



**EXPÉRIENCE
NON-FUMEUR**

Le magazine d'Expérience non-fumeur
www.experience-nonfumeur.ch

Numéro 48, mars 2020

Arrêter de fumer après un coup de pouce du destin



Passenger

Salut!

Le chanteur Passenger a commencé à fumer lorsqu'il était jeune pour faire comme les autres. Il a ensuite été un gros fumeur pendant de nombreuses années. C'est une rencontre vraiment spéciale qui l'a aidé à se débarrasser définitivement de la cigarette.

Nous te souhaitons bonne lecture!

Cordialement,



Si tu veux savoir qui se cache derrière Expérience non-fumeur dans ton canton, rends-toi sur notre site Web:

[experience-nonfumeur.ch/
centres-cantonaux](http://experience-nonfumeur.ch/centres-cantonaux)



Contact

Association suisse pour
la prévention du tabagisme
experience-nonfumeur.ch
info@at-schweiz.ch
Tél. 031 599 10 20

Fumeur à la chaîne sur sa moto

Il se produit parfois des choses surnaturelles. Un coup de pouce du destin, comme ce jour-là, à 3 heures du matin dans une station-service. C'est l'expérience qu'a vécue Mike Rosenberg, mieux connu sous le pseudonyme de Passenger, alors qu'il essayait une fois de plus d'arrêter de fumer. Passenger est un chanteur-compositeur anglais qui, au début de sa carrière, bourlinguait à travers le monde et gagnait sa vie comme musicien de rue. Aujourd'hui, il remplit les salles et se produit dans de grands festivals, comme le Gurten en 2016 ou le Montreux Jazz Festival en 2017. Son tube le plus connu, «Let her go» a été streamé plus d'un milliard de fois sur Spotify depuis sa sortie en 2012.

Depuis l'âge de 15 ans, Mike Rosenberg fumait clope sur clope. Aujourd'hui âgé de 35 ans, le chanteur a réussi à arrêter. Comme il l'explique souvent pendant ses concerts, qui peuvent être visionnés sur Youtube, c'est une rencontre impromptue qui l'a aidé à se défaire du tabagisme.

Il a commencé à fumer lorsqu'il était adolescent, juste parce qu'il voulait faire partie des élèves populaires de son école. Or, comme il l'explique sur scène, peu importe le nombre de cigarettes fumées, ça n'a jamais vraiment marché. En revanche, très vite, il n'a plus réussi à se passer des cigarettes: «on devient dépendant sans s'en rendre compte et c'est vraiment difficile d'arrêter.»



Passenger au Festival du Gurten en 2016 (image: Pascale Amez, liveit.ch)

Rechute après deux mois

Lorsqu'il essayait d'arrêter de fumer, Mike traversait toujours les mêmes phases. Il décidait d'arrêter de fumer, allait courir, pratiquait le yoga et mangeait sainement. Tout se passait bien pendant six à huit semaines, et tout à coup, lorsqu'il voyait quelqu'un allumer une cigarette, il avait envie de faire pareil. Il résistait pendant quelques jours, mais finissait par craquer et allait racheter un paquet de cigarettes. Comme il l'explique, c'était toujours la même chose. Jusqu'à cette fameuse nuit, alors qu'il était en tournée aux États-Unis. Il était 3 heures du matin. Mike se trouvait dans une chambre d'hôtel à Minneapolis, une ville du centre-nord des États-Unis, et n'arrivait pas à trouver le sommeil parce qu'il ressentait sans cesse l'envie de fumer. Il a finalement décidé de se lever pour aller acheter des

cigarettes. Il s'est alors rendu dans une station-service. Un mardi à 3 heures du matin, il n'a pas rencontré âme qui vive, sauf un vieux type à la barbe grisonnante assis sur sa moto. Quand Mike lui est passé devant, le type lui dit: «Ça va être la meilleure cigarette que j'ai jamais fumée.» «C'était vraiment très étrange», se souvient Mike. Tellement absorbé par son envie de fumer, il a à peine remarqué que le type lui parlait.

En route vers sa famille

Le motard à la barbe grise lui a alors expliqué qu'il fumait comme un pompier depuis l'adolescence et qu'il allait bientôt mourir. Souffrant d'un cancer des poumons, il traversait les États-Unis au guidon de sa moto pour passer ses derniers jours sur la côte Est auprès de ses enfants et petits-enfants. «Ces dix minutes de discussion

avec cet homme ont complètement changé ma vie», se rappelle Mike. En effet, au lieu d'acheter des cigarettes à la station-service, il est retourné à son hôtel pour écrire une chanson sur cet homme au guidon de sa moto. Intitulée «Riding to New York», elle figure sur l'album «Whispers» de Passenger, sorti en 2014. Quand il joue ce morceau sur scène, Mike adresse toujours une dédicace au barbu sur sa moto, dont il perçoit la rencontre comme un signe du destin.

Riding to New York

Chanson extraite
de l'album
«Whispers»
de Passenger

Well, I met him in Minnesota,
He was dark and overcast.
With long, grey hair and eyes that stared
Through me like I was glass.
I asked «Where are you going to?»
He said, «I'm the wind I'm just blowing through.»
He lit up a cigarette and began to talk.

«The doctors told me that my body won't hold me,
My lungs are turning black.
Been a lucky strike's fool since I was at school and
there ain't no turning back.
They can't tell me how long I've got,
Maybe months but maybe not,
So I'm taking this bike and riding to New York.

'Cause I wanna see my grand-daughter one last time,
Wanna hold her close and feel her tiny heartbeat next
to mine.
Wanna see my son and the man he's become,
Tell him I'm sorry for the things I've done,
And I'd do it if I had to walk.
Oh, I'm taking this bike and riding to New York

Through the forests of Wisconsin that I knew as a boy,
Past the sky line of Chicago,
Round the lakes of Illinois.
I lay my head in a motel bed where my back is sore and
my eyes turn red,
Listen to the trucks roll past my door.
Through the fields of Ohio as the sunshine paints them gold.
I run just like a river runs, rapid, quick and cold.
And fly through Pennsylvania and the Jersey turnpike tolls.
And I won't stop 'till I get to New York.

Cause I wanna see my grand-son one last time.
Wanna see his eyes sparkling and stare back into mine.
Now my time is shorter,
I wanna see my daughter,
Tell her all the things that I should have taught her
And I'd do it if I had to walk.
Oh, I'm taking this bike and riding to New York.

And I'd go up to the churchyard one last time,
Lay flowers down for the woman who gave me the best
years of my life,
And I'd do it if I had to walk.
Yeah, I'd do it if I had to walk.
I'm taking this bike and riding to New York.»

Et maintenant, à vous de jouer!

Que vous inspire la chanson de Passenger
«Riding to New York»?

Voici quelques pistes pour vous aider:

- Traduisez les paroles et réfléchissez à la réaction que vous auriez eue si c'est vous qui aviez rencontré ce type.
- Décrivez votre ressenti par rapport à cette chanson. Comment auriez-vous réagi à cette rencontre?
- Chantez cette chanson et filmez-vous.
- Rejouez la scène à la station-service et filmez-vous.

Envoyez vos réflexions et vos vidéos avant
la fin avril 2020 à l'adresse suivante:
info@at-schweiz.ch. Nous publierons
ensuite certaines contributions sur le site
Web www.experience-nonfumeur.ch.



Centres cantonaux de
prévention du tabagisme

OXY – Le magazine d'Expérience non-fumeur
Edition: Association suisse pour la prévention du tabagisme AT,
Haslerstrasse 30, 3008 Berne
Rédaction: Katrin Oller, Zurich
et l'équipe de l'Association suisse pour la prévention du tabagisme
Traduction: Aude Isoz, Penthéréaz
Tirage: 4 000 en français, 42 000 en allemand, 1 500 en italien

Conception: Alber Visuelle Kommunikation, Zurich
Photo à la une: Pascale Amez, liveit.ch
Impression: Albrecht Druck, Obergerlafingen
Expérience non-fumeur est organisée par l'Association suisse pour la
prévention
du tabagisme AT en collaboration avec les centres cantonaux de prévention.
Elle est financée par le fonds de prévention du tabagisme.