de quarante ans qui vit dans l'Utah avec son mari et sa fille adolescente. Tout comme Becker, Courtney a une histoire bien spécifique. En 2006, elle s'est faite diagnostiquer une sclérose en plaques, maladie qui a eu un fort impact sur sa vie. Toutefois, elle n'a pas baissé les bras et n'a pas laissé la maladie définir la personne qu'elle était. A ce propos, il serait impossible de savoir qu'elle souffre de la sclérose en plaques si elle ne parlait pas ouvertement sur son site des leçons tirées de ce diagnostic qui a bouleversé sa vie.

En plus de *Be More With Less*, Courtney s'occupe également du *Projet 333* (N.d.T. En anglais : *Project 333*), un défi vestimentaire minimaliste qui invite les gens à s'habiller avec trente-trois vêtements ou moins pendant trois mois (d'où le nom). Après m'être renseigné un peu plus en détails et avoir lu les comptes rendus d'expériences de différentes personnes ayant participé au projet, je trouve intéressant, bien que pas vraiment surprenant, que littéralement des milliers de personnes – des femmes *et* des hommes – aient tiré un bénéfice immense quant au fait de réduire considérablement le volume de leur garde-robe, réduisant ainsi leurs possessions vestimentaires à l'essentiel.

Courtney pose une question toute simple en page d'accueil de son *Projet 333* : « L'idée de vous habiller le matin avec facilité vous tente-t-elle ? »

Je jette un œil à mes deux espaces de rangement d'habits, un grand dressing ainsi qu'une armoire, qui sont tous deux pleins à craquer. S'y trouvent une douzaine de costumes sur mesure Brooks Brothers, une demi-douzaine de chaussures Allen Edmonds, soixante-dix (oui, soixante-dix : un sept et un zéro) chemises ajustées Brooks Brothers, cinq tiroirs pleins de maillots de corps et de T-shirts, des douzaines de chemises à col boutonné au style « décontracté », deux douzaines de jeans, huit pantalons kaki, trois chapeaux²², trois paires de chaussures de sport, quelques T-shirts usés pour faire des travaux, onze shorts, sept paires de chaussures de ville, une ribambelle de chaussettes, et des boîtes vides. Et je ne vous ai pas encore parlé de ma penderie dans laquelle se trouvent deux, trois (voire même peut-être quatre) vestes légères, un manteau en duvet pour l'hiver, une veste en duvet du même style que le manteau, une grosse parka doublée de fourrure, trois pardessus, deux longs manteaux imperméables, deux vestes en cuir, trois cabans en laine, un panier rempli d'écharpes et autres gants...

« Vous pensez peut-être que faire une petite mise à jour de votre garde-robe est quelque chose de trop difficile, dit le *Projet 333*, ou que le fait de s'habiller avec seulement trente-trois habits est extrême. Et bien, pas le moindre du monde. Au contraire, c'est facile, mais aussi amusant, libérateur et en plus c'est la classe. »

D'habitude, je suis plutôt fier de ma garde-robe surdimensionnée à la Steve McQueen. Mais là, alors que je regarde l'abîme de coton/laine/cuir qui se trouve devant moi, je me sens embarrassé par tout cet excès. McQueen n'était pas élégant car il avait deux armoires pleines à craquer ; il était élégant car c'était une personne simple et sûre d'elle. Comme le dit avec éloquence le site web de Courtney : la simplicité est le nouveau noir²³.

Le troisième site que je regarde est *Zen Habits*, qui s'avère être un site web très populaire pour ce qui est de la recherche de la simplicité dans le chaos quotidien de nos vies respectives²⁴. Créé par Leo Babauta, un homme de trente-six ans originaire de Guam qui vit actuellement à San Francisco avec sa femme et ses *six* – oui, six – enfants, *Zen Habits* partage des méthodes simples pour se défaire du superflu quotidien. Le site permet aux gens de se focaliser sur ce qui est important pour eux, et ainsi de trouver le bonheur. Étonnamment, sur les quatre sites fascinants

²² Je ne t'ai jamais vu porter de chapeau.

²³ Quand on part en tournée pour la promotion de livres, on reconnaît tout de suite les membres du public qui expérimentent le *Projet 333* : à chaque fois, ce sont les mieux habillés de la salle. La simplicité a toujours beaucoup d'élégance, même s'il s'avère qu'elle n'est jamais à la mode.

²⁴ *Populaire* est un euphémisme. *Zen Habits* est le blog le plus visité selon le magazine *Time*.

dans lesquels je viens de sauter tête baissée, c'est la vie de Leo qui ressemble le plus à la mienne (sans les enfants adorables bien sûr). Tout comme moi, par le passé Leo était lui aussi un rouage du monde de l'entreprise en surpoids, stressé, en mauvaise santé, en manque d'inspiration, et qui a également fini par divorcer (il est maintenant remarié). Il avait un travail qu'il n'aimait pas, et vivait une vie qui, sous bien des aspects, ne lui convenait pas ; l'insatisfaction faisait partie de sa vie. En bref, il n'était pas heureux. Tout. Comme. Moi.

Mais aujourd'hui Leo est un homme plus simple, un homme qui a fui la société de consommation forcée et qui vit désormais pleinement sa passion qu'est l'écriture.

Plus tôt dans la journée, je m'étais posé la question suivante : Qu'est-ce qui me passionne dans la vie ? Il est triste que j'aie à me poser la question, ce qui montre que je n'ai jamais vraiment pris le temps d'y réfléchir jusqu'à maintenant. J'ai l'impression que notre culture est bien trop focalisée sur « Qu'est-ce que tu fais dans la vie ? » et pas assez sur « Qu'est-ce qui te passionne ? » La plupart du temps, ces deux questions donnent des réponses radicalement différentes. Pour ma part, ce que je fais pour gagner un salaire – ma réponse toute faite étant « Je suis l'un des directeurs de Broadspan » – n'a aucun rapport avec ma passion.

Contrairement à Colin, je ne suis pas passionné par les voyages. Cela ne m'intéresse pas vraiment. En revanche, tout comme Leo, je suis épris d'écriture. Depuis que j'ai vingt-deux ans, j'écris des pages et des pages de fiction. J'aime parler de la condition humaine, abordant le concept de vérité à travers l'expérience des sens.

Cependant, je ne suis pas un écrivain né. En fait, je suis plus proche du joueur de basket né que de l'écrivain né. J'ai lu mon premier livre à l'âge de vingt-et-un ans. Non, je ne vous mens pas : j'avais vingt-et-un ans quand j'ai lu mon premier livre, *The Great Gatsby* (N.d.T. Trad. : *Gatsby le Magnifique*), d'une seule traite. Par contre, je mesurais déjà un mètre quatre-vingt-neuf à l'âge de treize ans, le basket me paraissant alors quelque chose d'assez naturel à l'époque. Mais avec les années, mon corps n'a pas continué à grandir et ma technique de dribble ne s'est pas améliorée, le basket devenant alors une activité de moins en moins naturelle ²⁵.

Plusieurs années plus tard, après avoir découvert le monde de la littérature, j'ai su que je voulais y avoir ma place. À vingt-deux ans, je savais que je voulais devenir écrivain, et je savais également que si je produisais de la littérature de qualité, je pourrais potentiellement en vivre. Quand ils sont de qualité, les textes littéraires sont les seules créations à ma connaissance qui permettent de transmettre cette émotion si particulière entre l'auteur et ses lecteurs, émotion de bien meilleure qualité que celle qui émane des productions hollywoodiennes, ou même de la bonne musique. C'est cet échange si particulier qui a attiré mon attention au moment où je

²⁵ Te casser une vertèbre lors de notre première année de lycée ne t'a pas non plus aidé.

cherchais quelque chose de plus dans ma vie. Il s'agissait d'une échappatoire à toutes ces heures passées à travailler ; et c'est cet échange qui fait que je suis toujours autant captivé par l'écriture.

Malheureusement, je n'ai pas de don naturel pour écrire. En fait, mes débuts se sont même avérés plutôt laborieux. Je n'y connaissais rien – mais vraiment rien – en ce qui concerne la grammaire, la syntaxe et autres. Je pouvais à peine former une simple proposition qui ait du sens, et alors encore moins une belle phrase qui exprime la moindre émotion qui soit.

Cela dit, la majorité de ce que l'on sait dans la vie n'est pas inné. Une décennie passée dans le monde de l'entreprise m'a appris que la progression individuelle est très peu liée à l'inné. Si l'on veut progresser dans quelque chose, cela requiert de la pratique, voire même du dévouement. Dans une certaine mesure, il faut réussir à développer une obsession saine pour son activité.

Malheureusement, « ce que je fais dans la vie » m'empêche de me consacrer à « ce qui me passionne » car je ne peux pas allouer le temps que je voudrais à cette obsession saine nécessaire pour nourrir ma « passion ». Durant les sept dernières années, j'ai été ce qu'on pourrait appeler « une personne qui aspire à devenir écrivain », ce qui en réalité signifie juste que je n'ai pas écrit tant que cela ; j'ai plus aspiré que transpiré si vous voyez ce que je veux dire. Après, bien sûr, j'ai écrit des choses ; quelques histoires à la va-vite dont je suis assez fier (et bien d'autres dont je ne le suis pas), commencé deux romans qui n'ont mené nulle part, et même commencé un troisième en fin d'année dernière quand j'ai appris que ma mère avait un cancer, un long texte du nom de *As a Decade Fades* (N.d.T. Proposition de traduction non littérale : *Dix ans de ma vie*) qui m'a permis de faire face à ce lourd chagrin. Mais encore faut-il que je mette de l'ordre dans toutes ces pages pour obtenir quelque chose qui tient la route. Pendant toutes ces journées interminables à faire « ce que je fais dans la vie », et à observer le monde qui m'entoure s'effriter peu à peu, je n'ai pas porté assez d'attention à ce qui me passionne vraiment dans la vie. Je n'ai pas fait de l'écriture une *priorité*. Je ne me suis pas dit « je *dois* écrire », mais plutôt « il *faudrait* vraiment que j'écrive ». « Il faudrait vraiment que j'écrive », telle est la phrase que je me ressasse sans arrêt. Il faudrait, il faudrait, il faudrait. Impossible de me souvenir du nombre de fois où je me la suis répétée. Ah, l'usage du conditionnel et moi...

Il me semble qu'il y a deux raisons qui expliquent ce phénomène de déséquilibre entre travail et passion, cette épidémie du déséquilibre.

Tout d'abord, la question « Que fais-tu dans la vie ? » est endémique dans notre culture. La plupart du temps, c'est la première chose que l'on demande aux personnes que l'on vient de rencontrer. En surface, cette question paraît banale. Il s'agit de six petits mots serviles qui permettent de démarrer une discussion.

Mais soyons réalistes : la majorité des réponses sont des plus ennuyeuses. On a tous notre petite phrase bien pensée et prête à être servie que l'on va ressortir avec plaisir au prochain dîner, événement de réseautage, ou je ne sais quel autre événement : « Je suis le directeur des opérations pour X », ou « Je suis un manager régional pour Y », ou « Je suis le vice-président directeur de telle entreprise dont tout le monde s'en fout... » Et hop, abracadabra. Je suis content, tu es content, et maintenant on peut passer à autre chose.

Mais la vérité est que l'on régurgite ces réponses toutes faites encore et encore car elles ne requièrent aucun effort. Personnellement, je le fais, je ressors toujours la même cassette, et je vois plein d'autres gens le faire autour de moi chaque jour. Personne ne souhaite parler de sa journée de travail ennuyeuse, mais par contre aucun souci pour ressortir son nom, son rang dans l'entreprise, et son numéro de série ; c'est facile de montrer que l'on est un rouage de la machine ou un barreau de l'échelle – comme tout le monde. En revanche, il est bien plus difficile de parler de sujets de vie plus importants, plus riches. Donc à la place d'introduire ces sujets de discussion plus profonds, on se contente de répéter toujours le même refrain, répondant à cette question maléfique.

Réfléchissons un instant à cette question : *Que fais-tu dans la vie ?* En réalité, la question est tellement vaste que *n'importe quel type* de réponse conviendrait. Qu'est-ce que je fais dans la vie ? Et bien, je fais pas mal de choses : je bois de l'eau, je mange divers types de nourriture, j'écris des mots de façon négligée sur des petits blocs-notes de couleur jaune, etc. Mais en fait si l'on gratte la petite couche de doré qui enveloppe la question, on découvre alors une véritable inquisition. Quand on pose cette question, ce que l'on veut vraiment savoir, consciemment ou inconsciemment, c'est : *Comment gagnes-tu ta vie ? À combien s'élève ton salaire ? Où te places-tu sur l'échelle économique et sociale ? Et moi, sur cette échelle, où suis-je placé par rapport à toi ? Suis-je situé sur un barreau supérieur de l'échelle ? Inférieur ? Que devrais-je penser de toi ? Est-ce que tu vaux vraiment la peine que je te parle ?*

Il faut vraiment que je change ma façon de répondre à cette question.

Quant au deuxième aspect de cet étrange phénomène de déséquilibre travail/passion, il est tout aussi dangereux : pendant de nombreuses années, j'ai confondu la *passion* avec l'*enthousiasme*. Ce que l'on ressent quand on est vraiment passionné par quelque chose est un sujet qui est peu abordé. On suppose souvent que, si l'on est enthousiaste vis-à-vis d'une activité, il se peut que l'on soit passionné. Mais cette hypothèse s'avère fausse la plupart du temps. Il est facile d'être brièvement enthousiasmé par quelque chose – une idée, un projet, un nouveau poste – et donc de penser que nous sommes passionnés. Mais cet enthousiasme diffère de la passion

profonde qui motive et comble les gens sur le long terme. L'enthousiasme est quelque chose d'éphémère ; il diminue quand les temps sont durs, quand le travail commence à se complexifier, voire même à devenir une corvée. La vraie passion, en revanche, voit le jour après que l'on ait investi les longues heures nécessaires qui permettent de devenir un artisan qualifié. On dispose alors d'une palette de compétences que l'on peut exploiter par la suite pour gagner en autonomie et en respect, pour avoir un impact sur son environnement, et pour modeler et contrôler sa destinée.

La passion n'a donc rien à voir avec l'inné ; il s'agit de quelque chose que l'on cultive. Penser que les mots *enthousiasme* et *passion* sont synonymes n'est simplement pas vrai, et croire en ce mensonge ne le fait pas devenir plus vrai pour autant. Dans la vie, quelque que soit la compétence visée – que ce soit savoir faire de l'exercice, de la danse de salon ou écrire – celle-ci requiert de passer par une période de dur labeur avant de pouvoir goûter au plaisir de ce qui se trouve de l'autre côté.

Les gens évitent souvent la vérité par peur de détruire les illusions qu'ils se sont créées. Jusqu'à maintenant, je me suis servi de ce dicton uniquement dans le monde des affaires – pour une récompense monétaire – mais jamais pour une activité telle que l'écriture, activité qui est beaucoup plus en phase avec mes centres d'intérêts, mes valeurs et mes croyances. En étant totalement honnête avec moi-même, je pense que je n'ai pas passé le temps suffisant pour vraiment m'améliorer dans la nouvelle profession que je souhaite exercer ; je n'ai pas assez travaillé pour devenir un bon artisan, pour devenir l'écrivain que je souhaite devenir. À la place, je n'ai fait qu'aspérer, gribouillant par-ci par-là à chaque fois que l'envie d'écrire me prenait – ce qui arrive souvent. À chaque fois, j'ai une idée qui me démange, qui résonne en moi si profondément que je me dois de prendre un stylo pour la retranscrire avec vigueur et excitation sur une feuille. Mais mon enthousiasme se dissipe à chaque fois que je me heurte à la première haie, me rendant alors compte du long chemin d'embûches qui m'attend. Quand le travail commence à se complexifier, j'ai tendance à jeter l'éponge.

Mais les embûches sont inévitables. Écrire n'est pas quelque chose de facile. Et *bien* écrire est quelque chose d'encore considérablement plus épineux et complexe. Et qui souhaite faire quelque chose de difficile quand il a la possibilité de remplir ses journées à s'occuper avec des activités passives beaucoup moins coûteuses intellectuellement ? Ces activités passives – qui sont en gros toutes celles qui me permettent d'éviter de travailler – sont faciles à faire. Il n'y a presque aucun effort mental à fournir quand on allume sa télévision et que l'on se laisse bercer par le flot d'informations qui en ressort.

Et il n'y a rien de fondamentalement mal à ces petits plaisirs éphémères. La télévision, Internet, et toute autre activité passive ne posent aucun problème à faible dose. Mais le problème c'est qu'il n'y a pas de récompense à long terme à toute cette passivité, seulement un ventre à bière et une existence vide, suis-je en train de penser alors que je suis assis devant mon poste de télévision, dont la lumière se réfléchit sur les murs du salon.

On souhaite tous faire quelque chose de sa vie. Pour ma part, pour arriver à devenir l'écrivain que je souhaite, il va me falloir trouver des façons de rendre le travail ingrat plus plaisant et de m'y tenir chaque jour, quelque soit les résultats produits. Et il va falloir que je sois prêt à accepter la douleur avant de pouvoir goûter au plaisir des progrès accomplis. Cela va prendre du temps, de la discipline et une réorganisation de mes priorités. Une vraie, pas une réorganisation de façade. Ecrire a pu être une priorité officielle durant la majorité de ma vingtaine – après tout, j'ai vraiment, vraiment voulu écrire – mais cela n'a jamais été une *vraie* priorité. La réalité de mon train-train quotidien est que la plupart des tâches banales mangent une grande partie de mon temps : Regarder mes mails. Faire l'idiot sur Internet. Regarder la télévision. Remplir des rapports. Quoique je puisse dire, ce sont les activités que je viens de citer qui sont mes vraies priorités.

J'ai toujours prétendu que mes priorités étaient nobles, comme passer du temps avec ma famille, faire de l'exercice, ou réussir à dégager assez de temps pour pouvoir m'exercer à l'écriture. Mais ce n'est absolument pas le cas. Jusqu'à ce que je mette vraiment ces activités au premier plan, jusqu'à ce que je fasse en sorte que ces projets soient intégrés à ma routine quotidienne, je ne peux en aucun cas affirmer qu'il s'agisse de mes vraies priorités.

Mais les choses vont changer. Et ce à compter d'aujourd'hui. Mes priorités sont les activités que j'exerce en permanence, les petites tâches qui permettent de déplacer les aiguilles des minutes et des secondes de l'horloge un peu plus chaque jour. Ce sont *ces* efforts à fréquence circadienne qui sont mes priorités. Et tout le reste passe au second plan.

Je ressens au fond de moi que la voie sur laquelle je me trouve actuellement n'est pas la bonne. A l'image de Colin, Courtney, Becker et Leo, peut-être que le minimalisme pourrait m'aider. J'envisage ce concept non pas dans une logique de privation, mais comme un moyen qui pourrait me permettre de me débarrasser du superflu. Faire le ménage dans ma vie pourrait m'aider à retrouver le droit chemin. Jusqu'ici, j'ai juste attendu que les choses changent d'elles-mêmes, qu'elles s'améliorent comme par magie, espérant que la chance allait bientôt me sourire. Mais simplement attendre et ne jamais passer à l'action ne me satisfait plus dorénavant ; il faut que j'agisse. Je sais que je vais sûrement échouer dans mon entreprise, mais il est bon de chuter

de temps à autre – passer par un processus d'essais-erreurs permet de trouver la solution au problème.

J'éteins mon ordinateur et regarde par la fenêtre. Il fait nuit maintenant et la seule chose que je peux voir est mon reflet dans la vitre.

5 | | L'Être robuste avance lentement

Juin 2010

Le trajet en métro s'est avéré plutôt calme. C'est une agréable surprise. Bon, bien sûr je me rends compte du silence paisible une fois sorti du wagon de la ligne J. J'approche maintenant de Times Square, nageant énergétiquement contre le courant des passants et le flux de lumière électrique qui se déverse sur moi. Tout ce qui m'entoure a l'air caféiné.

J'ai l'impression d'être arrivé au pays des morts. Malgré le dynamisme de la ville et le tumulte qui en découle, les gens ne parviennent pas à sortir de leur tombe. On peut voir des têtes penchées, des visages perdus dans leur écran lumineux, la technologie transformant les piétons en morts-vivants. Les lumières alentours se propagent dans la chaleur de la mi-journée. Elles clignent, rebondissent, dansent autour de moi ; écrasantes, sans pitié, elles aspirent l'air pollué et recrachent leurs émanations fluorescentes. Un véritable arc-en-ciel de lumière cérébrale rivalise avec le soleil au-dessus de ma tête. Je suis à la recherche de Colin Wright.

Cette année, le soleil estival de New York tape fort – le thermomètre indique trente-huit degrés – et l'air est gorgé d'eau. On est samedi, une semaine avant mon vingt-neuvième anniversaire. Je suis arrivé mercredi pour le boulot, mais j'ai déjà l'impression d'avoir passé une semaine à travailler après seulement quatre jours passés dans cette ville. Mon quotidien est devenu de plus en plus paisible ces derniers temps. Je viens de passer les six derniers mois à simplifier ma vie, à ne garder que l'essentiel de mes affaires. Le processus prend du temps. Au jour d'aujourd'hui, je me suis débarrassé d'une grande partie de mes biens, peut-être quatre-vingts pour cent, peut-être plus. J'ai éliminé l'excès en jetant un peu chaque jour, mais aussi en faisant des donations à des œuvres caritatives ou en vendant sur eBay.

J'ai commencé sur un rythme assez bas. Je me suis dit : *Si tu te débarrassais d'un objet chaque jour – seulement un –, et ce pendant un mois, que se passerait-il ?*

Résultat : au final je me suis défait de bien plus de trente objets. Bien, bien plus. Mettre le doigt sur les choses qui ne me sont d'aucune utilité est même devenu une sorte de défi personnel. J'ai fouillé les chambres, armoires, meubles et autres couloirs de l'appartement, ainsi que la voiture et mon bureau, à la recherche d'objets dont je pourrais me séparer, ne gardant que ceux dont j'ai vraiment besoin.

Pour chaque artefact de mon appartement, je me suis posé la question : *Est-ce que cette chose apporte une plus-value à ma vie ?* Je me suis rendu compte qu'une fois que l'on s'est pris au jeu et que l'on a commencé à ressentir les bénéfices de cette extraction du superflu, embrasser le minimalisme s'avère de plus en plus facile jour après jour. Plus on simplifie, plus on se sent libre, joyeux et léger, ce qui nous pousse alors à continuer sur notre lancée. Quelques chemises se transforment souvent en la moitié d'une armoire. Quelques DVD sont souvent suivis par une flopée de disques. Quelques objets de décoration tracent le chemin vers les fameux tiroirs fourre-tout, qui après nettoyage redeviennent de simples tiroirs. C'est un cycle très plaisant. Plus on agit, plus on a envie d'agir.

Cependant, je ne me suis pas contenté de me débarrasser de l'excès. Non, non, non. Pour autant que je sache, se débarrasser uniquement du superflu est une sorte de farce, une mode qui nous est promulguée à la télé et sur les couvertures de magazines galvaudés sous forme de sujets tels que « 67 façons de remettre en ordre sa maison... ». Mais ce que l'on ne nous dit pas, c'est que se débarrasser du fouillis ne résout pas le problème, pas sur le long terme en tout cas. Se demander comment se défaire de ce fouillis, c'est seulement répondre au *comment* du problème, mais pas au *pourquoi* ; la méthode, mais pas la raison initiale ; le *comment faire*, mais en aucun cas le *pourquoi le faire*, question qui est significativement plus importante. Le *comment* est relativement simple. On sait tous plus ou moins comment faire pour jeter quelques babioles et « s'organiser » un peu plus. Mais cet aspect fait partie d'un problème bien plus grand. À la place de « m'organiser », j'ai décidé que j'allais me mettre à considérer l'organisation comme un vilain mot, quelque chose de vulgaire et sournois qui nous empêche de vraiment simplifier nos vies.

Nos télévisions voudraient nous faire croire qu'il y a actuellement un conflit quant au continuum de la consommation, un conflit entre les entasseurs compulsifs d'un côté et entre les professionnels de l'organisation de l'autre. Depuis nos canapés, il est difficile de voir qui l'emporte. Cependant, j'aimerais avancer l'idée que ces deux types d'acheteurs se trouvent en fait du même côté de l'échiquier, de mèche pour un objectif commun : l'accumulation de biens. D'un côté – les entasseurs compulsifs – exposent leurs accumulations au grand jour, ce qui nous permet de facilement les pointer du doigt. Soyons honnêtes, à chaque fois que ce type de gens passe à la télé, on se dit tous : « Je suis content que ma maison ne ressemble pas à cela. » De l'autre côté – les organisateurs sournois – sont plus secrets, plus méthodiques quand il est question de l'accumulation de biens. Mais regardons les choses en face, ces personnes organisées ne font ni plus ni moins que de l'accumulation compulsive bien planifiée.

Les deux faces du puzzle – les entasseurs et les organisateurs ingénieux – ont des pratiques d'accumulation différentes, mais le résultat n'est pas sensiblement différent au final.

Que ce soit le bazar complet d'un mur à l'autre de la maison ou qu'il y ait un code couleur et alphabétique pour camoufler le tout, on ne traite toujours pas du vrai problème. Peu importe à quel point on est organisé, il faut continuer à s'occuper de ses biens, à trier et nettoyer ses petites affaires avec minutie. En revanche, quand on se débarrasse de la surabondance de biens, on peut alors faire de la place pour des aspects bien plus importants de la vie. Dit d'une autre façon : je peux maintenant passer mon temps à me focaliser sur ce qui est vraiment important – la santé, les relations, l'écriture – à la place de réorganiser une nouvelle fois mon sous-sol. Une fois que l'excédent a été supprimé, rester organisé devient bien plus simple et beaucoup moins stressant ²⁶.

Personnellement, il m'a d'abord fallu accepter mon cas – m'avouer que j'étais un professionnel de l'organisation, avec mes espaces de rangement et mon système ordinal complexe, doué pour cacher tout mon bordel au reste du monde – avant de pouvoir passer à l'action et commencer à retirer le superflu de mon environnement.

Si le *quoi* (la *cible*) et le *comment* (la *méthode*) du problème sont des questions auxquelles il est facile de répondre, alors peut-être que nous devrions maintenant jeter un petit coup d'œil au *pourquoi* – à la raison qui met le doigt sur la source du problème. Ce *pourquoi* est considérablement plus difficile à traiter, car contrairement au *quoi* et au *comment* qui sont plutôt universels, la nature du *pourquoi* est hautement subjective.

En fin de compte, la raison qui pousse à adopter un style de vie minimaliste est en lien avec les bénéfices que l'on ressent après avoir passé l'étape du désencombrement. Enlever le superflu n'est donc pas le résultat final ; il s'agit simplement de la première étape. Bien sûr, il est vrai que l'on a tout de suite un poids en moins sur les épaules, mais on ne peut en aucun cas éprouver une satisfaction durable en se débarrassant seulement de ses affaires. Le minimalisme ne fonctionne pas ainsi. En adhérant au *quoi* et au *comment* sans s'intéresser au *pourquoi*, on ne va nulle part. Il est donc possible de se défaire de tout ce que l'on possède et de rester profondément malheureux ; on rentre chez soi dans sa maison vide et on a toujours le moral à zéro.

Après m'être débarrassé de la majorité de mes affaires, je me suis retrouvé obligé d'affronter mon côté obscur et de répondre à des questions auxquelles je n'étais pas préparé : *Quand ai-je commencé à accorder autant d'importance aux biens matériels ? Qu'est-ce qui m'importe vraiment dans la vie ? Pourquoi suis-je quelqu'un d'insatisfait ? Quelle est la personne que je souhaite devenir ? Comment vais-je définir mon propre succès ?*

Il est difficile de répondre à ces questions. Mais elles se sont avérées être bien plus importantes que le simple fait de jeter mon excédent d'affaires. Si l'on n'y répond pas

²⁶ Je ne suis pas exactement ce que l'on pourrait appeler un fan inconditionnel du feng shui. Mais en tant que gars du Midwest, je trouve qu'une pièce propre et organisée est un espace beaucoup plus propice au travail et bien plus agréable à vivre.

soigneusement, rigoureusement, le placard que l'on vient juste de désencombrer se retrouvera à nouveau plein à craquer dans un futur qui n'est pas si lointain.

Alors que mes biens ont été laissés-pour-compte et que j'ai commencé à faire face aux questions plus pénibles de la vie, je me suis senti moins oppressé, plus léger, comme si j'étais en train de perdre une sorte de poids en mon for intérieur. Je n'ai plus eu besoin du surplus d'espace dans mon appartement surdimensionné de centre-ville, et j'ai donc déménagé dans un appartement avec une seule chambre, beaucoup moins onéreux, trois pâtés de maisons plus au sud. Ce nouvel appartement, depuis lequel on peut voir le parc de l'autre côté de la rue, est situé dans un quartier communautaire où les gens sourient, font un signe de la main et disent bonjour quand on passe à côté d'eux. Les oiseaux gazouillent dès le lever du jour et durant toute la matinée. Mon facteur et mon voisin de palier s'appellent tous les deux John. C'est ce genre d'endroit. C'est la première fois depuis mon enfance que je connais le nom de mon voisin. Et en prime je connais celui de l'employé de poste !

C'est bizarre, j'imagine que maintenant on pourrait dire que je suis un minimaliste. Quoique si vous visitiez mon domicile, il est fort probable que vous ne fassiez pas un bon en arrière avant de vous écrier : « Ce gars est un minimaliste ! » Non, vous vous diriez sûrement « Il est organisé » et me demanderiez comment je fais pour être aussi bien ordonné, et il y a des chances que je vous réponde avec un grand sourire que c'est parce que je ne possède pas beaucoup de choses, mais que tout ce que je possède m'apporte un vrai plus dans ma vie. Toutes mes affaires – mes ustensiles de cuisine, mes meubles, mes vêtements, ma voiture – ont une fonction bien spécifique. Et j'ai bien sûr également des objets pour me divertir.

Avec le temps, mon environnement va changer. C'est inévitable. Je me dois donc de me poser encore et encore cette même question très importante : *Est-ce que cette chose ajoute une plus-value à ma vie ?* Mais ce n'est pas seulement pour les biens matériels que je me pose cette question. *Les biens matériels* n'étaient qu'un point de départ. Je me pose aussi la question au sujet de mes relations, du temps passé sur Internet, de la nourriture, et de tous les autres secteurs de ma vie où il y a une présence potentielle de superflu. Je me pose constamment la question car le monde qui m'entoure est en perpétuelle évolution. Ce n'est pas parce que quelque chose m'apporte du positif aujourd'hui que ce sera nécessairement le cas demain. Donc je continue de me questionner au fil des jours, et je m'ajuste en conséquence.

Durant les six derniers mois, j'en ai plus découvert sur ma personne que toutes les tentatives effectuées par le passé, une conséquence de ma prise de conscience. J'en ai appris beaucoup sur ma façon de consommer, sur pourquoi j'ai été attiré par le consumérisme pendant si longtemps, et sur pourquoi celui-ci a fini par me brûler les ailes.

Tous les papillons de nuit sont attirés par la lumière, même quand cette lumière s'avère être une flamme. Chaude et vacillante, elle titille la créature grise avec ses teintes blanches et bleutées. Mais quand le papillon survole la flamme de trop près, on sait tous ce qu'il se passe : il se fait brûler, incinérer par la chose même qui l'a attirée au départ. Cela fait plusieurs décennies maintenant que j'ai joué le rôle du papillon, appâté par la flamme du consumérisme, cette belle flamme qui danse au sein de la culture populaire, entraînant avidité et lubricité, faisant naître ce désir de consommation excessive, consommation qui n'apportera jamais le plein épanouissement. On se sent alors vide de l'intérieur, ce qui nourrit d'autant plus le désir de consommer. Se rendre compte de ce que la flamme représente est donc primordial : elle est belle, mais elle est dangereuse. Devenir *conscient* du danger est quelque chose de difficile à faire. Mais il faut en passer par là pour pouvoir aller de l'avant ²⁷.

Personnellement, je suis complètement conscient désormais, conscient et plein d'énergie alors que je me trouve actuellement à quelques pâtés de maisons de Times Square où la flamme brûle ardemment. Je vis maintenant au présent et j'essaie de laisser le passé au passé. Ma mère est morte ; rien ne pourra le changer. Mon mariage n'est plus ; Keri mérite d'être heureuse, même si cela signifie que pour qu'elle le soit, il lui faut être avec quelqu'un d'autre, quelqu'un d'autre que moi. Je peux maintenant orienter mon regard vers la route dégagée qui s'ouvre devant moi et ignorer les décombres qui se trouvent en arrière. Avec ma nouvelle vie moins pesante, je me sens euphorique – électrique, à l'image des panneaux d'affichage digitaux qui ont pris d'assaut le paysage urbain qui m'entoure. Il y a beaucoup de trafic. Les klaxons des voitures attaquent mes tympanes et étouffent le million de conversations qui se tient sur chaque trottoir. On est à l'opposé du silence, l'antithèse de la solitude et du calme. C'est bien au-delà de ce que je peux supporter. C'est à en devenir fou. L'hostilité du bruit me fait rêver à l'euphonie du silence, une tranquillité qui m'apparaît si réelle dans mon esprit que je m'imagine la tenir entre mes mains. Mais il va falloir attendre. Il n'y a rien de tout cela ici. Je ferme les yeux et ressens l'envie de crier quelque chose, n'importe quoi, mais mes cordes vocales sont telle une bougie face au soleil ; impossible de rivaliser avec ce chaos. J'ai l'impression d'être au royaume de la confusion.

Je me sens plus vieux qu'auparavant, mais dans le bon sens : plus mature, moins impulsif, mieux ajusté. J'aperçois mon reflet dans une vitrine et remarque que je paraîs physiquement plus âgé également. Je vais avoir vingt-neuf ans la semaine prochaine, et les années les plus difficiles,

²⁷ Tout cela n'est bien sûr pas aussi facile qu'il n'y paraît. Ce qu'il faut, c'est réussir à se rendre compte de la douleur causée par la flamme, ce qui fournit alors un bras de levier assez long pour pouvoir opérer un changement.

et de bien des façons les plus surréalistes de ma vie apparaissent au premier plan dans mon rétroviseur. Mais je regarde maintenant vers l'avant, et quelque chose de nouveau se dessine à l'horizon.

Quelques semaines auparavant, un autre tweet de Colin Wright a attiré mon attention. Il disait qu'il revenait aux É.-U. pour deux mois après en avoir passé quatre dans je ne sais quel pays exotique, et voulait savoir s'il pouvait emprunter un smartphone à quelqu'un pour un roadtrip dans le pays avec deux femmes ²⁸.

Bon, il s'avère que je suis justement responsable d'un groupe de magasins dont les principaux produits vendus sont, hum, des téléphones portables. J'ai donc répondu au tweet de Colin et lui ai demandé où il fallait envoyer le téléphone – un cadeau pour le remercier d'avoir contribué à l'amélioration de ma vie. Il m'a alors communiqué une adresse à New York. « Je vais passer à New York plus tard dans le mois », ai-je répondu. Il a alors accepté que l'on déjeune ensemble ²⁹.

Et donc me voici, à errer dans Manhattan à la recherche du Grey Dog, le café dans lequel Colin m'a donné rendez-vous. J'ai un vieux BlackBerry dans ma poche et je m'apprête à le donner à quelqu'un que je n'ai jamais vu – un type de vingt-cinq ans issu du monde de l'Internet. Cela ne m'avait pas paru bizarre en ligne, mais j'ai maintenant l'impression de faire quelque chose de louche, comme si je m'apprêtais à vendre de la drogue ou des chats sans poil au marché noir. Ce sentiment est étrange. Sans raison, je regarde par-dessus mon épaule, me méfiant de je ne sais quoi.

Dieu qu'il fait chaud aujourd'hui. Est-ce que je sue toujours autant habituellement ? Cela fait seulement quelques jours que je suis dans cette ville et j'en ai déjà marre. S'il est vrai qu'on habite là où le cœur nous mène, alors il est impossible que je vive à New York. Times Square en est le point critique. J'ai l'impression d'être noyé par cette ville, et je n'ai nulle part où me tourner pour trouver du réconfort.

Ce matin, j'ai décidé de visiter Times Square avant d'aller rencontrer Colin. Je suis déjà venu à New York quelques fois, mais je ne m'y suis jamais rendu. Personne n'a vraiment de raison de se rendre à Times Square en dehors de la visite obligatoire que l'on est supposé faire quand on se rend dans cette ville.

²⁸ Deux femmes ? Simultanément, j'adore et je hais ce type.

²⁹ Premier rendez-vous de Colin + Joshua, oh que c'est romantique.

Pour m'y rendre, je suis sorti de la ligne J à Grand Street. Juste après être sorti du wagon, je me suis imprégné de mon environnement une fois sur le quai : des voies ferrées noires et sablonneuses en contrebas. Un sol bétonné taché de chewing-gum. Des murs recouverts de carreaux sur toute la longueur de la station. Un vieil homme typé asiatique qui joue de la musique avec ce qui ressemble à un banjo. Un rat qui erre sur les rails. Deux adolescentes qui rigolent et pointent le rat du doigt en faisant semblant d'être à la fois dégoutées et choquées. Après cet épisode d'observation, j'ai pris un escalator à la recherche de l'air extérieur. Alors que je montais, une femme assez forte avec un accent d'Europe de l'est qui descendait de l'autre côté de la rampe m'a alpaguée et m'a dit « Je ne suis pas là », une déclaration ésotérique peut-être, un paradoxe pouvant prêter à confusion tout du moins. Sauf que cela sonnait plus du style « Je ne suis pas là ? » ; elle avait l'air de demander où elle était et si elle allait dans la bonne direction. « Oui, tu y es. Tu y es chérie », lui ai-je répondu en touchant son bras tendrement avant de continuer mon ascension des marches. Je ne suis pas en mesure d'indiquer le chemin. J'ai alors émergé de l'encombrement souterrain avec sa chaleur et son humidité pour arriver dans l'encombrement de surface de la ville de New York, également avec sa chaleur et son humidité. Ici et maintenant, tel un samedi à Babylone.

Je suis à bout de souffle, épuisé. Le soleil a la couleur d'un bloc-notes imbibé d'eau et me fait pleurer les yeux, même à travers ces lunettes. Le ratio des belles femmes versus les femmes moches qui marchent sur la Sixième Avenue est extraordinairement positif. Marchant vers le nord, je remarque un sans-abri immobile muni d'une pancarte en carton qui indique simplement « BESOIN DE PLUS DE PIÈCES. » Quelques pâtés de maison plus bas, un mendiant tapageur est assis dans un fauteuil roulant, souriant et riant de sa personne. Il y a une pancarte posée sur ses genoux : « DONNE-MOI DE L'ARGENT SI TU NE VEUX PAS DE COUP DE PIED DANS TA GUEULE. » Il n'a pas de jambes.

Je peux sentir des gouttes de sueur qui commencent à s'accumuler et à couler jusqu'en bas de mon dos alors que je négocie mon chemin à travers le tumulte des corps, une population qui se caractérise par son mouvement précipité, une foule énergique de lunettes de soleil Ray-Ban, de shorts slim en jean, de T-shirts au col en V bien creusé, d'écouteurs couleur lait coincés dans les oreilles, de baskets Chuck Taylor, de bras aux multiples tatouages colorés, de chemises Vichy à manches longues rentrées dans des pantalons beiges moulants, de sacs à bandoulière en cuir, et de bien plus de belles robes que je ne peux en compter, un terrain miné par la consommation, tout le monde cherchant à paraître différent – à *être* différent – mais quand on met autant d'énergie à se démarquer, on devient tous les mêmes, homogénéisés par l'unicité.

Chacun, influencé par la confusion de masse, évite tout contact visuel, regardant partout – *n'importe où* – sauf à autrui, une sorte de contrat social étrange. Les passants se retrouvent coincés de leur plein gré sur une île où ils n'ont pas vraiment l'air d'avoir envie d'être. Les corps se déplacent en un flux continu à travers les rues et les avenues, profondément seuls dans l'endroit le plus peuplé du continent.

Un businessman passe à la hâte, débitant dans son téléphone une suite de phrases clichées propres au monde des affaires : « Oui, on va devoir *augmenter la rampe de distribution*... Il semble bien qu'on soit *enfermé et surchargé* sur ce coup-là... on peut *se ré-entourer ça pour un touch base en a.m.*... La *ligne de fond* est de lui *lâcher le marteau* dessus... c'est une *initiative de haut niveau* de *haut en bas*... on *apportera notre meilleur jeu*... on doit juste *garder notre œil sur la balle*... *et cetera, et cetera, et cetera*. » Je vous assure qu'il a vraiment dit *et cetera* trois fois d'affilée, et ce en râlant à moitié et sans s'arrêter pour prendre de pause. Je continue ma marche vers le nord et me rends compte que je suis, à bien des égards, juste comme lui.

Plus loin, un hispanique qui a fait tomber par mégarde une mangue à moitié mangée alors qu'il traversait la route est à deux doigts de se faire renverser par une Volvo break couleur brun clair qui est passée à l'orange. Sur la Volvo, un autocollant dit : « **CHERS HIPSTERS, ON AVAIT L'HABITUDE D'ÊTRE EXACTEMENT COMME VOUS. CORDIALEMENT, LES YUPPIES.** ³⁰ »

Un duo frère-sœur court après un groupe de pigeons un demi pâté de maisons plus haut. Juste après se trouve un homme aveugle qui se tient debout contre un mur de briques. Il a dans ses mains un gobelet en carton usé et une pancarte qui, à la place de demander de l'argent, porte le message suivant : « **VOUS ÊTES AIMÉS MEME SI VOUS NE VOUS EN RENDEZ PAS COMPTE.** » Sa canne est accolée aux briques couleur rouille derrière lui. Je ne peux m'empêcher de me demander si l'homme aveugle ne voit pas mieux que moi, mieux que la plupart des gens qui se rassemblent sur ces trottoirs bondés. Par culpabilité, je place un billet de vingt dollars dans le gobelet, puis le regrette immédiatement, m'en voulant de ma décision car je ne sais absolument pas si l'homme est vraiment aveugle, ou s'il ne fait que simuler. Et il se peut que j'aie besoin de ces vingt dollars plus tard, ou bien que l'homme, qui est vraiment aveugle, planifie d'utiliser l'argent pour s'acheter de l'alcool ou de l'héroïne, ce qui signifie que je ne fais qu'aggraver le problème, tel un complice d'un crime sans victime. Pendant ma courte marche vers Times Square, on me propose pas moins d'une demi-douzaine de flyers avec des photos de filles séduisantes à moitié nues et au regard vide, se tenant toutes dans des poses provocatrices. À

³⁰ Au fait, combien pèse un hipster ? Un Instagram.

chaque prospectus distribué, je ressens en moi un profond désespoir, une sorte d'absence de mon âme, un vide immense difficile à décrire.

Me voici donc au milieu du tumulte, Times Square. Mes pupilles dansent dans ce théâtre de lumière impressionnant, et je commence à me demander pourquoi j'ai pris la peine de venir jusqu'ici. Times Square est, de par son essence même, assez décevant ; on a l'impression qu'il a été conçu pour ressembler exactement à cela, pour créer un vide dans l'esprit des gens, vide qui se doit d'être alors comblé par l'achat de biens matériels, biens dont on fait la publicité sur chaque surface plane disponible. Ce lieu est l'incarnation absolue de l'opulence, du consumérisme, de ce caractère maléfique du capitalisme assez difficile à expliquer. Et il fait un travail remarquable à faire ce pour quoi il a été conçu, à savoir inonder les sens des passants avec son marketing branché et bien soigné. Être ici, c'est comme essayer de boire l'eau à la sortie d'une lance à incendie : on boit une quantité plus importante que nécessaire, et pourtant paradoxalement notre soif n'est jamais rassasiée. C'est pénible quand on est conscient de ce qui se passe, mais c'est encore plus dur émotionnellement quand on ne l'est pas.

Les fenêtres opaques du Grey Dog filtrent la lumière extérieure. L'écho de la ville résonne encore en mon for intérieur. Colin et moi sommes assis à une table de quatre vers le fond du restaurant. J'écoute, fatigué et assoiffé.

Ma chemise est trempée. Des gouttes de sueur se ramassent dans les sillons des rides de mon front. Ma coupe de cheveux a été réarrangée par les divers éléments de la ville. Par cette forte chaleur, le verre d'eau glacée calme à peine ma soif. La glace a déjà fondue ; des anneaux de condensation se forment là où le verre est posé sur la table.

Colin porte un jean et une chemise à manches longues sortie de son pantalon. A l'image de la netteté du son produit par des mains calleuses qui applaudissent dans l'air de l'hiver, la chemise est parfaitement ajustée. Colin a encore plus de charme quand on le voit en personne, plein d'assurance, sans montrer le moindre signe d'arrogance pour autant. Une tasse se trouve devant lui ; la fumée du liquide remonte jusqu'à son visage. Le dos droit sur sa chaise, sa posture suggère la plus grande attention de sa part. Il n'y a pas de climatisation dans cet endroit, ou s'il y en a, elle ne fonctionne pas. Cependant, il boit quelque chose de chaud, défiant tous les principes de base de l'anatomie humaine, ne laissant même pas apparaître une seule gouttelette de sueur. Sa coupe de cheveux a l'air bien en place, non affectée par le climat actuel ³¹.

³¹ Tu as oublié de mentionner ses yeux bleus idylliques.

« Wayfarer », une chanson de Jay Nash est jouée calmement par les enceintes qui se trouvent à chaque coin du bar. Colin discute avec plein de bonne volonté. Il aborde les temps forts de l'année passée, un sourire sur son visage.

« La Nouvelle-Zélande était aussi magnifique que ce que l'on peut voir dans les contes de fées, dit-il. Mais il y a un compromis à toute cette beauté.

— Un compromis ? dis-je d'une voix haletante et en balbutiant à moitié à cause de la chaleur.

— Leur connexion internet est catastrophique. Pour faire simple, ils récupèrent ce qu'ils peuvent du réseau australien. Par exemple, ils font toujours de la pub pour la connexion bas débit. Je ne plaisante pas. Et pour quelqu'un qui gagne sa vie en ligne, c'est un gros problème.

— Est-ce la raison pour laquelle tu t'es redirigé vers l'édition ? » je lui demande. J'ai lu que Colin avait écrit un article abordant le changement de trajectoire de son entreprise, quittant le branding pour l'édition, ce qui est une des raisons pour lesquelles je voulais le rencontrer aujourd'hui. Cela fait un bon moment que j'écris de la fiction, et tout ce que j'ai à montrer est une pile de lettres de refus de divers agents et éditeurs. J'ai donc pensé : tu sais quoi, je suis quelqu'un qui s'est fait tout seul – j'ai grimpé l'échelle du monde de l'entreprise sans les qualifications requises, sans diplôme universitaire – et maintenant voici ce gars qui *agit* sans attendre qu'on lui donne la permission de publier son travail. Je veux savoir comment il fait, entendre sa vision des choses pour savoir quoi faire. En gros, j'aimerais qu'il m'éclaire sur le moyen de trouver une porte d'entrée.

« Oui, c'est pour cette raison, répond Colin. Pour la première fois de ma vie je me suis retrouvé dans l'incapacité de répondre aux besoins de mes clients. Je les ai donc redirigés vers des gens qui pourraient mieux répondre à leurs besoins que moi. Cela n'a pas été facile psychologiquement. Je me suis alors assis, et je me suis demandé : bon sang, que vais-je faire de ma vie maintenant ?

— Aïe. La douche froide.

— Oui, en effet. Mais cela s'est aussi avéré être une très bonne chose. Me défaire de cette connexion constante m'a donné beaucoup de temps pour penser. J'ai alors réalisé que lorsque l'on a un blog, comme c'est mon cas, la publication de contenu ne requérait pas d'être en contact permanent avec les clients. Aussi longtemps que j'avais une connexion de temps en temps, je pouvais publier mes écrits en ligne selon *mon* propre emploi du temps, pas celui de quelqu'un d'autre. C'est à ce moment-là que je me suis dit qu'il fallait que je refocalise mes efforts, pour passer d'un travail qui provient du client, vers la publication de mon propre travail.

— Publication dans quel sens ?

— Et bien, jusqu'à ce moment, la seule vraie expérience de publication que j'avais était mon blog. J'ai fait un peu de journalisme et de poésie à l'université, mais c'était différent de ce que je comptais faire par la suite – à savoir publier de façon indépendante.

— Comme l'édition à compte d'auteur ? Comme l'autoédition ?

— Comme l'édition indépendante », me corrige-t-il. Sa distinction subtile sous-entend l'existence d'un vaste delta entre nos diverses définitions.

« Quelle est la différence ? »

— Quand je pense à l'autoédition, je pense à quelque chose de mauvaise qualité, à des écrits de second rang, à quelqu'un qui n'est pas assez bon pour prétendre travailler avec les plus grands éditeurs. Mais quand je pense à l'édition indépendante, je pense *indie*. Je pense artisanal, cool, frais et subversif – comme la musique indie ou les films indie. J'imagine qu'on pourrait dire que l'autoédition est à l'édition indie ce que les groupes de garage sont aux groupes de musique indie, ou ce que les films amateurs sont aux films indie.

— De par ce que tu me dis, la principale différence semble être la qualité.

— Oui, essentiellement. Et aussi la distribution. Ce qui signifiait que je me devais de me constituer un lectorat plus grand – un groupe de gens dévoués qui soutiendrait mon travail. Je savais que c'était important. Et du fait que je voulais *posséder* mon propre travail, il me fallait absolument me constituer ce lectorat seul. J'ai donc écrit deux livres que j'ai donnés gratuitement au format numérique. Ma seule petite demande ? J'ai demandé aux gens de les partager si ces derniers leur plaisaient. Il s'avère qu'ils l'ont fait. Ça a vraiment bien marché. Les deux livres ont comptabilisé plus de cent mille téléchargements en quelques mois. »

— Et bah ! J'imagine que cela demande un gros travail de fond, une autopromotion importante.

— Cela a demandé pas mal de travail, oui. Ça n'a pas été facile.

— Cela m'intimiderait personnellement.

— C'est passionnant. Réfléchis-y : j'ai le contrôle de tout – mon public, mon travail, mon propre destin. Maintenant que j'ai un lectorat, ce dernier est prêt à m'accompagner dans mes travaux futurs. Pas seulement prêt en fait, mais plutôt fervent de suivre mon travail car il y trouve une plus-value. C'est beaucoup de boulot, mais c'est libérateur. Je contrôle l'ensemble du processus.

— Les fidèles ne prient plus devant l'autel de la Vieille Garde.

— Exactement. Et toi quel est ton niveau d'expérience dans le domaine ?

— Cela fait maintenant une bonne partie d'une décennie que j'écris de la fiction.

— Tu as déjà publié quelque chose ?

— Non, pas vraiment, dis-je. J'ai reçu des tas de lettres de refus par contre.

— Tu es bon ? demande-t-il sur un ton qui lui permet de ne pas se montrer trop rude.

— Oui, m'entends-je concéder à voix haute pour la première fois.

— Vraiment ?

— Sans aucun doute, je lui affirme. Durant les six derniers mois, je me suis amélioré de façon exponentielle, écrivant quotidiennement, devenant obsédé par le métier. J'ai pris quelque chose auquel j'étais bon, et j'ai commencé à travailler dur pour pouvoir atteindre un jour le sommet de l'excellence.

— Bon comment ?

— Les pages blanches ne sont pas en sécurité en ma présence. »

Colin glousse puis fait un signe de la main en direction de la serviette en papier marron qui se trouve devant moi : « Mince, même les serviettes ne sont pas en sécurité autour de toi. »

Je souris. La serviette est remplie d'encre rouge, recto et verso.

« A quelle fréquence écris-tu ? demande-t-il.

— Je me lève à 4h45 tous les matins, une heure avant de me préparer pour aller au travail, et j'écris pendant au moins une heure, des fois bien plus longtemps. J'écris à la place de dormir s'il le faut. »

— Tu devrais commencer un blog. »

Une pensée traverse mon esprit. *Mais qu'est-ce donc qu'un blog ?* Je l'ai entendu utiliser le mot, mais je ne suis pas entièrement sûr de quoi il s'agit. « Un blog ? dis-je.

— Oui. Tu devrais sérieusement considérer l'idée. Si tu es bon, et tu as l'air de l'être, il n'y a pas de meilleure façon pour toi pour te constituer un lectorat. Si les gens trouvent de l'intérêt dans ce que tu dis, ton lectorat va obligatoirement grandir avec le temps. »

J'acquiesce poliment mais rejette l'idée au moment même où elle sort de sa bouche. Franchement, je ne sais toujours pas ce qu'est un blog après avoir lu ceux de Colin, Becker, Courtney et Leo, pour lesquels je pensais qu'il s'agissait simplement de « sites internet », et non de « blogs. » Pour moi, un blog est une sorte de chose obscure sur laquelle les grand-mères de quatre-vingt-trois ans mettent des photos de leurs chats³². Par ailleurs, qu'est-ce que j'y connais sur comment on lance un blog ? Je sais à peine écrire HTML correctement, alors cela va être compliqué de réussir à construire quelque chose qui a de la gueule et qui parle aux gens. J'ai appris à taper sur une machine à écrire bon sang. Les mails m'étaient étrangers jusqu'en 2002, année où, quand j'avais vingt-et-un ans, Broadspan a finalement forcé tous ses employés à les

³² Il s'avère que ces blogs sont juste les plus populaires qui soient.

utiliser, ce que j'ai fait en traînant des pieds. Non, un blog, quoi que cela puisse être, n'est vraiment pas pour moi.

« Merci. Je vais y réfléchir, dis-je.

— Tu me tiendras au courant.

— OK, dis-je en faisant un signe de la tête. Oh, j'avais presque oublié. Ton nouveau téléphone. » Je sors le BlackBerry de ma poche et le pose sur la table.

Trois filles dans la vingtaine, chacune seule à sa table, regardent simultanément dans notre direction ; de par leurs yeux exorbités, je devine que ce n'est pas moi qu'elles sont en train de regarder.

Le pick-up bleu de Ryan à la carrosserie rutilante attend à l'extérieur de l'aéroport, garé en double file avec ses warnings à côté d'un panneau « INTERDICTION DE STATIONNER ³³ ». Je suis de retour en Ohio.

Il fait chaud, mais au moins il y a la clim. L'habitacle est rempli d'objets en tous genres. Du matériel, des gadgets, de la papperasse, mais aussi des habits, des outils, et autres accessoires. Il y a à peine la place pour mon sac marin. Le soleil se trouve haut dans le ciel, tel un judas permettant d'observer notre trajet.

« J'avais l'intention de te demander quelque chose », dit Ryan derrière son volant. On roule actuellement sur la I-75 vers le sud, direction le centre-ville de Dayton.

« Vas-y balance.

— Euuh, bon... Je ne sais pas vraiment comment le dire.

— Dire quoi ?

— C'est quoi ton secret qui fait que tu es si heureux ces derniers temps ?

— Quoi ?

— Bah c'est juste que j'ai constaté une grande différence dans ton comportement ces derniers mois. T'as l'air genre, euuh, t'as l'air *heureux*.

— Oui, et donc ?

— Bah avant tu étais cette grosse boule de stress. Genre en permanence. Mais là tu es si calme, et tu as l'air content. Tu as l'air aussi plus mince, en meilleure santé. Qu'est-ce qui s'est passé ? Tout va bien ? Tu n'es pas suicidaire au moins ? »

Je glousse. Puis je lui explique mes péripéties de ces huit derniers mois. Comment j'ai embrassé le minimalisme et que cela m'a aidé à me focaliser sur mes priorités. Comment je me

³³ J'étais vraiment autant un connard que ça avant?

suis débarrassé de mes biens matériels. Comment je vis de façon plus saine tout en écrivant plus de fiction et en remboursant mes dettes herculéennes. Comment je me suis même mis à la guitare, quelque chose que j'avais toujours voulu faire depuis des années. Je me rends compte que je n'ai partagé ce voyage avec personne pour le moment. Par peur de jugement peut-être, ou par peur de l'échec aussi. Mais je n'ai pas échoué, je suis en fait en train de réussir. Cela fait longtemps que je n'ai pas été aussi heureux. Et maintenant, pour la première fois depuis que j'ai commencé à simplifier ma vie, quelqu'un en remarque les bienfaits.

« Minimalisme tu dis ? demande Ryan après mon long monologue.

— Je pense que ça pourrait marcher pour toi aussi.

— Tu penses ? »

Je lève mes bras pour lui montrer tout le bazar qu'il y a dans sa voiture.

« Quoi ? Ça ? demande Ryan pour la forme. Je suis juste un peu en retard sur mon ménage de printemps, c'est tout.

— On est presque en juillet.

— Et donc ?

— Donc tu as un beau bordel.³⁴

³⁴ Bien que cette conversation a très certainement eu lieu, elle s'est en fait déroulée quelques jours plus tard, quand j'ai emmené Joshua au Subway pour manger un SUB30® à 5\$ (je t'en prie Millie).

6 || Le Son du minimalisme

Novembre 2010

Cette fête est la moins foireuse à laquelle j'ai assisté depuis longtemps. Il y a de la bonne musique (c'est moi qui l'ai choisie). L'ambiance est plutôt décontractée (on est dans l'appartement de Ryan). En plus, il y a des gens cools (il y a juste Ryan et moi pour l'instant). De la nourriture va bientôt être livrée du restaurant chinois du bas de la rue. J'espère que les employés du China Garden vont trouver l'adresse. Quand Ryan a passé notre commande, l'homme au téléphone lui a demandé son « nom de rue » dans un anglais plutôt mauvais. « Ils m'appellent "El Greco" » a alors répondu Ryan de sa voix rauque.

Parmi mes amis, le fait que je ne sois pas un fan des soirées ou autres événements festifs n'est pas un secret. N'importe quel événement avec le mot « Fun ! » en condition nécessaire éveille en moi des soupçons. Mais cette fête est différente. C'est une sorte d'événement-test du minimalisme pour Ryan. Et comme il est moins patient que moi³⁵, pour l'aider à embrasser le minimalisme nous avons mis en place un plan plus rapide que mon long processus de huit mois.

Nous avons alors décidé de faire un Encartonnage Festif³⁶. Aujourd'hui, on passe la journée entière à mettre en carton la totalité des biens de l'appartement de centre-quatre-vingt-six mètres carrés de Ryan.

« Passe-moi le marqueur, dit Ryan de l'autre bout de la pièce. Je passe ma tête de l'autre côté du mur qui m'obstrue la vue. Ryan porte un T-shirt vert sur lequel on peut voir une silhouette de chameau, et en dessous la phrase « PRÊT POUR SOULEVER ? » Des cartons vides occupent la plus grande partie de son *second* salon. Pourquoi a-t-il besoin de deux salons dans son appartement à trois chambres, je ne le saurai jamais³⁷. Ryan vient tout juste de terminer d'enlever des murs les dernières œuvres d'art génériques. Mis à part les trous des vis et des clous à différentes hauteurs, la pièce est maintenant à nu³⁸.

³⁵ Moins patient ? Je préfère dire que je suis plus « focalisé sur l'action. »

³⁶ En fait, c'était l'idée de Joshua d'*empaqueter* et mon idée de *célébrer*. Non mais sérieusement : si tu rajoutes le mot « fête » à ce que tu veux, c'est tout de suite plus fun non ?

³⁷ Hey, mais j'ai un chat !

³⁸ Je suis sûr qu'il y a une blague salasse cachée quelque part dans cette phrase.

Notre programme du jour : emballer toutes les affaires de Ryan comme s'il déménageait³⁹. Absolument tout. Ses habits, sa vaisselle, ses appareils électroniques, ses serviettes, ses produits de nettoyage, ses accessoires de toilette, etc. Et même ses meubles, que l'on recouvre avec des draps car il est impossible de les « mettre en cartons ». Ses canapés, tables et autres télévisions seront, comme tous les autres objets, inaccessibles jusqu'à ce qu'il les « déballe ». Une fois que tout aura été minutieusement rangé dans des cartons étiquetés, Ryan déballera seulement ce dont il a besoin pour les vingt-et-un prochains jours. A la fin des trois semaines, trois options s'offriront à lui pour ce qui n'a pas été touché : vendre, donner, ou jeter.

Je me trouve actuellement dans la cuisine, les yeux grands ouverts tel un enfant de banlieue le matin de Noël. Ma main gauche tient un sac poubelle géant alors que la droite fait tout le travail. Ryan m'a donné la permission de jeter « quelques objets » – ceux pour lesquels je juge qu'ils ne vont pas lui manquer. Tout en me débrouillant pour que le sac de cent-quatre-vingt-dix litres reste ouvert, je rentre autant d'objets que je peux avant qu'il percute.

« Hey ! Mais qu'est-ce que tu fais ? crie Ryan du salon voisin – salon numéro un – où il vient à l'instant de couvrir la table basse avec un drap Teletubbies. Je n'ai aucune idée de comment il s'est procuré ce drap et de pourquoi il le garde chez lui⁴⁰.

— Rien, dis-je. Je me débarrasse juste de quelques conneries... » Je viens de me rendre compte qu'il est bien plus facile de se débarrasser du fatras des autres que du sien. Ceci s'explique par le fait qu'il n'y a pas d'attachement personnel. Et l'on est encore plus doué si, comme moi, on a adhéré au minimalisme. Ce ne sont que des biens matériels après tout. Un vaste bazar. Des déchets en quelque sorte.

« Holà, holà, holà », s'écrit-il en débarquant dans la pièce à toute vitesse. Ses pieds nus sur le sol carrelé produisent une combinaison sonore amusante de succion et de bruits de glissement. « Ne balance-pas ça », dit-il alors qu'il se précipite vers le sac poubelle à moitié plein pour en sortir un mug couleur mucus avec écrit sur son pourtour « LE MEILLEUR PAPI DU MONDE » en police Comic Sans.

« Sérieusement ? Je ne savais pas que tu étais grand-père.

— Oui bah je pourrais en avoir besoin. Et ne jette pas ces câbles de rechange.

— Câbles de rechange ? Ils te servent à quoi ?

— Je ne sais pas, mais il se peut que j'en ai besoin un jour ou l'autre. Gardons-les veux-tu.

— Pourquoi ?

³⁹Je ne déménage pas, mais ce serait peut-être une option à considérer vu le gouffre financier que représente mon emprunt immobilier.

⁴⁰Je croyais que l'on s'était mis d'accord pour garder ce petit « détail » en dehors du bouquin...

— Au cas où. »

Ah, ces trois mots subtils : au cas où. Je ne les connais que trop bien. Pendant très longtemps, j'ai eu une relation intime avec *au cas où*. J'ai mis de côté des centaines – peut-être même des milliers – de choses, au cas où j'en aie besoin. Trop souvent, je ne me suis pas débarrassé de tous ces biens matériels dans l'optique où ils pourraient me servir dans un futur hypothétique lointain. Même quand je voyageais, j'emportais toujours beaucoup trop de choses – *au cas où*.

Mais cette année, quand j'ai commencé à répudier mon excès d'affaires, je me suis rendu compte que je n'avais pas besoin de garder mes « au-cas-oùs ». La vérité est que j'utilise rarement mes « au-cas-oùs » ; ils restent immobiles dans leur coin à prendre de la place, à traîner dans le passage et à m'agacer bien comme il faut. Pour la majorité d'entre eux, jamais je ne les utiliserai de nouveau.

J'ai donc développé une théorie il y a quelques mois. Je l'appelle la Théorie 20/20 : en gros, tout ce dont je me débarrasse peut être remplacé pour moins de vingt dollars et en moins de vingt minutes – *si* je me rends compte que j'en ai finalement besoin bien sûr.

Cette théorie s'est avérée vraie cent pour cent du temps jusqu'ici. Bien que je n'aie que rarement eu à remplacer un « au-cas-où », je n'ai jamais eu à déboursier plus de vingt dollars ou conduire plus de vingt minutes pour en remplacer un. (N.B. Les trois au-cas-où que j'ai rachetés sont : une paire de ciseaux, un short de sport, et un dictionnaire de l'américain contemporain). J'estime que ma petite théorie marche à peu près quatre-vingt-dix-neuf pour cent du temps pour quatre-vingt-dix-neuf pour cent des objets (et quatre-vingt-dix-neuf pour cent de la population)

⁴¹.

Je me suis rendu compte que lorsque j'enlève les « au-cas-oùs » de ma vie, je libère l'espace que ces derniers occupent – l'espace à la fois physique et mental qu'ils consomment. Plus important encore, aucun objet parmi les centaines dont je me suis débarrassés ne m'a manqué – les piles de magazines, les ustensiles de cuisine additionnels, les vêtements, les manteaux, les chaussures que je n'avais pas portées depuis des mois, et toutes ces autres choses qui encombraient mon univers *au cas où* j'en aurais eu besoin.

Il s'avère que je n'ai jamais vraiment eu *besoin* de toutes ces choses. Maintenant, à chaque fois que je ressens la pulsion de mettre quelque chose de côté, je m'en débarrasse aussi vite que j'entends dans ma tête ces trois petits mots : au cas où.

⁴¹ Donc ce que tu es en train de dire c'est que ça marche cent pour cent du temps, euhh, quatre-vingt-dix-sept pour cent du temps ?

Ryan se tient devant moi, son mug PAPI étreint dans son poing gauche, un amas de câbles électriques en boule dans sa main droite. Les câbles ressemblent à une touffe d'algues noires. On dirait qu'il y a une légère peur, ou bien une anxiété intense dans son expression.

« Non mais mettons tout dans des cartons, à moins que tu ne sois vraiment sûr que ça ne va pas me servir, dit-il.

— Tu n'es toujours pas convaincu que ces trucs ne servent à rien? je lui demande.

— Ok, si je te raconte une blague, tu me promets que tu arrêteras de jeter mes affaires ?

— Peut-être », dis-je. Les blagues de Ryan sont souvent top, bien que souvent pour les mauvaises raisons.

« Pourquoi est-ce que le poulet a traversé la route ?

— Je ne sais pas, mais je suis fatigué de vivre dans un monde dans lequel on questionne toujours les motivations des poulets.

— Juste aide-moi à emballer toutes ces choses, me supplie-t-il.

— Bon d'accord, très bien. »

Neuf heures et deux livraisons de China Garden plus tard, tout est emballé. Ma chaîne hi-fi portable fonctionne toujours. Chris Martin du groupe Coldplay est en train de chanter le second couplet de « Square One » alors que nous sommes assis sur le sol du salon numéro deux. Tout ce que Ryan possède – tous les objets pour lesquels il a travaillé au cours de la dernière décennie – est présent dans cette pièce. Les cartons sont entassés les uns sur les autres. Certaines piles dépassent la mi-hauteur de plafond, haut de trois mètres soixante-dix. Mes mains sentent le carton. Chaque totem est étiqueté de manière à ce que Ryan puisse se repérer quand il a besoin d'un objet en particulier : « SALON #1 », « CUISINE – VAISSELLE », « SALON #2 », « LINGE DE LIT », « CUISINE – USTENSILES », « SALLE DE BAINS #2 », « TIROIR FOURRE-TOUT #1 », « PLACARD CHAMBRE #4 – PANTALONS, LIVRES #4 », « CHAMBRE D'AMIS », « TIROIR FOURRE-TOUT #7 », et ainsi de suite.

Nous sommes tous les deux fatigués, à bout de souffle. Je suis assis sur le carton « LIVRES #6 ».

« Je n'avais jamais réalisé que tu possédais autant de livres, dis-je.

— Moi non plus. Mais toi aussi t'en avais pas une tonne avant ?

— Si.

— Plus que ça ?

— Oui. Une réserve complète de livres. Peut-être deux mille. Peut-être plus.

— Deux mille. Ouah. C'était quoi principalement ? De la fiction ? Des livres de business ?

— Mec, j'avais toutes sortes de livres : des livres reliés, des livres de poche, des livres de grammaire, des livres de photographie, des livres sur le développement personnel, des beaux-livres, des vieilles revues de médecine, des livres de fiction populaire...

— T'avais pas ces livres animés adorables ? dit-il en déliant ses mains, comme si quelque chose allait en sortir.

— J'avais de tout. Des étagères, des étagères, et encore des étagères pleines à craquer de livres, je marque une pause. Certains que j'avais vraiment lus, et beaucoup d'autres que j'avais planifié de lire – un jour. Tu sais, quand tu trouves un moment.

— Je vois bien ce dont tu parles. Mais tu ne le trouves jamais ce moment.

— Oui, je sais.

— Pourquoi est-ce que t'avais tant de livres alors ?

— Pour être honnête, je pensais que mes étagères remplies me faisaient passer pour quelqu'un d'important, d'intelligent, de cool. Du genre, *regarde-moi, t'as vu comme je sais lire – et je lis beaucoup en plus !*

— Une collection *impressionnante*...

— Le pire c'est que je pensais vraiment que mes livres faisaient de moi quelqu'un – quelqu'un d'important. Et ce qui est un peu ironique c'est que c'est quelques citations d'un livre que j'avais – *Fight Club* de Chuck Palahniuk – qui m'ont donné l'idée de me débarrasser de mes livres... »

— Quelles citations ?

— Il y en avait deux qui sortaient vraiment du lot, et je paraphrase là : Palahniuk a écrit un truc du genre : "Rejette les hypothèses de base de la civilisation, et tout particulièrement l'importance des possessions matérielles", et "Les choses que vous possédez finissent par vous posséder." Les deux citations m'ont réveillé en quelque sorte, m'ont fait adopter un autre regard sur les choses que je collectionnais, ce qui m'a alors conduit à une autre réplique de ce même livre : "Ce n'est seulement après que l'on a tout perdu que l'on est libre de faire n'importe quoi."

— C'est une très bonne réplique.

— Je suis d'accord. Ces mots ont raisonné en moi profondément. Comme si je pouvais *ressentir* ce qu'il disait – le ressentir jusque dans mes terminaisons nerveuses. En une semaine, j'ai vendu ou fait don d'environ quatre-vingt-dix pour cent de mes livres et j'ai acheté un Kindle, objet sur lequel je tends à acquérir mes nouveaux livres maintenant. »

— Et si tu veux un livre qui n'est pas encore disponible au format numérique tu fais comment ?

— Tout d’abord, je ne rencontre pas ce problème si souvent, mais quand c’est le cas, je peux me le procurer ailleurs – dans une bibliothèque municipale, une librairie indie, sur Internet. Et quand j’ai fini de le lire, souvent je le donne. C’est marrant quand même : maintenant que je ne possède plus toutes ces piles de livres, je lis plus qu’auparavant.

Ryan acquiesce de la tête.

« C’est un peu triste de se rendre compte de la valeur que j’accordais aux livres que je possédais. Clairement, c’était bien plus que ce qu’ils valaient vraiment. La vraie richesse se trouve dans les mots – dans l’acte même de lire – et non dans le côté physique des livres. Cela n’a aucun intérêt d’avoir une chambre remplie de livres dont on ne se sert pas – et c’est encore plus dommage quand on pense que d’autres personnes pourraient en bénéficier... »

— Quels livres as-tu gardés alors ?

— J’ai seulement gardé mes livres préférés. Au final, je me suis retrouvé avec une bibliothèque soigneusement rangée avec tous les livres qui ajoutent une vraie valeur ajoutée à ma vie – des livres auxquels je fais toujours référence de temps à autre.

— Et c’était dur de te séparer des autres ?

— Oui, car je me suis rendu compte qu’ils faisaient partie de mon identité. Ils étaient une partie de moi. Et une fois que quelque chose devient une partie de ton identité – une fois que ça devient une partie de toi – il est difficile de t’en séparer.

— Incroyablement dur, dit Ryan. J’imagine que c’est vrai pour tout ce qu’on laisse faire partie de notre identité. Comme nos carrières, nos voitures, nos maisons, nos affaires, nos objets dotés d’une valeur sentimentale, nos collections stupides de DVD, il montre alors du doigt deux grandes boîtes étiquetées « DVDS #1 » et « DVDS #2 » puis fait semblant de se pendre de honte.

— En tant qu’ancien *collectionneur*, je suis d’accord. Et j’irais même un peu plus loin : je pense que *l’acte de collectionner* en lui-même est dangereux.

— Dangereux ?

— Oui, il peut l’être. Collectionner des biens matériels est, de bien des façons, un peu comme l’accumulation compulsive. Le mot *collectionneur* sonne juste mieux que son homologue.

— Mais qu’est-ce que tu racontes ? Collectionner ce n’est pas la même chose qu’accumuler de façon compulsive. C’est genre l’exact opposé.

— Pas vraiment. La plupart du temps, c’est exactement la même chose que l’accumulation compulsive.

Ryan me regarde d’un air suspicieux, comme si je venais de péter sous ses yeux.

« Tu ne me crois pas ? Faisons une petite recherche. » Je lance l'application du dictionnaire des synonymes sur mon téléphone. Celle-ci me donne alors les différents synonymes du mot *collection* : pile, amas, réserve, *accumulation compulsive*. Je tends le téléphone à Ryan avec un sourcil haussé. Il y jette un coup d'œil, puis hoche sa tête en signe d'approbation avant de me rendre mon téléphone.

« C'est étrange », dis-je. Il y a une myriade d'émissions de télévision, de sites web et de clubs en tous genres dédiés à la collection d'objets – je ne parle pas de la *création* d'objets mais bien leur collection. Et bien que je ne pense pas qu'il y ait quoi que ce soit de fondamentalement mauvais à posséder des biens matériels, je me demande vraiment pourquoi beaucoup d'entre nous en ressentent le besoin. Quel est le but ? Pourquoi donne-t-on tant de signification à nos affaires ? Si on tire une vraie plus-value de la collection en elle-même, alors super – continue de collectionner. Mais bien souvent, toutes ces choses que l'on collectionne n'ajoutent rien à nos vies. Au contraire, elles deviennent une partie de nous et agissent telles des ancrées malveillantes.

— Des *ancres* ?

— Oui. Des ancrées.

— C'est intéressant. Je n'ai jamais considéré l'ancre comme quelque chose de malsain. J'ai tendance à penser que les personnes équilibrées – tu sais, les personnes qui réussissent – sont celles qui sont bien *ancrées*.

— Oui. J'ai pour ma part entendu bon nombre de personnes me qualifier ainsi – et c'était un compliment.

— C'est vrai ça. On l'utilise comme un compliment sans vraiment penser à ce que le mot signifie.

— Mais ça serait bien que l'on prenne ces sortes de truismes communément acceptés et qu'on les retourne sur leur axe.

— Pour explorer l'autre face de ces platitudes.

— Exactement. *Ancré* peut signifier *équilibré* pour certaines personnes, mais réfléchis-y – qu'est-ce qu'une ancre ? Genre dans la vraie vie, au sens physique du terme ?

— La chose qui garde un bateau dans la baie.

— Oui, planté dans le port. Coincé à un endroit précis. Incapable de goûter à la liberté de l'océan.

— Putain. T'as raison.

— En tant que mecs ancrés, on a tous les deux beaucoup d'ancres, n'est-ce pas ? Je veux dire que l'on a beaucoup de choses qui nous empêchent d'être libres – des choses qui nous

empêchent d'être heureux. » J'ouvre mes bras pour indiquer la chambre autour de nous remplie d'affaires. « Peut-être que le fait d'être *ancré* n'est pas nécessairement une bonne chose.

— Tu as manifestement beaucoup réfléchi à la question ces derniers temps.

— En effet. Quand ma mère a découvert qu'elle avait un cancer il y a deux ans environ, je me suis assis et j'ai fait la liste de toutes mes ancrées personnelles, toutes les composantes qui m'empêchaient d'atteindre la vraie liberté. Ça m'a ouvert les yeux.

— Ouvert les yeux, c'est-à-dire ?

— J'avais des ancrées partout. J'ai rempli trois pages de bloc-notes avec quatre-vingt-trois ancrées au total.

— Quatre-vingt-trois ? demande Ryan d'un air incrédule.

— Quatre. Vingt. Trois. Et je me suis rendu compte qu'être une personne ancrée était une chose insupportable.

— Tes ancrées t'empêchaient de mener la vie que tu souhaitais ?

— Oui, et certaines d'entre elles le font toujours. Je pense que la majorité des ancrées nous empêchent de trouver une satisfaction durable. Attention, je n'ai pas dit que toutes les ancrées étaient mauvaises.

— Genre quoi – genre quels types d'ancrées sont mauvais ? » demande Ryan.

— Pour moi, il s'agissait de toutes sortes de choses : les possessions matérielles étaient les ancrées les plus évidentes, une sorte de manifestation physique de ce qui m'empêchait d'avancer dans la vie. Mais il y avait aussi des choses comme mon prêt immobilier, mon crédit pour la voiture, la grande majorité de mes factures, mais aussi toutes mes autres dettes. Une somme tout bonnement énorme, astronomique, somme que je me suis attelé à rembourser un peu chaque jour depuis quelques années maintenant. Et puis il y avait aussi – et il y a toujours – d'autres choses qui m'empêchent d'être libre, comme les relations ou ma carrière par exemple.

— Ta *carrière* ? Vraiment ?

— Oui, vraiment. Tout comme certaines, humm, relations de merde.

— Relations de merde ? T'es en train de parler de Melissa là ? ⁴²

Je me mets à rire. « Tu ne peux pas changer les personnes autour de toi, mais tu peux changer les personnes autour de toi. »

Ryan hausse ses deux sourcils avec un certain dédain.

— Certaines relations vont à l'encontre de nos propres intérêts, dis-je, et ces relations sont des ancrées.

— Comment une relation peut-elle être une ancre ?

⁴² J'espérais vraiment que tu changes son nom dans le livre.

- Imagine que t'es dans une relation avec quelqu'un.
- Je *suis* dans une relation avec quelqu'un.
- Je sais. Mais pour ma petite analogie, imaginons que tu es dans une relation avec une personne hypothétique.
- Ok très bien.
- Réfléchis à comment tu as pu rencontrer cette personne hypothétique : où, dans quelles circonstances, et cetera.
- Ok.
- Comment vous êtes-vous rencontrés ?
- On s'est probablement rencontrés dans un bar, dit-il, ou au travail.
- Ok. C'est donc une relation basée sur le côté pratique et la proximité.
- Mais c'est comme ça que les gens se rencontrent. On fait connaissance dans un endroit X, on dit "Salut, est-ce que je peux te payer un verre ?" ou "Bonjour, je m'appelle Ryan ; c'est un plaisir de te rencontrer." C'est comme ça qu'on fait.
- Exact, mais cette façon de rencontrer des gens est plutôt démodée maintenant.
- C'est quoi l'alternative ?
- Pendant de nombreuses années, nous avons, tout comme la majorité du reste du monde, fréquenté des gens en se basant sur la propinquité.
- Pro-pin-quoi ?
- Propinquité. Être proche de quelqu'un ou de quelque chose.
- Ah, la proximité tu veux dire.
- Correct. Bref, on a donc fréquenté des gens en ne se basant presque entièrement que sur la propinquité. Dans mon cas, et probablement dans le tien aussi, les personnes qui sont les plus proches de moi sont les personnes qui sont, bah, *les plus proches* de moi. Autrement dit, pendant la plus grande partie de ma vie j'ai passé la majorité de mon temps avec des gens avec lesquels notre plus grand point commun était la proximité : des camarades de classe, des collègues de travail, des connaissances, des potes de réseautage, et autres. »
- Et qu'est-ce qu'il y a de mal là-dedans ?
- Ce n'est pas une question de bien ou de mal. La majorité de ces personnes ne se sont pas mal comportées avec moi, mais mise à part la proximité géographique, on n'avait que très peu de choses en commun. La plupart du temps, on ne partageait pas les mêmes valeurs ou croyances. Et soyons honnêtes, les valeurs et les croyances c'est le fondement de n'importe quelle relation profonde. Au final, on n'avait donc pas le moindre intérêt commun.
- Intérêt ?

— On ne s'intéressait même pas aux mêmes choses. Pense à cette femme hypothétique que tu as rencontrée dans le bar ou au travail. Qu'est-ce que vous avez en commun ?

— Je ne sais pas trop.

— Et bien les seuls points communs dont vous pouvez être sûrs sont que vous aimez tous les deux aller dans les bars et que vous avez tous les deux une carrière.

— Mais je n'aime même pas trop aller dans les bars.

— Exactement. Et je sais aussi que tu n'es pas passionné par ton travail. Donc vos points communs ne sont même pas des choses que tu apprécies, ce qui est le cas pour bon nombre de relations naissantes. Et après on se demande pourquoi elles ne fonctionnent pas. »

— Mais si on ne rencontre pas les gens dans les endroits habituels, on les rencontre où alors ?

— Je pense que rencontrer des gens devrait être un acte plus délibéré.

— Ce qui veut dire ?

— Tout ce truc du minimalisme m'a aidé à vivre plus délibérément. En conséquence, mes relations sont plus délibérées également. Mises à part deux de mes relations les plus proches – toi et Keri – et quelques amitiés du monde de l'entreprise, j'ai noué mes relations les plus significatives en ligne.

— Genre sur Internet ?

— Tout à fait. J'ai rencontré la plupart de mes amis les plus proches sur Internet.

— Vivre dans le futur.

— C'est une chose bizarre à dire, assurément. Mais c'est la magnifique vérité. Et pour de bonnes raisons.

— Mais tu n'as pas l'impression que les femmes avec qui tu sors ont un problème avec ton style de vie minimaliste ?

— Pas vraiment. Sincèrement, pourquoi diable voudrais-je passer des moments de vie avec quelqu'un qui ne partage pas des valeurs ou intérêts similaires ? Mon style de vie est basé sur certains principes, et donc mes relations – intimes ou autres – doivent s'aligner sur ces derniers.

— Et si tu aimes vraiment l'autre personne, mais qu'elle est différente de toi ?

— Être différent c'est super. Parfois. La différence donne naissance à l'alchimie, et c'est cette alchimie qui rend la relation passionnante ; elle apporte de la diversité. Mais sur le long terme, il est difficile de croître avec quelqu'un si vous grandissez tous les deux dans des directions opposées, ce que tu feras inévitablement si tu ne partages pas des valeurs ou croyances similaires. Donc au final tu as besoin des deux : un juste équilibre entre ce qu'il faut de différence pour

empêcher la relation de devenir ennuyeuse, et assez en commun pour que les fondations soient solides.

Ryan approuve de la tête et enlève une poussière invisible de sa chemise.

« Mais tu vois, je continue, grâce à Internet, toi et moi ne sommes plus relégués par la propinquité. On n'est plus forcé de s'engager dans des banalités inutiles pour en extirper une petite dose d'intérêt commun. On n'a plus à traîner avec le mec ou la fille du box voisin en dehors des heures de boulot. A la place, on peut partir à la recherche de personnes avec des valeurs et croyances similaires aux nôtres.

— En ligne tu veux dire ?

— Oui. Le monde virtuel m'a guidé vers la majorité de mes relations les plus enrichissantes. Des douzaines de personnes me viennent à l'esprit immédiatement. J'ai fait la rencontre d'une tonne d'amis géniaux. Et en plus de ces amitiés, j'ai aussi eu la chance de pouvoir expérimenter quelques relations intimes – des relations pleines de vie qui ont façonné la personne que je suis aujourd'hui.

— Du fait des points communs ?

— Bingo. Toutes mes relations nouvelles ont deux points communs : nous nous sommes rencontrés grâce à Internet, et nous voyons le monde plus ou moins du même œil. Cela ne signifie pas que l'on est toujours d'accord sur tout, ou que l'on a les mêmes goûts, opinions, ou personnalités – on est des êtres humains, pas des robots bon sang – mais nos intérêts communs nous permettent de forger des liens qui sont fondés sur quelque chose qui a plus de sens que la proximité.

— Et comment tu fais pour rencontrer des gens sur Internet ? La curiosité de Ryan est clairement piquée.

— J'aimerais bien qu'il y ait une réponse simple, mais du fait que le web est si vaste, il existe d'innombrables façons de rencontrer des gens en ligne. J'ai rencontré Colin Wright via son site web. J'ai rencontré mon pote Julien quand on a commencé à échanger des mails sur le pain.

— Le pain ? Je ne vais même pas essayer d'en savoir plus.

— J'ai rencontré d'autres personnes sur OkCupid ou les réseaux sociaux. Twitter marche souvent le mieux pour moi, mais il y a des centaines d'autres façons d'entrer en contact et d'établir des nouvelles connexions avec des personnes qui partagent les mêmes codes moraux que toi. »

Je peux voir les roues dentées s'activer dans la tête de Ryan.

« Donc d'après toi, Internet est l'endroit pour rencontrer de nouvelles personnes on est d'accord ?

— Je pense que oui. Bien que cela ne signifie pas je pense qu'il faille uniquement passer le net au peigne fin pour trouver des gens qui partagent nos mœurs. Mais il est important de se rendre compte que nous ne sommes plus confinés par la proximité ; on n'est plus forcé de trouver une âme sœur ou un ami au bar du coin. On peut s'aventurer plus loin et trouver quelqu'un avec qui on est compatible, quelqu'un qui en vaut la peine. Après tout, les interactions qui en valent la peine donnent plus de sens à la vie ; c'est pour elles que la vie vaut la peine d'être vécue. Sans elles, on serait forcé de partir à la rencontre du monde avec des gens qui ne nous comprennent pas et qui donc ne nous soutiennent pas et ne se préoccupent pas de nous. Ou pire, on serait forcé d'affronter le monde complètement seul, ce qui n'est pas une proposition plaisante. Même pour un introverti comme moi.

— Je vois. Et tu me parlais des relations de merde...

— La plupart du temps, on développe des relations par commodité. Il est donc normal que beaucoup d'entre elles échouent.

— C'est un peu fort comme mot – *échouer*.

— Oui mais c'est le mot juste. Mais pas échouer dans le sens télévisuel du terme où deux personnes crient, se battent et jettent les vêtements de l'autre par la fenêtre. Plus *échouer* dans le sens où la plupart des relations sont *correctes* ; elles sont bonnes, mais elles ne sont en aucun cas exceptionnelles. Ceci est dû au fait que la plupart des relations – celles basées sur la commodité – n'ont pas les composantes nécessaires qui permettent de construire un lien prospère entre les deux individus, des composantes importantes comme le soutien moral ou la confiance. Quand une relation naît de la commodité, de la proximité, ou uniquement du fait de l'alchimie, elle est vouée à l'échec. On a besoin de plus que la présence physique d'une personne pour maintenir une connexion qui a du sens. Mais souvent on garde les gens dans notre entourage car... bah simplement car ils sont déjà là.

— Ok j'ai compris. Il est facile de tisser des liens avec un collègue de travail, un camarade de classe ou quelqu'un qui traîne toujours dans les parages – même si ces liens n'ajoutent pas vraiment de valeur ajoutée à nos vies.

— Et il est encore plus facile de rester dans ce type de relations.

— Oui certainement. Mais pourquoi ?

— Car les vieilles relations sont pratiques, et en commencer de nouvelles est difficile – cela requiert du travail. Comme pour tout ce qui nous intéresse dans la vie.

— Mais des fois on s'accroche pendant trop longtemps.

— Ouaip. Par le passé, on s'est tous accrochés à quelqu'un qui ne le méritait pas. Et pour la plupart d'entre nous, on a toujours quelqu'un dans nos vies qui nous puise notre énergie

continuellement : quelqu'un qui ne nous soutient pas. Quelqu'un qui puise, puise, puise, sans donner en retour. Quelqu'un qui ne contribue que très peu et nous empêche de grandir. Quelqu'un qui joue en permanence la victime.

— Les victimes deviennent les persécuteurs.

— Exactement. Et les persécuteurs sont dangereux. Ils nous empêchent de nous sentir comblés. Ils nous empêchent de vivre des vies pleines de sens. Avec le temps, ces relations négatives deviennent une partie de notre identité - elles nous définissent, elles deviennent ce que nous sommes.

— Mais c'est dur de se débarrasser des relations négatives comme ça.

— Dur, oui. Mais pas impossible. On peut déjà commencer par tenter de réparer la relation, ce qui est de toute évidence la solution préférable. Les gens changent avec le temps, c'est donc aussi possible pour les relations. Tu peux changer la façon dont la relation fonctionne – qu'il s'agisse d'un mariage, d'une amitié, ou de la famille – sans complètement tout laisser tomber.

— C'est ce que tu penses ?

— Oui. Cela requiert de s'asseoir avec la personne qui draine ton énergie et lui expliquer ce qui doit changer afin que votre relation fonctionne. Explique-lui que tu as besoin de plus de soutien, que tu as besoin d'elle pour te développer, qu'elle compte à tes yeux mais que la relation dans son état actuel ne te rend pas heureux. Explique-lui que tu ne veux pas la changer en tant que personne ; ce que tu veux c'est simplement changer la façon dont votre relation fonctionne. Et bien sûr demande-lui ce qu'elle souhaiterait changer dans la relation elle aussi. Demande-lui comment tu peux faire pour apporter plus de valeur ajoutée. Puis écoute attentivement.

— Et si tu n'es pas capable de changer la relation ?

— Tu peux y mettre un terme définitivement, ce qui n'est pas facile je te l'accorde. Et cela s'applique à n'importe quelle relation : famille, amis, amants, collègues, connaissances. Si quelqu'un ne fait qu'apporter du négatif à ta vie, il est parfaitement acceptable de lui dire : "Cette relation ne me convient plus, mettons-y un terme - il faut que je passe à autre chose." C'est OK de passer à autre chose.

— C'est plus facile à dire qu'à faire, dit Ryan.

— Beaucoup plus facile à dire qu'à faire, je suis d'accord. Mais si tu es dans une relation pourrie, tu te dois à toi-même de tourner la page. Tu te dois à toi-même d'être heureux dans les relations que tu as tissées. C'est toi qui a le contrôle. Par ailleurs, tourner la page est parfois la meilleure façon pour développer de nouvelles relations, des relations qui te rendent plus forts. En repartant de zéro, les mains vides et le cœur plein, tu peux construire des relations plus apaisantes, plus solides, avec plus de compassion mutuelle – des relations qui te permettent de

prendre du plaisir, d'être heureux, et de contribuer au-delà de toi-même. Ce sont ces relations pleines de sens dont on a tous besoin.

— Et quel est notre rôle à nous dans la relation ?

— En effet, il est aussi important de faire sa part du travail. Crucialement important même. Toi aussi tu dois apporter quelque chose à la relation. Pas en achetant des cadeaux et en octroyant une dimension marchande à ta relation, mais en étant présent chaque jour à montrer à quel point tu tiens à l'autre, à prouver ton amour de façon répétée, à te plier continuellement en quatre pour aider ton conjoint à s'épanouir. Les deux personnes se doivent de faire leur part du travail pour cultiver au mieux la relation. Ce n'est seulement qu'à ce moment-là qu'elles seront satisfaites de ce qu'elles ont construit.

— Donc si je résume, en se débarrassant de l'ancre des relations néfastes, on peut ensuite en tisser de meilleures qui sont plus intéressantes pour nous.

— Exactement. Des relations qui répondent au mieux aux besoins de chacun.

— Et tu as dit aussi que tu pensais que ta *carrière* était une ancre ? demande Ryan, paraissant plus choqué par cette déclaration que par l'ancre associée aux relations.

— Oui. C'est une ancre considérable. Elle me prend tout mon temps.

— Mais tu as un super boulot ! Et tu es vraiment bon en plus.

— Non. Mon job est juste OK, c'est un boulot qui paie bien mais qui ne me satisfait pas. Merci de dire que je suis bon, mais être bon dans quelque chose ne veut pas dire que ce quelque chose s'aligne avec mes valeurs. Je ne hais pas mon boulot, mais je suis loin de l'aimer profondément. Je ne suis en aucun cas passionné par ce que je fais.

— La plupart des gens tueraient pour une carrière comme la tienne.

— C'est le problème – c'est une carrière, dis-je.

— Oui. Et alors ? En quoi est-ce un problème ?

— Regardons un peu ta journée moyenne. Ta journée moyenne de semaine. Qu'est-ce que tu fais ?

— Je travaille genre dix ou douze heures par jour.

— OK. Et qu'est-ce que tu appelles ton travail ?

— Qu'est-ce que tu veux dire par qu'est-ce que je l'appelle ?

— Quoique tu fasses pour gagner ta vie, je pense que ton niveau d'attachement à ton travail peut être mesuré par l'étiquette que tu donnes à cette activité. Les gens tendent à donner trois étiquettes : métier, carrière, et mission. Quand tu parles de ton travail, quel terme utilises-tu ?

— Je suppose que j'avais un métier quand je travaillais pour mon père, avant que je te rejoigne dans le monde de l'entreprise, dit Ryan.

— Oui, et bien un *métier* est probablement la réponse la plus courante – le train-train quotidien. Même les gens au chômage cherchent un *métier*. C'est un impératif culturel. Le rêve américain. C'est ce qu'on nous enseigne. On nous enseigne de travailler sans trop réfléchir au lycée puis à l'université, à faire des choses qui nous importent peu, pour ensuite se trouver un bon métier avec une paye stable, des bons avantages, et peut-être même un plan de retraite si on est chanceux. On nous enseigne à faire un métier qui détruit notre âme pendant genre quarante ans afin qu'un jour on puisse prendre notre retraite et profiter de nos vies pendant genre trois ans.

— Trois ans ?

— Oui. Il y a peu de temps j'ai vu une étude d'un actuinaire d'une compagnie d'assurances qui montrait que la durée de vie d'un retraité homme est à peu près de trois ans après le départ en retraite.

— Merde.

— Merde en effet. On nous dit de travailler dur et sans trop réfléchir pour une entité qui ne vit même pas, à faire don de notre denrée la plus précieuse – notre temps – pour un salaire.

— Vivre pour travailler, à la place de travailler pour gagner assez d'argent pour vivre.

— Précisément. En fin de compte, la plupart d'entre nous en arrive à croire qu'il y a plus de valeur dans une paye – et tout ce que la paye nous permet d'acheter – qu'il y en a dans la vie en elle-même.

— Mais on a tous besoin de gagner de l'argent pour vivre.

— Absolument. On a tous besoin d'argent pour se trouver un endroit où vivre, de la nourriture à manger, des vêtements pour nous garder au chaud, des soins médicaux, et quelques autres besoins essentiels. Mais cette chose que tout le monde appelle le rêve américain, c'est dénué de sens. Le rêve américain ne va pas nous rendre heureux. Et même, pour beaucoup de gens, la poursuite de cet idéal les étouffe plus qu'autre chose et est une entreprise vouée à l'échec. Et pourtant, on continue sans cesse à chercher de meilleurs *métiers*.

— Mais j'ai l'impression que ce que je fais là pour gagner ma vie est plus proche de la *carrière*. Quelque chose de plus adulte, de plus mature.

— D'accord. Tu as travaillé dur et tu t'es créé une carrière. J'avancerais cependant qu'une *carrière* est une des choses les plus dangereuses si tu veux un jour pouvoir t'épanouir pleinement.

— C'est ridicule.

— Mais non. Les carrières sont dangereuses car les gens y investissent tant de leur personne qu'ils établissent une identité et un statut social basé sur où ils travaillent et ce qu'ils font pour gagner leur vie. Réfléchis-y : une des premières choses qu'une personne te demande quand tu la rencontres est "Qu'est-ce que tu fais dans la vie ?" En surface, cela semble être une question plutôt naïve, n'est-ce pas ? Mais la question implicite n'est pas "Qu'est-ce que tu fais ?", qui de par sa nature est plutôt vaste et pourrait renvoyer à des milliers de choses : je suis bénévole à la soupe populaire, je travaille à Walmart, j'aime aller à la pêche le week-end, je fais de l'exercice cinq fois par semaine, et cetera. Non, la question implicite est "Qu'est-ce que tu fais pour gagner ta vie ?", ou "Comment est-ce que tu gagnes de l'argent ?", ou simplement "Où travailles-tu ?", qui sont toutes des questions différentes de la question de départ. Ce que cette question prétendument innocente en fait nous dit c'est : "Je vais te juger en tant que personne sur la façon dont tu gagnes ton argent, et je t'assignerai un statut social basé sur ta profession." N'est-ce pas une des premières questions que tu as tendance à poser aux gens ?

— En effet. Mais je n'y ai jamais vraiment pensé de cette façon. Après oui, je suppose que c'est plus ou moins le cas – ma fonction dans mon boulot représente une grande partie de qui je suis.

— C'est parce que nous avons à répondre à cette question trop souvent que nous nous sommes enracinés à nos carrières – on établit "Ce qu'on fait" en tant que notre identité centrale, et on donne à nos professions bien plus de valeur sociétale qu'elles ne le méritent. Une fois que quelqu'un définit sa personne par sa carrière, il lui est dur de perdre cette identité, même s'il s'avère qu'il hait sa carrière.

— Ouais, genre "Je ne veux pas travailler ici, mais c'est juste qui je suis !" J'ai déjà entendu ça. Et je me suis déjà entendu le dire de temps en temps aussi.

— Fort heureusement, il y a de biens meilleures façons de répondre à la question Qu'est-ce-que-tu-fais ?

— Comment ?

— Je me suis rendu compte que les gens sont programmés pour poser cette question sans vraiment y réfléchir. Ce n'est pas vraiment différent de quand on demande "Comment vas-tu ?" Donc la meilleure chose à faire est d'amener la personne à vraiment réfléchir à la question stupide qu'elle vient de poser. Quand on me présente cette question ces derniers temps, je tends à y répondre en parlant de ce dont je suis passionné à la place de débiter le discours tout prêt sur ma profession.

— Donc à la place de dire que t'es un manager régional ou je ne sais quoi, tu dis quoi ?

— Je dis "Je suis passionné par l'écriture", et puis s'en suit la phrase "Et toi, qu'est-ce qui te passionne ?", ce qui redirige complètement la conversation, changeant sa trajectoire de qu'est que tu *fais*, à de quoi êtes vous tous les deux passionnés, ce qui est bien plus intéressant pour tout le monde.

— Ça a l'air assurément plus intéressant.

— En changeant ma façon d'aborder cette question, cela m'a permis de me défaire de cette ancre de la carrière. J'ai découvert que ta vie devrait être ta vraie identité – toutes les choses qui t'intéressent, pas comment tu fais pour gagner un salaire.

— Qu'est-ce que t'es en train de dire là – que tu pourrais quitter Broadspan ? »

Je jette un coup d'œil à la pièce nue, comme pour voir si un microphone n'a pas été planqué quelque part. C'est une question délicate, avec une réponse qui te fait franchir une sorte de point de non retour. Mis à part les cartons, Ryan, et moi, la pièce est profondément vide, et calme. Je prends une profonde inspiration et dit : « Je ne m'imagine pas rester dans les parages beaucoup plus longtemps. Peut-être encore genre cinq années. Peut-être moins. »

Le visage de Ryan se contorsionne, n'arrivant pas à traiter mes mots. « Mais comment est-ce que tu ferais pour gagner de l'argent ?

— Je ne suis pas sûr exactement. Mais là encore ma relation avec l'argent a changé de façon assez significative durant les deux dernières années.

— Changé ? Tu as toujours besoin d'argent on est d'accord ? demande Ryan.

— Oui, mais je ne conçois plus l'argent comme j'avais l'habitude de le faire. Pendant la plus grande partie de ma vie, j'ai pensé que l'argent était plus important qu'à peu près tout le reste. J'ai donc fait des sacrifices pour gagner de l'argent, puis j'ai fait plus de sacrifices pour gagner plus d'argent, et puis j'ai fait encore plus de sacrifices pour gagner encore plus d'argent. Tu sais comment ça marche : travailler beaucoup trop d'heures, délaissier sa santé, délaissier ses proches, délaissier tout ce qui est important afin de poursuivre cette quête du dollar tout-puissant.

— Oui. Plus tu délaisses de choses, plus l'argent devient important, car tout le reste tend à être mis sur le bord de la route, dit Ryan.

— Correct. Mais il manque quelque chose dans cette équation. Clairement. Ok je me suis fait beaucoup d'argent – énormément d'argent – mais le problème est que pendant la plus grande partie de mon temps j'ai dépensé encore plus d'argent. Et ça a toujours été une sérieuse source d'insatisfaction dans ma vie, quelque chose qui m'a hanté durant toute ma vingtaine.

— Ces connards de *La Famille Jones* sont impossibles à suivre.

— En effet. Je dépensais plus que ce que je rapportais à la maison, et pour des raisons évidentes l'équation ne pouvait jamais s'équilibrer. Ainsi l'argent était la plus grande source de mécontentement dans ma vie.

— C'est vrai que t'as gâché beaucoup d'argent.

— Ouais bon, j'ai été stupide. Mais je n'ai pas été stupide seulement car je balançais mes revenus par la fenêtre. Non, j'étais bien plus stupide encore de par la valeur que j'accordais à l'argent. Je me disais à moi-même que j'étais un numéro, comme s'il y avait un signe "dollar" au-dessus de ma tête ; on pouvait m'acheter. J'ai dit aux autres qu'ils pouvaient prendre mon temps et ma liberté en échange de petits bouts de papier vert avec des visages de propriétaires d'esclaves morts imprimés dessus.

— C'est une façon de le dire. Mais qu'est-ce qui a changé donc ?

— J'ai arrêté d'accorder autant d'importance à l'argent. Bien sûr, j'ai besoin d'argent pour acheter le nécessaire de base, mais je n'ai pas besoin de galérer pour gagner de l'argent pour acheter des conneries dont je n'ai plus besoin. Cette chose du nom de minimalisme m'a permis de me débarrasser de l'excès dans ma vie, et m'a ainsi permis de me concentrer sur l'essentiel.

— Qu'est-ce que tu fais de si différent ?

— Maintenant, avant de dépenser de l'argent je me pose la question : "Est-ce que ça vaut ma liberté ?" Par exemple : Est-ce que ce café vaut deux dollars de ma liberté ? Est-ce que cette chemise vaut trente dollars de ma liberté ? Est-ce que cette voiture vaut trente mille dollars de ma liberté ? En d'autres mots, vais-je tirer plus de valeur ajoutée de la chose que je suis sur le point d'acheter, ou vais-je tirer plus de valeur ajoutée de ma liberté ?

— Ça semble être une question qui vaut la peine d'être posée.

— A partir du moment où j'ai commencé à me la poser assez souvent, c'est devenu habituel. Et maintenant, je suis moins dépendant de mes revenus. Je ne dis pas que je n'ai pas de dettes du tout, mais j'ai dû rembourser genre quatre-vingt pour cent de mes dettes – principalement en dépensant moins. J'appelle ce plan de réduction de la dette le plan Ramen Noodles.

— Ramen Noodles ?

— Bah oui. La meilleure façon de s'accorder une augmentation est de dépenser moins d'argent. Ces derniers temps, je sais que chaque dollar que je dépense ajoute une valeur considérable à ma vie. Il y a un toit au-dessus de ma tête la nuit, les livres ou la musique que j'achète apportent une valeur indescriptible à ma vie, les quelques habits que j'achète me gardent au chaud, les expériences que je partage avec les autres pendant un film ou un concert ajoutent de

la valeur à ma vie et à la leur, et un repas du China Garden avec mon meilleur ami est bien plus chargé de sens qu'une excursion au centre commercial.

Ryan esquisse un sourire timide ; un regard de gratitude se forme sur son visage.

— En gros, je ne gâche plus mon argent, et donc il est devenu bien moins important d'avoir à m'en procurer sans cesse. Je n'ai plus besoin du même revenu qu'avant.

— Mais comment tu fais pour payer les factures qui te restent ? Même si tu en as moins, tu vas toujours devoir payer pour la base – la location, les charges, la nourriture, l'assurance.

— Je ne sais pas exactement comment encore. Mais honnêtement, j'en suis arrivé à un point où je pourrais me débrouiller en travaillant dans un café si je le devais. Ça ne serait pas l'idéal, mais ça serait exponentiellement mieux que de travailler pour une société dont les valeurs ne sont plus en phase avec les miennes.

— Donc tu veux faire quoi alors ? Tu veux essayer de gagner de l'argent en faisant quelque chose qui te passionne ?

— Je pourrais essayer de gagner ma vie en tant qu'écrivain.

— Comment est-ce que tu ferais ça ?

— Je ne suis pas sûr, mais pleins d'autres gens l'ont fait.

— Et si tu échoues ?

— Et si j'échoue ? Comme je l'ai dit, je pourrais toujours travailler au café du coin, dis-je, puis il me vient à l'esprit de m'étendre un peu plus sur la question de Ryan. C'est une bonne question, cependant – *et si ?* Je pense que l'on devrait se la poser plus fréquemment. Mais aujourd'hui je pense que la plupart d'entre nous se pose généralement la question *et si ?* pour les mauvaises raisons.

— Hein ?

— Quand on était enfants, on avait l'habitude de la poser tout le temps, pas vrai ? *Et si* on construisait une cabane dans les arbres ? *Et si* on avait un trampoline ? *Et si* on pouvait voler ?

— Ouais, dit Ryan avec un air de nostalgie de son enfance.

— On posait tout le temps la question *Et si ?* avec tant d'optimisme, mais maintenant à chaque fois qu'on la pose j'ai l'impression qu'on est apeuré.

Ryan se sert de son T-shirt pour essuyer la sueur qu'il a sur son front.

— On est juste des chiens, tenus en laisse par nos propres peurs, dis-je, ce qui sonne beaucoup moins bien dit à voix haute.

— *Et si ?* est devenu anti-bénéfique, réalise Ryan.

— Oui en effet, mais rien ne nous interdit de voir les choses autrement. Il faut faire un choix. Donc : *Et si* je réussis au final ?

— J'aime ça. Donc si tu décides de devenir un écrivain à temps plein, comment t'y prendrais-tu ?

— Je ne suis pas complètement sûr, mais tu te souviens de ce gars dont je t'avais parlé : Colin Wright ?

— Le voyageur ?

— Oui.

— Qu'est-ce qu'il vient faire dans l'histoire ?

— Tu te souviens, je t'avais dit que j'avais déjeuné avec lui cet été.

— Ouais et ?

— Eh bien, on a eu une longue conversation sur l'écriture et l'édition, et il m'a dit que je devrais lancer un blog.

— C'est quoi un blog ?

Les soirées d'octobre ont tendance à se pointer brusquement dans l'Ohio. Il n'est pas encore 18h que l'appartement de Ryan s'est déjà vidé de la lumière du jour. Un lampadaire clignote juste devant la fenêtre, mettant en vedette une rangée de boîtes aux lettres positionnée en bordure de la rue. Une voiture passe lentement, ses phares éclairant les gouttelettes de pluie sur son passage. Un chien aboie quelque part dans le voisinage, ce qui effraie le chat de Ryan qui se met à dévaler dans l'appartement. Il fait noir ici. La première chose que Ryan est forcé de déballer de sa nouvelle collection de cartons est une lampe. Demain est le Jour Un⁴³.

⁴³ J'ai passé les trois semaines suivantes à déballer seulement les objets dont j'avais besoin, prenant le temps chaque soir d'écrire dans un journal le récit de cette expérience. Ci-après vous trouverez des fragments de mon rite initiatique de vingt-et-un jours :

Jour 1 : La nuit dernière avant d'aller au lit, j'ai déballé ma brosse à dents et mon gel nettoyant pour le visage. J'ai aussi « déballé » mon lit, des draps, et une couette. Et également : les bols d'O'Malley, sa nourriture, et un de ses jouets. (Si j'essaye ce truc minimaliste, alors mon chat aussi, merde !). Puis ce matin avant de partir travailler j'ai sorti une serviette et des produits de toilette : shampoing, savon, rasoir, etc., suivi par les nécessités de base : un costume, une chemise à manches longues, une cravate, des chaussettes, des chaussures, et une ceinture. Par contre, j'ai été stupéfait de voir que les trois premières choses que j'ai déballées quand je suis rentré chez moi après une grosse journée de travail étaient... mon canapé, la télévision, et Internet. Dès que je suis arrivé chez moi, j'ai enlevé les draps du canapé et de la télé, puis j'ai sorti le modem sans-fil, l'ai branché, et l'ai mis en route. C'est un peu embarrassant d'avouer que je me tourne vers les objets pacificateurs en premier. Bon, tant pis. Et puis de toute façon personne ne lira jamais ces lignes.

Jour 2 : Je me suis réveillé ce matin et je me suis demandé : pourquoi y a-t-il un écho bizarre dans mon appartement ? Je ne plaisante pas. Cela sonne différent là-dedans. Une sorte de calme étrange. Le son du minimalisme ?

Jour 3 : Jusqu'ici, je suis loin d'avoir déballé autant de choses que ce que j'avais anticipé. Un peu de vaisselle. Une casserole et une poêle. Quelques ustensiles de cuisine. Deux costumes (je me

rends compte maintenant à quel point je n'aime pas porter de costume pour aller travailler chaque jour de la semaine). Quelques produits de nettoyage. De quoi d'autre ai-je besoin ?

Jour 4 : En plus du nouvel écho, mon appartement n'a également plus la même allure. « Militairement rangé » est la meilleure façon de le décrire. Quatre-vingt-dix pour cent de mon bordel – tout ce que je possède – est stocké dans une pièce, et cela fait du bien. Je suis quelque peu anxieux, mais beaucoup plus important, je me sens moins submergé. Peut-être que ça a quelque chose à voir avec tout ce truc de feng shui.

Jour 5 : Où est ma tasse à café fétiche putain ?!!!

Jour 6 : Après avoir amené les neufs sacs de déchets au bord du trottoir pour l'éboueur, je bois un verre d'eau et lave le verre juste après l'avoir utilisé (cela me change considérant qu'avant je l'aurais mis dans le lave-vaisselle et j'aurais utilisé un nouveau verre plus tard qu'en j'en aurais eu besoin). Je me suis alors rendu compte à quel point j'étais paresseux. Sérieusement. Mon lave-vaisselle a besoin d'environ une heure pour compléter un cycle. Si je faisais la vaisselle moi-même, j'en aurais pour cinq minutes environ. Cela en vaut la peine, compte tenu que je gagne seulement cinq minutes de temps en laissant mon lave-vaisselle faire le travail à ma place, sans mentionner l'argent que cela coûte de le faire tourner.

Jour 7 : O'Malley a l'air d'apprécier son unique jouet bien plus qu'avant, maintenant que c'est le seul jouet qu'il a.

Jour 8 : J'ai à peine touché à la plupart des affaires que j'ai mises en carton il y a une semaine. Cela me fait un peu bizarre. Je pensais que j'allais en déballer plus que ça.

Jour 9 : Temps et argent : on agit souvent comme si on avait plus d'argent que de temps. C'est presque un impératif culturel de nos jours. Cependant, cela n'a pas toujours été le cas. Il y a quelques décennies, la plupart des gens avaient moins d'argent et plus de temps, et ils en étaient conscients. Aujourd'hui, la tendance a changé ; les gens se retrouvent avec plus d'argent que de temps – ou au moins plus d'argent ressenti (cf. les cartes de crédit). Le lave-vaisselle d'il y a quelques jours est un bon exemple de ce phénomène. Un lave-vaisselle me fournit cinq minutes de temps que je trouve manifestement d'une plus grande valeur que l'argent que cela me coûte de le faire tourner (et l'argent que je dois déboursier pour l'acheter). J'imagine que c'est une des choses sur lesquelles le minimalisme a un impact : reprendre possession de son temps. Le temps de faire ce que l'on veut. Le temps de faire sa vaisselle, le temps de faire du snowboard, le temps de faire du wakeboard (c'est quand la dernière fois que je suis allé au lac Cumberland ?), le temps d'aider les autres dans le besoin, le temps de...

Jour 10 : Aujourd'hui, je n'ai rien débballé. Je pense qu'il faut que je le réécrive : Aujourd'hui. Je. N'ai. Rien. Débballé. Pas la moindre chose. Aurais-je déjà tout ce dont j'ai besoin ?

Jour 11 : Le temps se rafraîchit – débballé un manteau.

Jour 12 : Pourquoi ai-je un jour arrêté de réfléchir à mes croyances – et d'où elles proviennent. Pas les croyances religieuses que mon père m'a imposées quand j'étais enfant, mais toutes les autres. La somme de mes croyances. Je parle de la maison que l'on croit tous avoir besoin, des deux-enfants-et-demi que l'on pense être censés créer, des deux voitures que l'on juge nécessaires pour vivre le rêve américain. Je ne suis pas vraiment sûr d'où toutes les miennes proviennent, mais je découvre que beaucoup de mes croyances sont de pures conneries. Je suis en train d'apprendre que mon appartement, et toute la merde qu'il y a à l'intérieur, ne sont pas si importants que ce que j'ai pu le croire par le passé. J'ai débballé seulement dix à quinze pour cent de mes affaires jusqu'à aujourd'hui. Je suis vraiment surpris car quand j'ai tout mis en carton au début, j'ai emballé beaucoup de choses que je croyais vraiment nécessaires à mon quotidien. Je le croyais au plus profond de moi. Et pourtant la plupart des cartons n'ont pas été ouverts. Ils sont juste posés là. Non défaits. Inutilisés. Mon rite initiatique jusqu'à maintenant ne m'a pas seulement ouvert les yeux sur les choses que je possède, mais aussi sur le reste. Mes amis. Mes habitudes. Mon boulot. Mon appartement. Mon régime alimentaire. Ma santé. Ma famille. Mes opinions... Pour ce qui est des amis, on grandit de nos jours dans une société où l'image est tout ce qui importe (souvenez-vous de cette pub pour Sprite), et pour avoir une image « cool » on se doit de traîner avec les bonnes personnes. Ma sœur qui est adolescente, par exemple, a à peu près la moitié de mon âge et vient juste de rentrer au lycée. Comme la plupart des nouveaux, elle a cette grande inquiétude de qui l'apprécie et de qui ne l'apprécie pas. Je déteste parler comme mon grand-père, mais si je savais à son âge ce que je sais maintenant, je n'aurais pas eu si

peur, et elle non plus. Elle se rendrait compte que ses croyances sur la façon d'être cool ne sont pas ce qui lui permettra de passer d'une classe à l'autre, et ne l'empêcheront pas de prendre de mauvaises décisions. Elle croit elle aussi qu'elle doit se comporter comme les autres jeunes pour se faire accepter. Je l'ai fait quand j'avais son âge, et je trouve cela assez triste quand je regarde en arrière, car je me rends compte que j'ai laissé mes amis dicter mes habitudes (fumer de la beuh, fumer des cigarettes, se saouler, prendre d'autres drogues, etc.). Et puis il y a mes croyances vis-à-vis de mon emploi... Quand j'ai terminé le lycée, je suis allé travailler pour la petite entreprise de peinture/papier peint de mon père. Mon idée était de reprendre l'affaire familiale un jour. On a travaillé dans d'innombrables maisons à plusieurs millions de dollars, et je me suis rendu compte que la peinture et le papier peint ne me permettraient jamais de me payer une maison comme celles dans lesquelles je travaillais. J'ai donc quitté le business familial après quatre ans et j'ai obtenu un job de commercial à Broadspan. Dès que j'ai gagné ma première commission, je savais que j'étais en chemin vers le salaire à six chiffres, et je me suis dit qu'une fois que je l'aurais atteint, tout serait OK. J'ai cru que tout serait OK. Et je l'ai cru pendant les sept dernières années. Mais aujourd'hui, je réalise que à moins que je sois heureux avec ce que j'ai déjà, aucune somme d'argent ne pourra me rendre heureux. C'est ma nouvelle croyance, et après avoir rencontré nombre de personnes heureuses, je sais que c'est la vérité. Et vous savez quoi d'autre est vrai ? On construit nos propres croyances. Nos amis, nos habitudes de vie, nos métiers, notre bonheur, on décide de tout. Il faut juste choisir prudemment.

Jour 13 : Il est stupéfiant de réaliser que souvent nous n'avons pas besoin des choses dont nous pensons avoir besoin. Et il est tout aussi stupéfiant de réfléchir au coût véritable de ces choses. Le lave-vaisselle d'il y a quelques jours en est un exemple (ce n'est pas forcément le meilleur exemple qui soit, mais je trouve qu'il évoque bien la relation temps/argent). Tout ce que nous achetons a un coût supplémentaire associé – il n'y a pas que le prix sur l'étiquette. Nos affaires nous coûtent de l'argent, argent qui nous coûte du temps pour le gagner. Mais elles nous coûtent encore plus de temps car il faut s'en occuper (par exemple : nettoyer la maison, réparer la voiture, épousseter les meubles, etc.). Elles prennent aussi de l'espace dans nos maisons, nous coûtant alors encore plus d'argent car il faut se procurer d'avantage de mètres carrés pour contenir toute notre merde.

Jour 14 : Ce GPS que je voulais tant il y a six mois ? Et bien je ne l'utilise jamais ! Avant de le mettre en carton, il traînait probablement dans un tiroir fourre-tout ou un placard – à prendre la poussière. Je n'ai pas pensé ne serait-ce qu'une seule fois à le déballer.

Jour 15 : Cette chemise « qu'il me fallait à tout prix » la saison dernière ? Je ne pouvais pas vivre sans on est d'accord ? Et bien, elle est toujours dans les cartons elle aussi.

Jour 16 : [Aucune saisie]

Jour 17 : J'ai observé ma nouvelle voiture aujourd'hui. Elle est classe, elle est neuve, et elle est dotée de toutes les options. Top, n'est-ce pas ? Mais combien de paiements ai-je encore à effectuer pour la rembourser ? Seulement 57 ! Au moins, elle a des sièges en cuir qui me chauffent le cul pendant mon long trajet retour après une journée de travail de onze heures – la journée de travail que je suis forcé de réitérer demain pour continuer à payer les mensualités de la voiture.

Jour 18 : Aujourd'hui, je me suis connecté sur Amazon et j'ai acheté le Scanner Pandigital Photolink One-Touch que Joshua m'a recommandé. Je vais passer mon week-end à numériser tout ce que je peux : vieux papiers et dossiers, CD & DVD, et aussi ces trois boîtes de photos que je vais pouvoir transférer dans un cadre numérique à la place de les garder dans mon garage.

Jour 19 : Scanner toutes ces choses, les organiser sur mon disque dur, est libérateur. En plus je bénéficie d'une double sauvegarde, ce qui est top ; c'est un avantage par rapport à mes anciens papiers – dont je vais bientôt me débarrasser – qui n'existaient qu'en un seul exemplaire.

Jour 20 : Une nouvelle journée s'est déroulée sans que j'aie à déballer la moindre chose. Pas la moindre foutue chose.

Jour 21 : Ça y est. C'est le dernier jour. Quatre-vingt pour cent de mes affaires est toujours dans les cartons – oublié. Qu'ai-je appris ? Pour résumer : ce ne sont que des choses. Et je n'ai pas besoin de la plupart d'entre elles. Le fait que je les possède ne fait pas de moi une mauvaise personne – cela signifie juste que mes priorités ont été un peu du grand n'importe quoi pendant un certain temps. Je pense que cette expérience m'a aidé à revoir mes priorités. Elle m'a aidé à me focaliser sur ce qui est important dans la vie. C'est fou de voir toutes ces affaires stockées, affaires que je n'utilise jamais. Je n'en ai juste pas besoin. Mis à part quelques objets de saison (on est en Ohio après tout), je

vais me débarrasser de tout ce qui se trouve dans ces piles de cartons qui traînent dans mon salon. Absolument tout. Cela me fait réaliser que peut-être qu'avec moins d'affaires je n'ai pas besoin du même revenu. Et si je ne suis pas entravé à mon salaire, alors peut-être pourrais-je faire quelque chose de différent, quelque chose qui me passionne.

Décembre 2010

Si tu prends la voiture pour te rendre à Cincinnati à la mauvaise heure de la journée, un trajet de quarante-cinq minutes peut rapidement se transformer en une odyssée de deux heures. Les deux autoroutes inter-états où il y a le plus de trafic – la I-75 et la I-71 – convergent puis se re-divisent ici, dans cette ville, ce qui crée aux heures de pointe un des pires bouchons du pays.

Ce matin, il n’y a pas de différence par rapport à d’habitude. La I-75 est un vaste parking, encombré par les embouteillages et la colère des automobilistes. Je pourrais littéralement me rendre dans une quincaillerie, acheter une masse pour me péter les deux jambes, puis aller au travail en étant toujours plus rapide que le trafic. Mais c’est une mauvaise idée, il gèle dehors et ces pantalons de costume ne sont vraiment pas épais. Plus loin vers l’est, au-dessus du Mont Lookout et du Mont Adams, deux des quartiers les plus riches de la ville, on dirait que quelqu’un a passé un coup de surligneur rose le long de l’horizon. Ma voiture est coincée par des voitures de chaque côté. Une expression de furie se dégage du visage de chaque banlieusard dans ce monde à la croisée des états. Ce n’est pas mon cas cependant. J’ai le sourire. Les dernières quarante-huit heures ont été, humm, transformatrices, même s’il y a sûrement un terme plus adapté.

Dans la voiture à ma gauche, un gars s’attèle à l’entretien de sa barbe de trois jours avec un rasoir électrique. A ma droite, une femme blonde aux cheveux mal crépés porte un blazer de couleur grise et chante en même temps que la radio ; le volume est si fort que je peux entendre la chanson « Clarity » de John Mayer à travers les deux rangées de fenêtres ainsi que par-dessus le ronflement continu de mon chauffage. La personne dans le SUV devant moi – je ne peux dire si c’est un homme avec une longue chevelure ou une femme aux cheveux courts – parle dans son téléphone avec véhémence. Je me trouve dans les bouchons habituels du vendredi matin.

Le gars dans mon rétroviseur central, cependant, est une autre paire de manches – incroyable, une parodie du mec à l’arrache. Je ne peux que marquer un long temps d’arrêt quand je le vois, assis sur son siège conducteur, un journal plié sur le volant, le pli supérieur se déversant sur le tableau de bord. Il y a une cuillère dans sa main droite, et un bol de céréales dans sa main gauche. Je n’ai jamais vu quelqu’un manger avec autant de férocité. On dirait qu’il sort tout droit d’un film, comme s’il était en compétition pour gagner je ne sais quel prix. Du lait coule de son

menton à chaque bouchée vorace, sa chemise et sa cravate réussissant par miracle à ne pas être touchées dans cette frénésie alimentaire. Comment fait-il pour conduire ?

Au moment où j'arrive au boulot, j'ai trente minutes de retard.

« Ça va ? me demande mon chef David qui s'arrête devant mon bureau. Il ne pose pas la question du fait de mon arrivée tardive, mais parce qu'il a à cœur de se soucier de ses employés. David McMurry, un homme sympathique et trapu que l'on peut ni qualifier de petit ou de grand, ancien joueur de tennis professionnel qui est passé cadre il y a deux décennies et demie, a plus d'empathie que la plupart des gens à son niveau. Il est habillé avec des couleurs estivales, portant une de ses chemises décontractées à col boutonné du vendredi, celle du jour étant une Tommy Bahama en soie à deux-cents dollars. Son visage avec ses pattes-d'oie et marqué de taches rouges jette un coup d'œil dans mon bureau. David a fait sa première crise cardiaque cette année.

— Oui, merci, je réponds. Mon cœur commence alors à s'emballer et à prendre le rythme binaire d'un cheval au trot.

— Je n'aime pas quand tu es en retard, dit-il sans le moindre dédain.

— Salut, écoute, j'ai terminé le plan de restructuration que tu m'as demandé de faire –

— Tu l'as fini ? Ça fait moins de deux jours. Je pensais que cela te prendrait deux semaines.

— Je sais, moi aussi. Mais c'est fait. Est-ce que tu as une minute ?

Il s'avance dans mon bureau, ferme la porte, puis vient s'asseoir en face de moi. Je peux sentir le sang qui pulse dans mon oreille gauche, mon rythme cardiaque montant en flèche, passant du trot au petit galop, puis rapidement au grand galop.

— T'es sûr que ça va ?

— Oui, ça va », dis-je, sachant très bien que je risque de m'évanouir à tout moment. J'hésite un bref moment, le tic-tac de l'horloge en arrière-fond, puis glisse le long de mon bureau un petit tas de feuilles blanches agrafées ensemble, rien d'aussi élaboré ou professionnel qu'on pourrait l'imaginer pour un plan de cette ampleur. Juste les faits. Les données ne mentent jamais, n'est-ce pas ?

David prend son temps, lisant chaque page tranquillement. La Rolex en or à son poignet gauche paraîtrait trop tape-à-l'œil et ridicule sur presque n'importe qui d'autre, mais à lui elle lui va ; c'est comme s'il était né avec.

Il marque une pause à la page quatre, intitulée « LISTE DE LICENCIEMENTS » en gras, suivie de deux colonnes contenant quarante-deux noms. Il regarde par-delà ses lunettes de lecture, comme si elles avaient rendu clairs les mauvais mots. Un air de confusion déforme les traits de son visage. « Est-ce que c'est une blague ? »

Deux jours auparavant, le mercredi 8 décembre 2010, j'ai reçu l'appel de David McMurry. « Fait partie du budget de l'année prochaine », il parlait avec des bouts de phrases, une série de tics verbaux originaux ponctués de pauses curieuses. « Huit magasins. Quarante-deux personnes. Q1. Besoin d'un plan dans deux semaines. » Cela m'avait pris des années pour apprendre son petit jargon de mec agité et nerveux, donc je savais ce qu'il disait sans besoin de clarification. Traduction : il me donnait deux semaines pour monter un plan de restructuration consistant en la fermeture de huit magasins et le licenciement de quarante-deux personnes pour le premier trimestre de 2011. Au premier abord, la logistique pour ce type d'opération est un vrai cauchemar – un cloaque infâme de statistiques, de classement hiérarchique des employés, de graphiques qui présentent les effets engendrés sur les dépenses d'investissement et d'exploitation, tout cela saupoudré d'une dose non négligeable de spéculation personnelle – mais ce n'était pas la première fois que j'avais à rentrer dans ces chaussons de danse. J'avais déjà eu à faire face à des licenciements par le passé, moi dans le rôle du méchant garçon d'un côté de la table du monde des affaires, celui qui informe les employés, chacun leur tour, qu'ils sont les victimes d'une réduction d'effectifs, d'une restructuration ou d'une délocalisation. « Rien de personnel », ai-je dit maintes fois sur un ton travaillé pour imiter au mieux l'empathie, « on répond seulement aux besoins de l'entreprise. » Ce n'était jamais plaisant, mais je savais comment m'y prendre. C'était seulement du business.

Quand je suis arrivé chez moi mercredi soir, la nuit était déjà tombée depuis plusieurs heures. Les stores tirés et mon ordinateur portable ouvert, j'ai commencé à dresser la situation et à sortir les chiffres pour mon business plan dont je n'avais pas l'intention de tirer profit cette fois-ci. Mais alors que je m'attelais au travail demandé, à comparer les employés pour voir de qui on pouvait le plus facilement se passer, j'ai ressenti quelque chose de différent. Quelque chose avait changé. L'acte en lui-même de licenciement d'un employé – le faire s'asseoir, parcourir rapidement la paperasse nécessaire, le faire escorter du bâtiment par la sécurité – n'avait jamais été facile, mais les stats étaient les stats. Les données étaient supposées être faciles à traiter car objectives – la Vérité. Mais ce n'était pas le cas. Non, les chiffres pouvaient être manipulés, et ils peignaient seulement une partie du tableau. C'est comme peindre un coucher de soleil en utilisant uniquement des teintes de gris, cela ne marche pas. Ces gens étaient des vraies personnes avec des vraies vies, des hommes et des femmes avec des familles, des prêts immobiliers, et des bouches à nourrir. Et je m'apprêtais à les classer d'une manière ou d'une autre sur une feuille de calcul ?

Oui, quelque chose avait changé. Et ce quelque chose était... c'était moi. Je n'étais plus prêt à gober leurs justifications, leurs mantras à la con, le fait de peindre les gens avec des statistiques. J'étais las des soi-disant *besoins* de l'entreprise. Tout cela n'était plus en phase avec mes valeurs ou avec moi en tant que personne. J'ai donc laissé les données tomber là où bon leur semblaient, choisissant les huit magasins qui allaient fermer, et les employés qui allaient subir le sort de la hache. Puis, à la page quatre, juste au-dessus de mes quarante-et-un collègues, j'ai écrit un dernier nom en haut de la liste :

1. *Millburn, Joshua F.*

Il y a seulement un mois, durant son Encartonnage Festif, j'ai dit à Ryan que j'allais peut-être rester dans les parages encore cinq années de plus, voir comment les choses se passent, à me traîner dans le monde de l'entreprise en mettant potentiellement de l'argent de côté. Mais pourquoi attendre cinq années de plus ? Je vais avoir trente ans dans quelques mois, et l'idée de gâcher la moitié de la prochaine décennie de la même façon que j'ai gaspillé l'intégralité de la dernière est à la fois effrayant, mais aussi stupide. Ce sentiment de stupidité absolue – une sorte de mépris d'un homme assagi pour son Moi plus jeune – est probablement le ressenti qui se rapproche le plus de la révélation soudaine ou de l'expérience extracorporelle mystique que j'ai pu expérimenter dans ma vie, bien que je ne puisse vraiment le classer dans ni l'une ni l'autre de ces catégories. Je le qualifierais plutôt de *clarté*. Pour la première fois depuis longtemps, les choses paraissent limpides – plus limpides qu'elles ne l'ont jamais été. Je m'étais mis à courir dans une direction le plus vite possible, à la poursuite de cette chose abstraite que l'on appelle bonheur, mais il s'avère que j'étais parti dans le mauvais sens. Je sprintais vers l'ouest vers le coucher du soleil, alors que ce que j'aurais dû faire en fait était simplement de me retourner et de me mettre à marcher – pas courir, seulement marcher – dans la direction opposée.

Ce dont pour quoi Ryan était inquiet, cependant, était ma sécurité. Cette chose que l'on appelle « la sécurité de l'emploi », un concept qui rend les gens fous à cause du stress. C'est la raison pour laquelle des personnes sautent des gratte-ciels quand ils perdent leur emploi. Pas qu'ils n'aient pas peur du saut – le saut en lui-même reste terrifiant – c'est juste qu'il y a plus de sécurité dans la mort que dans le fait d'affronter la réalité et sa myriade d'incertitudes. On a donc tendance à s'accrocher aux choses – boulots, relations, possessions matérielles – dans le but de se sentir en sécurité. Mais beaucoup de choses auxquelles on s'accroche dans notre recherche de sécurité s'avèrent en fait vider nos vies de leur satisfaction, nous laissant alors insatisfaits et totalement dépassés.

On s'accroche à des métiers qui ne nous plaisent pas car on croit se sentir en sécurité derrière un salaire. On reste dans des relations de merde car on pense que l'on sera plus à l'abri

que si on est seul. On s'accroche à des affaires dont nous n'avons pas besoin, *au cas où* elles pourraient nous servir plus tard dans un futur plus sécuritaire inexistant. Si en vivant de la sorte nous sommes submergés par l'insatisfaction, alors nous ne sommes pas vraiment en sécurité. Nous sommes en fait à l'antipode. L'insatisfaction rime avec l'incertitude. Et l'incertitude rime avec l'insécurité. Par conséquent, si on n'est pas heureux dans le contexte actuel, quel que soit le niveau de confort, on ne se sentira jamais en sécurité.

Pendant une douzaine d'années, j'ai adhéré tête baissée à la prétendue sécurité de ma carrière prestigieuse et à tous les privilèges empoisonnés de notre culture de consommation entropique. La maison surdimensionnée. Le salaire régulier. Les biens matériels pacificateurs. J'ai acheté tout ce que je pouvais acheter, accumulé tout ce que je pouvais accumuler, et accompli tous les accomplissements supposés assurer un sentiment de sécurité pérenne.

Donc pourquoi n'ai-je pas ressenti la véritable sécurité ? Pourquoi mon corps était-il enduit de cette couche d'insatisfaction, de stress et de déprime ? Car j'avais plus à perdre. J'ai édifié des murs joliment décorés que j'étais terrifié à l'idée de les démolir, devenant alors prisonnier de ma propre consommation. Mon mode de vie, avec sa longue liste de désirs jamais remis en cause, m'ancrait à des fardeaux que j'avais moi-même créés. Je savais ce que je voulais, mais je ne savais pas pourquoi je le voulais.

Il s'est avéré que mon salaire a contribué à mon sentiment d'insécurité, vivant dans la peur d'être privé du revenu auquel je m'étais habitué et du mode de vie que j'avais aveuglément convoité ⁴⁴. Et mes possessions matérielles m'exposaient à d'innombrables épisodes d'angoisse, effrayé à l'idée que je puisse perdre ou qu'on me vole ce qui m'appartient. Donc je me suis agrippé encore plus fort à ces objets de réconfort. Mais ce ne sont pas ces objets qui assurent la bien être d'une personne. Les gens s'enferment dans leur monde de réconfort car une peur plus grande se trouve à l'extérieur. Ce qui les effraie vraiment est la peur de la perte. Nous avons peur de perdre l'amour, le respect, le confort.

C'est cette peur qui nous entrave à la médiocrité ⁴⁵. On est prêt à sacrifier notre développement personnel et notre raison d'être pour pouvoir continuer à nous agripper à nos objets pacificateurs, continuant de chercher la sécurité au mauvais endroit, nous programmant nous-mêmes, à tort, à trouver la certitude dans un monde de doutes.

⁴⁴ Le cliché s'avère être vrai : plus tu possèdes de choses, plus tu peux perdre gros.

⁴⁵ Se satisfaire de la médiocrité nous fait faire des compromis par rapport à ce que l'on désire vraiment dans la vie. On s'installe alors dans notre petit confort, optant pour ce qui est « sûr. » Mais ce petit confort devrait être vu comme quelque chose de malsain : quand les animaux marins *s'installent* confortablement au fond de l'océan, c'est qu'ils sont morts. Ils reposent alors, bien installés, mais morts, au milieu de toutes les autres choses mortes.

Mais plus on amasse – et plus on stocke – moins on sait où l'on va. Acquérir toujours plus n'ôtera jamais le voile de l'incertitude et de l'insécurité. La vie n'est pas supposée être totalement sûre. La véritable sécurité, cependant, se trouve en notre for intérieur, dans le développement personnel constant, et non dans la dépendance à des facteurs extérieurs. Mais une fois que nous avons mis fin à ces besoins externes qui ne nous apporteront jamais la pleine sécurité – un gros salaire, une relation sexuelle éphémère, un nouveau gadget à la mode – on peut recentrer notre attention sur ce qui se passe à l'intérieur de nous, mettant alors un terme au culte de l'environnement extérieur.

Bien sûr, on a tous besoin d'un certain niveau de sécurité dans le monde qui nous entoure pour pouvoir fonctionner correctement : nourriture, eau, abri, santé, sécurité physique, relations positives. Mais si on se défait de ce qui est superflu, on peut trouver une sécurité infini en nous-même. Que l'on ait des objets de réconfort ou non, on peut tout à fait se sentir en paix seul dans une pièce vide.

Pour ma part, j'ai en moi cette idée de faire quelque chose de ma vie qui a plus de sens. Quelque chose dont je suis passionné. Bien qu'il existe habituellement une codification particulière avec des expressions chargées de sens – on déclare « suivre sa passion », « accomplir ce pour quoi la vie nous a créés », « suivre sa véritable vocation » – je dirais me concernant que j'essaye de trouver la *mission* de ma vie.

Autrement dit, je pense que tout le monde a une mission dans la vie. Je ne parle pas des conneries émotionnelles promulguées dans les livres de développement personnel sans vrai contenu. Très honnêtement, je ne pense pas que l'on soit « né pour faire » quelque chose en particulier. Aucun d'entre nous n'est venu au monde avec une mission prédéfinie. Il n'a pas été décidé que l'on doit s'atteler à une tâche précise pour le reste de notre vie.

Et pourtant cette idée de mission innée est omniprésente dans notre société, sur Internet en particulier, comme si chaque personne avait une vocation prédestinée qu'elle se devait de poursuivre, comme si l'évolution ou la sélection naturelle ou je ne sais quoi avait passé des milliers d'années à nous préparer et à nous métamorphoser dans le but que l'on devienne écrivain, professeur de yoga, ou astronaute.

Mais la vie n'est pas aussi tranchée. La destinée n'existe pas ; personne n'a de mission prédéfinie singulière qu'il lui suffit juste de découvrir un jour ou l'autre. La vérité est qu'il y a des douzaines – voire des centaines – de choses que nous *pouvons* faire de nos vies, métiers qui peuvent nous rendre heureux et nous passionner. Je pense donc que de dire qu'il faut « suivre sa passion » est un très mauvais conseil à donner.

Ce qu'il est important de considérer, plutôt, est cette question : *quelle est ma mission ?* Beaucoup d'entre nous vivent leurs vies en exerçant un métier, ou pire, une carrière. On s'habitue à un style de vie particulier, un style de vie qui implique trop de dépenses et trop de dettes – notre version personnalisée du rêve américain. Puis on se retrouve rapidement coincé à gravir les échelons de notre entreprise, et avant que l'on ne s'en rende compte on est beaucoup trop haut pour pouvoir redescendre, si haut que même l'idée de regarder en bas s'avère terrifiante. Et donc on continue à aller de l'avant sans jamais se poser les questions importantes.

Le but n'est pas de dire qu'il y a quoi que ce soit de fondamentalement mauvais à avoir un métier ; on a tous besoin de se chauffer et de garder les lumières allumées. Mais quand on s'éloigne trop du chemin d'une vie mûrement réfléchie (en s'aventurant en hors-piste comme dans mon cas) – c'est-à-dire quand on arrête de se poser les questions importantes (idem) – il est impossible de trouver le plein épanouissement.

Tout comme la passion, la mission de quelqu'un n'est pas prédéfinie. Et il n'est pas toujours facile de la trouver, ni même de la suivre. Pour moi, il s'agit de tenter le coup avec ce projet d'écriture – finir mon roman et trouver un moyen de le partager au monde. Je pense que lorsqu'on trouve quelque chose – n'importe quoi – pour lequel on se passionne et qu'on en fait notre mission de vie, on en retirera beaucoup de joie et de satisfaction. Sinon, on se contente seulement de gagner un salaire.

En fin de compte, je crois que chacun peut se passionner pour presque tout, du moment que c'est en phase avec ses valeurs et ses croyances. On est tous différents ; cela va de soi. Donc ce n'est pas parce que quelque chose paraît banal ou ennuyeuse pour une personne qu'elle ne pourra pas s'avérer passionnante et gratifiante pour une autre. Il est parfaitement plausible de considérer que quelqu'un peut être profondément passionné par la comptabilité financière de la même façon qu'une autre personne pourra s'éprendre d'affection pour, disons, l'équitation – aucune de ces deux activités ne m'attire vraiment, mais cela ne signifie pas qu'il n'existe personne qui soit passionné par ces deux occupations.

Dans la vie, certaines personnes vont découvrir un métier qui leur apporte la satisfaction ultime. Quoique *découvrir*, qui implique de tomber dessus par hasard, est probablement le mauvais terme. Les gens qui font ce qu'ils aiment pour gagner leur vie tendent à se référer à leur travail comme étant leur mission. Pas leur métier, pas leur carrière – leur mission. Qui, comme je l'ai dit,

est cultivée après de nombreuses heures de pratique, pas seulement en tombant dessus par hasard

46

J'ai pour ma part passé la plus grande partie de ces deux dernières années à cultiver ma passion pour l'écriture, m'améliorant de façon spectaculaire cette année, travaillant d'arrache-pied pour effectuer le dur labeur.

Le meilleur conseil d'écriture que je n'ai jamais reçu provient de l'un de mes auteurs de fiction favoris, Donald Ray Pollock, un écrivain de la génération du baby boom de Knockemstiff dans l'Ohio. (Oui, je vous assure – Knockemstiff est un lieu qui existe vraiment, une petite ville rurale dans un trou paumé, surnommée ainsi après sa première querelle dans un bar. N.d.T. Proposition de traduction de Knockemstiff : Cognezlesfort). L'année dernière, alors que je commençais à me forcer à considérer l'écriture de façon plus sérieuse, j'ai invité Don à déjeuner pour essayer de voir un peu comment son cerveau fonctionne. Mon mariage venait juste de se terminer et je profitais de chaque occasion pour me sortir de cette vallée.

Assis dans un petit restaurant Thaï sans prétention à Chillicothe, Ohio, Don m'a confié sa petite recette zen de col bleu :

« Y'a un secret qui m'a permis d'améliorer mon écriture plus que tout autre. » Il parlait lentement, avec une version plus prononcée de notre voix nasillarde commune du Midwest rural. Son accent ne le fait pas passer pour quelqu'un qui n'a pas reçu d'éducation, plutôt le contraire en fait : un peu rugueux sur les bords, l'accent du dur labeur, l'accent de la rue.

J'étais littéralement perché sur le bord de mon siège, tel un enfant en attente d'un tour de magie.

« C'est si simple que ç'paraît même bête d'en parler. Mais la vérité est que, et bah, ça a vraiment amélioré mon écriture. »

« C' pas un truc du style loi d'attraction ou une connerie spirituelle du genre, on est d'accord ? » ai-je demandé, imitant sans faire exprès son dialecte contagieux, essayant de détendre l'atmosphère avec une phrase marrante qui au final s'est avérée être un échec du fait de mon mauvais timing.

« Nan, a-t-il répondu en esquissant un sourire de politesse. Et c'pas quekchose que t'as appris avec les années de pratique non plus. »

Mes oreilles grandes ouvertes, je m'apprêtais à soit accepter son conseil de sage, soit à le rejeter s'il s'agissait d'un conseil inutile d'écrivain vu et revu.

⁴⁶ Je déteste le dicton : « Choisis un métier que tu aimes, et tu n'auras pas à travailler un seul jour de ta vie », car il est trompeur. Suivre sa mission est une vraie guerre de tranchées et nécessite un dévouement proche de la folie.

« Mon secret est l’suivant : je m’assois dans un fauteuil deux heures par jour, tous les jours.

— S’asseoir dans un fauteuil ?

— C’est exact. Même si tu n’écris pas, et même si tu n’souhaites pas écrire, tu plantes ton cul dans l’fauteuil chaque jour pour quelques heures. Avec le temps, les mots viendront. »

J’ai acquiescé, prenant l’information, ne sachant pas encore si ses mots étaient profonds ou dénués de sens, bien que l’année qui a suivi a montré que la première hypothèse était la bonne. Ces cinq mots – « s’asseoir dans un fauteuil » – ont fini par devenir une maxime quotidienne pour moi, une règle simple qui allait façonner ma voix intérieure d’écrivain avec le temps ⁴⁷.

« Fais aussi en sorte de n’pas avoir de distraction. Tu t’assois juste dans c’fauteuil – pas d’Internet, pas d’télé, pas d’radio, pas d’foutu téléphone et de *essmess*, m’a-t-il dit, voulant dire *SMS*. ⁴⁸ Si t’es vraiment passionné par l’écriture, tu l’fras.

— Et au niveau du compte de mots ? T’essayes d’écrire un certain nombre de pages par jour ?

— Oh, pour l’amour du Christ fils. Ne t’préoccupe pas d’cette merde. T’as juste à t’asseoir dans c’fauteuil chaque jour sans aucune distraction. »

Sous l’éclairage assez faible du restaurant, notre nourriture est arrivée, fumante. Don est le seul homme que j’ai rencontré qui commande un steak pommes de terre dans un restaurant Thaï. En mangeant son steak à point et de mon Massaman curry, il m’a conté le récit inspirant de

⁴⁷ J’avais cette amie au lycée. Ses parents avaient toutes ces règles strictes, règles qui me paraissaient débiles avec mes yeux d’adolescent. Par exemple, si elle laissait traîner ses affaires sur le sol plus d’une journée, sa mère les balançait. Cela paraît excessivement strict n’est-ce pas ? Peut-être que ça l’était. Mais devinez quoi. Elle a arrêté de laisser traîner ses affaires sur le sol dès que son jean favori a atterri dans la poubelle.

Et si on faisait la même chose avec nos vies ? Et si on se créait nos propres règles ? Nos vies ne sont que des règles de toute façon. Malheureusement, la majorité de nos règles nous affaiblissent : si je réussis à gagner un million de dollars, alors je pourrai être heureux. Si j’obtiens cette promotion, alors je travaillerai

plus. Si quelqu’un ne m’aime pas, alors je vais me sentir blessé. Trop souvent nos règles sont juste des « Si... alors... » qui nous affaiblissent. Peut-être qu’il est temps de créer quelques nouvelles règles. Et ça commence aujourd’hui. Des règles qui nous rendent plus forts. Des règles qui nous aideront à nous développer sur le long terme, comme : « Si je me réveille aujourd’hui, alors j’ai le droit d’être heureux. » « Si je fais du sport aujourd’hui, alors mon niveau de confiance en moi va augmenter. » « Si je consacre du temps aux gens que j’aime aujourd’hui, alors j’apporte une contribution significative à leurs vies et à la mienne. » « Si je sors de ma zone de confort aujourd’hui, alors je contribue à mon épanouissement. »

La clé, cependant, est de se tenir aux règles quoi qu’il arrive. Qu’il pleuve, qu’il neige ou qu’il grêle, on doit se tenir aux règles que l’on s’est créées. Aussi longtemps que ces règles nous rendront plus forts, on sera toujours reconnaissant de les avoir suivies.

⁴⁸ C’est une expression régionale. Beaucoup de gens dans le sud de l’Ohio tendent à utiliser *essmess* plutôt que *SMS* (N.d.T. En anglais : *tex-mexing* à la place de *text messaging*).

sa transition de vie, une histoire qui ressemble à la mienne, mis à part qu'il s'est lancé beaucoup plus tard que moi.

« Qu'est-ce qui t'as fait vouloir devenir écrivain ? ai-je demandé.

— J'ai toujours été un gros lecteur, toute ma vie. Et pendant mes années d'adolescence, je fantasmais à l'idée d'écrire, j'pensais qu'ça s'rait une belle façon d'm'en sortir dans l'monde. Car, tu vois, j'étais assez naïf à c'moment-là – j'pensais qu'les gens pouvaient en faire leur métier. J'pensais qu'les écrivains pouvaient être leur propre patron, pouvaient vivre là où ils voulaient, ce genre de trucs. Mais la réalité m'a rattrapé.

— La vie t'a rattrapé à Knockemstiff ?

— Ouais. Quand j'ai grandi ici, voyons, j'ai cinquante-quatre ans maintenant, donc on parle des années soixante, début soixante-dix, Knockemstiff était une vraie communauté à c'moment-là. T'avais pas b'soin d'aller à la ville. »

Pour Don, quand il parle de la *ville*, il parle de Chillicothe, une petite ville dans le sud-est de l'Ohio avec une population d'environ vingt-mille habitants.

« Il y avait un magasin général, trois bars et une église. Plus ou moins tout ce dont t'as besoin. Il n'y'a plus rien d'tout ça maint'nant cependant, sauf l'église, et c'est d'venu presque une ville fantôme ces derniers temps, mais à l'époque y'avait p't'être cinq-cent personnes qui vivaient à Knockemstiff, et j'connaissais p't'être la moitié d'entre eux. »

— Et t'as commencé à écrire quand t'étais jeune ?

— Nope. J'quitté l'lycée quand j'avais dix-huit ans puis j'commencé à bosser dans des usines, où j'ai terminé avec ce super métier à la fabrique de papier, a-t-il dit, faisant référence à Mead, qui, pendant des décennies, était le plus gros employeur du sud-est de l'Ohio. C'était un emploi syndiqué et qui payait bien. Après, j'imagine que j'avais toujours le rêve dans un coin d'ma tête, mais je n'ai jamais eu ni les moyens, ni la discipline pour le concrétiser. Jusqu'à c'que j'sois dans ma quarantaine.

— Qu'est-ce qui a changé dans ta quarantaine ?

— Bah l'année de mes quarante-cinq ans je pense que j'ai traversé cette sorte de crise de milieu d'vie.

— Idem pour moi, si ce n'est que moi c'était à vingt-huit ans.

— J'étais vraiment déçu d'la façon dont j'avais vécu ma vie, a-t-il dit, une petite gêne se faisant alors sentir. Et donc j'me suis d'mandé : "Qu'est-ce que j'voudrais faire avec le temps qui m'reste sur terre ?"

— Soit on vit, soit on meurt, et il n'y a pas de compensation à approcher la mort, ai-je dit, sachant très bien que je ne vivais pas encore en accord avec mes pleines capacités non plus. Donc tu as décidé de devenir écrivain alors que tu approchais cinquante ans ?

— J'dit à ma femme que j'allais essayer d'apprendre à écrire la fiction. J'lui ai dit à l'époque : "Hon, j'ai quarante-cinq ans, j'vais m'donner cinq ans, et si rien n'se passe quand j'ai atteint les cinquante, alors j'peux m'permettre d'arrêter, et j'pourrai au moins dire qu'j'ai tenté l'coup." Donc à la fin d'ces cinq années, j'avais publié p't'être quatre histoires, et j'avais aussi été accepté dans le programme MFA de l'université d'État de l'Ohio. Et alors j'avais ce choix à faire : est-ce que j'quitte mon boulot pour obtenir mon diplôme ou est-ce que j'reste à la fabrique ?

— Quelle option t'as choisi ?

— J'ai démissionné d'la fabrique à l'âge de cinquante ans. J'suis allé à l'école. Avec le recul, je n'pense pas que t'aies besoin d'aller dans un programme MFA pour apprendre à écrire ; bien qu'c'est vrai qu'ça m'a p't'être permis d'gagner une année pour finir mon premier livre. Avoir du feedback, travailler sur les histoires m'a beaucoup aidé, mais tu n'as pas b'soin d'école pour ça. Donc bien que je n'pense vraiment pas que tu peux enseigner à quelqu'un comment écrire, c'est vrai qu'l'feedback était intéressant. J'ai aussi appris à d'venir un meilleur lecteur quand j'étais là-bas – à lire différents styles d'auteurs.

— C'était quoi les auteurs que tu lisais ?

— Plein d'gens différents. À l'âge de quarante-cinq ans, quand j'ai commencé à essayer d'écrire, je n'savais pas quoi faire. Je n'avais aucune idée d'par où commencer. Et donc c'que j'ai fait pendant un long moment c'est d'réécrire les récits des autres sur une machine à écrire.

— J'ai aussi appris à taper sur une machine à écrire.

— Ouais, c'était cette vieille machine à écrire IBM que j'avais, j'avais pas d'ordinateur à l'époque, et donc voilà, j'tapais un roman d'Hemingway ou de John Cheever. J'ai fait tous les styles, de Richard Yates une semaine, à Flannery O'Connor la s'maine suivante.

— J'ai trouvé *Knockemstiff* à la fois très rude et drôle quand je l'ai lu. Difficile de croire que c'est ton premier livre, ai-je dit après que Don ait pris une pause pour prendre un morceau de steak de son assiette. J'ai vu quelques critiques qui soulignaient la misère et la violence, mais je ne trouve pas que le ton soit triste ; au contraire, il est plutôt gai, exubérant. Ça ressemblait presque à une version comique de la misère de la vie provinciale. Et je ne trouve absolument pas que le livre soit violent pour l'amour d'être violent ; il dépeint juste la vraie vie c'est tout.

— Et bien ces critiques n'ont probablement jamais mis les pieds dans la vallée. »

J'ai hoché la tête en signe d'approbation, me rendant compte que la plupart de ces gens n'ont en fait jamais vraiment approché ce monde, ne serait-ce même que d'un petit peu. Et après

ils te pondent leur papier sur la vie gothique du sud à la sauce Mason-Dixon-version-nord. J'avais ce ressenti que les mots de Don pouvaient aussi s'appliquer à ma vie : la vie peut être à chier, surtout dans la vallée, mais tu n'es pas obligé d'y rester.

On peut changer. Même un lycéen décrocheur – un ouvrier d'usine du milieu de nulle part – peut changer. La collection de nouvelles de Don est devenu un bestseller, tout comme son roman *The Devil All the Time* (N.d.T. Titre français : *Le Diable, tout le temps*), et il n'est jamais retourné à la fabrique de papier.

David est toujours en train de fixer la feuille, plantant son gros index sur mon nom en répétant sans cesse « C'est une blague ou quoi ? » Le soleil sourd de l'hiver se reflète sur le bâtiment au niveau de mon bureau. A chaque impact, la Rolex de David cliquette et la feuille de papier émet un bruit du au choc. Puis il finit par poser le dossier sur la table et me jette un regard par-dessus ses lunettes, ses yeux ne m'observant pas de façon traditionnelle mais cherchant plutôt à lire mes intentions au plus profond de mon être. Je ne sais pourquoi, mais son regard traduit à la fois la pureté et l'épuisement, trahissant quelque part son incrédulité et son approbation quant à ma décision. Le pire est passé maintenant. Sans prononcer le moindre mot – de toute façon sa question était rhétorique, n'est-ce pas ? – je viens m'asseoir sur le côté de mon bureau, faisant mon possible pour ne pas baisser le regard tout en essayant de ne pas montrer mes sentiments. Et puis soudain mon expression change, elle transcrit ce qui se rapproche d'un haussement d'épaules, comme pour dire : *Si je décide de ne pas revenir sur ma décision maintenant... alors quoi ? Qu'est-ce que tu vas me faire ?* Mon regard est intense. Après je n'ai pas de miroir, donc je ne suis pas vraiment sûr de ce que mon visage est en train de faire. Il n'est pas impossible que l'on pense que je sois sur le point d'avoir un infarctus. Mais à l'intérieur, le ressenti est différent, je ressens un mélange étrange de peur, d'excitation, mais aussi de quelque chose d'autre. Quelque chose qu'il m'est impossible de nommer. C'est comme si on m'avait vidé l'estomac, mais je ne peux pas me prononcer sur le caractère positif ou négatif de cette sensation. C'est soit le genre de nausée qui te rend malade, soit celle qui te prend lorsque tu sors du grand huit le plus impressionnant de ta vie. La seule chose que je suis capable de faire est de m'asseoir dans cet état... et d'attendre.

PARTIE DEUX || **Ce qui importe au final**

8 || Une vie bien organisée

Septembre 2011

L'orage de la nuit dernière doit être responsable de tout cela, ce ciel, clair et bleu, bleu foncé, le même bleu qu'une télé numérique dans l'attente de réception du signal, un ciel vide, excepté la volée de merles qui crée une certaine discorde dans le ciel, volant vers le nord nord-ouest, bien plus haut que la cime des arbres, la température augmentant légèrement avec le soleil du matin, 8h33 pour être exact, trop tôt pour que la fournaise estivale du Midwest ait eu le temps de s'installer, mais assez tard pour être baigné par la lumière du jour, un moment de la journée très plaisant, propice au travail, le soleil s'élevant dans le ciel, caché par les allées d'arbres du parc Newcom, qui, bien qu'il soit situé à la limite du centre-ville de Dayton, à à peine deux pâtés de maisons du croisement de la Cinquième rue et de la rue Patterson (une des intersections les plus animées de la ville), est encore en phase d'éveil, au repos mais sans être silencieux pour autant, on peut alors entendre chaque son, les pépiements et les gazouillements émis par les différentes espèces d'oiseaux qui nichent dans les arbres, les feuilles qui bruissent légèrement avec le vent, un train qui fait retentir son klaxon au loin, une voiture qui éprouve de la difficulté à démarrer et dont le moteur prend finalement vie de l'autre côté de la rue de mon petit appartement à une chambre, la muzak de la nature, je suis assez loin des sentiers battus ce qui me permet de faire mon sport torse nu sans avoir à me soucier du regard des gens, et me voici donc, suspendu à la barre de traction le haut du corps à l'air libre, comptant en grognements inintelligibles, *dix-neuf, vingt, vingt-et-un*, vêtu d'un short mesh noir sans marque et de chaussures de tennis de la couleur du ciment fraîchement coulé, *vingt-trois, vingt-quatre, vingt-cinq*, continuant ma série de tractions, mon corps effectuant des mouvements délibérés, suivant une cadence bien spécifique, le souffle ayant du mal à suivre, produisant un vacarme contrôlé au sein de l'équipement métallique de l'aire de jeu, puis finalement forcé de mettre un terme à son ascension à vingt-six et demi, insuffisance musculaire, exténué, épuisé, mais c'est le bon type d'épuisement, celui ressenti quand ton esprit et ton corps se sont synchronisés, le cœur et les pensées pulsant au même rythme, sur le même continuum, transcendant leurs intentions, le léger craquement sous les semelles de mes chaussures quand je me laisse tomber du fer froid, un chemin en briques naturelles à ma droite où je fais des séries de pompes et de squats entre les intervalles de tractions, seul, me délectant dans la solitude, juste moi et quelques chats sauvages qui surgissent ça et là dans une allée au nord

du parc, protégés du soleil par l'ombre d'une maison en briques des années 1860 dont les briques sont regrettamment peintes en rouge camion de pompier, le passant occasionnel pointant le bout de son nez, et bien qu'il soit la plupart du temps inattentif, à tapoter sur son machin électronique portable, hypnotisé par la lueur de l'appareil, fait ressentir de temps à autre sa désapprobation quant au fait d'être torse nu, pas que cela *soit* vraiment étrange à Dayton, car cela ne l'est pas, au moins entre l'est de la rivière Great Miami et le nord d'Oakwood où le code vestimentaire pour genre quatre-vingt-dix pour cent des mecs, ventre à bière ou non, est en gros juste un vieux jean, des brodequins à bouts renforcés, et rien au-dessus, mais cela ne m'empêche tout de même pas d'être un peu gêné, bien que peut-être inutilement, puisqu'avant je pesais cent-dix kilos à mon zénith de corpulence, ce qui même pour un mètre quatre-vingt-neuf était un surpoids considérable, avec mon gros ventre, mes seins d'homme, des traits de visage couleur pâte, des bajoues aggravées en permanence par contrainte du port d'une cravate et d'une chemise à manches longues boutonnée jusqu'au dernier bouton, la peau de mes biceps marquée par des vergetures, vergetures qui sont toujours là d'ailleurs, atténuées mais toujours présentes, un dernier rappel fragmentaire des jours où j'étais plus jeune et plus gros, une jeunesse bedonnante, et donc oui pendant une longue période j'appréhendais quelque peu quand je devais enlever ma chemise en public, de façon similaire au garçon en surpoids qui garde son T-shirt à la piscine du coin, soi-disant pour « se protéger du soleil », bien que tout le monde sache pertinemment que le plafond de verre teinté protège des UV nocifs, et donc bien qu'aujourd'hui je sois redescendu à un poids santé de soixante-quinze kilos et que mon aspect corporel a significativement changé depuis que je me suis mis au minimalisme, mangeant sainement et faisant du sport chaque jour, alternant entre la salle de sport, le parc, et divers exercices à la maison associés à des marches rapides de huit à seize kilomètres quasiment tous les jours (si le temps le permet bien entendu), et maintenant je peux voir ce qui doit être (je suppose) mes muscles abdominaux là où avant il y avait une petite bouée, mais donc oui je réfléchis toujours deux fois avant de retirer ma chemise en public, épris à chaque fois d'un tressaillement qui me maintient enraciné au passé, un passé pour lequel je fais tout mon possible pour m'en détacher, prenant de la distance avec la carrière et la personnalité qui y étaient associées, avec tous les biens matériels auxquels j'ai accordé tant d'importance pendant tant d'années, avec presque tout ce qui est devenu banal durant ma vingtaine beaucoup trop indulgente⁴⁹.

Donc oui, j'ai eu trente ans plus tôt cette année, alors que l'herbe s'est assombrie pour donner une couleur émeraude et que le printemps a laissé place à l'été, trois décennies s'estompant dans l'arrière-plan de ma vie. Ils disent que la trentaine c'est la nouvelle vingtaine,

⁴⁹ Début d'applaudissements.

mais pour être honnête je suis ravi que cela ne soit pas vrai. Je suis content de faire face à une nouvelle décennie, allant de l'avant, ne reculant pour rien au monde. Ma vingtaine a été ma vingtaine, moment d'égarément où j'étais replié sur moi-même, mais elle n'a pas servi à rien, loin de là.

Dans mes écouteurs, Nina Simone chante le refrain final de « Feeling Good. » La porte de mon appartement est large, d'un noir bleuâtre, la couleur d'un hématome en voie de guérison. La climatisation centrale fredonne de sa voix de baryton alors que les gouttes de transpiration sur mon visage et sur mon cou se rafraîchissent puis sèchent rapidement au contact de l'air intérieur. Le bâtiment est une vieille maison en briques des années 1880 – avant que Dayton ne soit submergée par les nouveaux arrivants – peinte en blanc et contenant trois appartements, le mien étant celui de soixante-dix mètres carrés qui occupe la moitié du deuxième étage. À cinq-cents dollars par mois, j'ai l'impression de me sortir impunément d'une sorte de crime financier. Il y a tout ce dont j'ai besoin ici : une cuisine avec tout ce qu'il faut pour accueillir une petite fête de six personnes, ce que je fais de temps à autre ⁵⁰ ; un salon/salle à manger avec une table et six chaises, un fauteuil pour la lecture, et quelques-uns de mes objets d'art favoris qui ornent les murs ; une chambre avec un lit, une commode, un bureau, et une chaise ; et bien sûr, une salle de bains avec tout ce qu'il est supposé avoir à l'intérieur d'une salle de bains. Les murs sont en brique d'origine, les sols en bois, et les plafonds sont assez hauts pour pouvoir jouer au basket, ce qui me donnerait presque envie de m'y remettre. ⁵¹

Il y a, cependant, certaines choses que mon appartement n'a pas (fort heureusement d'ailleurs) : un grille-pain (j'ai arrêté de manger du pain ; j'opte pour une nourriture non transformée à la place) ; un micro-ondes (je tends à manger des aliments frais qui n'ont pas besoin d'être réchauffés, utilisant à la place ma centrifugeuse ou mon mixeur) ; une télévision (j'ai arrêté de regarder la télé pour pouvoir consacrer plus de temps à ma création) ; un canapé (dont je me suis débarrassé récemment après avoir réalisé que je ne l'utilisais pas vraiment depuis que la télé était partie) ; une flopée de décorations (maintenant mes objets d'art sont biens agencés et resplendissent (à mes yeux), et du fait que j'en possède moins, ils sont plus mis en valeur, ce qui donne plus de sens à leur présence et crée un climat plus agréable). Je ne possède plus d'objets qui n'ajoutent pas systématiquement de valeur ajoutée à ma vie. Je porte tous mes habits, utilise tout mon matériel de cuisine, jouis de toutes mes possessions, n'ayant intentionnellement gardé que ce dont je tire un bénéfice. Tout le reste est parti. On est tous différents cependant, donc ce

⁵⁰ Ce qui est top c'est ça, mettons que tu souhaites recevoir plus que six personnes, et bien tu peux : je me suis rendu compte que les gens sont ravis d'apporter leurs propre assiette, nouveauté qui tend à les faire sourire.

⁵¹ Vous pouvez faire une visite photos de l'appartement minimaliste de Joshua sur themins.com/apartment.

qui apporte du positif à ma vie peut s'avérer très différent de ce qui apporte du positif à la vie d'une autre personne.

C'est la fin de l'été. Après avoir soumis mon plan de suicide de carrière en décembre dernier, on m'a demandé de rester pour la période de transition. De ce fait, mon dernier jour dans le monde de l'entreprise – mon point de non retour – s'est avéré être le 28 février 2011.

Le premier mars a été mon premier jour de liberté, j'en ai pleuré jusqu'au plus profond de mes entrailles tel William Wallace. J'ai été au chômage pour la plus grande partie de cette année, et pourtant je ne suis pas sans abri, je ne meurs pas de faim, et je suis toujours en vie. Je n'ai jamais été aussi heureux en fait. Il s'avère que le bonheur me va à merveille.

Croyez-en mon expérience personnelle – une preuve empirique, en quelque sorte. À trente ans, je gagne moins d'argent que lorsque j'en avais dix-neuf, et pourtant je n'ai jamais été aussi heureux. Mon bonheur découle de mes expériences, de mes relations, de ma santé – pas de mon salaire.

Le minimalisme m'a aidé à me rendre compte que, si je renonce à mon besoin de salaire superflu et que j'ajuste mon style de vie, à la recherche d'expériences enrichissantes et non de biens matériels, alors j'ai besoin de beaucoup moins d'argent pour vivre une vie épanouie. Tant que je gagne assez d'argent pour subvenir à mes besoins de base – location, charges, repas, assurances, économies – alors je peux trouver mon bonheur par d'autres moyens. Vous avez peut-être déjà entendu la vieille parabole du « Brûlez votre bateau », celle des guerriers qui arrivent sur une île ennemie et qui brûlent leur embarcation dès leur arrivée, ce qui signifie qu'ils sont forcés de rester et de se battre ; ils n'ont pas d'alternative. Impossible de faire marche arrière. Soit se battre et l'emporter, soit se battre et mourir.

D'une certaine façon, c'est ce que j'ai fait quand j'ai décidé de tourner le dos à ma carrière – j'ai brûlé mon bateau, ce qui s'est avéré terrifiant au début. Et bien que je savais intellectuellement que je réussirais à me débrouiller quoi qu'il arrive, j'ai commencé à avoir des pensées irrationnelles, des pensées basées sur des émotions négatives, réactionnaires, du style : *Et si je me retrouve fauché ?* ou *Vais-je me retrouver à la rue ?* ou *Et si je ne réussis pas dans la poursuite de ma passion ?* ou *Et si tout ça était une terrible erreur ?*

Vous voyez, je n'avais pas vraiment de plan grandiose pour lequel chaque détail et chaque éventualité avaient été pensés. Et je n'avais certainement pas d'objectif final. Mais je connaissais ma direction, et je savais comment commencer à marcher dans cette direction.

Les gens emploient toutes sortes de mots intelligents pour décrire ce qu'ils veulent faire : but, résolution, plan, projet, et, bien sûr, *objectif*. En fait, j'avais l'habitude d'être le « Mec aux Objectifs » dans le monde de l'entreprise. J'avais des objectifs financiers, des objectifs de santé, des objectifs de vente, des objectifs pour les vacances, et même des objectifs d'achats en tant que consommateur. Des feuilles de calcul d'objectifs qui suivaient, mesuraient, et réajustaient précisément mes plans en conséquence.

Ces jours-ci, la vie est différente ; je n'ai plus d'objectif. À la place d'un objectif arbitraire, je préfère avoir une direction dans laquelle marcher. Si tu cherches le lever du soleil, il est important de se diriger vers l'est. Pour un coucher de soleil, va vers l'ouest.

Il y a eu, cependant, un moment dans ma vie où les objectifs se sont montrés terriblement importants : quand j'étais au fond du trou et qu'il fallait que j'en sorte. Pour être honnête, la majorité de mes objectifs étaient ridicules et souvent non pertinents (par ex. : les objectifs d'achats et d'accumulation), mais quelques-uns m'ont vraiment beaucoup aidé (par ex. : rembourser mes dettes et perdre du poids). Ces derniers objectifs m'ont aidé à m'échapper du cratère au milieu du désert dans lequel je me trouvais. Quand j'étais gros et endetté jusqu'au cou, me traînant dans cette cavité concave, mon objectif était de m'échapper de ce lieu usé par le soleil et de retrouver la surface de la terre. Car d'en bas je ne pouvais même pas réfléchir à quelle direction prendre ; il me fallait me sortir du trou, et mes objectifs m'ont permis de le faire.

Après avoir trouvé la surface, je n'ai plus eu besoin d'objectifs. J'avais juste besoin de regarder autour de moi, et de choisir une direction dans laquelle continuer mon voyage. La chose sympa quand tu choisis une direction est que tu ne sais jamais sur quoi tu vas tomber. Il se peut que tu te diriges vers l'ouest en direction des montagnes à l'horizon, mais en chemin tu vas tomber sur une belle rivière à la place. Ou alors tu peux traverser les dunes et tomber sur un village à quelques kilomètres du cratère dont tu viens de sortir. Tu ne sais jamais ce qui t'attend au tournant.

Une fois que je suis sorti de mon cratère, je n'avais plus besoin d'objectifs pour apprécier la vie. Mes habitudes journalières s'en sont occupées. Et en plus, j'ai découvert que ce n'était PAS GRAVE de vagabonder. Si tu te perds, alors quoi ? Non mais sérieusement, ce serait si grave que ça ? Une fois que tu es en dehors du cratère, il te faut seulement rester en dehors des autres cratères.

Je ne suis *pas* un Stoïque. Et je ne suis certainement pas un Luddite. Mais j'aime bien conduire des petites expériences stoïciennes de temps à autre ⁵². Depuis que j'ai quitté Broadspan plus tôt dans l'année, je me suis mis à tester mes limites.

Ces expérimentations me font sortir de ma zone de confort ce qui me permet de grandir, apprenant alors une myriade de choses sur moi-même. Au final, j'en ai découvert plus sur moi que ce que je pensais possible – découvrir mes limites, tester mes habitudes de vie, élargir mon esprit, me confronter à mes émotions les plus sombres.

La finalité, cependant, n'est pas de me limiter. Mon périple vers une vie plus simple n'a jamais été une question de privation. Si je me pose des limites à court terme, c'est pour en apprendre plus sur moi-même, sur ma psyché, et finalement identifier ce qui donne le plus de sens à ma vie.

Souvent, j'incorpore à mon quotidien les changements que j'ai expérimentés ; ils deviennent des habitudes de vie qui me rendent plus fort et qui me permettent alors de mener une vie qui a plus de sens. Quand ce n'est pas le cas, j'en retire toujours une meilleure compréhension de moi-même.

Par chance, j'ai eu l'opportunité d'écrire sur beaucoup de ces expériences ; ces derniers temps, j'ai bénéficié d'un endroit au sein duquel j'ai pu communiquer et exprimer mes idées, mes sentiments, et partager ma vision des choses. Quatre jours après avoir mis le feu à mon bateau, Ryan et moi avons suivi le conseil vieux-de-six-mois de Colin, et ensemble nous (Ryan et moi) avons lancé un site web. Nous l'avons appelé *TheMinimalists.com*.

Ryan, cherchant dans ses notes de son Encartonnage Festif, s'est rendu compte de deux choses : (1) nous ne sommes pas fous ⁵³, et (2) ce machin appelé minimalisme n'a pas seulement le potentiel d'apporter de la plus-value à *nos* vies, mais à celles des autres également. « Qui sait, m'a dit Ryan, les gens pourraient trouver un intérêt dans nos quêtes respectives – bien qu'elles soient sensiblement différentes. »

À peu près au même moment m'est venu à l'esprit quelque chose que j'ai surnommé *Le Transfert*, à savoir tirer profit de ses compétences propres en les transférant dans des nouveaux domaines. Il y avait en effet certaines habiletés que j'avais cultivées au fil des années – écrire de la fiction et coacher des employés – et si je les ajustais légèrement, je pourrais alors mieux contribuer au bien-être du petit bout de planète Terre sur lequel je vis.

Et donc ensemble, avec une énergie décuplée par l'excitation et la caféine, Ryan et moi-même avons écrit quelques douzaines d'essais. Bien que l'on n'avait aucune idée de ce que nous

⁵² C'est pour ça que j'ai vu tous ces lapinous en cage dans ton appartement ?

⁵³ Enfin, pas *trop* fous.

étions en train de faire, on a réussi à bricoler un petit site web basique⁵⁴. Et on a même notre pote Adam, un photographe amateur de Cincinnati, qui nous a pris en photo afin de nous éviter de passer pour des criminels si jamais on avait mis nos propres photos sur le web. Et voilà ! *The Minimalists* est né le 14 décembre 2010.

Nous voici donc, notre histoire suspendue au plafond de l'Internet, pour que le monde puisse voir... et juger. C'était à la fois enivrant et terrifiant.

Puis quelque chose de remarquable a eu lieu : cinquante-deux personnes ont visité notre site web le premier mois⁵⁵. Cinquante-deux ! Cela peut sembler anodin au premier abord, mais pour moi c'était la première fois que quelqu'un me lisait sans m'envoyer de lettre de refus. Le ressenti éprouvé m'en a presque fait baver d'enthousiasme.

Puis d'autres choses remarquables ont eu lieu : cinquante-deux lecteurs se sont transformés en cinq cents, puis les cinq cents sont devenus cinq mille, et aujourd'hui plus de cent mille personnes viennent lire nos écrits chaque mois.

Je n'avais pas planifié cela. Dans ma tête, j'avais imaginé m'en sortir en écrivant de la fiction tout en ayant un job à temps partiel à côté, et ce jusqu'à ce que je gagne assez d'argent pour pouvoir me permettre d'écrire à temps plein. Mais il s'avère que quand tu Apportes du Positif dans la vie des gens, ils sont fervents de partager le message avec leurs amis et leur famille. Les gens sont intrinsèquement reliés quand il s'agit de partager ce qu'il y a de positif dans leur vie. Apporter du Positif est un instinct naturel.

Tout cela paraît plutôt rapide je sais. Mais en fait cela n'a pas été le cas. Il n'y a pas de secret – pas de solution miracle – concernant l'expansion du site *Les Minimalistes*. Avec le recul, c'est en fait plutôt simple à décortiquer – et c'est le contraire de ce que vous pourriez penser.

De nos jours, tout est soi-disant plus facile qu'avant. La solution miracle est le nouveau noir. C'est à la mode. Tout le monde le veut – le succès qui arrive du jour au lendemain, la formule secrète, la pilule magique. Le chemin de la résistance moindre est endémique dans notre culture actuelle. On veut tous Faire Le Buzz.

Mais *pourquoi donc* ? Y a-t-il une raison qui explique que l'on veut tous être l'auteur de la vidéo qui fait le buzz, de l'article de blog partagé maintes et maintes fois, du tweet retweeté ? Sommes-nous des chiens de Pavlov, bavant sur commande à l'idée d'un morceau d'attention ?

Quelque soit la raison, Faire Le Buzz a l'air d'être dans l'air du temps. Tout le monde s'évertue à obtenir les quinze minutes prophétiques de pseudo-célébrité de Warhol. On a dépassé

⁵⁴ Mais genre vraiment, vraiment basique.

⁵⁵ C'est sans prendre en compte la visite quotidienne de ma mère, si ?

l'Âge de l'Information et on est tombé la tête la première dans l'Ère de la Surcommunication. Dans le passé, on voulait tous être aimé ; maintenant, on veut juste être « Liké ».

Il y a plus de dix ans, on m'a traîné à une soirée sur un campus universitaire où je suis tombé sur un écriteau accroché dans la salle de bains d'une des résidences. Il y était écrit en gras que tous les hommes « se devaient de se masturber uniquement dans leur propre chambre ! » J'imagine qu'ils avaient un problème avec les gars qui se branlaient dans les douches.

Si l'on fait une avance rapide de dix ans maintenant, cet écriteau est une métaphore appropriée pour la culture internet masturbatrice d'aujourd'hui. Beaucoup d'entre nous sont tellement absorbés à étaler leur vie sur le net qu'ils sont prêts à faire n'importe quoi pour Faire Le Buzz. Ce n'est pas dur à trouver ; jetez un petit coup d'œil à votre fil d'actualités Facebook – *Hé ! Regarde-moi ! Regarde ce que je suis en train de faire ! Je suis si triste/joyeux/surexcité ! Remarque-moi !* Des foules de gens se rassemblent et crient ensemble, alimentant le flux sans fin de bruit numérique.

Quand nos cris ne marchent pas car le bruit ambiant est trop élevé, nous avons recours à des combines stupides en nous mettant en scène de façon assez dégradante : les vidéos où l'on est saoul, les posts mélodramatiques, les photos torse nu devant le miroir, les insultes inutiles dans les forums (et ne me lancez même pas sur les commentaires YouTube). C'est sûr que crier suffisamment fort attirera bon nombre de nouvelles personnes – on ne peut s'empêcher de ralentir pour regarder bêtement la scène d'un accident, mais on ne reste jamais pour regarder la remise en état qui s'en suit. De façon similaire, l'indécence publique de quelqu'un – sa missive virale – peut susciter des retournements de têtes, mais quand tout le monde quitte la scène de l'accident, M. Viral ou M. Buzz sera laissé-pour-compte et se sentira alors vide et seul.

Pourquoi voudrais-je que le contenu que je partage Devienne Viral de toute façon ? Le mot en lui-même signifie littéralement « causé par un virus. » La dernière fois que j'ai consulté le PDR (N.d.T. Le dictionnaire Vidal américain), un virus était quelque chose de mauvais – une infection, une maladie, une influence nuisible ou corruptrice.

Peut-être suis-je allergique à la pilule magique, mais le succès immédiat de Ryan et moi ne s'est pas produit, humm, immédiatement. Pour autant que je sache, ce sont les petites phrases d'accroche bien conçues mais dépourvues de sens qui Font Le Buzz. Personnellement, à la place de partager du contenu dans le but qu'il Fasse Le Buzz, je me focalise sur quelque chose d'autre : Apporter du Positif. Ces trois mots pointent régulièrement leur petit tête dans mes conversations quotidiennes. Habituellement, avant chaque tweet, chaque mise à jour de statut, chaque essai que j'écris, je me demande : *Est-ce que j'Apporte du Positif ?*

Apporter du Positif ne sonne certainement pas aussi sexy que Faire Le Buzz, mais c'est la seule façon de fidéliser son audience sur le long terme, et c'est un des moyens qui existent pour

établir un climat de confiance. Quand les gens te font confiance, ils partagent volontiers ton message avec leurs proches. La contribution fait partie de l'instinct de l'Homme ; on est conçu pour partager ce qui nous rend heureux avec autrui.

Je comprends que l'ascension de Ryan et moi-même (ou de tout autre personne qui réussit) puisse sembler rapide – du moins, quand on se trouve de l'autre côté du rectangle lumineux. Mais ce que les gens voient n'est que le résultat final. Avant que vos rock stars favorites soient en tête d'affiche des festivals et autres stades du monde entier, une longue période a été nécessaire pour qu'apparaisse la corne au bout de leurs doigts. Ce qui est perçu comme un succès du jour au lendemain est, en fait, tout ce qui vient *après* – après l'abattement dû aux échecs répétés, après la monotonie à écrire douze heures par jour, après s'être tué à la tâche pour effectuer le dur labeur, après avoir apporté du positif dans la vie de une, deux, dix, cent, puis mille personnes. Ce que l'on voit est l'aboutissement d'un travail difficile et régulier. Il n'y a rien qui se passe du jour au lendemain.

Alors que notre site web prenait de l'ampleur, mes expériences personnelles bourgeonnantes se sont multipliées. La première d'entre elles a choqué beaucoup de mes amis du Midwest : je me suis débarrassé de ma télévision. Pourquoi ? Car je la regardais. Beaucoup. C'est vrai que j'ai tendance à aimer regarder la télévision. C'est une activité facile à faire et qui peut se montrer vraiment divertissante par moments. Comme on est passif, on n'a pas vraiment beaucoup de travail à fournir quand on se prélassé, baigné par la lueur chaleureuse de l'appareil⁵⁶. Mais il n'y a pas de récompense à regarder la boîte lumineuse. Au final, la télévision engendre bien plus de coûts que de bénéfices...

Argent. Rien que la télévision peut déjà coûter des centaines voire des milliers de dollars. En plus, il faut payer l'abonnement au câble chaque mois. Et il y a aussi les films que l'on loue ou que l'on achète et que l'on ne regarde même pas la plupart du temps. Et tous ces accessoires que l'on pense avoir besoin : les enceintes dans toute la pièce, le lecteur Blu-ray multi-disques, et ne me lancez même pas sur les jeux vidéos ; c'est une histoire totalement différente et tout aussi problématique⁵⁷. Mais la télé nous coûte bien plus que de l'argent.

Temps. Regarder la télé m'a dépossédé de mon temps – mon atout le plus précieux. Même à l'époque d'Internet, en moyenne les gens regardent la télé plus de cinq heures chaque jour.

⁵⁶ A moins que tu considères qu'appuyer sur les boutons de la télécommande soit un travail.

⁵⁷ Amen. Je connais des adultes dans la trentaine qui jouent aux jeux vidéo plus de cinq heures par jour.

Quand je pense à tout ce que je pourrais créer avec trente-cinq heures de temps libre supplémentaire par semaine.

Attention. De temps à autre, je me donnais l'illusion d'être quelqu'un de multitâche en faisant d'autres choses pendant que je regardais la télé – plier le linge, répondre aux mails, écrire une histoire. Au fond de moi cependant, je sais que je ne suis pas capable de me concentrer sur plusieurs choses en même temps sans réduire considérablement la qualité du travail fini.

Conscience. La conscience est notre liberté la plus précieuse. On devrait la chérir. Mais la télé nous empêche souvent d'être conscient du monde qui nous entoure. Elle m'a donc, d'une façon détournée, privé de ma liberté.

Relations. Si je regarde la télé seul, je ne peux entretenir de relations avec autrui. La télévision dresse alors une barricade contre tout ce qui nous est cher : amour, intimité, amitié.

Créativité. Si on est constamment en train de consommer, on ne peut être en train de créer. La télé a donc la capacité à usurper notre créativité.

Cependant, je ne pense pas qu'il faille balancer sa télé par la fenêtre pour devenir un minimaliste. Ce n'est pas nécessaire. Mais il existe d'autres façons de l'utiliser plus délibérément : par exemple, Ryan a débranché son modem pour le câble, s'est débarrassé de ses DVD et jeux vidéos, mais a quand même gardé sa télé pour un visionnage occasionnel. De temps à autre, je prévois du temps pour regarder la télé avec d'autres personnes ; je ne le fais pas souvent, mais si jamais je veux regarder une émission ou un film, je peux le faire avec quelqu'un d'autre, et on peut en discuter après. Ce type de visionnage planifié est moins passif et aide à construire et renforcer les relations, plutôt que de les affaiblir. Je connais d'autres personnes qui ont gardé la télévision chez eux, mais qui ont enlevé la boîte lumineuse de leur chambre. Non mais honnêtement, de ce que j'en sais, un lit n'a que deux fonctions, et aucune des deux n'implique d'avoir à regarder des rediffusions tard le soir.

Puis, quand 2010 a laissé place à 2011, je me suis lancé dans mes premières résolutions de nouvelle année : j'ai fait le pari de n'acheter aucun bien matériel de l'année⁵⁸. Pour être honnête, j'ai toujours pensé que ces résolutions étaient un peu stupides, et comme je n'en avais jamais faites, je ne me rendais pas compte à quel point il serait ardu de les mener à terme. Hélas, cela s'est avéré difficile – vraiment, vraiment difficile. Mais la difficulté en valait la peine : en deux mois, ma façon de voir la consommation a complètement changé.

⁵⁸ Heureusement, Joshua a continué à acheter des produits d'hygiène.

Avant, quand je me retrouvais devant les immenses rayons d'un magasin avec toutes leurs suggestions de produits, je me disais : *Hé, regarde, cette chose a l'air cool – je pense que je vais l'acheter.* C'est à dire que mon impulsion naturelle était d'acheter. Acheter. Acquérir. Accumuler. Posséder. Mais au final, j'étais à chaque fois obligé de me rendre à l'évidence que je ne pouvais pas acheter ces choses, me rappelant alors mon engagement de non-consommation.

A la fin du moi d'avril, quelque chose de magnifique a eu lieu ; je me suis rendu compte que je ne ressentais plus l'envie d'acheter de nouvelles choses. Je m'étais accidentellement reprogrammé ; tout mon processus de réflexion sur la consommation avait changé. Bien sûr, le but de ma résolution était de me prouver que je n'avais pas besoin d'acheter de choses pendant un an, mais j'ai également appris que je pouvais me changer moi-même pendant le processus. Après quatre mois, je ne ressentais plus le besoin d'acheter de manière impulsive. Le désir sans fin de consommer était parti. C'était – et cela l'est toujours – un sentiment magique.

Mais après six mois d'expérience, une chose malheureuse s'est produite : j'ai renversé du thé sur mon ordinateur. Pas juste un peu. Une tasse complète, sur tout le clavier. Il était foutu. Heureusement, la première chose que je me suis dit n'a pas été : *j'imagine que je vais devoir aller acheter un nouvel ordinateur.* À la place, je me suis dit : *comment vais-je faire pour vivre sans cet objet ?*

J'ai passé les semaines suivantes sans ordinateur. J'ai alors écrit des essais à la main sur des bloc-notes. De loin, on aurait dit les songeries d'un fou. J'ai accédé à Internet dans les bibliothèques, chez mes amis, partout sauf sur mon ordinateur portable imbibé de thé ⁵⁹.

Finalement, Ryan a proposé de m'acheter un nouvel ordinateur pour mon trentième anniversaire – une offre que j'ai refusé car sinon j'aurais eu l'impression de tricher. Donc j'ai persévéré, sans machine pour encore plusieurs semaines.

Après un mois cependant, je me suis rendu compte que j'étais moins productif sans mon ordinateur. J'écrivais moins, je n'appréciais plus autant écrire, et je ne me sentais plus aussi bon dans le contenu que j'écrivais. J'ai alors réalisé que je me privais d'un outil indispensable. A mes yeux, un ordinateur s'avérait essentiel, donc j'en ai acheté un nouveau. Mais je ne suis jamais revenu pour autant à ma consommation impulsive d'autrefois. Au bout du compte, j'imagine que l'on peut dire que ma résolution a échoué. Mais c'était un bel échec, pas un échec qui laisse un goût amer dans la bouche.

⁵⁹ Ce n'est pas un hasard que le nombre moyen d'heures passées par Josh à mon appartement – sur *mon* ordinateur – ait augmenté de façon significative à ce moment-là.

Puis, quand j'ai emménagé dans cet appartement plus petit – celui dans lequel je me trouve actuellement, après ma séance d'exercices – je me suis rendu compte que je n'étais pas aussi productif que je l'aurais souhaité. J'ai donc décidé de me priver de mon accès internet pendant trente jours, juste pour voir ce qu'il en adviendrait.

Il s'avère que couper Internet à la maison a été la meilleure décision que j'ai prise pour améliorer ma productivité.

Plus jamais je ne me retrouve pris au piège dans la Toile quand je suis chez moi. Du fait que je dois planifier mon utilisation d'Internet, je suis forcé d'être plus délibéré. Si je vois quelque chose pour lequel j'aimerais bien faire des recherches, je ne peux pas me jeter sur mon ordinateur dans la seconde qui suit ; je dois l'écrire sur ma petite liste et revenir dessus pendant mon temps de connectivité. Cela signifie aussi que je dois quitter la maison pour accéder au Net. Je vais donc à la bibliothèque, dans un café, ou dans tout autre endroit qui a le Wi-Fi gratuit, j'attrape une tasse de café ou de thé, et je fais tout ce que j'ai besoin de faire en ligne (publier mes écrits, checker mes mails, lire des blogs, etc.). Et comme je suis hors de mon appartement et qu'il y a des gens autour de moi, il m'arrive de rencontrer de nouvelles personnes ; il s'avère que je me suis fait beaucoup de nouveaux amis de cette façon, ce qui est un sacré bonus.

Je sais ce que vous pensez, donc laissez-moi vous en toucher deux mots maintenant. Vous pensez : *Mais tu es écrivain Joshua, et c'est pourquoi cela fait sens pour toi !* Et vous pensez aussi : *J'ai besoin d'Internet pour les devoirs/ le travail/ Netflix/ les sites de rencontre en ligne/ les jeux en ligne/ mettre à jour mon statut Facebook/ jouer à Farmville/ aller sur eBay pour acheter de la merde dont je n'ai pas besoin/ traquer mon petit copain du lycée/ etc./ etc.* Mais en êtes-vous certain ? Parce que peut-être que ce n'est pas le cas. Que se passerait-il si vous n'aviez pas Internet à la maison pendant un mois durant ? ⁶⁰

Maintenant, quand je suis sur la Toile, j'ai un but précis, et Internet s'avère alors être un outil grandement utile. Après oui bien sûr des fois je me connecte et je regarde des vidéos stupides, ou alors je fais l'imbécile sur les réseaux sociaux, mais je vais sur Internet avec l'intention de faire ces choses idiotes – je m'accorde la permission de décompresser de temps en temps. Et même mon relâchement est plus délibéré.

Quand j'ai décidé de ne plus avoir Internet chez moi, je l'ai fait principalement pour pouvoir me concentrer pleinement sur l'écriture sans être distrait. Mais j'y ai également trouvé plein d'autres bénéfices : le temps que je passe à la maison est plus paisible, un sanctuaire personnel. Mes idées sont plus claires, moins morcelées. Et ce qui est peut-être le plus important

⁶⁰ Il n'y a qu'une seule façon de le savoir. Et même si c'est frustrant au début, cela s'avère être une expérience instructive.

est que je me surprends à faire des choses de mon temps qui sont plus significatives : lire, écrire, penser, faire du sport, marcher, passer du temps avec mes amis.

Du fait que mon expérience Zéro Internet s'est montrée plus facile que prévue, je me suis trouvé plutôt courageux, et je me suis donc dit : *pourquoi ne pas me débarrasser de mon téléphone pour quelques mois et voir ce qu'il se passe ?*

Vivre sans téléphone pendant une longue période de temps a l'air d'être l'équivalent du vœu de silence des temps modernes. Mais quand j'ai décidé de me séparer de mon téléphone pour soixante jours, juste pour voir si mon monde allait continuer de tourner, les gens étaient choqués, voire même consternés pour certains. Certaines personnes étaient tout simplement inquiètes pour moi. Ce qui amène à se poser la question suivante : *doit-on se débrancher de la réalité pour pouvoir l'observer correctement ?* Je m'abstiendrai des références à Matrix connues de tous quant au fait de se débrancher du réseau, et dirai simplement que j'en ai appris plus sur moi-même que ce que je pensais possible. Je n'aurais pu le faire sans m'être déconnecté pendant un moment, sans faire un pas en arrière et réfléchir pleinement à ma vie de manière intentionnelle et ininterrompue.

J'ai appris...

Que l'on a des attentes étranges. Je me suis rendu compte que j'avais besoin de me débarrasser de mon téléphone pour un petit bout de temps quand j'ai senti qu'il y avait une certaine pression pour que je réponde à mes textos, mails, et sollicitations diverses sur les réseaux sociaux. On va peut-être s'attendre à ce que quelqu'un réponde à notre texto dans l'heure ; quelqu'un d'autre s'attendra à une réponse dans les dix minutes ; une autre personne s'attendra peut-être à une réponse dans la journée. Ces attentes sont arbitraires. Quand j'ai mis de côté ma capacité à répondre immédiatement, j'ai alors pu balancer les attentes des gens avec l'eau du bain.

Que sans l'insipidité des conversations SMS éphémères, mes conversations dans le monde réel sont devenues plus intéressantes. Je passe plus de temps à écouter, accordant toute mon attention à la personne avec laquelle je me trouve. Et ceci me fait aussi plus apprécier ces conversations.

Que les gens se montrent généralement compréhensifs et nous soutiennent. Quand on fait des changements dans nos vies, on a souvent peur de la réaction des gens. Ne vont-ils pas penser que je suis fou, ou stupide, ou plus dans le coup ? La vérité est que les gens sont bien plus compréhensifs et prêts à nous soutenir que ce que l'on pourrait croire. C'est particulièrement le

cas de nos proches, surtout lorsqu'on discute avec eux des changements que l'on souhaite faire, changements qui nous permettent de mener une vie plus heureuse.

Que l'on se programme sans s'en rendre compte. On n'en est pas particulièrement conscient, mais nos activités journalières ont un fort impact sur notre moi futur. J'avais l'habitude de jeter un coup d'œil à mon téléphone quasiment en permanence, et ce quelque soit l'endroit où je me trouvais – même aux toilettes. Et quand mon téléphone n'était pas sur moi, je m'arrangeais pour qu'il ne soit pas trop loin non plus. J'étais programmé à agir de cette façon. J'ai surnommé ce comportement le Tic.

Que l'on peut se reprogrammer, et donc changer nos habitudes. Quand on supprime une habitude néfaste de notre vie, on se rend alors vraiment compte à quel point celle-ci nous affectait. C'est vrai pour n'importe quelle habitude : fumer, se suralimenter, etc. Cela m'a pris vingt-deux jours pour me reprogrammer, vingt-deux jours pendant lesquels j'ai mis les choses sur pause afin d'observer et de mieux comprendre mon Tic. Après ces vingt-deux jours cependant, je n'éprouvais plus le besoin de répondre immédiatement ; je ne ressentais plus cette pulsion d'avoir à répondre à mes textos ou à mes mails pour me calmer à chaque fois que j'avais un « temps de repos ».

Que le terme « temps de repos » n'est pas approprié. Les êtres humains avaient l'habitude d'avoir des zones interstitielles précieuses pendant lesquelles ils pouvaient trouver un réconfort passager : aéroports, files et salles d'attente, et autres endroits du même type étaient des sanctuaires de courte durée pendant lesquels ils pouvaient se laisser aller à la rêverie. Mais aujourd'hui ce n'est plus le cas ⁶¹. Je remarque que tout le monde est sur son téléphone pendant ces instants précieux, à essayer d'être plus productif ou interactif. Mais je me suis rendu compte que de ne rien faire pendant ces moments s'avère plus productif que de traficoter sur son téléphone.

Que la vie continue. Sans téléphone, sans Internet, sans télé, le monde continue de tourner.

Que tu peux tester ce que tu veux pour une courte période de temps et voir l'impact engendré sur ta vie.

Que ce n'est pas si dur de renoncer à quoi que ce soit quand tu vis dans la réalité.

Que, en toute honnêteté, il n'y a pas eu une seule fois où j'ai vraiment eu *besoin* de mon téléphone pendant les deux mois où je ne l'avais pas. Bien sûr, il y avait des moments où ce n'était pas pratique, des moments où j'ai dû lutter contre la frustration, mais ce n'était qu'un petit prix à payer pour reprogrammer le Tic. Oui, je vais me remettre à utiliser un téléphone dans un

⁶¹ Maintenant, on est toujours à portée de main – ou de *clic*.

but pratique – GPS, appels indispensables, application du dictionnaire qui me manque beaucoup – mais je l'utiliserai différemment à l'avenir. Je ne vais plus l'utiliser pour checker mes mails ; je ne vais plus l'utiliser pour envoyer des textos lorsque je conduis ou quand je me trouve devant un urinoir ; et je ne vais pas l'utiliser en tant que moyen principal pour interagir avec le monde qui m'entoure. Mon utilisation sera plus intentionnelle qu'elle ne l'était auparavant; mon téléphone sera un outil, pas un appendice.

Toutes ces expériences, toutes ces investigations personnelles m'ont permis de me développer. A l'issue de celles-ci, j'ai décidé que je devais me séparer d'une dernière chose : en juin 2011, j'ai choisi de me débarrasser de (profonde inspiration) mes objectifs.

Le mantra avec lequel j'ai vécu dans mon travail pendant plus d'une décennie était *Tu ne peux pas gérer ce que tu ne mesures pas*. Cela sonne bien, mais le problème avec cette accroche est que c'est du grand n'importe quoi. On avait l'habitude de *tout* mesurer à Broadspan. Il y avait vingt-neuf indicateurs pour lesquels j'étais responsable chaque jour (y compris les week-ends). Il y avait le rapport matinal, la mise à jour de 15h, la mise à jour de 18h, et le rapport de fin de journée. Il va sans dire que j'étais dévoré par les chiffres. Je pensais et rêvais avec des feuilles de calcul dans la tête.

Mais après je me suis rendu compte de quelque chose ; tout cela importait peu au final. Les objectifs n'étaient jamais aussi forts que les motivations internes des gens. Les gens travaillent dur pour deux raisons : soit on les pousse à faire quelque chose, soit ils sont motivés intérieurement à le faire. Des fois, c'est une combinaison des deux. Bien sûr, certaines personnes peuvent être momentanément motivées pour atteindre un objectif, mais ce type de motivation ne va pas au-delà de l'objectif lui-même.

A l'inverse, la motivation intrinsèque – comme le désir de grandir intellectuellement ou de contribuer à la vie d'autrui – continue bien après que l'objectif ait été atteint. L'inspiration externe peut être l'élément déclencheur, mais c'est la motivation interne qui alimente le désir de chacun. Ainsi, quand tu découvres ta motivation véritable, tu n'as pas besoin d'objectif arbitraire.

Par conséquent, j'ai vécu les cent derniers jours sans aucun objectif.

Quand j'ai eu l'opportunité de rencontrer Leo Babauta il y a quatre mois lors d'un voyage à San Francisco, il m'a dit qu'il y avait trois choses qui avaient significativement changé sa vie : mettre en place des habitudes qu'il appréciait, simplifier sa vie, et vivre sans objectif.

Je vivais déjà en respectant les deux premières conditions: j'avais mis en place des habitudes de vie plaisantes, et j'avais simplifié ma vie. Mais il m'était difficile de comprendre

comment on pouvait vivre sans objectif. L'idée de vivre une vie sans objectif me paraissait complètement fou – c'était contre-intuitif, effrayant, cela allait à l'encontre de presque tout ce que j'avais appris sur la productivité.

Il me fallait trouver un moyen de renoncer à mes objectifs d'un seul coup, et j'ai donc fait deux choses après avoir parlé avec Leo :

Premièrement, je me suis demandé : *pourquoi ai-je tous ces objectifs ?* La réponse est que j'en avais afin de pouvoir juger de si j'étais en train d'« accomplir » ce que j'étais « supposé » accomplir. Si j'atteignais un objectif, j'avais la permission d'être heureux – n'est-ce pas ? Puis j'ai pensé : *attends une minute, pourquoi dois-je atteindre un résultat spécifique dans la lignée d'un objectif arbitraire pour être heureux ? Pourquoi est-ce que je ne m'autorise pas à être heureux tout de suite ?*

Deuxièmement, j'ai décidé de vivre sans aucun objectif pendant un moment. Je ne savais pas combien de temps exactement car je n'en avais pas fait un objectif. Je me suis dit que j'allais faire un essai pendant un mois environ, ou peut-être plus, pour voir ce qu'il en adviendrait. Si au final cela m'affectait négativement, je pourrais toujours retourner à ma vie rigide d'« accomplissements » et de « production de résultats » avec mes feuilles de calcul au code couleur spécifique contenant des tonnes d'objectifs ⁶².

Je n'ai pas eu besoin de revenir en arrière cependant. Me libérer de mes objectifs a changé ma vie, et ce d'au moins trois façons.

Tout d'abord, je suis moins stressé. Des gens qui m'ont connu pendant des années sont impressionnés de voir à quel point je suis calme. Sans objectif, ils disent que je suis une personne sensiblement différente – une personne meilleure.

Deuxièmement, je suis plus productif. Je n'avais pas anticipé une productivité accrue dans ma vie post-objectifs. Au contraire, je pensais que le fait de me débarrasser de mes objectifs voulait dire devoir sacrifier les résultats et la productivité. Mais c'est l'opposé qui s'est avéré vrai. J'ai rejeté le concept de productivité et au final je suis devenu plus productif : j'ai écrit la meilleure fiction de ma vie. J'ai regardé le lectorat de notre site internet augmenter de manière significative. J'ai rencontré des nouvelles personnes remarquables. Et j'ai été capable de contribuer à la vie des autres comme jamais auparavant. Les cent derniers jours ont été les plus productifs de ma vie.

Troisièmement, je suis plus heureux. Durant mes trente premières années sur cette Terre, je n'ai jamais ressenti ce type de satisfaction intense. Avec moins de stress et une productivité accrue issue d'une vie sans objectif, je suis capable d'apprécier mon existence ; j'arrive à vivre dans le moment présent sans être constamment en train de planifier mon accomplissement futur.

⁶² Il ne plaisante pas. Pour m'aider à organiser ma vingtaine, Joshua m'a envoyé une feuille de calcul d'« objectifs » (littéralement!) au code couleur minutieusement réfléchi, et pleine de formules complexes (incompréhensiblement complexes).

Durant cette expérience sans-objectif, trois arguments valables contre le mode de vie sans-objectif se sont présentés à moi, trois arguments que j'aimerais aborder :

Suffisance : une vie sans objectif ne te rend-t-elle pas suffisant ? Et bien, si par « suffisant », tu veux dire « satisfait », alors oui. Mais sinon, non. En fait, l'opposé s'est révélé vrai : après avoir retiré le stress de ma vie, j'ai pris part à des entreprises passionnantes que je n'aurais probablement pas tentées sous mon régime d'objectifs.

Maturité : une vie sans objectif ne t'empêche-t-elle pas de gagner en maturité ? Non. J'ai considérablement gagné en maturité au cours des cent derniers jours. Je n'ai jamais été en meilleure forme de ma vie, j'ai renforcé mes relations les plus proches, j'ai développé de nouveaux liens affectifs, et je n'ai jamais autant écrit de ma vie. J'ai plus gagné en maturité que pendant toute autre période de cent jours de ma vie.

Tu as toujours des objectifs : tu dis que tu n'en as plus, mais n'en as-tu pas toujours, comme finir ton nouveau roman, « être heureux », ou « vivre l'instant présent » ? Il est important de faire la distinction ici : oui, je veux « être heureux », « vivre l'instant présent », et « avoir une vie saine », mais il s'agit de choix et non d'objectifs. Je choisis d'être heureux. Je choisis de vivre l'instant présent. Je choisis d'avoir une vie saine. Je n'ai pas besoin de mesurer ces événements ; je vis juste de cette façon. Concernant le roman sur lequel je travaille, j'ai bien sûr l'intention de le finir. Je n'ai jamais travaillé aussi dur pour quoi que ce soit dans ma vie. Mais après c'est un réel plaisir pour moi de l'écrire. Et si au final il s'avère que je ne le finis pas, ce n'est PAS GRAVE non plus. J'ai arrêté de stresser à ce sujet.

Vivre sans objectif a changé ma vie, venant ajouter des couches de bonheur que je ne pensais même pas possibles. Je ne vois aucune raison de battre en retraite vers une vie basée sur des objectifs. Plus d'objectif pour moi. Ma vie est meilleure sans eux.

Sans objectif, sans télé, sans Internet, et sans téléphone, j'ai récemment fait une nouvelle expérience : la séance d'exercices minimaliste. Je me suis rendu compte qu'aucune somme d'argent ne me permettra de m'acheter de meilleures habitudes de vie ; aucune adhésion dans un club de sport haut de gamme ne me permettra d'avoir une meilleure forme physique ; aucun équipement onéreux ne me fera faire plus d'exercice. Je fais de l'exercice pendant dix-huit minutes par jour seulement, alternant entre pompes, tractions, et squats jusqu'à ce que je sois lessivé.

Tout comme l'écriture, j'ai pendant longtemps remis à plus tard la prise en charge de mon état de santé. Il y a quelques années, j'étais le mec brillant en costume cravate qui ne pouvait pas

faire une seule pompe. Je ne faisais absolument jamais d'exercice. Ou bien quand j'en faisais, c'était de manière sporadique ; cela n'a jamais duré plus que quelques jours avant que j'abandonne. Même après avoir perdu trente-deux kilos – ce qui était presque entièrement dû à mon régime alimentaire⁶³ – j'étais toujours en très mauvaise forme. A l'âge de vingt-huit ans, j'étais tout flasque, et faible. Mais plus maintenant.

A trente ans, je n'ai jamais été aussi en forme de ma vie. C'est un peu bizarre à dire, je le reconnais – mais c'est la vérité. Je suis aujourd'hui en bonne condition physique car j'ai trouvé des moyens d'apprécier mes séances d'exercice ; faire de l'exercice est devenu une récompense quotidienne et non une tâche terrifiante et fastidieuse.

Qu'est-ce qui a changé ? Je fais seulement des exercices que j'apprécie. Par exemple, je n'aime pas courir, donc je ne le fais pas. J'ai essayé pendant six mois et j'ai découvert que ce n'était pas pour moi. Si vous me voyez courir, appelez la police car quelqu'un est en train de me pourchasser⁶⁴. À la place, j'ai trouvé d'autres moyens de faire mon cardio : je marche, ou alors je fais des exercices sans charge qui intègrent du cardio.

Bien que je préfère faire mon exercice le matin, j'adore me rendre au parc le soir si je suis tendu. Faire du sport à la fin d'une journée longue et stressante me permet de me retrouver seul et de réfléchir aux choses importantes.

En outre, la diversité contribue au dépaysement. Quand j'ai commencé à faire de l'exercice, j'avais l'habitude d'aller à la salle trois fois par semaine, ce qui est certainement mieux que de ne pas faire d'exercice du tout. Puis quand j'ai commencé à être plus sérieux, je me suis mis à y aller chaque jour, ce qui est devenu trop prenant. Puis je me suis rendu compte que faire toujours la même chose finissait par me faire stagner à un certain niveau. Aujourd'hui, je fais un mélange : je marche chaque jour et je vais à la salle de façon occasionnelle. Mais ce qui me fait le plus apprécier ma routine quotidienne de dix-huit minutes, c'est la variété des exercices que j'y apporte.

Oui je sais, dix-huit minutes est un nombre qui sonne plutôt arbitraire – c'est parce qu'il l'est. Quand j'ai commencé à faire mes exercices sans charge, je n'avais pas de cadre temporelle spécifique à l'esprit. Mais je me suis chronométré pendant une semaine, et j'ai découvert que presque à chaque fois que j'allais au parc pour m'entraîner, j'étais épuisé au bout de dix-huit minutes.

Je n'ai pas de routine ou de plan particulier, mis à part que je prends une pause de trente secondes entre mes séries, allant d'un exercice à l'autre. Après dix-huit minutes, je suis brûlé.

⁶³ Vous pouvez trouver un plan détaillé du régime alimentaire de JFM sur themins.com/diet.

⁶⁴ Et si c'est la police qui te poursuit ?

Chaque tâche ennuyeuse typiquement associée avec le fait de faire de l'exercice – prendre la voiture pour aller jusqu'à la salle, attendre pour utiliser les poids, etc. – a disparu. Dorénavant, faire du sport se montre exaltant. Et en plus, je n'ai plus d'excuse. Je pense sincèrement que tout le monde est capable de se trouver dix-huit minutes pour veiller à sa santé, non ?

Avec chaque expérience, j'avais l'impression de reprogrammer un Tic encodé il y a bien longtemps. L'addition par la soustraction. En me débarrassant de mes attentes, de mes actions encodées, de mes idées fausses, je me suis changé. Et j'ai découvert que je gagne plus rapidement en maturité à chaque fois que je sors de ma zone de confort.

C'est-à-dire que je ne fais pas de choses que je n'aime pas, mais j'essaye tout de même d'éprouver un certain inconfort dans mes activités pour gagner en maturité. Et s'il s'avère que je n'aime vraiment pas une activité, alors je trouve une façon de l'extraire de ma vie quotidienne.

En fait, la différence se trouve au niveau du timing. Quand une chose est nouvelle et sort de l'ordinaire, elle est par définition non naturelle, non confortable. Sur le long terme cependant, je ne me tue pas à la tâche pour des choses que je n'apprécie pas. Même avec des activités apparemment banales comme plier le linge ou faire le ménage, soit je trouve une façon de les apprécier (personnellement, plier le linge m'aide à méditer), ou si je ne les aime vraiment pas, j'engagerai quelqu'un pour les faire à ma place et je pourrai alors faire autre chose de mon temps. La vie est trop courte pour que l'on fasse des activités qui nous saoulent.

Pour l'instant ce matin, j'ai écrit pendant trois heures, peut-être quatre, puis j'ai lu pendant une demi-heure avant de m'atteler à mon régime élémentaire d'exercices, que je viens juste de terminer. Je n'ai pas de routine journalière cependant ; je n'en ai plus besoin. J'ai, par contre, des habitudes auxquelles je me tiens chaque jour. Ne vous méprenez pas, j'avais l'habitude d'avoir une routine. En fait, la plus grande partie de ma vie d'adulte a été meurtrie par la répétition. Et je haïssais cette routine. Chaque jour avait des allures du Jour sans fin (N.d.T. titre original du film aux États-Unis : Groundhog Day) : réveillé par une alarme beuglante, douche, rasage, mise du costume et de la cravate, passer une heure ou plus dans le trafic abrutissant, succomber au piège quotidien des mails, des appels téléphoniques, de la messagerie instantanée et des réunions, rentrer à la maison dans un trafic encore plus abrutissant, manger un dîner surgelé, chercher un

échappatoire par l'intermédiaire de la boîte lumineuse dans le salon, se brosser les dents, régler l'alarme, dormir de cinq à six heures, tout recommencer avant le prochain lever de soleil ⁶⁵.

C'était ma vie la plupart du temps. La même chose encore et encore. Mais quand l'année dernière j'ai décidé que ce n'était plus pour moi, j'ai mis fin à ma routine. Ou plutôt, j'ai échangé ma routine contre de meilleures habitudes.

Conséquence, il n'est pas encore neuf heures du matin et j'en ai déjà fait beaucoup aujourd'hui. Et pourtant, il y a encore une journée entière qui m'attend. Mon secret ? Je ne fais pas tant de choses que ça. Sérieusement. Bien sûr, on dirait que j'en fais beaucoup, mais ce n'est pas le cas. Mes expériences m'ont permis de développer des habitudes de vie que j'apprécie tout en limitant mes distractions.

Pour faire simple, je suis plus productif en en faisant moins. Plutôt que le schéma classique de productivité où l'on organise et on planifie, à essayer de forcer la production, j'arrive à en faire plus en me focalisant tout d'abord exclusivement sur ce qui est le plus important, m'attelant aux tâches qui m'importent vraiment, embrassant les Vraies Priorités à la place de m'engager dans des activités secondaires.

Généralement, cela signifie faire des choses qui sont plus difficiles que ce que je souhaiterais. Pour moi, écrire est difficile, faire de l'exercice est dur, et même la lecture n'est pas une activité passive. Presque tout ce qui apporte du sens à l'existence – tout ce qui vaut la peine d'être réalisé – requiert une bonne dose d'effort. Mais c'est bien sûr là que se trouve toute la récompense.

A l'inverse, les activités passives – Facebook, mails, télévision, etc. – sont faciles. Et elles ne posent aucun problème à petites doses (je vais très probablement checker mes mails pendant une trentaine de minutes aujourd'hui ou demain, et je vais aussi certainement passer quelques minutes sur Twitter). Mais il n'y a pas de grande récompense à être passif, seulement de la peine, du regret, et un sentiment de vide.

Plus tard dans la journée, je vais aller marcher entre huit et seize kilomètres, déambulant dans les rues de Dayton (une autre forme de méditation, un mélange de contemplation et d'activité physique) ; je vais voir Ryan pour discuter d'un essai sur lequel on travaille ; et je vais passer du temps autour d'un dîner avec ma petite amie, Colleen, que j'ai rencontrée plus tôt dans l'année. Elle me regardera d'un air pensif, avec ses mèches de cheveux bouclées encadrant son joli visage, et me demandera comment s'est passée ma journée ; je lui demanderai également comment s'est passée la sienne, puis j'écouterai. Vraiment, j'écouterai vraiment. Je lui accorderai toute mon attention. Être là avec elle. Juste *être*.

⁶⁵ L'insatisfaction s'installe quand tu commences à vivre pour tout le monde sauf toi-même.

Ces temps-ci, ma vie est remplie de ces activités *actives*, chacune d'entre elles me demandant plus d'efforts que la télé, mais pour lesquelles j'en retire un bénéfice exponentiellement plus grand.

Ryan est à nouveau en retard ⁶⁶. « Please Forgive Me » de David Gray joue tranquillement à la radio dans mon appartement. À l'extérieur, on peut voir une lune de début de soirée qui a l'air à moitié mangée. Je vois Ryan se précipiter jusqu'à mon appartement avec l'énergie de quelqu'un qui devrait être sous traitement pour le TDAH. Je suis supposé voir ma petite amie dans moins de quatre-vingt-dix minutes. Ryan est au téléphone, et avant qu'il n'arrive à ma porte, il repart à toute vitesse vers sa voiture pour aller chercher quelque chose qu'il a oublié.

Ce soir, on est supposé se donner des nouvelles pendant une heure autour d'un thé et de feuilles de brouillon. Il est à présent en train de revenir à toute vitesse vers mon appartement. Par la fenêtre, je le vois raccrocher son téléphone et entrer dans l'immeuble. J'ouvre la porte avant même qu'il n'ait pu toquer. Dans une semaine, il recevra la nouvelle que Broadspan l'a licencié – il s'est fait renvoyé, congédié. Du fait que lui aussi s'est mis à planifier un nouveau futur, il va m'informer que, bien que ce soit terrifiant, se faire renvoyer est la meilleure chose qui ait pu lui arriver ⁶⁷.

⁶⁶ Après vingt ans, tu sais bien que la ponctualité n'est pas ma qualité la plus étincelante.

⁶⁷ Le 29 septembre 2011 est le jour où j'ai été poussé énergiquement vers une vie plus réfléchie. Je me suis assis dans la salle de conférence fortement éclairée et ai glissé un cadeau d'anniversaire le long de la table. C'était l'anniversaire de mon chef, soit moins d'un mois avant mon trentième anniversaire. C'est aussi le jour où j'ai perdu mon emploi.

Mon chef, le chef de mon chef, et une femme des ressources humaines étaient assis de l'autre côté d'une grande table de conférence méticuleusement cirée. Mon chef a secoué sa tête et un froncement de sourcils s'est matérialisé sur son visage. Je savais que ce n'était pas une bonne nouvelle – être assis dans une pièce avec ton chef, son chef, et les RH n'est en général pas la meilleure recette qui soit – mais ma première pensée a été : *Ça craint vraiment pour lui qu'il ait à se séparer de moi le jour de son anniversaire.*

« Nous avons éliminé votre position avec la dernière série de coupes budgétaires. Ce changement prend effet immédiatement », a dit la femme des RH. Et c'est à ce moment-là que tout a changé.

Sept mois après que Joshua a quitté son emploi, je me suis fait virer sans avertissement, sans mise en garde amicale, sans avoir été prévenu – seulement éjecté par surprise après avoir travaillé incroyablement dur pour une société. Sept ans et huit intitulés de poste à vivre le Rêve de l'Entreprise – finis en un instant.

« Est-ce que tu as d'autres questions avant que les RH traitent des détails avec toi ? » a demandé mon chef.

Non, je n'avais pas d'autres questions. J'étais juste assis là, à me dire : *C'est la meilleure chose qui ait pu m'arriver.* C'est comme si un poids énorme avait été enlevé de mes épaules. Cela faisait longtemps que je n'avais pas été vraiment heureux ; je savais qu'il était temps pour moi de passer à autre chose, et cet événement a été le coup de coude dont j'avais besoin pour sauter de la falaise du Monde de l'Entreprise Américain... Hum, je veux dire l'échelle.

C'était le coup de coude dont j'avais besoin pour me focaliser à temps plein sur mes passions, le coup de coude dont j'avais besoin pour consacrer mon temps aux choses importantes de la vie – ma santé, mes relations, mon développement en tant qu'individu, et contribuer à la vie des autres de façon sensée. C'est le changement radical dont j'avais besoin.

Heureusement, ma transition progressive vers le minimalisme m'a permis de réduire mes dépenses, d'éliminer la majorité de mes factures, de rembourser ma dette en grande partie, de mettre un peu d'argent de côté, et de vivre avec moins. Bien sûr, il va également me falloir faire d'autres économies : j'ai contacté un agent immobilier pour m'aider à vendre mon appartement. Je cherche aussi à vendre ma voiture. Mais rien de tout cela ne compte vraiment dans le grand ordre des choses – je suis libre !

Je suis impatient à l'idée de me focaliser sur ce qui me passionne. Pour autant que je m'en souviens, même quand j'étais un adolescent et que j'étais avec mes frères et sœurs plus jeunes que moi, guider les gens était ce qui m'intéressait. Et c'était aussi ce que j'appréciais le plus dans ma carrière. Malheureusement, beaucoup d'aspects dans le monde de l'entreprise m'empêchaient d'allouer autant de temps à cette passion que je l'aurais voulu.

Mais grâce au succès du site *The Minimalists*, je vais enfin pouvoir faire ce que j'aime. Je vais gagner considérablement moins d'argent certes, mais je pourrai conseiller les gens sur Internet sans avoir à me préoccuper de trouver un autre emploi dans une entreprise.

Et encore plus important, je vais avoir plus de temps à consacrer aux gens que j'aime. Cela a été une épreuve vraiment difficile pour moi depuis que j'ai commencé mon ascension en entreprise. Alors que j'avançais dans ma carrière, à grimper les barreaux de l'échelle, il me fallait souvent travailler entre soixante et soixante-dix heures par semaine, et j'ai alors perdu contact avec ma famille et mes amis proches. J'ai commencé à penser que mon emploi était plus important que mes relations sociales. Je me disais que les gens comprendraient pourquoi je n'étais pas vraiment présent. Et pour certains c'était le cas, mais je ne sais pas, il y avait un truc qui clochait. J'avais l'impression de ne pas me comporter comme je l'aurais dû. On ne peut pas juste balayer nos amis et notre famille d'un revers de la main et s'attendre à être épanoui.

Je ressens une sorte de joie post-licenciement, mais après je ne vais pas mentir, je ressens aussi de la peur dans cette transition. Cependant, je ne vais pas laisser cette peur m'empêcher de vivre une vie qui a du sens. Après, je ne pense pas que l'on ait besoin de quitter son emploi pour vivre une vie pleine de sens ; mais, pour moi, c'était le coup de coude dont j'avais besoin pour retrouver un certain équilibre dans ma vie.

Pour ceux qui font face à une situation similaire (peut-être que vous êtes incertains à propos de votre emploi ou que vous n'êtes pas sûrs quant au fait d'aller poursuivre vos passions), il se peut que vous cherchiez conseil. Et bien, je n'ai pas toutes les réponses, mais je m'engage à faire ce que je peux dans la mesure du possible. Donc, si vous le souhaitez, n'hésitez pas à m'envoyer un mail – RN@themins.com – et, qui sait, peut-être que je pourrai vous aider à vous diriger dans la bonne direction.

9 || Pleine lune

Octobre 2011

Colleen et moi sommes en voiture. Nous nous dirigeons vers l'ouest, entourés par de vastes champs de maïs des deux côtés de cette route départementale à deux voies. Nous venons juste d'assister à un coucher de soleil couleur jaune beurre qui est venu se fondre dans les allées d'épis de maïs parfaitement ordonnées du Midwest, s'étendant au-delà de l'horizon. Nous sommes maintenant bercés par le crépuscule, cette fine tranche de temps entre l'agitation de la journée et le calme de la nuit. Le ciel est si dégagé au-dessus de nos têtes que je pourrais pointer du doigt nombre de constellations à travers le toit ouvrant.⁶⁸

Sans avoir vraiment de destination en tête, on continue notre chemin, ma main gauche agrippée au volant et la droite posée sur le genou de Colleen. Notre univers post coucher de soleil est silencieux, mis à part le bruit de la voiture sur le bitume et la radio en arrière-fond qui joue une chanson des Black Books, un groupe indie avec lequel Colleen traînait durant son époque à l'école des beaux-arts de Cleveland. Elle monte le volume et se met à chanter : « Si tu n'as pas de coups de soleil, c'est que tu ne t'amuses pas. »

Aujourd'hui on est le deuxième mardi du mois d'octobre ; l'été indien du sud-ouest de l'Ohio touche à sa fin. Et bien que nous n'ayons pas de coup de soleil, elle et moi, on s'amuse – un bronzage doré après avoir passé un été à jouer ensemble en plein air, à courir au milieu des arroseurs automatiques, à gambader dans les allées bordées d'arbres des parcs, et à faire tous les trucs clichés que font les gens quand ils tombent amoureux. Qu'il est merveilleux d'être ensemble, en vie ensemble, en vie, ensemble.

Se dandinant dans sa robe d'été, Colleen chante à tue-tête de sa voix fausse dans le siège passager. Mais cela n'a aucune importance qu'elle chante faux, le son qu'elle produit est parfait de toute façon. Je ne peux m'empêcher de la regarder du siège conducteur, de voler des regards à chaque fois que j'en ai l'occasion, mes yeux déviant de la route pour que je puisse m'imprégner d'elle.

Colleen est la plus jolie fille que j'ai rencontrée de ma vie. Je sais que ça sonne hyperbolique et que vous n'allez probablement pas me croire, mais peu importe. Que vous me croyiez ou non, c'est simplement la vérité. Elle est belle. De grands yeux bleus couleur glace. Une

⁶⁸ Oui, si tu connaissais le nom de ces constellations.

chevelure folle, bouclée, couleur miel. Son odeur parfaite, un mélange délicieux de transpiration et de shampooing. Et ce...ce sourire. Mon Dieu ce sourire. Je ne pourrais le décrire sans voler de vers aux poèmes de Keats. Même la cicatrice sur son menton a l'air d'avoir été placée juste au bon endroit.

Quand on s'est rencontrés plus tôt cette année, je rentrais dans ma trentaine, ma vingtaine n'étant plus que souvenirs. De façon pas vraiment surprenante, on est rentré en contact via Internet après qu'elle m'ait envoyé un tweet à la fois intelligent et stupide qui proposait que l'on se rencontre autour de « liquides chauds en refroidissement ⁶⁹ ». Bien qu'elle ait deux ans de moins que moi, Colleen est la personne du couple qui apprend à l'autre ce que veut dire être amoureux. Bien sûr elle n'est pas parfaite, mais je n'ai jamais connu quelqu'un qui se rapproche autant de la perfection : honnête, vulnérable, généreuse. Quand je suis avec elle, je veux être une version meilleure de moi-même, la *meilleure* version de moi-même. Pour la première fois de ma vie, je suis sous l'emprise d'une femme.

« Pourquoi n'ont-ils pas encore moissonné tout ça ? » dis-je en déplaçant mon doigt de gauche à droite pour indiquer une profusion de cultures non ramassées de l'autre côté du pare-brise. La terre autour de nous est gonflée par le maïs, du maïs dans toutes les directions, du maïs derrière chaque fenêtre, des tiges plus grandes qu'un joueur ailier intérieur de NBA en talons. Plus de maïs que l'on pourrait le concevoir. C'est littéralement inimaginable.

« Si seulement je le savais, dit Colleen d'un air taquin, contorsionnant quelque peu son visage. Tu m'as pris pour qui ? Old McDonald ? (N.d.T. Fermier de la chanson pour enfants *Old McDonald Avait une Ferme*).

— Lol, non mais toi et tes gens vous n'êtes pas d'ici ? dis-je. Nous sommes actuellement à côté d'une petite ville agricole du nom de Greenville ⁷⁰, à à peu près quarante kilomètre au nord de Dayton et environ huit kilomètres à l'est de la frontière avec l'Indiana.

— Qu'est-ce tu veux dire, *toi tes gens* ? »

Je ne peux m'empêcher d'esquisser un large sourire, le sourire ridicule typique de la personne amoureuse dont je serais probablement en train de me moquer si ce n'était pas le mien.

« C'était quoi ça putain ⁷¹ ?! s'écrit Colleen sur un ton criant qui sort de nulle part.

— Quoi ? Où ? » je demande, sortant presque de la route à cause de la frayeur soudaine, regardant dans la mauvaise direction comme un idiot.

⁶⁹ Hum, cela pourrait très certainement être mal interprété.

⁷⁰ Une ville que les gens du coin surnomment sarcastiquement « G. Vegas » du fait de ses lampes néon en trop grand nombre, bien trop flashy, et très moches.

⁷¹ J'ai toujours adoré l'emploi fréquent et libéral de jurons par Colleen.

« Ça ! C'est quoi ça ?! » Elle me donne un petit coup de coude pour que je regarde vers le nord-ouest. Son visage est illuminé comme celui d'un enfant. Au-delà des épis de maïs, c'est comme si le soleil réapparaissait à l'horizon, un immense disque de feu couleur orange foncé effectuant son ascension au-dessus du Darke County. Ce n'est qu'après que l'on se soit arrêté sur le bord de la route et que l'on ait baissé nos fenêtres que l'on se rend compte qu'il ne s'agit pas en fait du soleil, mais de la lune, la lune la plus lumineuse que chacun d'entre nous n'ait jamais vue. Nous sommes bloqués dans nos propres regards. Une brise souffle sur les champs sous la lune brillante, donnant l'impression à nos yeux et nos oreilles à travers les fenêtres ouvertes que les cultures se sont transformées en vagues de l'océan. Tout a l'air de sortir tout droit d'un film de David Lynch – réalistiquement surréaliste, agréablement distendu. Les étoiles deviennent floues. Le bruit des criquets résonne. Les rires de Colleen avec ses yeux grands ouverts sont en suspens dans l'air, immobiles dans le cadre figé. Tout cela semble trop beau pour être vrai, un moment de perfection d'une grande rareté, un *nous* auquel je ne m'attendais vraiment pas, qui semble impossible à reproduire.

Bien sûr, les prochains mois vont produire d'innombrables moments merveilleux comme celui-ci, révélant ce que l'on ressent quand on est vraiment libre, me faisant vivre les jours les plus heureux de ma vie jusqu'ici. Et pourtant, d'une façon ou d'une autre, je vais réussir à tout faire foirer. Neuf mois ou trois saisons plus tard, alors que le printemps laisse place à l'été, que je me focalise aveuglément sur ma réussite personnelle, que je consacre de plus en plus de temps à ma nouvelle vie en ligne et finis par tourner les yeux au monde qui m'entoure, que je perds la notion de ce qui est réel, je vais rendre compliqué un amour qui était si simple. Finalement, après que la flamme de notre relation se soit fortement affaiblie, Colleen et moi allons nous séparer, et je vais alors apprendre une autre leçon de vie : quand tu arrêtes de prêter attention à ce qui est important, quand tu perds de vue le bonheur qui se trouve juste devant tes yeux, quand tu le recherches à travers des prétendus accomplissements, des éloges, et de la reconnaissance, ce n'est pas sensiblement différent que de chercher le bonheur à travers des biens matériels. Le bonheur ne fonctionne pas de la sorte. Si tu ne le recherches pas comme il faut, la vie perd de sa magie, perd sa finalité, et tu te retrouves privé de tout ce qui importe au final. Mais ce dont je me suis aussi rendu compte, c'est qu'il nous suffit tout simplement de sauter l'étape de la recherche du bonheur, et d'être heureux dès à présent.

Après ce raté, me réveillant meurtri par les blessures que j'ai causées, je vais passer des mois à observer le fossé qui me sépare de Colleen sans vraiment comprendre ce qui n'a pas fonctionné. Avec le temps cependant, après une longue période de réflexion et d'innombrables

larmes versées, je vais finir par réussir à regarder par-dessus mon épaule et me rendre compte de là où j'ai fauté...

Chaque relation – amitié, relation amoureuse ou autre – consiste en une série de concessions mutuelles. Chaque relation a une Boîte de Partage. Pour que la relation fonctionne, les deux personnes doivent contribuer à – et retirer quelque chose de – cette Boîte de Partage. Si tu ne fais que donner mais que tu n'obtiens rien en retour, tu vas te sentir utilisé(e), exploité(e). Et si tu ne fais que prendre sans rien donner, alors tu es un parasite, un profiteur, un vautour.

Durant la plus grande partie de notre année passée ensemble, Colleen et moi avons tous les deux contribué grandement à notre Boîte de Partage. Nous avons donné encore et encore. De ce fait, notre amour a fleuri, et on en a chacun retiré bien plus que ce que l'on avait mis à l'intérieur de la Boîte. C'était magnifique, de loin la plus belle histoire d'amour de ma vie. On a tous les deux contribué, et on a tous les deux grandi – on a grandi ensemble. Mais après un an passé dans la relation, j'ai commencé à sentir que je stagnais, comme si j'avais arrêté de grandir, et je ne savais pas vraiment pourquoi. Sans vraiment le vouloir, je me suis mis à me barricader, et ce tout en essayant de comprendre la source de ma stagnation.

En fait, je me suis rendu compte que je ne grandissais pas autant qu'avant car je contribuais beaucoup moins à la relation qu'auparavant. Alors que Colleen continuait de donner, je donnais de moins en moins, mais prenais toujours autant, prenant sans donner. J'étais égoïste et négligent, ne me rendant pas compte que l'on ne peut grandir si on ne donne pas ⁷².

Alors que je prenais encore et encore, la distance entre nous a grandi, et rapidement notre Boîte de Partage s'est retrouvée vide, appauvrie car je ne contribuais pas – je n'accordais pas autant d'attention à la relation, comme il en avait été le cas durant toutes ces journées magnifiques passées ensemble, quand tout avait l'air si facile. Il s'avère qu'il faut fournir un effort considérable pour faire en sorte que quelque chose paresse facile.

Et alors que les dernières années m'ont enseigné que nous ne sommes *pas* la somme de nos possessions matérielles, je sais maintenant que l'opposé est vrai également : nous *sommes* ce sur quoi nous portons notre attention.

Malheureusement, quand j'ai réalisé cela, il était déjà trop tard. Notre relation abîmée a faibli pendant des mois durant, avec son lot d'émotions de tristesse et de colère que l'on peut trouver dans une chanson d'amour. On a essayé de retrouver le rythme que l'on avait perdu, mais

⁷² Un autre lieu commun s'avère donc être vrai : donner c'est vivre.

seulement pour se rendre compte au final que notre amour n'était plus en mesure de jouer la mélodie d'antan.

Cela me rappelle une vieille fable irakienne que j'avais lue dans laquelle un marchand de Bagdad envoie son serviteur au marché pour aller chercher des provisions. Rapidement, le domestique revient à la maison tout blanc et tremblant, et dit au marchand qu'il s'est fait bousculé par une femme au marché qu'il a reconnue être la Mort, et qu'elle l'a menacé par un geste. Empruntant le cheval du marchand, le serviteur file à toute vitesse à Samarra où il pense que la mort ne le trouvera pas. Le marchand se rend alors au marché, trouve la Mort et lui demande pourquoi elle a fait un geste de menace. Elle lui répond : « Ce n'était pas un geste de menace ; c'était seulement une réaction de surprise. J'étais étonnée de le voir à Bagdad car j'ai un rendez-vous avec lui ce soir à Samarra. »

Quelque part, j'ai laissé l'inverse se produire entre Colleen et moi : j'ai couru vers l'endroit où je pensais que le Bonheur se trouvait, alors que le Bonheur était en fait en train d'attendre à l'endroit dont je m'étais enfui. Je suis conscient de cela maintenant, mais seulement après avoir chuté. Des fois notre échec le plus récent est ce qui peut nous arriver de mieux.

10 || Thoreau & l'unabomber

Octobre 2012

Si Dieu existe, j'imagine qu'il vit dans un chalet quelque part dans l'ouest du Montana. Mais je parierais sur le fait qu'il ne fréquente pas ce bar cependant. L'air qui m'entoure a des odeurs de chanson triste : fumée de cigarette, bière renversée, et parfum bon marché, le type d'odeur qui ne s'en va jamais. Je ne sais pas vraiment ce que je fais là ; je ne bois même pas. Ryan m'y a traîné, même si j'ai essayé de résister tel un enfant tapant du pied et poussant des cris.

« Les gars vous êtes disponibles ? » demande Jconnaispassonnom de derrière le bar. De par son ton nasillard rural, je ne peux dire s'il s'agit d'une question ou d'une affirmation.

« Disponibles pour quoi ? »

— Pour du *sexe*. Est-ce que vous êtes disponibles pour du *sexe* ?

— Oh. Hmm, oui », dit Ryan avec le même sourire que ceux que l'on voit sur les panneaux publicitaires. Mais sur invitation par contre.

Jconnaispassonnom est mignonne, peut-être vingt-cinq ans, même si elle en fait trente-quatre. Elle a bien trop de maquillage et porte un soutien-gorge push-up pour gagner un peu plus de pourboires. Même avec le peu de lumière, on voit qu'elle a des taches sur sa peau et que son visage est usé, ce qui témoigne de son lourd penchant pour la cigarette. Il y a un tatouage en forme de papillon dans le creux de ses reins ; je ne peux pas lire l'inscription sous les ailes, mais je pense deviner la vraie signification du message. Ryan parle à cette fille et à ses deux amies depuis quinze minutes, ce qui commence à m'exaspérer. Les deux amies sont assises côté clients du bar et sont toutes les deux des versions légèrement plus exagérées de la barmaid, leur visage observant des craquelures à cause du manque d'humidité. Je n'ai pas beaucoup parlé jusqu'à présent, mais je suis déjà exténué rien que d'assister à ce tête-à-tête.

Ryan me lance un regard, esquisse un sourire puis boit une petite gorgée d'un liquide couleur urine dans un verre à shooter. Ils servent tellement d'alcool dans cette ville que l'on a l'impression qu'ils cherchent à écouler leur surplus de stock. Avec seulement quelques dollars, tu peux te la coller, chose que je trouve insupportablement triste. Le bocal à pourboires sur le comptoir est à moitié vide. Le juke-box joue une musique. Littéralement, un *juke-box*. Je reconnais la mélodie de la chanson « Ohio » de Austin Hartley-Leonard, ce qui donne l'impression que les dieux ont planifié cette ironie puisque la chanson parle de comment trouver

un moyen de retourner dans l'Ohio et de ne plus jamais sortir de l'État, pensée tentante qui me fait me toucher la poche pour sentir mes clés de voiture.

Des études indiquent que les chirurgiens qui écoutent de la musique pendant les opérations sont plus performants que ceux qui ne le font pas. Des tas de pensées se pressent dans ma tête, des faits incohérents comme celui-ci qui me traversent l'esprit à toute vitesse. C'est particulièrement le cas quand je fais face à des situations inintéressantes comme celle-ci. Des fois, j'aimerais bien pouvoir mettre mon cerveau sur off. Les pensées vont et viennent ; je ne suis jamais capable de les conserver. Mais si j'arrivais à les garder en tête, elles seraient miennes et j'en serais donc responsable, et franchement, non merci.

« À la disponibilité ! » proclame Ryan qui lève son petit verre de pisse ⁷³.

(Tout comme moi, Ryan est célibataire depuis peu.)

Les trois filles rient en chœur bêtement avec des tonalités de voix différentes, ce qui donne un rendu un peu étrange. On dirait qu'elles sont en train de mimer des animaux de la ferme qui s'accouplent. Ryan regarde dans ma direction, et basé sur sa réaction face à mon expression, je pense que mon regard trahit soit la confusion, soit la terreur, soit l'excitation, soit un mix des trois. Je ne suis pas sûr ; j'essaie juste de sourire poliment.

Sourire aide à renforcer le système immunitaire.

Plus tôt cette année, avant que l'air de l'Ohio ne soit devenu si humide que l'on puisse le goûter, Ryan et moi nous sommes embarqués dans notre toute première tournée de promotion, un périple de trente-trois villes pour promouvoir la publication de notre tout premier livre de non-fiction : *Minimalism : Live a Meaningful Life* (N.d.T. Proposition de traduction : *Minimalisme, Vivre une Vie Pleine de Sens*). Le livre utilise les concepts du minimalisme pour exposer et discuter des cinq secteurs de vie les plus importants : santé, relations, passion, développement personnel, et contribution. Cette tournée, qui s'est terminée à la mi-juillet, nous a trébuchés aux quatre coins des États-Unis et du Canada, et les moments qu'on y a vécus ont donné naissance à un nouveau Joshua et un nouveau Ryan. Une expérience que l'on échangerait pour rien au monde. Il va sans dire que nous avons appris – et expérimenté – bien plus que ce à quoi on s'attendait. Ci-dessous vous trouverez une sélection de mon journal de bord faite un peu au hasard, un collage image par image de nos voyages de l'année...

On s'est fait remorquer notre voiture à St. Petersburg, Floride. On a travaillé sur la même plage où j'avais répandu les cendres de ma mère deux ans auparavant. On a pris dans nos bras

⁷³ Johnnie Walker n'est pas vraiment ce que j'appellerais de la pisse.

des habitants, des avocats, des couchsurfers, et des PDGs à la retraite. On a rencontré un mec à Knoxville qui faisait une grève de la faim pendant quarante jours. On s'est fait arrêté par la patrouille autoroutière de l'État du Kansas pour voir si on avait de la drogue⁷⁴. On a dormi sur le sol d'un couple adorable dans le Missouri et écouté leur voisin tourettique hurler des obscénités toute la nuit. On a dormi dans notre voiture au beau milieu du désert de l'Arizona, à quelques mètres d'insectes et autres serpents venimeux. On a (enfin, j'ai) vomi dans les toilettes à San Francisco quelques minutes avant de parler devant notre plus grand public de la tournée⁷⁵. On a bu le meilleur thé du monde avec notre nouvel ami Leo Babauta. On a, au loin, confondu les lumières brillantes de Reno avec les lumières brillantes de Vegas. On s'est retrouvés bloqués dans une tempête de neige dans la campagne du Wyoming. On a cherché (en vain) la statue de bronze de John Stockton à Salt Lake City. On a dormi dans un loft sensationnel dans une zone commerciale du Milwaukee. On a signé de façon embarrassée des autographes à Chicago la veille du réveillon. On a eu des conversations vraiment profondes avec une femme de quatre-vingt-trois ans et un garçon de onze ans.

On s'est douché avec de l'eau de puits au Texas. On a passé du temps avec Colin Wright quand nos chemins se sont croisés alors qu'il zigzagait les US. On a marché sous la pluie avec notre ami et auteur Chase Night et deux belles jumelles rousses à Little Rock. On est passé à la radio sur NPR dans la ville de Saint-Louis avec le légendaire Don Marsh. On a fait notre exercice sur des aires de repos dans des douzaines d'États. On a été reconnu par des lecteurs dans les rues de Nashville, Dayton, et, plus tard, à Seattle⁷⁶. On a remercié des gens comme John Schultz d'avoir conduit jusqu'à huit heures afin de nous rencontrer dans l'Arkansas, dans l'Oklahoma, et au Kansas.

On a mangé des tacos au poisson à Rochester. On a détruit une main d'écrivain – ma main droite – avec une fenêtre défectueuse, main qui a saigné dans tout Coney Island. On a lu à voix haute une phrase de trois pages issue de mon prochain roman devant un petit public à NYC. On est tombé *en montant* les marches alors que l'on sortait du métro à Manhattan. On a vu un Scottish Terrier blanc portant un pull à losanges et qui fumait une Camel Bleue dans Brooklyn⁷⁷. On a transmis notre message dans les rues de Boston – littéralement. On a nourri des sans-abris dans les rues de Pittsburgh et lu des poèmes de la collection de notre ami Shawn Mihalik à Cleveland. On a noté des copies de mon nouveau cours d'écriture en ligne, « Comment Mieux Ecrire », alors que l'on roulait vers l'est sur la I-70. On a donné un discours à la MLK sur les

⁷⁴ Deux fois.

⁷⁵ C'est la dernière fois que je te force à manger du gluten.

⁷⁶ Enfin, Joshua. Probablement parce qu'il ressemble beaucoup trop à un jeune Christopher Walken.

⁷⁷ Incroyable mais complètement vrai.

marches du Lincoln Memorial. On a vu « le plus grand magasin de préservatifs » (du monde ?) à Philadelphie.

On s'est tenu debout à côté d'une tête géante et surréaliste de Ronald Reagan à Branson dans le Missouri. On a parlé dans des librairies, des centres culturels et des salles de classe d'universités. On s'est relayés pour dormir sur le siège passager pendant que l'autre conduisait. On a lancé un faux groupe de musique juste pour le délire⁷⁸. On a raconté des blagues foireuses devant une salle comble dans les locaux de l'association caritative Housing Works à NYC, et 100% des recettes de l'événement a été reversé pour la lutte contre la double crise des sans-abris et du sida. On a dédicacé (dégradé ?) des livres, des portefeuilles, et même quelques Kindles. On a marché sous la pluie, navigué dans des métros, et pris d'innombrables trains. On a fait notre toilette ensemble et on s'est rendu compte que l'on utilisait le même produit capillaire⁷⁹. On a vu des autocollants pour voitures incroyablement stupides⁸⁰. On a logé chez des amis merveilleux tels que Donna, Emily et Sarah, et d'autres amis de plus longue date comme Dave, Jeff et Marla.

On a conduit de l'Ohio jusqu'à Des Moines, puis Portland, puis San Diego, où notre amie Austen aux yeux pétillants nous a fait découvrir un restaurant mexicain caché qui était encore ouvert à une heure du matin. On a pelleté du crottin de cheval devant une famille polygame alors que le soleil disparaissait derrière les montagnes de l'Utah. On a visité le Mont Rushmore, et notre expérience a été grandement ternie par la myriade de publicités et les villes entières dont le but était de te faire acheter des conneries. On a roulé à côté d'étendues d'herbes plus vertes que de l'AstroTurf en HD (N.d.T. AstroTurf est une marque de pelouse artificielle), une herbe si verte que l'on ne savait plus vraiment si on était dans le Dakota du Nord ou en Irlande. On a assisté aux feux d'artifice du Jour de l'Indépendance dans le centre-ville de Boise. On s'est garé sur le bord de la route pour nous imprégner des feux de forêt féroces, vifs, et incontrôlables du Colorado qui illuminaient le ciel de leur couleur orange foncé. On a parlé aux côtés de notre nouvel ami Joshua Becker au World Domination Summit (N.d.T. Traduction : Sommet de la Domination Mondiale). On a dormi à Seattle où paraît-il on n'y dort jamais. On a regardé le soleil se coucher au-dessus de l'eau comme dans les films durant notre dernière étape à Vancouver. On a passé du temps au Canada où l'on a veillé jusque tard, à rire avec Leslie, Julia et compagnie, à jouer de la guitare et chanter des chansons, passant des moments de grande qualité avec des personnes faisant partie des plus extraordinaires que l'on n'ait jamais rencontrés.

⁷⁸ Vrai également. En fait, vous pouvez même suivre notre faux groupe, Love by Proxy (N.d.T. Traduction : L'Amour par Procuration), sur Twitter : @LoveByProxy.

⁷⁹ Beurk !

⁸⁰ Et tout particulièrement les autocollants mettant en scène le drapeau des États confédérés d'Amérique.

On a vu les deux côtes. On a conduit plus de 32 000 kilomètres dans notre bus de tournée ⁸¹. On a mis le pied dans quarante-quatre États aux États-Unis. On a plus voyagé durant notre trente-et-unième année sur Terre que pendant les trente années précédentes combinées. On a vécu trente-trois rencontres mémorables dans trente-trois villes uniques. On a parlé devant plus de mille personnes cette année, avec des publics allant de deux à soixante-douze personnes. On a ri, pleuré, et ri au fait que l'on était en train de pleurer. On a partagé des repas et eu des conversations profondes avec des personnes merveilleuses, personnes que l'on a toutes rencontrées sur Internet au départ. On s'est fait de nouveaux amis. On a été inspiré par des dizaines de personnes avec leurs récits incroyables de transformation. On a à notre façon et avec nos petits moyens aidé à diffuser le message d'une vie simple. On a vécu notre vie, et on ne s'est jamais senti aussi vivants. On a arrêté de parler de comment vivre et on s'est mis à vivre.

Fin du collage express image par image.

Après que le rideau de la fin de tournée soit tombé à Vancouver, on était sur un petit nuage mais épuisé, près à retrouver de nouveau l'Ohio à bras ouverts, même avec son air lourd et sa pluie d'insectes sur les pare-brises des voitures. On a alors débuté notre périple de retour vers le Buckeye State (N.d.T. Traduction : L'Etat aux Marronniers), et sur le chemin on a été témoins de ce qui est peut-être l'endroit sur Terre le plus éblouissant visuellement : le Montana de l'Ouest. On a roulé le long de ses plaines de flanelle, avec en arrière-plan ses montagnes vertes toute l'année et une ligne d'horizon digne des paysages clichés des films de cowboys, on a passé ses rivières couleur bleu de cobalt surplombées par des pins centenaires, pins traversés par la lumière du soleil qui vient se refléter dans l'eau, eau qui décrit des méandres au cours de sa descente, se rendant au-delà des vastes canyons, là où les prés traversés par des wagons mijotent sous la chaleur estivale, là où le temps s'est arrêté.

Cela ferait un peu cliché de dire que l'on a tout de suite su que c'était la bonne. Mais au premier coup d'œil, on a tout de suite su que c'était la bonne. Montana, avec ses trois cent cinquante jours d'ensoleillement par an ⁸², baptisée à juste titre Le Dernier Bel Endroit, était le lieu où l'on voulait commencer à travailler sur notre prochain projet de taille. On savait que si on voulait continuer à diffuser le message d'une vie simple, alors le temps était venu pour nous de nous retirer et de produire un travail sérieux, ce que les musiciens appellent parfois *se retirer dans la*

⁸¹ Hum, notre « bus de tournée » n'est en fait que ma Toyota Corolla vieille de dix ans.

⁸² Ce n'est pas une plaisanterie : même quand il neige, ce qui arrive souvent en hiver, il fait obstinément soleil dehors.

remise à bois. Et on savait que si on voulait obtenir ce que l'on souhaitait, on devait passer à l'action ; on devait être prêts à faire le boulot.

De ce fait, Ryan et moi avons déménagé dans un chalet sur le versant d'une montagne dans le Montana de l'ouest. A compter d'octobre 2012, nous sommes maintenant résidents de l'Etat du Trésor, transplantés de l'Ohio vers une zone reculée située à deux heures de la langue de terre de l'Idaho et à une heure de Butte. Nous sommes arrivés juste à temps pour expérimenter le fameux climat subarctique si peu apprécié, prêts à vivre une sorte de version moderne de la vie à la Thoreau ^{83 84}.

Ces temps-ci, je n'ai pas vraiment envie de me procurer de nouvelles affaires (bien que le désir maléfique refasse surface de temps en temps), et je veux continuer sur cette voie ; je veux réussir. Et réussir pour moi n'a que très peu en commun avec l'argent, les biens matériels ou le statut social. Le succès pour moi se résume plutôt à l'équation sommaire suivante : Bonheur + Développement personnel + Contribution = Succès. C'est le seul type de succès que je connais. Je veux donc prendre part à des projets qui me rendent heureux, des projets qui ont un impact au-delà de ma personne. Au final, je veux créer plus et consommer moins. Et agir ainsi requiert un véritable travail.

Entre les deux murs de notre nouvelle maison, alors que le soleil se couche sur 2012, je suis finalement sur le point de publier mon roman, *As a Decade Fades* (N.d.T. Pour la traduction, voir le haut de la page 62), après avoir trimé jusqu'au sang sur ma feuille pendant un peu moins de quatre heures. Également, Ryan et moi sommes en train de planifier une Tournée Estivale dans dix villes, ainsi que la trame de notre prochain livre : un projet de récit de non-fiction sans titre pour le moment, une sorte de mémoire ou un truc du genre ⁸⁵.

C'est le rêve un peu cliché de chaque auteur – de trouver un chalet à flanc de montagne au milieu d'un cadre pittoresque, d'aller mettre une nouvelle bûche dans le feu qui crépite alors que la neige recouvre la rivière gelée derrière les carreaux, de s'extraire de la course effrénée de la vie quotidienne et de se mettre à travailler sur son œuvre la plus significative – n'est-ce pas ?

⁸³ Ce n'était pas l'Unabomber (et non Thoreau) qui avait déménagé dans une cabane au milieu de nulle part dans le Montana ?

⁸⁴ Par ailleurs, contrairement à Thoreau, on a du Wi-Fi. Après, je vous l'accorde, il a fallu convaincre la compagnie de téléphone locale d'amener la ligne jusqu'au chalet (la ligne d'origine ayant été coupée il y a bien longtemps). Par chance, il s'avère qu'on avait travaillé dans l'industrie des télécoms pendant un moment, donc on savait à qui parler, et comment se débrouiller pour que le travail soit fait. C'est une prouesse plutôt impressionnante quand on sait que même le Service Postal U.S. ne distribue pas ici. Et cela nous a aussi valu, petit mot à l'appui, d'avoir à nous procurer une boîte postale et de prendre la voiture pour passer chercher notre courrier en ville.

⁸⁵ Le livre que vous êtes en train de lire actuellement.

Ok, peut-être que ce n'est pas l'aspiration de tout le monde, mais nous concernant, on a jugé que c'était le bon moment pour le faire. On s'est donc installés dans un coin isolé du Big Sky Country (N.d.T. Traduction : Pays au Grand Ciel) pour pouvoir nous concentrer pleinement sur notre travail et en ressortir grandis.

Pour les quatre prochains mois – peut-être plus – nous allons donc nous terrer au beau milieu de ce monde sauvage et nous concentrer ⁸⁶.

Quand je suis arrivé le 3 octobre dernier, après une longue route de trois mille deux cents kilomètres en provenance de Dayton, j'ai été accueilli par une chute de neige précoce qui est venue dérober à l'automne ses couleurs saisonnières. J'ai tout de suite su qu'un hiver productif m'attendait. Tout en m'imprégnant du paysage, je me suis attelé à couper du bois en vue des mois d'hiver à venir. Une semaine plus tard, Ryan a tranquillement fait son apparition dans le paysage, et ensemble nous avons colonisé notre nouvel espace de vie.

Le chalet est situé sur le versant d'une montagne, à la périphérie de cette ville aux cinq bars et aux cinq églises. Seulement un seul feu tricolore est à dénombrer au milieu de ces trois mille cinq cents mètres carrés de ville. Après quelques jours de chutes de neige début octobre, l'accumulation s'est arrêtée, et l'automne a refait son apparition une fois la couche de neige disparue. A cette période de l'année, le paysage est un mélange de bleu azur, de vert forêt, et d'un millier de nuances de jaune. Même l'écorce des arbres est d'un jaune brunâtre.

Et malgré tout ce blabla sur l'importance de rester concentrés et productifs, voilà que je me retrouve dans un bar à la con à écouter un morceau de banjo qui pollue mon environnement sonore.

Cela aussi va passer.

Il fait maintenant noir dehors, et bien que les fenêtres soient opaques, j'arrive tout de même à voir que notre voiture est la seule de la rue qui n'est pas équipée de quatre roues motrices. Les deux filles dans le bar sont ennuyeuses à mourir. Bien qu'elles portent toutes les deux des alliances en or incrustées de petits diamants, cela ne les empêche pas de flirter ostensiblement. Je baisse les yeux et réalise que mon pouce droit est en train de jouer avec la marque qui se trouve sur l'annulaire de ma main gauche. Cela fait maintenant trois ans que l'anneau a été retiré, et je ressens toujours une pointe de culpabilité, d'autant plus du fait de ma séparation récente avec Colleen. J'explique ce ressenti soit de par ma culpabilité congénitale, soit de par ce sentiment de honte permanent inculqué pendant les trop nombreuses messes

⁸⁶ Vous pouvez faire une visite photos de notre chalet sur themins.com/cabin

catholiques de mon enfance auxquelles j'ai assistées. Mes mains sont rêches, mon bronzage estival de la Rust Belt s'est estompé, et maintenant ma peau a la même couleur que les sous-vêtements thermiques quand ils sont mouillés.

La fille à côté de moi m'accorde beaucoup trop d'attention. J'ai à peine sorti un mot, mais elle parvient tout de même à me trouver « intéressant », terme que j'utilise, personnellement, de façon passivo-agressive, équivoque. Mais on peut voir qu'elle le pense vraiment. Je suis donc *intéressant*. Super pour moi. Elle tousse maintenant, une toux glaireuse de fumeur. Et sa respiration est modifiée par sa consommation de vin rouge bon marché.

Il y a plus d'alcool dans le bain de bouche que dans le vin.

Je ne m'en étais jamais rendu compte jusqu'à maintenant, mais le mot *toux* est onomatopéique (N.d.T. *toux* se dit *cough* en anglais et se prononce /kɒf/). Ces deux filles basanées, avec leur peau orange, pourraient se faire passer pour des sœurs. Mais le problème est qu'elles se ressemblent beaucoup trop pour être sœurs. On a l'impression qu'elles veulent que les gens pensent qu'elles sont de la même famille. Je suis sûr qu'elles m'ont dit leur prénom dans les quinze dernières minutes, mais comme je ne suis pas concentré, impossible de m'en souvenir. On va supposer qu'elles s'appellent toutes les deux Betty.

La peur des moches s'appelle la cacophobie.

Le bar est rempli de fumée, fumée qui reste là, suspendue dans l'air. Il est interdit de fumer à l'intérieur des établissements publics dans cet État, mais ce bar au milieu de nulle part ne se soucie guère de la réglementation. On pourrait obtenir une licence en apathie simplement en restant assis dans cet endroit pendant une soirée. La dureté du tabouret me donne mal aux fesses.

Les toilettes sortent tout droit d'un film d'horreur. Auparavant blanches, les cloisons de séparation entre les urinoirs sont désormais d'une couleur marron rouille, le résultat d'années passées à faire des éclaboussures et à mal viser. Le lavabo soi-disant inoxydable et qui ressemble à un abreuvoir est tout rouillé. Un sèche-mains pendouille sur le mur, hors d'usage, avec des fils électriques qui en sortent et qui passent à seulement quelques centimètres du lavabo.

Il y a vingt minutes, je suis revenu des toilettes et ai trouvé mon tabouret dissimulé derrière un camouflage d'un mètre quatre-vingt trois. Ryan était toujours assis sur son tabouret (celui sur lequel il est encore perché actuellement, juste à côté de moi), et un homme maigrichon avec un treillis acheté dans une brocante essayait de lui vendre de la vache « fraîchement twée » à bas prix, viande qu'il surnommait « steaks ». Vous n'avez jamais remarqué que quand on mange des mammifères, on ne mentionne souvent pas l'animal à proprement parler ? On ne mange pas de la vache ; on mange des steaks. On ne mange pas des sandwiches de vache ; on mange des hamburgers. On ne dévore pas de la chair de cochon ; on prend plaisir à manger des saucisses

Knackis. Et ainsi de suite. Est-ce parce que l'on se sent coupable ? Est-ce que les chasseurs ressentent une sorte de culpabilité à tuer pour le sport ? La chasse est-elle un vrai sport, comme, disons, le basket ou le baseball ? Je me rends soudain compte que l'intégralité de ce que je connais sur la chasse pourrait être inscrit sur une douille de calibre 5,56 mm en police de caractères vingt.

Le chasseur était assis là sur mon tabouret et négociait avec Ryan. Il parlait fort, et de façon énergique, comme s'il avait pris de la meth. Et Ryan restait calme et tolérait poliment son speech de vente endiablé. Le chasseur était ridicule, une vraie parodie de lui-même avec son treillis une taille trop grand et son visage burlesque – des yeux renfoncés, sombres, et sans couleur, avec de grosses cernes dont l'aspect pouvait laisser penser qu'il était en train de faire une hémorragie interne ; un gros nez marqué de crevasses ; un menton fuyant recouvert d'une barbe d'une semaine et demie, barbe irrégulière qui ne lui permettait pas de dissimuler totalement les petits cratères laissés par la variole qui habillaient ses joues – et il y avait une cigarette à moitié consommée derrière son oreille gauche. Il perdait sérieusement ses cheveux sur l'avant de son crâne, et les gardait longs à l'arrière. Quant à ses bottes, elles étaient tachées de sang. Était-ce du sang de vache ? On ne pouvait vraiment pas le savoir.

La péladophobie est la peur des gens chauves.

Je me suis assis à côté d'eux et ai fait semblant de siroter un Coca light qui avait un goût inquiétant d'eau de ruisseau (*inquiétant* car un ruisseau coule juste derrière cet établissement raffiné). Je me suis imaginé Ryan stopper le chasseur au milieu d'une phrase et lui dire :

« C'est qui ton coiffeur ?

— Quoi ? telle est la réponse que j'imagine du chasseur désorienté.

— Quand tu te fais couper les cheveux, tu vas où ?

— Hein ?

— Juste pour savoir, car je veux être sûr de ne jamais y mettre les pieds. » Mais Ryan ne dirait jamais ça, donc il ne l'a pas dit. Il n'a pas acheté de vache fraîchement tuée non plus.

Trente minutes se sont écoulées, mais j'ai l'impression que cela a duré une semaine. Le temps passe beaucoup moins vite ici.

« Si tu écris là-dessus, s'il te plaît ne fait pas passer les habitants de cette ville pour une bande d'ivrognes, me prévient Ryan.

— Quelle ville ? dis-je.

— Cette ville. P——.

— Mais elle *est* pleine d'ivrognes. C'est une ville d'ivrognes avec une addiction pour la pêche.

— Quoi ?

— C'est ce que dit un autocollant stupide sur un des pick-ups dehors : *P——, MT, une p'tite ville d'ivrognes 'vec une grosse addiction pour la pêche.*

— Peu importe. N'écris juste pas dessus.

— OK je ne le ferai pas », dis-je en mentant.

Ryan plisse le front.

« Quoi ? Je ne mentionnerai pas le *nom* de la ville. C'est pas comme si j'allais écrire "P——, une ville d'ivrognes" ou je ne sais quoi.

— Je suis sérieux.

— Mais regarde cet endroit. » J'étends les bras comme si j'étais en train de me faire crucifier.

« Qu'est-ce qu'il a ?

— J'imagine que l'enfer est semblable à un bar paumé comme celui-ci. Ou le purgatoire tout du moins. Du genre patiente, survis comme tu peux, et Dieu finira bien par prononcer Son jugement », dis-je, les bras toujours cloués dans l'air enfumé.

Dans la Rome antique, le but de la crucifixion était que les gens meurent particulièrement lentement, dans d'atroces souffrances, tout en étant publiquement humiliés.

Après, mon but n'est pas de dire que les personnes qui vivent ici sont stupides ou ignorantes. Elles ne le sont pas. En fait, si quelqu'un est ignorant ici, c'est moi. Je n'ai jamais chassé. Je n'ai plus touché de canne à pêche depuis l'adolescence. Et je n'ai jamais possédé de pick-up, de râtelier pour armes, ou de tenue de camouflage. Non, ces personnes ne sont pas ignorantes du tout ; elles se sont simplement adaptées à leur environnement. Et peu de nouvelles têtes se pointent dans les parages, alors quand tel est le cas, les habitants de cette ville se comportent en spectateurs curieux, attendant que quelque chose de palpitant ait lieu.

« Qu'est-ce que vous faites ce soir les gars ? » demande jconnaispassonnom de l'autre côté du bar, avant de jeter un coup d'œil aux Bettys pour voir si elles écoutent.

Je la regarde mais ne lui réponds pas. Le brouhaha de plus en plus fort associé à la musique de fond qui se balade donne l'impression que les voix des gens sortent tout droit d'un combiné de cabine téléphonique.

« Je suis trop bien pour toi », j'imagine Ryan répondre à la barmaid, mais ce n'est pas quelque chose qu'il dirait non plus.

« Les gars, ça vous dit d'se fumer un peu d'beuh après ? » demande une des deux Bettys dans le vide, son regard se portant entre Ryan et moi.

Ryan incline sa tête et la regarde, perplexe. Le niveau sonore augmente de plus en plus au fur et à mesure que les gens font leur entrée dans le bar, et je ressens le besoin étrange de crier quelque chose d'obscène à la foule grandissante, bien que je ne sache pas trop pourquoi.

« Hé les gars, vous n'êtes pas des flics quand même ? » demande l'autre Betty. Ses yeux sont de la même couleur qu'une flamme de briquet.

Les gens aux yeux bleus ont une plus grande aptitude à voir dans le noir. Les yeux bleus sont en fait une mutation issue de l'évolution. Au départ, tous les êtres humains avaient les yeux marron.

En fait, Ryan ressemble vraiment à un flic. Pas à un officier de police du monde réel, plus au type de policier que l'on trouve dans les films : bel homme avec un menton prononcé, des épaules larges et une barbe naissante.

La barbe d'un homme pousse plus vite quand il a envie de faire l'amour.

Et les lunettes Aviator coincées dans le col de sa chemise ne crient pas exactement « Je ne suis pas un flic ! »

L'autre Betty porte la main de son alliance à sa bouche et se met à tousser fortement, ce qui pousse la première Betty à tousser également.

Cet endroit est plein de flanelle et de décolletés. J'connaispassonnom nous informe que le bar n'est jamais aussi plein en semaine. « Ils sont tous venus pour vous voir, dit-elle. Pour se faire une idée de vous.

— Pour se faire une idée de nous ? je demande, faisant semblant de m'intéresser.

— Oui chéri. Ils veulent juste voir à quoi ressemblent les nouveaux gars », dit-elle en indiquant la meute de chiens sauvages rassemblée sur des tabourets et autour des tables de billard, tous macérant dans la fumée de cigarette. « On a beaucoup entendu parler d'vous les gars. C'pas tous les jours que deux écrivains emménagent en ville. Tout particulièrement deux mecs aussi beaux gosses que vous. Les gens ont l'impression d'être dans un film. »

Je me contente de cligner des yeux en guise de réponse. Il y a à présent du monde qui grouille tout autour de nous. Le bar a été pris d'assaut, à l'image des plages de Normandie.

« Les filles dans cette ville sont chaudes », nous assure-t-elle, bien que je ne sache pas trop pourquoi elle nous dit cela. Est-ce un avertissement ? Une invitation ? « Et elles aiment vot' style d'Hollywood. »

La cerebriphilie est le désir anormalement intense de vouloir avoir un rapport sexuel avec une célébrité.

Je ne suis jamais allé à Hollywood de ma vie. Je regarde mes pieds, puis j'observe le gaz néon qui s'échappe des murs. Je ressens alors une forte envie de me diriger vers une porte de sortie. Je ne sais pas si c'est de l'agoraphobie, de la claustrophobie ou autre chose, mais il y a trop de monde pour moi ici, je ne me sens vraiment pas à l'aise. En tout cas, la cause de mon malaise

n'est pas la solitude. Quoi que, se sentir seul et être seul n'est pas la même chose : je peux me sentir l'homme le plus seul du monde et pourtant me trouver dans une salle pleine à craquer.

Je dis à Ryan que je sors prendre l'air, puis je réussis à trouver la force de transporter mon corps par-delà les portes de la taverne. Dehors, un pick-up effectue une marche arrière pour regagner la rue. Son pot d'échappement, autoritaire et agressif, crache dans l'air sa fumée couleur silex en forme de crosse de hockey. Sur un des autocollants de la voiture, on peut lire MONTUCKY (N.d.T. Noms que certains habitants donnent au Montana rural. L'appellation peut avoir une connotation positive ou négative). Alors que celle-ci fait sa marche arrière, ses phares illuminent une fille qui se trouve seule à l'extérieur du bar.

L'opposé de « revers » est en fait « avers ».

La fille tire une bouffée de sa cigarette puis se met à me regarder d'un air méfiant. Elle est à moins de trois mètres de moi, et dans la lumière pâle elle ressemble beaucoup à une jeune Jennifer Aniston.

La cerebriphilie est le désir anormalement intense de vouloir avoir un rapport sexuel avec une célébrité.

Il fait froid dehors, et je me rends compte que mon manteau est trop léger pour ce type de climat. D'habitude, le Big Sky est dégagé, splendide. Mais pas ce soir. Ce soir, des couches de nuages volent bas dans l'atmosphère. Elles se déploient d'une montagne à l'autre, donnant l'impression qu'elles ont été accrochées à la roche par des pitons. La fille à la cigarette se montre méfiante, nerveuse même. Elle porte un gros manteau, mais cela ne l'empêche pas d'avoir des frissons pour autant. Portant sa main au visage, elle éternue puis essuie son nez avec le dos de son gant.

Le terme technique pour éternuement est sternutation.

« Rassure-moi, t'es pas là pour me taxer une cigarette ? » est la première chose qu'elle me demande, me regardant avec des yeux perçants.

Les mouches des fruits sont connues pour se mettre à boire de l'alcool après avoir été rejetées par un mâle potentiel.

« Je ne fume pas, je lui réponds. Mais maintenant je suis tenté d'en demander une. »

Elle grimace. « Je suis désolée. Ce n'était pas très gentil de ma part. C'est juste que j'essaye d'arrêter, et c'est censé être mon dernier paquet. » Elle regarde son bout de cigarette luisant tel un petit bout de mèche allumé.

Je me rapproche, et m'arrête à la limite de son espace vital, ce qui a pour effet d'atténuer ses tremblements. De la frénésie anime son regard, le même regard que celui des cerfs quand ils rencontrent les phares d'une voiture. De là où je me trouve, je me rends compte d'à quel point je surplombe cette fille.

Une personne qui mesure un mètre quatre-vingt-neuf est plus grande que quatre-vingt-quatorze pour cent de la population mondiale.

Avec un sourire que j'aimerais pouvoir ramener chez moi et conserver, elle me propose une cigarette pour s'excuser et marquer une sorte de trêve. Je fais un geste de refus de la main puis m'avance encore un peu plus près. Elle est petite et jolie. De par sa façon d'être, on a l'impression qu'elle est terrifiée par quelque chose – de moi ou de cette ville, de l'idée de mettre un terme à sa mauvaise habitude, de la pensée d'avoir à s'engager auprès de quelque chose pour le restant de ses jours. Quoi que ce soit, elle en est terrifiée. Je suis maintenant si proche que je peux me voir dans ses yeux gris. Pendant un bref instant, je l'imagine venir chez moi, avec son odeur de fumée de cigarette, de bière renversée et de parfum bon marché, se glissant dans mon lit et souillant mes draps pendant une heure d'ébats simulés, avant de tomber de sommeil des suites de cet acte charnel impur. Je pourrais essayer de parler à cette fille pendant une heure ou deux. Je pourrais essayer de nous trouver des points communs qui n'existent pas. Mais je n'en ai aucunement l'intention ce soir. J'ai trente-et-un ans maintenant, et les attitudes oiseuses de ma vingtaine ne m'intéressent plus. Le sexe pour l'amour du sexe m'apparaît dénué de sens et provoque en moi un fort sentiment de solitude.

La vasocongestion est le terme médical pour le syndrome des couilles bleues.... Le mot masturbation vient du Latin masturbari qui signifie « se polluer soi-même ».

Je regarde une nouvelle fois l'entrée du bar, et décide de ne dire au revoir à personne. Je ferais mieux de rentrer à la maison seul, ce qui quelque part me fera me sentir moins seul que l'alternative. Derrière les bâtiments en briques, le ruisseau ratisse les cailloux et le sédiment. Je me rends compte qu'il faut que je pisse. Je salue la jolie fille d'un signe de tête, lui souhaite une bonne nuit et lui demande de faire attention à elle, puis elle retourne sans la moindre hésitation à sa cigarette, frissonnante. Je commence alors mon long chemin retour avec en tête l'idée de trouver un endroit pour uriner.

Chaque année, à peu près quarante mille Américains souffrent de problèmes liés aux toilettes. À noter également que, en urinant dans la douche, l'Américain moyen peut sauver jusqu'à quatre mille trois cent quatre-vingt litres d'eau par an⁸⁷.

De retour au chalet, je trouve deux mouches qui vibronnent dans ma chambre à l'étage, cherchant une sortie. Les deux créatures sont massives, sereines, et plutôt stupides. Elles sont énervantes, mais faciles à tuer. Il fait noir et mon lit est vide. Demain, le travail commence.

⁸⁷ Tu as pissé dans notre douche ?

11 | | Un hasard qui fait bien les choses

Décembre 2012

Alors que l'on arrive au Centre de l'Innovation Sociale de Toronto, je suis certain que l'on s'est trompé d'endroit. Après avoir vérifié l'adresse une nouvelle fois et m'être rendu compte que c'est bien la bonne destination, je commence à m'inquiéter, me disant que les gens qui sont venus assister à notre petite rencontre vont se retrouver bloqués par la file de personnes qui se trouve dehors.

Le CIST est un grand bâtiment en briques de cinq étages équipé de salles de réunion, de salles de conférence, et d'espaces de coworking. Mel⁸⁸, la torontoise formidable qui nous a trouvé ce lieu pour notre petit meetup, ne répond pas au téléphone. À la place, je tombe sur sa messagerie.

« Hé, c'est Joshua », dis-je, mon inquiétude commençant peu à peu à se transformer en panique, que je peux entendre dans le son de ma voix. « Il y a une file d'attente devant le bâtiment. On dirait qu'un autre événement a lieu ce soir – un concert, une soirée, ou je ne sais quoi. Rappelle-moi quand tu as un moment, et tiens-moi au courant de s'il y a un moyen pour que nos invités puissent contourner la foule en avant – une entrée arrière, une trappe secrète, une sortie de secours, quelque chose. Je te remercie, à plus. »

Ce mois marque exactement deux ans depuis que Ryan et moi avons lancé notre site web. On en est à peu près à la moitié de notre Tournée Estivale de dix villes, venant de quitter Boston il y a quelques jours, où l'on a parlé devant un groupe de taille modeste à la Harvard Business School. Il n'y a nulle part où mettre notre voiture à l'extérieur du CIST, et le parking voisin est plein. On décide donc de se garer sur une « place réservée » qui ne nous dit pas pour qui elle est réservée, mais une chose est sûre : elle n'est pas réservée pour nous.

Ryan et moi passons la foule, nous retrouvant alors devant l'entrée principale, une double porte en verre qui mène à un ascenseur et une cage d'escalier. Sur une feuille scotchée à la vitre, il est écrit : « La Tournée Estivale pour la Recherche du Bonheur des Minimalistes, Cinquième Etage, 19h ». Aucune autre affiche n'est présente pour renseigner sur l'autre événement, pourtant de plus grande ampleur, qui a lieu en même temps que le nôtre.

⁸⁸ Mel, diminutif de Melissa, mais il s'agit d'une Melissa totalement différente de celle mentionnée au chapitre 6.

La file d'attente grandissante qui serpente jusque dans la cage d'escalier est composée de personnes qui donnent l'impression d'être venues assister à un concert. Alors que l'on se fraye un chemin dans les escaliers, nous excusant – « excusez-moi », « pardon », « excusez-moi » – à chaque fois que l'on gravit quelques marches, les gens nous font des signes timides de la main, des beaux sourires, et nous communiquent aussi pour la plupart d'entre eux un certain étonnement au fur et à mesure qu'on les dépasse. Il apparaît de plus en plus évident qu'au moins quelques-uns de ces visages souriants sont là pour nous voir. Mais il est impossible de dire quel pourcentage cependant.

Une belle brune se trouve en haut des marches au cinquième étage et gère le trafic. C'est Mel. Elle a l'air dépassée.

« Hé, j'ai essayé de t'appeler, dis-je, étendant les bras pour initier une accolade.

— Désolée, j'ai laissé mon téléphone dans la salle, dit-elle en pointant son pouce derrière son épaule avant de nous faire un câlin à tous les deux.

« Que sont venus faire tous ces gens ici ? » demande Ryan.

Elle le regarde d'un air songeur, ne sachant pas s'il blague ou non, puis, quand elle se rend compte qu'il ne blague pas, elle nous regarde tous les deux d'un air incrédule, avec un air de dire : *Ils sont tous ici pour vous, bande de cons.*

Ryan me regarde. Je le regarde. La prise de conscience se matérialise sur les traits de nos visages respectifs exactement au même moment. « Oh merde », dit-on à l'unisson. Derrière nous, la queue forme une spirale sur les cinq étages du bâtiment.

« On devrait laisser rentrer quelques-unes de ces personnes dans la salle, dis-je, essayant d'aider comme je peux.

— La salle est déjà pleine, me répond-elle. Je pensais que vous aviez dit qu'il y aurait quarante à cinquante personnes max. »

Au bout du couloir se trouve une salle lumineuse qui regorge de Canadiens – des hommes, des femmes et des enfants de tous âges, de toutes races, tous... venus pour nous voir ? La salle au haut plafond peut sûrement accueillir une cinquantaine de personnes dans de bonnes conditions, mais actuellement il y en a plus d'une centaine à l'intérieur, épaules contre épaules, réparties sur toute la longueur de la pièce. Erika, l'amie de Mel, une grande brune en jean avec ses cheveux attachés en arrière nous conduit vers l'avant de la salle, oeuvrant à la Moïse, ce qui oblige la foule compacte à se séparer en son milieu, créant ainsi une ouverture qui nous permet d'accéder à la scène. Ryan et moi regardons alors la masse de corps qui se trouve devant nous d'un air hébété. Il est sept heures moins dix.

Il s'avère que trois des plus gros journaux canadiens ont décidé de consacrer une page complète pour introduire notre venue cette semaine. Dieu soit loué, quelques minutes avant que Ryan et moi ne commençons, Mel a réquisitionné une grande salle de réunion au sous-sol du bâtiment. Et même dans ce nouveau lieu où il y a considérablement plus d'espace, on est forcé de présenter notre dissertation deux fois pour pouvoir répondre à la demande.

Il est presque neuf heures maintenant, et on se prépare à refaire entièrement notre présentation improvisée. La grande salle dans laquelle nous nous trouvons est remplie de rangées de chaises qui mènent jusqu'à une scène légèrement surélevée. À ma gauche se trouve le mur de séparation avec le café de la CIST, et du fait qu'il ne monte pas jusqu'au plafond, on peut entendre en arrière-fond le bruit du lait porté à ébullition et les dings d'une vieille caisse enregistreuse. Les lumières orientées vers la scène rendent le public assez difficile à voir. Malgré tout, j'arrive quand même à remarquer mon amie Aili qui est assise au premier rang, à droite de la scène.

Aili est une ancienne étudiante du cours d'écriture en ligne que j'ai commencé à donner plus tôt dans l'année. Sous cette lumière, elle ressemble vraiment à une scandinave – grande, blonde, et jolie. Ses yeux sont de la même couleur que celle d'un jean délavé, et de la même intensité que la profondeur sans fin de l'océan. Elle est habillée de façon décontractée, mais dans un style qui a été mûrement réfléchi. Intentionnellement décontracté, j'imagine que l'on pourrait dire. Son accent est clairement canadien, véritable, assuré, et voilé. Si tu lui parles plus de trente secondes, tu te rends rapidement compte qu'elle est plus intelligente que toi. En tout cas, c'est le cas pour moi. Mais mis à part cette différence, l'histoire d'Aili ressemble beaucoup à la mienne : à la fin de sa vingtaine, elle tenait le monde par les couilles. Enfin, en apparence tout du moins ⁸⁹. Après être sortie diplômée d'une université prestigieuse, elle s'est retrouvée avec un boulot bien payé, et s'est mise à travailler dur pour gravir les échelons, tombant alors dans le piège du rêve américain ⁹⁰. Elle a vécu la vie qu'elle était supposée vouloir vivre, mais le problème est que ce n'était pas *sa* vie ; elle avait l'impression de vivre le rêve de quelqu'un d'autre.

Ryan et moi avons eu une journée de libre hier à Toronto. J'en ai alors profité pour faire la rencontre d'Aili autour d'un thé chez Darkhorse, alors que Ryan est allé rencontrer notre chargée de relations publiques sur King Street ⁹¹. Aili et moi avons pris place à une table près de

⁸⁹ Et, euhh, de façon métaphorique aussi j'espère.

⁹⁰ Cela ne devrait pas être le rêve canadien plutôt ? Je dis ça juste comme ça.

⁹¹ Vers septembre, la charge de travail quant au filtrage des demandes d'interviews, la planification de la tournée, etc., est devenue trop lourde pour que nous, simples amateurs, puissions nous en occuper. Nous avons donc engagé Sarah Miniaci, notre extrêmement talentueuse, merveilleusement efficace, et incroyablement photogénique chargée de relations publiques.

la fenêtre. Au cours de notre conversation, j'ai eu l'impression que l'on était sur la même longueur d'onde alors que nous avons ruminé sur nos changements de vie respectifs, et sur comment vivre une vie plus simple et plus équilibrée.

« Trouver l'équilibre dans la vie est loin d'être facile », dit-elle, alors qu'une chanson style indie folk est jouée par les enceintes au plafond. J'ai reconnu le titre « Unwriteable Girl » de Gregory Alan Isakov dont la voix douce semble avoir le pouvoir de mélanger la mélodie à l'air qui nous entoure.

« Cela dépend de ce que tu entends par équilibre, non ?

— Tout à fait. Et c'est même difficile d'en donner une définition, c'est nébuleux comme truc. Le concept en lui-même peut même aller jusqu'à te faire penser que tu ne te donnes pas assez, quelque soit le secteur de vie. Et c'est particulièrement vrai si tu es quelqu'un qui a besoin d'accomplir des choses ; à la maison et au travail, tu as l'impression que tu devrais en faire plus – faire plus de choses, contribuer plus, être plus disponible. Plus, plus, plus. Mais où est l'équilibre là-dedans ? Tous ces objectifs SMART débiles et ces emplois du temps surchargés alimentés par une montagne de stratégies et d'outils de mesure, tout cela dans le seul but de faire changer le bateau de cap alors que la question première reste toujours sans réponse.

— La question étant : comment puis-je trouver l'équilibre ?

— Oui. Et je me dis aussi que l'on ne se pose peut-être pas la bonne question, continue Aili. Le problème avec le concept d'équilibre, c'est qu'il marque une séparation entre le travail et le reste de ta vie. Mais le travail n'est pas séparé de la vie, il en fait partie. Donc plutôt que d'essayer de mesurer, de peser, et de comparer les différentes composantes de ta vie qui n'ont pas vraiment lieu d'être comparées, pourquoi ne pas plutôt se demander si on ressent une harmonie dans la façon dont tout s'additionne ? Cela nous amène à nous poser des questions du genre : *Suis-je heureuse ? Suis-je en bonne santé ? Est-ce que ce que je fais a du sens pour moi ? Est-ce que j'aime ma vie ?*

— Ces questions sont hautement individuelles.

— Je pense qu'elles doivent l'être, me répond-elle. Seulement *toi* peut réussir à trouver ce qui *te* rend heureux. Je ne suis pas un modèle.

— Je suis d'accord, dis-je le plus sincèrement du monde. Avant j'avais l'habitude de concevoir le *travail* comme un vilain mot. Quand j'étais en entreprise, le travail était quelque chose qui m'empêchait de vivre, quelque chose qui m'empêchait d'être satisfait, épanoui ou passionné. Même le mot en lui-même avait une connotation négative. Travail – *beurk* ! Quand j'ai quitté le monde de l'entreprise, je me suis juré de ne plus jamais utiliser le mot – nom, verbe ou adjectif. Comme j'ai arrêté "d'aller au travail", il a été facile d'enlever cette expression de mon

vocabulaire. Mais j'ai également supprimé toutes les autres utilisations du mot et je me suis mis à utiliser des termes plus spécifiques : j'ai "écrit", "enseigné", "parlé", ou encore "fait du bénévolat", mais j'ai refusé de "travailler". J'ai arrêté d'aller à la salle de sport pour "travailler ma condition physique" ; à la place, j'y suis allé pour "faire de l'exercice." J'ai aussi arrêté de porter des "habits de travail" ; à la place, je me suis mis à porter des "tenues habillées". J'ai évité d'être "surmené à cause du travail", préférant simplement parler de "stress" ou d'"anxiété" de façon plus générale. J'ai arrêté d'apporter ma voiture au garagiste pour qu'il effectue son "petit travail de routine", lui demandant à la place de "réparer" mon véhicule. Et je me suis même arrêté d'employer les termes "travaux manuels"⁹² et "travaux domestiques", utilisant à la place des alternatives plus courantes. Il va sans dire que je ne voulais plus du tout avoir affaire à ce mot. Je ne voulais pas seulement l'éradiquer de mon vocabulaire, mais également de ma mémoire, faisant disparaître chaque petite trace de la chose qui m'a empêché de poursuivre mon rêve pendant environ une décennie. Mais après un an de ce non-sens, je me suis rendu compte de quelque chose : ce n'était pas le mot en lui-même qui était mauvais ; c'était le sens que je lui donnais. Il a fallu que je retire le mot de mon vocabulaire pendant une année pour me rendre compte que ce n'était pas un mauvais mot du tout. Pendant cette année, *j'avais* poursuivi mon rêve. Et devinez quoi – quand j'ai regardé par-dessus mon épaule pour observer ce que j'avais accompli, je me suis rendu compte que le fait de poursuivre son rêve représentait, en fait, beaucoup de travail. Cela a demandé beaucoup de travail de faire grandir le site web. Cela a demandé beaucoup de travail de publier cinq livres. Cela a demandé beaucoup de travail de s'embarquer dans une tournée d'une côte à l'autre du pays. Cela a demandé beaucoup de travail de donner mon premier cours d'écriture. Cela a demandé beaucoup de travail de poursuivre mon rêve. Le travail n'était pas le problème. C'est ce qui constituait mon travail qui était le problème. Je n'étais pas passionné par mon travail auparavant – mon travail n'était pas ma mission – et je voulais donc y échapper le plus possible afin de pouvoir vivre la vie la plus enrichissante possible, cherchant à compenser l'ennui du train-train quotidien. Mais le travail et la vie en dehors de celui-ci ne fonctionnent pas ainsi. Même quand tu poursuis ton rêve, il y aura forcément des moments d'ennui, de stress, et des longues périodes de dur labeur. Mais c'est normal. Tout cela vaut le coût au final. Quand ton travail devient la mission de ta vie, tu n'as plus besoin de chercher à trouver un équilibre entre le travail et la vie à côté. »

— Tu n'étais clairement pas satisfait de ta vie en entreprise, a dit Aili.

— Non. Loin d'être satisfait. Et toi, je parierais que tu as aussi eu du mal à trouver un équilibre quand tu étais en entreprise, non ?

⁹² Ce n'est pas vrai : je t'ai vu ramasser un marteau des douzaines de fois... avant de me le passer j'avoue.

— Oui, je savais que quelque chose devait changer, mais je n'avais aucune idée de quoi.

— Qu'as-tu fait pour trouver la clé du problème alors ? ai-je demandé.

— Les gens autour de moi ont dû me prendre pour une folle – et même à moi ça m'a paru un peu fou – mais je savais que la seule façon de m'en sortir était de tout réévaluer, même ces choses qui étaient si profondément enracinées et dont j'avais l'impression qu'elles faisaient partie de moi.

— Comme quoi ?

— Comme ma relation de neuf ans avec le même mec. Comme ma maison. Mon salaire plus les avantages annexes. Mon ascension de carrière. Ma vision du succès. Mes hypothèses sur ce que la vie était supposée être. Tout.

— C'est difficile à faire, ai-je dit.

— Ça l'a été en effet. Mais en remettant tout en question, cela m'a permis d'enfin voir la lumière : je me suis rendue compte que je ne serai jamais heureuse ou épanouie si je m'appuie sur ce qui provient de l'extérieur. Il fallait que cela vienne de moi – de l'intérieur de moi.

— Une prise de conscience profonde. Qu'as-tu fait alors ?

— Une chose après l'autre, je me suis débarrassé de tout, a-t-elle dit. Et enfoui sous toutes ces couches, j'ai découvert quelque chose d'inattendu.

— Qu'as-tu découvert ?

— Moi. Je *me* suis trouvée – le vrai *moi*. Acceptation de soi. Connexion. Développement. La joie et l'excitation du ici et maintenant », a-t-elle dit avec un sourire qui est venu égayer son joli visage. Elle pourrait vendre n'importe quoi avec ce sourire.

Quatre heures de conversation de ce type, et voici maintenant qu'elle est assise au premier rang et moi sur la scène, ce qui me rend un peu nerveux.

Ce truc d'écrire sur Internet est un peu magique. Je n'aurais jamais imaginé que je pourrais rencontrer et rentrer en connexion avec autant de gens géniaux, autant de gens qui me ressemblent, qui partagent des intérêts, des valeurs, et des croyances similaires. Mais me voici, nous voici, devant un public tellement nombreux que les gens sont obligés de se tenir debout. Tout cela est un peu surréaliste.

Ryan m'observe et me donne un petit coup de coude après avoir constaté un certain blocage de ma part dû à mon état de fascination. Il se penche et me murmure à l'oreille que ces gens ne sont pas là pour *nous* voir ; ils sont là pour le message. Notre thématique pour cette tournée tourne autour des vacances, moment de l'année le plus stressant pour la majorité d'entre nous. Les gens cherchent des réponses et des nouvelles façons de faire face à notre culture

ournée vers la consommation. J'acquiesce d'un signe de tête et le remercie. Ryan a sa façon à lui de me remettre dans le droit chemin, humble, réfléchi.

La salle est pleine, les gens prennent place peu à peu dans cet espace plutôt exigu. À travers les demi-fenêtres derrière la scène, on peut voir qu'il neige légèrement dehors, quelques bourrasques venant recouvrir les trottoirs au niveau supérieur. Les fenêtres suintent à cause de la chaleur intérieure. Je mets le micro en marche puis regarde le public. Je prends soin d'éviter tout contact visuel car cela me rendrait encore plus nerveux que je le suis déjà. J'ai tendance à devenir limite cataleptique devant un micro. Après avoir attendu un bon deux minutes que la salle se calme – comme dans les films – je finis par me lancer. Je ressens alors cette sensation de synesthésie gustative, où je peux presque goûter les mots avant qu'ils sortent de ma bouche. À partir de ce moment-là, je sais que j'ai trouvé mon rythme, et que tout va bien se passer.

Je commence mon baratin en racontant l'histoire d'un enfant le matin de Noël :

« Petite avance rapide de quelques semaines et nous sommes à présent le jour de Noël. Le petit Andrew déballe son Optimus Prime et un large sourire se dessine sur son visage au moment où le gros jouet s'allume et prend vie. Celui-ci clignote, émet des bips, ce qui finit par rendre fou les parents d'Andy.

« Mais quelques instants plus tard, Andy abandonne le jouet et se met à déballer le reste de ses cadeaux, extrayant chaque boîte du dessous de l'arbre, une par une – des longues, des grosses, des lourdes, des légères. Chaque boîte révèle un nouveau jouet. À chaque déchirure de papier cadeau vert et rouge, un flash de bonheur.

Une heure plus tard cependant, le petit Andy crie de façon hystérique. Au vu des crises qu'il a faites pendant la journée, il a sans aucun doute passé le pire Noël de sa vie. Bien sûr, Andrew a eu beaucoup de choses qui étaient sur sa liste. Mais il est bien plus préoccupé par ce qu'il n'a pas eu. Ce Power Ranger qu'il voulait, cette console de jeux vidéo qu'il espérait avoir secrètement, ce nouvel ordinateur que tous ses amis ont. Les jouets qui se trouvent devant lui lui rappellent ce qu'il n'a pas.

Cela paraît puéril je sais, mais ne faisons-nous pas la même chose ? N'aimerait-on pas avoir plus quand on regarde autour de nous ? Ne convoitons-nous pas cette nouvelle voiture, ces nouveaux vêtements, ce nouvel iPhone ? »

Plusieurs personnes dans la salle se reconnaissent et acquiescent d'un signe de tête.

« Et si Andy était heureux avec les jouets qu'il a devant lui ? Et si nous l'étions aussi ? » je demande avec une voix d'orateur.

Après une courte pause, Ryan prend le relais :

« Nous sommes clairement en plein dans les achats de Noël, dit-il, son micro à la main.

Jetez un coup d'œil autour de vous. Les centres commerciaux sont remplis de troupeaux de consommateurs. Les devantures des magasins sont décorées en vert et rouge. Les publicités tournent en permanence. Les médias de masse sont tous au rendez-vous. On y est, et si on se fie uniquement à ce que nous disent les panneaux publicitaires et les magasins, on pourrait croire qu'il faut qu'on participe.

Les commerçants se préparent des mois à l'avance pour tout ça – une préparation qui a pour but de stimuler votre envie insatiable de consommer : Ventes à bas prix. Nouveaux produits. Publicités gigantesques sur une double-page. Télé, radio, prospectus, panneaux publicitaires. Soldes, soldes, soldes ! Promotions pour les lève-tôt. Un jour seulement ! Faites la meilleure affaire. Agissez maintenant ! Et pendant ce temps, les marchandises continuent d'affluer.

Joshua et moi aimerions clarifier un peu les choses quant à cette période d'achats – hum, je veux dire – des fêtes. Chaque année à cette époque, on ressent tous cette nostalgie chaleureuse et quelque peu confuse de Noël associée au début de l'hiver. On sort les écharpes, les gants et les gros manteaux. On va faire du patin à glace, de la luge et on mange des repas copieux avec nos familles élargies. On prend des jours de congé, on passe du temps avec ceux qu'on aime, et on remercie le ciel d'être vivant.

Le problème est que l'on a été conditionné à associer ce moment joyeux de l'année – les moufles, les décorations, les activités en famille – avec l'achat de biens matériels. On s'est habitué à croire qu'acheter des choses est une partie inextricable de la période de Noël. On sait tous, cependant, que les vacances ne requièrent pas de cadeaux pour être pleines de sens. Les boîtes emballées que l'on met sous le sapin importent peu. Je ne dis pas qu'il y a quoi que ce soit de fondamentalement mauvais ou mal à s'offrir des cadeaux pendant cette période de l'année. En revanche, quand acheter des cadeaux devient le point d'attention principal, on se met à perdre de vue ce qui importe vraiment.

Pendant la période des fêtes, au lieu de vous focaliser sur les achats, continue Ryan, j'aimerais vous encourager à vous focaliser sur cinq actions qui vous permettront de passer un Noël en famille plus vrai :

Action numéro un. Évitez les ventes à bas prix. Qu'il s'agisse du Black Friday ou de n'importe quel autre gros week-end d'achats qui suit, il vaut mieux rester chez soi. Il est important de comprendre que la consommation est une soif insatiable. Les commerçants, les annonceurs, et les industriels le savent trop bien, et ces ventes ont été conçues pour profiter de notre désir sans fin de consommer. À la place, soutenez vos commerces locaux ; soutenez les gens de votre communauté qui font la différence.

Action numéro deux. Offrez votre temps en guise de cadeau. Si vous ne pouviez recevoir qu'un seul cadeau de Noël cette année, que serait-il ? Pour moi, la réponse est simple : le temps. Le plus beau présent est la présence. Voyez-vous, les personnes auxquelles je tiens comptent bien plus à mes yeux qu'une nouvelle paire de chaussures, un nouveau gadget qui brille ou même une voiture de luxe d'occasion certifiée avec un gros ruban dessus. Et pourtant, nombre d'entre nous essaient de compenser leur absence auprès des gens qu'ils aiment avec des biens matériels. Je sais – je l'ai fait pendant des années. La prochaine fois que quelqu'un vous demande ce que vous voulez pour Noël, envisagez de répondre : "Ta présence est le plus beau cadeau que tu puisses me faire."

Action numéro trois. Offrez à votre entourage des moments de vie, pas des choses matérielles. Voici une idée. Et si vous décidiez d'offrir seulement des moments de vie cette année ? Ces moments construisent et renforcent le lien que vous avez avec les gens auxquels vous tenez. Il y a pleins de moments de vie qui valent la peine d'être offerts. Par exemple, il peut s'agir de places pour un concert ou une pièce de théâtre, d'un repas fait maison, d'un petit déjeuner au lit, d'un massage des pieds, de vacances passées ensemble, de regarder un coucher de soleil hivernal à l'horizon. Ne pensez-vous pas qu'il y a plus d'intérêt à partager ces moments de vie plutôt que de s'échanger des biens matériels ? Ne pensez-vous pas que vos proches y trouveront également plus d'intérêt ?

Action numéro quatre. Demandez de meilleurs cadeaux de Noël. Je serais négligent si je ne parlais pas du cadeau altruiste : le cadeau de contribution. Voyez-vous, l'apophtegme séculaire s'avère être vrai : il vaut mieux donner que recevoir. Il y a quelques mois, j'ai fait don de mon anniversaire à Charity Water ; j'ai collecté plus de cinq mille dollars auprès de mes amis et de ma famille pour pouvoir offrir de l'eau potable à plus de cent cinquante personnes qui n'y avaient pas accès auparavant. Peut-être que vous pouvez faire la même chose ce Noël. A la place de cadeaux, vous pouvez demander aux gens de faire un don en votre nom à votre association caritative favorite. Ne vous sentiriez-vous pas mieux que si vous receviez une nouvelle cravate, une nouvelle paire de chaussures ou un nouveau bijou ?

Action numéro cinq. On appelle cette action la Soupe Populaire de Noël. Vous pouvez faire comme ce que l'on fait cette année, et donner de votre temps à une soupe populaire locale, à un foyer pour sans-abris, à une banque alimentaire ou à n'importe quel autre endroit qui a besoin de bénévoles. Cette année, Joshua et moi serons à Vancouver pour Noël, et avec certains de nos lecteurs qui habitent la région, nous allons consacrer une partie de notre journée de Noël à aider dans une soupe populaire où notre soutien sera grandement apprécié. Par moments, on se doit de contribuer à la vie d'autrui, mais dans d'autres, on a aussi besoin de contribuer à notre propre vie.

Quand on sort de notre zone de confort et que l'on contribue au-delà de nous-mêmes, on grandit. On expérimente le monde d'une façon différente, ce qui nous permet de découvrir de nouvelles perspectives. Et on en est alors reconnaissant. »

Ryan marque une pause pour que les gens puissent s'imprégner de ce qu'il vient de dire. Deux tiers du public acquiesce de la tête avec vigueur, l'autre tiers reste sceptique. Ryan cligne fortement des yeux à cause des projecteurs qui éclairent la scène, puis continue : « Si tout cela vous semble moralisateur, je m'en excuse. Mais sachez que je ne suis pas ici pour vous faire la morale. Je ne suis pas en train de vous dire que vous *devez* faire, ou que vous *devriez* faire quoi que ce soit. La vérité est que je sais que beaucoup d'entre vous êtes juste comme moi. Vous n'êtes pas heureux avec le statu quo, pas heureux avec ce que vous êtes *supposés* faire de votre vie, simplement mécontent de la façon dont les choses se passent. Et je l'étais aussi. Et c'est parce que je ne me posais pas les bonnes questions. ... » Ryan continue de parler. Pendant une demi-heure, on transmet notre message en long et en large dans une ambiance bon enfant, puis on parle au public de notre vie passée et de comment on a découvert le minimalisme – on raconte l'Encartonnage Festif de Ryan – le tout suivi par une heure de questions-réponses avant de passer un petit moment à dédicacer des livres et à faire des photos, et, au final, il est proche de minuit et la salle est vide.

L'ensemble de ce voyage ressemble à un gigantesque et bel accident. Alors que Ryan et moi sortons du bâtiment, épuisés mais aussi shootés à l'adrénaline, j'aperçois Aili et son amie Julie qui nous attendent devant l'entrée principale. L'air de l'hiver est vif et douloureux, et son caractère piquant me rappelle à quel point je suis vivant. Les quatre d'entre nous nous donnons l'accolade, puis Aili nous demande ce que l'on fait, nous dit qu'il y a un restaurant sympa au bas de la rue qui est ouvert jusque tard, et nous demande si cela nous dit d'y aller avec elles, de partager un dîner tardif, quelques verres, une conversation ? Oui, oui cela nous dit bien sûr ⁹³.

À un moment durant le repas, Aili me demande si je possède toujours un costume.

« Seulement ma tenue d'Adam, je réponds.

— Vraiment, tu t'es débarrassé de *tous* tes costumes ?

— Après les avoir portés six jours par semaine pendant plusieurs années, j'ai décidé que je ne voulais plus les mettre – plus jamais. Donc oui.

— Je te demande cela car je me suis dit qu'une petite mise à jour de ma garde-robe serait peut-être nécessaire.

— Ah ouais ?

⁹³ Millie a pris une citronnade. J'imagine que cela compte comme un « verre ».

— Oui, je hais mes pantalons habillés. Quand je les porte, je n'ai pas l'impression d'être *moi-même*. Et pourtant, je les garde car ils me vont et qu'ils sont soi-disant *branchés*.

— Je mets un point d'honneur à ne posséder que des vêtements que j'aime porter, dis-je.

— J'aime cette façon de voir les choses. Je me suis récemment demandé comment je me sentirais si je ne portais que des vêtements qui reflètent ce que je suis vraiment.

— Et bien tu es dans une excellente position pour faire le test.

— J'imagine que oui, dit-elle.

— Et en plus je suis sûr que tu affectionnes bien plus les robes d'été que les pantalons habillés, n'est-ce pas ?

— Tu n'imagines même pas.

— J'espère que non, dis-je. Je ne ressemblerais à rien dans une robe d'été.

— Oh, je suis sûre que tu serais adorable si tu avais les bonnes chaussures.

— Merci ?

— De rien. J'imagine que j'attendais juste la permission. Tu sais, une validation.

— Permission accordée, dis-je.

— Merci. Il y a donc de grandes chances pour que demain je passe ma journée à me débarrasser des habits qui ne me correspondent pas.

— Fais-moi savoir si tu as besoin d'un soutien émotionnel quand tu te débarrasseras de tes culottes. » (N.d.T. En anglais, *pants* signifie à la fois *pantalons* et *culottes*). Aussitôt, je me fais la réflexion que j'aimerais parfois avoir un bouton qui me permet d'annuler certaines phrases qui sortent de ma bouche. « Attends... J'aurais pu mieux m'exprimer. »

Il est presque deux heures du matin au moment où l'on termine de manger et de discuter. A l'extérieur du restaurant, des nuages couleur blanc cassé et à l'aspect froissé sont en suspension dans le ciel nocturne. Avec le clair de lune en arrière-plan, on dirait des boules de coton que l'on a effilées. Des petits flocons de neige viennent se poser sur nos épaules. L'air se condense devant mon visage à chaque expiration alors que nous remercions Aili et Julie pour leur temps et leur attention. Des accolades et des au revoir sont échangés, puis les deux femmes s'en vont dans une direction opposée à la nôtre, les deux silhouettes rapetissant au fur et à mesure de leur progression. Quelques instants plus tard, elles ne sont plus que de petites taches indiscernables dans un horizon de béton, puis elles finissent par disparaître totalement.

Au moment des au revoir, avant de marcher péniblement jusqu'à l'appartement où l'on va passer la nuit, je suis déjà prêt à dormir. Par chance, un gentil lecteur a accepté que Ryan et moi squattions le canapé et le sol de son salon. Ryan prend le canapé, et le sol froid en parquet est bah, froid, et en parquet, une surface peu agréable pour dormir.

Mais cela ne pose aucun problème. Aucun problème car le message gagne du terrain. Aucun problème car des gens qui n'avaient jamais considéré de vivre une vie plus simple se mettent maintenant à poser des questions intéressantes, et finissent par chercher la satisfaction en dehors des biens matériels. Aucun problème car dans quelques semaines un public encore plus nombreux sera présent pour notre dernière étape à Seattle. Aucun problème car le message continue de se répandre. bercé par les doux bruits à l'extérieur dans les rues de Toronto et par ma gratitude intérieure, j'accueille le sommeil. Sol froid ou non, je ressens de la chaleur dans tout mon être.

12 | | Rétrovisseurs & pare-brises

Mars 2013

« Toutes mes chaussures sont des chaussons de danse, et le monde est mon dance floor », dit Colin Wright à l'arrière de la voiture côté passager. « Mais par moments je dois m'arrêter de danser. » Colin est en pleine discussion, expliquant comment il désencombre son esprit, parlant principalement à Ryan qui se coupe les ongles dans le siège passager.

Je suis silencieux derrière le volant, écoutant ces deux cons, le volume de la stéréo baissé au maximum. La route murmure sous nos pieds, un bruit blanc sur lequel vient s'ajouter celui de la discussion. La route s'éloigne dans la fenêtre arrière au fur et à mesure que la voiture poursuit sa progression. Je conduis lentement, prenant soin de ne pas aller trop vite dans la vie – ma vie – ne gâchant plus mes étés à attendre la neige et mes hivers à attendre le soleil, accueillant chaque saison comme elle est, appréciant la chaleur du soleil et la vertu purificatrice de la neige.

« Donc pendant tout ce temps tu ne fais *rien* ? demande Ryan par-dessus son épaule, le front plissé.

— Rien, répond Colin.

— Mais genre rien du tout ?

— Rien du tout.

— Mais mon temps est trop précieux pour que je reste à ne rien faire. On a seulement vingt-quatre heures dans une journée.

— De toute évidence.

— On se doit donc d'utiliser ces heures du mieux que l'on peut, non ?

— Je pense que ce que tu es en train de dire est que l'on devrait toujours travailler dur, dit Colin.

— Ouais, et faire en sorte d'utiliser ces heures de la meilleure façon possible. Work hard, play hard.

— Éliminer le superflu. Augmenter la production. Faire ce qu'il y a à faire.

— Exactement, dit Ryan.

— « Je suis assez d'accord. » Colin marque une pause avant de reprendre : « Et même si on a tous les deux une propension à la productivité, je pense que l'on peut être encore plus efficace et plus productif si on s'accorde vingt minutes de pause chaque jour. »

Ryan plisse les yeux de son siège passager. Aujourd'hui, le soleil ne bénéficie que d'une petite ouverture au milieu du plafond de nuages qui décrit des volutes blanches au-dessus de nos têtes. Des gros flocons de neige tombent sur le pare-brise, avant d'être projetés par les coups de fouet sporadiques des essuie-glaces.

« Je les appelle mes Vingt Minutes de Kiff, dit Colin.

— C'est un euphémisme, non ?

— Hmm, j'imagine que l'on pourrait dire que ça l'est, non ? Quoi qu'il en soit...

— Donc comment ça marche ?

— Le concept provient de la méditation, du yoga, et même de la prière – ce genre d'exercices corps/esprit. Sauf qu'il a été mis à jour pour l'homme moderne.

— Ou femme, j'ajoute.

— Méditation ? C'est un peu trop hippie pour moi, dit Ryan.

— Peut-être, reconnaît Colin. Mais ce n'est pas vraiment hippie ou spirituel ou je ne sais quoi. En gros, je passe vingt minutes par jour assis tranquillement à ne pas bouger. Rien. Pas de jeu d'échecs sur l'ordinateur, de textos, de gribouillage, de lecture, ni de télé. Je m'assois ou je m'allonge, gardant les yeux ouverts, et me voilà seul, emmailloté dans mes propres pensées, sans aucune source de dérangement – pas de téléphone, pas d'ordinateur, pas de musique – et je reste là à regarder dans le vide, laissant mes yeux et mon esprit errer où bon leur semble. Je me rends compte que mon esprit s'attarde généralement sur les choses importantes de la journée – des choses comme la liste de ce que j'ai à faire aujourd'hui, mon emploi du temps, les projets sur lesquels je travaille, "est-ce que j'ai bien répondu à tel mail ?", et cetera – et il n'y a aucun mal à cela.

— Donc il n'y a pas de MAL à faire des digressions ?

— Ce à quoi tu penses importe peu, il faut juste que tu sois conscient que tu as du temps pour penser.

— Et c'est quoi l'utilité ?

— Consacrer du temps pour soi, tout particulièrement quand on est submergé et qu'on n'a absolument pas le temps de prendre de pause, aider à désencombrer l'esprit. Tout le monde a vingt minutes par jour pour faire le ménage dans sa tête.

— Mais qu'est-ce que tu *fais* pendant ces vingt minutes ?

— Tu occupes ton temps comme bon te semble – du moment que tu ne fais rien.

— Hein ?

— Si tu as juste besoin de temps pour te vider la tête et ne penser à rien, il n'y a aucun souci. Si tu veux faire un peu de calcul mental pour tes impôts, fais donc. C'est *ton* temps. Des

fois, je laisse juste mon esprit tourner en rond. Mais généralement, je vais penser à mes obligations, à mes projets en cours, à mes objectifs à court et long termes, et autres trucs du genre. Souvent, je vais me souvenir de quelque chose que je n'ai pas réussi à faire et sur lequel il faut que je me repenche de suite, ou alors je vais me rappeler d'un nom ou d'une idée dont je n'arrivais pas à me souvenir quand j'étais en "mode productivité" plus tôt dans la journée. À terme, les pensées finissent par disparaître, et à la fin des vingt minutes, le bazar mental a disparu et je me sens revigoré. »

Quelques minutes auparavant, Ryan et moi avons récupéré Colin à la gare routière des bus Greyhound aux abords du centre-ville de Missoula dans le Montana. Nous allons passer les six prochains mois ici, tous les trois dans notre nouveau QG. On a loué une maison, un peu dans le style *Vivre à trois*. On s'est dit qu'il serait judicieux de travailler tous au même endroit pendant un moment – vivre dans le même fuseau horaire, trouver nos marques, et travailler ensemble sans relâche sur le projet d'entreprise que l'on a progressivement mis sur pied durant les huit derniers mois : Asymmetrical Press (N.d.T. Traduction : La Presse Asymétrique).

Petit retour en arrière, nous sommes maintenant au printemps de l'année dernière. Ryan et moi étions de retour en Ohio pour quelques jours de travail entre deux dates de tournée, et Colin lui sillonnait les quarante-huit États du pays en n'utilisant que des bus Greyhound avec une magnifique islandaise du nom de Jona⁹⁴. Quand leur bus bringuebalant s'est arrêté à l'ouest de Dayton, un endroit où j'ai rarement besoin d'aller, je les ai ramassés et on a passé quasiment une semaine ensemble. Je ne m'y attendais absolument pas, mais on a passé la majorité de notre temps à parler boulot, et Colin nous a proposé à Ryan et moi une idée de business⁹⁵ : avec tout ce que l'on avait appris dans l'univers des blogs au cours des quinze derniers mois, pourquoi ne pas partager nos connaissances communes avec le reste du monde ? Tout en buvant des cafés au Press Coffee Bar⁹⁶, Colin nous a présenté un état des lieux dont on avait déjà connaissance : le paysage actuel du monde de l'édition n'est plus du tout le même qu'avant, et on n'aurait probablement jamais réussi si on avait dû compter sur l'ancien modèle. Mais dans le nouvel ordre des choses, nous l'avons fait, nous sommes aujourd'hui des éditeurs indépendants à succès, et nous ne devons rien à personne.

J'ai toujours été le type de mec qui se débrouille tout seul, même dans le monde de l'entreprise où j'ai grimpé les échelons sans avoir de diplôme universitaire ni les qualifications habituelles. Et maintenant, sans vraiment le vouloir, Ryan et moi nous sommes des éditeurs à

⁹⁴ La seule expérience de Jona en Amérique était un séjour à Disneyland quand elle était petite. Colin lui a donc dit qu'il voulait lui montrer « la véritable Amérique ».

⁹⁵ Une idée de business ? C'était plus une infographie faite à la main et pas très claire.

⁹⁶ Qui est, soit dit en passant, le meilleur café du pays. Joshua a écrit un essai dessus, que vous pouvez trouver sur themins.com/coffee

succès qui se sont fait tout seuls. On s'est constitué un lectorat sans l'aide de personne, avec aucun compte à rendre sauf à nous-mêmes. Pas de gardien, pas d'intermédiaire, pas de paperasse – seulement nous qui écrivons pour un large groupe de lecteurs attentifs qui trouvent une plus-value dans nos écrits.

Entrée sur scène par la gauche : Asymmetrical, une maison d'édition pour les indépendants dans l'âme ⁹⁷.

Je crois qu'aucun auteur ne devrait dresser d'autel à la Vieille Garde, que les écrivains n'ont à « se soumettre » à personne. De nos jours, n'importe qui peut publier seul, ayant un contrôle sur chaque partie du processus, du début à la fin. Aujourd'hui est le moment le plus passionnant de l'Histoire pour être un auteur. Fini le temps où nous étions redevables aux gardiens ; nous n'avons plus à faire de compromis sur notre artisanat. Pour la première fois de l'histoire de l'édition, nous sommes en contrôle. Je le sais car c'est mon cas. De plus, nous ne sommes pas un trio d'écrivains qui se contentent d'expliquer comment faire pour devenir un écrivain moderne. Non. Nous sommes trois gars qui avons pris les choses en main ; on a refusé d'attendre d'avoir la permission de quelqu'un d'autre pour pouvoir publier notre travail. Et devinez quoi : on a réussi. A nous trois, on a publié plus d'une douzaine de livres (non-fiction, fiction et mémoires), et plusieurs d'entre eux sont devenus des bestsellers ; on est parti en tournée dans le monde entier ; et on s'est construit un lectorat plus grand que la majorité des auteurs publiés traditionnels.

Je ne dis pas cela pour provoquer les éditeurs traditionnels – ils ont fait du bon travail pendant longtemps, ils le font toujours, et beaucoup d'entre eux sont de véritables défenseurs de leurs auteurs – mais toute notre bande, on est bien trop excités, à en avoir le vertige même, par l'immense potentiel de choses comme les ebooks, l'impression à la demande, ou l'interconnexion que les réseaux sociaux ont apportée sur le devant de la scène. On est actuellement dans une période de grande incertitude, mais c'est pendant les temps incertains que les nouvelles normes naissent. On entre aujourd'hui dans l'ère de l'Auteurpreneur.

Au cours des huit premiers mois d'existence d'Asymmetrical, on a peaufiné le modèle d'entreprise, mettant la marque sur pied, et traquant des auteurs de talent en provenance d'hémisphères complètement différents ⁹⁸. Ce n'est pas par erreur que nous avons appelé la compagnie Asymmetrical. Tout ce que l'on y fait – de notre vision de l'édition jusqu'à la façon dont on s'occupe de la distribution – est un peu à l'écart, de guingois, une prise de vacances par

⁹⁷ Si vous êtes intéressés, vous pouvez en apprendre plus sur Asymmetrical à l'adresse suivante : www.asymmetrical.co/about.

⁹⁸ Voir www.asymmetrical.co/authors pour plus d'infos.

rapport aux normes établies et acceptées. Ou bien, dit d'une autre façon : puisque l'industrie de l'édition évolue, nous devons également nous ajuster.

Cela fait maintenant quatre mois que Ryan et moi nous nous sommes sauvés de l'Ohio pour notre chalet à flanc de montagne dans le Montana. Mais aujourd'hui, après cent vingt jours à vivre à la Walden Pond, nous quittons notre chalet reculé pour écrire le nouveau chapitre de l'histoire de notre vie. On reste toujours dans l'Etat du Trésor cependant. Nous nous rendons à cent vingt-cinq kilomètres à l'ouest, à Missoula, lieu où nous allons établir notre nouveau quartier général.

Pourquoi Missoula plutôt qu'un autre endroit ?

Et bien, on voulait trouver une maison sympa quelque part aux US – un endroit où nous pourrions travailler, vivre, et collaborer plus facilement. Pour nous, cela signifiait plus que de simplement lancer une entreprise ; ce qui nous intéresse est de créer un style de vie. N'ayant pas vécu dans le pays pendant presque quatre ans, Colin espérait une ville au caractère unique, et dynamique culturellement, tandis que Ryan et moi nous recherchions un endroit qui foisonne de personnes indépendantes et enthousiastes et qui ont un penchant pour une certaine qualité de vie.

Alors que l'on recherchait la ville adéquate, ce qui nous a tous les trois frappés avec Missoula est qu'elle offre une diversité culturelle presque surdimensionnée par rapport au nombre de personnes qui y vivent. C'est une ville de gens qui n'ont pas peur de délaissier une tradition au profit de quelque chose de nouveau qui paraît plus sensé, un endroit où les dogmes endurcis et les idées rigides, comme celles que l'on peut trouver en politique, doivent faire preuve de plus de souplesse qu'à l'accoutumée⁹⁹, un endroit où avoir un vieux pick-up gigantesque ne signifie pas que tu es un cow-boy, et où avoir une galerie pour exposer tes œuvres ne veut pas dire que tu n'es pas un frimeur. Missoula est une ville de gens instruits qui innovent culturellement. Les gens vivent leur vie tout en appréciant également la nourriture, la boisson, et les idées des autres, et ce bien qu'ils ne cultivent pas exactement la même chose dans leurs propres jardins¹⁰⁰. Dit autrement, Missoula est une très grosse petite ville, une ville asymétrique située dans un État lui-même né dans un contexte de déséquilibre.

Et c'est sans parler de sa beauté. Ville universitaire située le long des rivières Clark Fork et Bitterroot, point de convergence de cinq chaînes de montagnes du Big Sky Country (N.d.T. Traduction p. 166), Missoula est, humm... tout simplement magnifique – incroyablement

⁹⁹ Lors de notre première semaine en ville, un couple de lesbiennes armées nous a invités à venir manger du wapiti qu'elles avaient récemment chassé. Les deux femmes étaient végétariennes, tout comme Joshua et moi, ce qui s'est traduit par une abondance de wapiti pour Colin.

¹⁰⁰ Missoula est un endroit où le meilleur burrito de la ville est servi dans une pizzeria.

magnifique même – un lieu d’inspiration parfait pour la création (c’est, après tout, le décor de la fameuse nouvelle de Norman MacLean *La Rivière du Sixième Jour*). Par ailleurs, le coût de la vie est relativement bas ici, un facteur important quand tu essayes de gérer un business et que tu ne roules pas sur l’or. Et c’est sans parler de l’université du Montana qui dispose d’un programme d’écriture créative de grande qualité où nous avons trouvé quelques-uns de nos trente-cinq stagiaires passionnés, avec qui nous travaillons côte à côte et qui nous aident à progresser.

De bien des façons, déménager ici c’est un peu comme rentrer à la fois à l’université et à l’école primaire ¹⁰¹.

Il existe différentes façons d’apprendre. Différentes méthodes et techniques, différentes façons d’acquérir de nouvelles compétences, différents professeurs et autres guides qui peuvent nous aider à élargir notre champ de connaissances. Une des possibilités pour apprendre est la « formation continue. » Le troisième cycle universitaire, les lycées professionnels, et de nombreux séminaires et ateliers proposent ce type de formations. Cette approche permet de compléter son éducation antérieure en venant y apporter une couche de connaissances solide ¹⁰².

Une autre façon d’apprendre est de tout recommencer à zéro. À l’image du jardin d’enfants, cette approche est à la fois terrifiante et palpitante dans le sens où l’atmosphère ambiante regorge de choses nouvelles, passionnantes, inexplorées, mais où l’avenir demeure incertain. Le développement est rapide dans ce contexte de terreur et d’excitation de l’école primaire ¹⁰³.

De toute évidence, ces deux structures d’apprentissage ont chacune leurs avantages et leurs défauts. Par chance, aujourd’hui on peut mettre un pied dans les deux et profiter des avantages de l’exploration de nouveaux territoires tout en acquérant la couche de connaissances indispensable pour notre vie d’adulte.

Pour Ryan et moi, notre récent déménagement à Missoula avec Colin c’est donc un peu la rentrée des classes à la fois à l’université et à l’école primaire. On est prêts à apposer une nouvelle couche de connaissances sur des fondations solides et saines vieilles de deux ans ¹⁰⁴, mais on se

¹⁰¹ Pas seulement du fait de nos blagues foireuses de prépubères.

¹⁰² Ou une couche de connaissances de mauvaise qualité ; c’est tout à fait possible aussi.

¹⁰³ Ces deux émotions – terreur et excitation – ont tendance à provoquer les mêmes réactions physiologiques : rythme cardiaque rapide, pupilles dilatées, paumes de main moites ; ce type d’attention contribue considérablement au développement personnel.

¹⁰⁴ Il est difficile à croire que cela fait déjà plus de deux ans que l’on a lancé TheMinimalists.com. Étrangement, il est aussi difficile de croire que cela ne fait que deux ans que l’on a commencé. Tout est allé si vite, et pourtant tant de choses se sont passées durant ces deux dernières années.

retrouve également dans un contexte incertain car on est avec de nouvelles personnes ¹⁰⁵, on lance un nouveau business, et on a une nouvelle routine quotidienne, qui, on l'espère, va contribuer grandement à notre développement.

L'école primaire peut s'avérer terrifiante, mais la peur nous aide à grandir. Au bout du compte, on réalise que l'on a triomphé quand nos rêves ont réussi à l'emporter sur nos peurs.

Au final, on va réussir à sortir du jardin d'enfants. Ce qui est nouveau et excitant/terrifiant aujourd'hui fera demain partie de notre routine, juste un nouvel aspect de la vie quotidienne. Et puis il nous faut ensuite aller à l'école primaire si on veut continuer de grandir. S'ils s'arrêtent de grandir, les gens s'atrophient : ils dépérissent et meurent de l'intérieur. Pour éviter cela, il faut sans cesse trouver de nouvelles façons de grandir, trouver de nouvelles écoles primaires où aller.

Notre nouveau voisinage est étrangement calme, quelque chose auquel je ne m'attendais pas pour un quartier universitaire. Les sols en parquet de notre nouvelle maison grincent, la peinture est fraîche, et il y a plus d'espaces de rangement qu'aucun d'entre nous n'a besoin. Cela fait maintenant une semaine que nous sommes arrivés dans cette ville. Le froid hivernal est toujours présent dans l'air alors que nous cherchons des lits pour notre maison et des meubles de première nécessité pour notre nouvel espace de bureau situé juste de l'autre côté de l'université, à environ un kilomètre et demi de notre domicile.

Pour ce qui est des affaires personnelles, il ne me faut que très peu de temps pour tout déballer, y compris mon téléphone rouge tout simple, un téléphone fixe que j'ai depuis dix ans au moins. Le problème avec le chez-soi, cependant, c'est que quand on s'installe quelque part pour une longue période de temps, il est facile d'accumuler tout un tas de conneries dont on n'a pas besoin. J'ai fait construire ma première maison à l'âge de vingt-deux ans, un exploit qui paraît totalement absurde aujourd'hui, sans parler de sa taille qui l'était encore plus.

Trop souvent, on pense que l'on se doit de remplir tout l'espace disponible, tous les coins et recoins avec des prétendues décorations. On pense que si une pièce est presque vide, alors elle est sous-utilisée. Donc on achète des choses – des belles peintures et autres objets de déco – pour combler le vide. En définitive, ce que l'on cherche à faire est que l'endroit dans lequel on vit nous corresponde, qu'il devienne une extension de nous-mêmes, la finalité étant de se sentir *chez soi*. Et la logique est la suivante : plus j'achète, plus cet endroit *me* ressemblera.

¹⁰⁵ Petite observation comme ça : à peu près une fille sur trois à Missoula semble s'appeler Katie, Kate, ou Kathryn. Kathleen, KT, Kat, et autres dérivés sont également fréquents. Je ne saurais vous dire pourquoi.

Le problème avec cette façon de penser est que l'on s'aventure sur un chemin tortueux et qui ne se termine jamais. Un chez-soi n'a lieu d'être que pour une seule raison : on l'appelle ainsi. Ce n'est pas les affaires qui font que l'on se sent *chez nous* – c'est nous.

Des fois, cela aide d'avoir un objet – juste un seul – qui nous rappelle que l'on est chez nous. Dans mon cas, il s'agit de mon téléphone rouge, un vestige de mes douze années passées dans l'industrie des télécoms. L'objet est simple, élégant, et ne passe pas inaperçu¹⁰⁶, et quand je le vois, je sais tout de suite que je suis chez moi.

Pour quelqu'un d'autre, ce téléphone va peut-être être remplacé par un tableau unique en son genre, une photographie, ou encore un dessin d'enfant encadré. Et à partir du moment où l'on a un objet qui nous rappelle que l'on est chez nous, tout le reste paraît superflu, voire même absurde.

Je fais la queue dans mon café préféré, au milieu des odeurs et des sons ambiants. Cela fait maintenant six semaines que je suis Missoulien ; pour le moment, mes potes et moi nous sommes ravis d'être ici.

Un son assez rapide de guitare électrique et de percussions légères occupe l'espace autour de moi, et je chante en même temps : « It's a goooo-ood life ; it's a good, good life » (N.d.T. Proposition de traduction : « J'adooooooooore ma vie, j'adore, j'adore ma vie »). Tel un imbécile heureux sans la moindre oreille musicale, je chante faux sur tout le reste de la chanson d'Andy Davis, marmonnant les paroles que je ne connais pas tout en regardant dehors par la grande fenêtre, observant l'absence de vie matinale.

Une Volkswagen bleu marine, similaire à celle de Colin, essaye de se garer dehors dans la rue recouverte de neige. On est la première semaine du printemps, mais Missoula n'a pas encore reçu l'info. Dehors, tout est recouvert de neige ; tout paraît si propre, si authentique.

Je respire l'odeur du café. Rien que cette odeur est une expérience quasi religieuse. Le patron du café, Jerod, est perché derrière une grosse machine à expresso resplendissante et à la précision militaire. Il manie les commandes, appuyant sur les boutons et tournant les manettes à intervalles de temps bien précis alors que l'appareil gigantesque produit les sons caractéristiques du bon café, ceux du grain en train d'être moulu et de la vapeur d'eau qui s'échappe de la machine en fines volutes. J'imagine que Jerod a plus qu'un seul diplôme d'ingénieur. La scène est impressionnante, à l'image d'un enfant qui fait du breakdance dans la rue est impressionnant ; je n'y connais absolument rien, mais je suis fasciné.

¹⁰⁶ Très vrai. Ce même téléphone est en exposition au MoMA.

Le visage des gens s'égayé à vue d'œil quand ils entrent dans la salle principale de l'établissement alors qu'ils tapent des pieds pour enlever la neige de leurs chaussures et qu'ils frottent leur parka pour se défaire des flocons à moitié fondus. Sous le haut plafond, leur posture s'autocorrige ; la taille moyenne de chaque client semble augmenter d'au moins deux centimètres et demi une fois qu'il se trouve dans la queue, son corps baigné par la lumière naturelle et l'arôme du café.

Jerod fait les meilleurs cafés Americano du Montana – les meilleurs. Derrière la machine, il s'active dans son costume trois pièces. Il a un regard pensif qui montre qu'il est sérieux à propos de son café, mais en même temps pas sérieux au point de ne pas savoir s'amuser. Si j'essayais de prendre la même expression que lui, les clients derrière moi appelleraient sûrement le 911 (N.d.T. Numéro d'appel d'urgence aux États-Unis), pensant que je suis en train d'avoir une attaque. Mais à Jerod, cela lui va. Son visage dégage de l'assurance, un professionnel parmi les professionnels, égayé par son travail.

C'est à mon tour de commander : Americano, sans lait. La fille aux cheveux bruns à la caisse arbore un sourire que j'aimerais pouvoir encadrer. Elle est séduisante à en rendre les gens timides. Au moment où elle me demande comment je vais, je cherche quelque chose d'intelligent à lui dire. Mais rien ne sort, pas le moindre mot : ma bouche est tel un fourreau sans épée, un livre sans page. Je sors ma petite pile de billets de un dollar de mon portefeuille et en ôte quelques coupures. J'essaie de ne plus utiliser ma carte de crédit en ce moment. La neige fait régner le calme derrière les fenêtres. Les gros flocons donnent l'impression que le ciel est en train de s'écailler. Du cash – dur et froid – est la seule monnaie que j'utilise ces derniers temps ; il est plus dur de s'en séparer, et je réfléchis donc plus avant chaque achat. À chaque dollar que je donne, c'est comme si je laissais partir un dollar de ma liberté. Je mets une pièce dans le bocal étiqueté « Le pourboire c'est sexy » puis souris à la belle brune.

Mais je ne me suis pas toujours comporté de la sorte (enfin, j'ai toujours souri aux belles brunes, mais je n'ai pas toujours été aussi responsable avec l'argent).

Je vais avoir trente-deux ans dans quelques mois, et pour la première fois de ma vie d'adulte, je n'ai plus de dette. Cela fait bizarre de le dire. Voyez-vous, depuis l'âge de mes dix-huit ans – quand la Chase Bank m'a accordé mon premier crédit, une MasterCard avec une limite de cinq mille dollars, ce qui aurait fait saliver n'importe quel enfant pauvre de l'Ohio –, et ce jusqu'au mois dernier, soit à peu près quatorze années plus tard, j'ai toujours été plus ou moins endetté. Au fur et à mesure que je grandissais, il en était de même avec la somme que je devais à mes créanciers.

Au début, c'était juste une seule carte de crédit. Puis, quand la limite a été atteinte, je m'en suis procuré une deuxième. Puis une troisième. Visa, MasterCard, et même Discover (American Express ne s'est pas montrée assez irresponsable pour m'accorder un crédit, pas sur plusieurs années en tout cas).

Mais AUCUN PROBLÈME, je « réussissais » dans la vie donc je pouvais me le permettre n'est-ce pas ? Malheureusement, je n'ai jamais été bon en maths. J'aurais peut-être dû m'acheter une calculette avant d'atteindre le plafond d'une demi-douzaine de cartes de crédit.

A vingt-huit ans, dix ans après le début de mon accumulation, alors que le niveau de santé de ma mère avait commencé à fortement se dégrader, je me suis retrouvé obligé de jeter un œil à toutes les affaires autour de moi. Il y en avait partout. Ma maison était pleine d'objets que j'avais achetés dans le but de trouver le bonheur. À chaque fois que je passais en caisse, je ressentais un élan d'excitation, mais celui-ci diminuait rapidement après chaque achat, et au moment où les relevés bancaires arrivaient à la maison, j'étais submergé par la culpabilité, une sorte de remords étrange de l'acheteur. Et je recommençais encore et encore, baignant dans les eaux de la consommation, à la recherche d'un bonheur qui me paraissait insaisissable, et ce malgré mes efforts.

Au final, le bonheur n'était qu'une petite tache à l'horizon, quelque chose qui brillait dans le lointain. J'avais beau essayer de m'en rapprocher, il paraissait toujours aussi inatteignable. En fait, il s'est avéré que je courais dans la mauvaise direction. Oups. Les objets ne remplissaient pas leurs fonctions ; ils ne me rendaient pas heureux. Puis la dépression s'est installée à partir du moment où je n'ai plus eu de vie en dehors du boulot, travaillant d'arrache-pied quatre-vingts heures par semaine dans l'unique but de pouvoir payer des objets qui ne me rendaient pas heureux. Je n'avais jamais le temps de faire quoi que ce soit : pas le temps pour écrire, pas le temps pour lire, pas le temps pour me relaxer, pas le temps de voir mes proches. Je n'avais même pas le temps de prendre un café avec un ami et écouter ses histoires. Je me suis rendu compte que je n'avais tout bonnement plus le contrôle de mon temps, et donc de ma vie. La prise de conscience a été terrible.

La façon dont j'ai réagi à ce constat est bien plus importante que le constat en lui-même. J'ai donc fait demi-tour, et je me suis mis à marcher – pas à courir, à marcher – dans la bonne direction.

Les deux années qui ont suivi, je me suis mis à dépenser moins grâce à la mise en place de mon Plan de Réduction de la Dette Ramen Noodles : j'ai vendu la grosse maison (avec une perte d'argent significative du fait de la crise) et j'ai déménagé dans un appartement plus petit ; j'ai remboursé les crédits de ma voiture et j'ai continué à la conduire sans envisager d'en acheter une

nouvelle ; j'ai découpé mes cartes de crédit et j'ai commencé à n'utiliser plus que du liquide ; et j'ai acheté seulement ce dont j'avais besoin ¹⁰⁷.

Au bout du compte, je me suis aperçu qu'il me fallait beaucoup moins de choses que ce que je pensais. Pour la première fois de ma vie, je pouvais voir le – véritable – bonheur se rapprocher de plus en plus alors que je m'éloignais de toutes ces choses dont je pensais auparavant qu'elles allaient me rendre heureux. Mes amis et ma famille ont également commencé à remarquer un changement dans mon comportement. Avec le temps, la vie est devenue de plus en plus paisible, moins stressante, plus simple.

Mois après mois, facture après facture, je me suis attelé à rembourser ma dette tout en me débarrassant du superflu pour devenir moins dépendant de mon revenu, moins dépendant d'un boulot qui me mangeait tout mon temps. Le chemin a été long. Il m'a fallu deux ans d'efforts acharnés pour éliminer quatre-vingt pour cent de ma dette. Quand j'ai laissé ma carrière derrière moi, mon salaire a sensiblement diminué, mais cela ne m'a pas empêché de continuer, passant les deux années suivantes à faire tout mon possible pour éliminer les vingt pour cent restant, ne perdant jamais de vue la liberté qui se trouvait derrière.

Aujourd'hui, je suis assis à une table près de la fenêtre, buvant à petites gorgées mon Americano que j'ai payé en liquide tout en feuilletant le *Missoulian* (que j'ai aussi payé en liquide). De temps à autre, mes yeux délaissent les pages du journal pour jeter un coup d'œil à l'extérieur, constatant la progression du manteau neigeux dans les rues de la ville. Le scénario dehors est l'inverse de celui d'un film à la Hitchcock ; tout paraît si pur, rempli d'espoir, de promesses. Ryan franchit finalement les portes du café, un grand sourire niais sur le visage, de la neige jusqu'aux sourcils, et une chevelure sauvage. Il a l'air d'avoir une bonne histoire à raconter. Je suis prêt à l'entendre. J'ai le temps.

Au moment où il s'assoit, mon téléphone se met à sonner. Je le sors de ma poche et vois la photo de Colleen avec ses cheveux bouclés et ses grands yeux bleus au-dessus de l'identifiant de l'appelant. Cela fait des mois que l'on ne s'est pas parlé. Mon cœur s'emballe alors que mon doigt se déplie pour appuyer sur le bouton ACCEPTER.

« Salut ? »

— Salut. Est-ce qu'on peut parler ? »

¹⁰⁷ Vous pouvez lire l'article de Joshua intitulé « Besoins de base et autres besoins » (N.d.T. Titre original : NEED, WANT, LIKE) sur www.themins.com/want

Si l'on se réfère aux conventions de la narration, ce chapitre est sûrement celui où l'on monte en crescendo pour atteindre un état de béatitude et de bénédiction—point culminant suivi par le dénouement au sein duquel on règle tous les petits détails. Mais ce n'est pas le cas. La vraie vie ne fonctionne pas de la sorte. Du moins pas la *mienne* ; ma vie n'a pas suivi le scénario classique. Si on doit attribuer un point culminant à ce livre, alors il se situe sûrement aux environs du chapitre sept. Mais très honnêtement, je pense que le point culminant de *mon* histoire ne se trouve pas dans ces pages. Ma vie atteindra sûrement son paroxysme quelque part plus loin vers la droite, plusieurs pages après la couverture de fin de ce tome. Car nous parlons ici de la vraie vie. Ma vie.

Et c'est votre vie également, parce que vous êtes là aussi, parce que vous l'avez été tout le long, une mouche qui m'a accompagné tout le long de mon voyage, ce qui est en fait *notre* voyage, car de bien des façons, on est exactement pareil.

Maintenant, j'aimerais que vous imaginiez votre vie dans un an. Deux ans. Cinq. Imaginez-vous vivre une vie plus saine, une vie dans laquelle vous n'avez pas seulement l'air mieux, mais dans laquelle vous vous *sentez* mieux. Imaginez une vie d'une plus grande qualité. Imaginez une vie avec moins de désordre, moins d'objets, moins de distractions. À quoi ressemblerait-elle ? Imaginez votre vie avec moins – moins de stress, moins de dettes, moins de mécontentement. Comment vous sentiriez-vous ? Maintenant, imaginez votre vie avec plus – plus de temps, plus de contribution, plus de joie. Imaginez que vous avez des relations meilleures, des relations plus intéressantes. Imaginez-vous en train de partager des repas, des conversations, des expériences de vie, des sourires avec des gens qui ont des intérêts, des valeurs, et des croyances similaires aux vôtres. Imaginez-vous vous épanouir avec vos pairs et les gens que vous aimez. Maintenant, imaginez-vous cultiver votre passion jusqu'à un point tel que vous ne pouvez plus vous imaginer passer un jour sans elle. Imaginez que vous contribuez plus que vous ne consommez. Imaginez que vous donnez plus que ce que vous prenez. Imaginez-vous produire un effort constant dans une visée d'épanouissement. Imaginez-vous en train de travailler dur pour dépasser vos limites, puis qu'une fois que vous les avez dépassées, vous vous retournez et leur faites un signe de la main en souriant. Imaginez que vous avez toujours des problèmes dans votre vie, mais des *meilleurs* problèmes, des problèmes qui vous stimulent et contribuent à votre développement, des problèmes que vous voulez affronter. Imaginez que vous éliminez tout le superflu pour vous consacrer aux êtres qui vont sont le plus cher. Imaginez la myriade de possibilités que vous avez pour témoigner de votre amour, pas seulement dire que vous aimez, mais vraiment le *montrer*. Imaginez-vous en train de tenir les mains d'une personne avant de la serrer dans vos bras chaleureusement. Imaginez-vous faire l'amour à la femme ou l'homme que vous aimez, votre esprit désencombré des tracas du monde extérieur, pleinement dans le

moment, deux corps qui ne font qu'un. Imaginez-vous faire de vos priorités vos Vraies Priorités. Imaginez la vraie réussite. Imaginez-vous vous sentir plus léger, plus libre, plus heureux.

Ce que vous imaginez est une vie pleine de sens. Pas une vie parfaite, pas même une vie facile, mais une vie simple. Il y aura toujours des épreuves à surmonter, des périodes de douleurs et des moments où vous serez tentés de retourner à votre ancienne vie passive, mais ce n'est pas pour autant que vous le ferez. Car la vraie récompense vaut la peine de se battre. Trop souvent, on essaye de se raccrocher à de la vie qui nous a laissé tomber depuis longtemps, mais quand on se débarrasse de cet excès de vie parasite, on se rend compte que l'on est déjà parfait, là maintenant, jusqu'au plus profond de notre être.

Bien sûr, il y a des débris dans mon rétroviseur, des erreurs et des mauvaises décisions éparpillés de-ci de-là dans le paysage derrière moi. Mais ce n'est pas grave. Mes échecs sont ce qui a donné les meilleures facettes de ma personne. Et je suis certain que de nombreuses autres imperfections m'attendent pour la suite du voyage. Mais CE N'EST PAS GRAVE non plus. Le paysage de la vie est fait de sommets et de vallées, et quand on marche d'un sommet à l'autre, il est important de trouver des façons d'apprécier le chemin entre les deux.

Je ne sais pas où je serai dans un an. Dans deux ans. Dans cinq. Où que ce soit, j'y serai de façon intentionnelle, délibérée, poursuivant ma vie pleine de sens. Peut-être que je planterai mes racines ici dans le Montana, et je verrai alors bien ce qu'il y pousse. Peut-être que j'irai vers l'est pour retourner dans le Midwest afin de redécouvrir sa beauté d'un nouvel œil, un œil plus mature. Peut-être que je voyagerai vers le nord, traversant la frontière invisible pour me rendre au Canada, et que j'expérimenterai la vie dans le pays de la feuille d'érable pour une nouvelle ère. Peut-être que je me dirigerai plus vers l'ouest pour tester le sable, les vagues, et les conditions météo de la Californie. Ou peut-être que je voyagerai vers le sud, bien plus au sud, disons, par exemple, le Costa Rica, et que j'y trouverai quelque chose ou quelqu'un d'inattendu au milieu des montagnes. Quel que soit l'endroit où la vie m'emmènera, une chose est sûre : je suis maintenant un minimaliste ¹⁰⁸.

¹⁰⁸ J'imagine qu'il y a des moments où la fin n'est pas vraiment la fin.



À PROPOS DES MINIMALISTES

Joshua Fields Millburn et Ryan Nicodemus ont acquis une audience de plus de 2 millions de lecteurs sur leur site internet *TheMinimalists.com*. Ils sont les auteurs à succès de cinq livres de non-fiction et de trois livres de fiction. Tous les deux nés en 1981, ils vivent dans le Montana (États-Unis) et sont originaires de Dayton dans l'Ohio (États-Unis également).