

## Plus de 65 ans

L'esprit du corps  
boude le mouvement, parfois.  
Au terme d'une course à contrecœur,  
pourtant,  
l'eau fraîche sur les pieds endoloris  
ravive la volonté.  
Le cœur affolé,  
le souffle erratique,  
attisent  
cette vacillante exaltation.

Dans le canot,  
la pagaie caresse l'eau, falaises  
et forêts défilent,  
les doigts fendent le courant.  
Ce paisible élan met  
l'esprit et le corps en mouvement.

Mon mari et moi, chaque matin,  
soulevons des poids.  
Nous nous étirons vers le ciel,  
plions nos corps à la taille,  
battons des bras tels des papillons.  
À la presse à cuisses, il devient si facile  
de s'agenouiller.  
Nous contractons nos triceps mollassons,  
faisons la planche.

Nous avons plus de 65 ans.

Depuis trois ans,  
nos pieds ont parcouru  
plus de trois cents kilomètres  
dans les prairies de la Saskatchewan.  
Des plaines  
jusqu'aux monts rocheux des anges  
des Mystery Rocks,  
jusqu'aux sites assassinés  
où nous avons rendu hommage  
aux tribus des origines.

Nous dépassons

nos vacillements.  
Égards et respect pour le corps et l'intelligence et l'esprit.  
En nos veines  
bouillonnent ces dons  
– vent, soleil, terre et eau.

**© Louise B. Halfe – Sky Dancer**  
**Poète officielle du Parlement**  
**Traduction : © Catherine Ego**