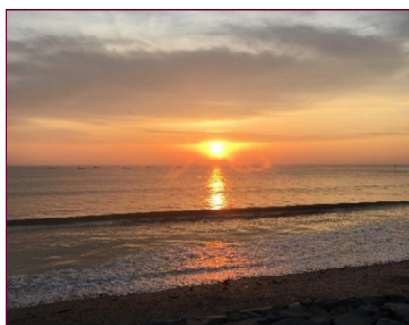


J'espère et j'agis.

Le regard sur l'horizon, au lever comme au coucher du soleil, toujours j'espère ... que le bonheur de l'instant perdure ou que les lendemains me soient plus favorables. Pourtant le soleil disparaît pour renaître, comme l'espoir parfois s'efface avant que de re-émerger et revenir colorer notre « A venir ». Tous nous avons à traverser des instants – voire de longs moments – de peines et de chagrins, de doutes et de frustrations.

Cultivons l'espoir qui nous rend acteurs de nos vies

Espoir et désespoir sont-ils les deux faces d'une même pièce? Que faut-il pour que nous perdions cette capacité à se projeter, à imaginer, à croire en demain et que nous glissions vers les ombres et les monstres intérieurs? Il est facile de **perdre cette pincée d'espérance face aux réalités** et contraintes de nos vies, à notre impuissance à muter nous-même ou à faire évoluer notre environnement? Dans notre monde le « bonheur » est montré, démontré, illustré en permanence... Souvent en lien avec les avoirs, les savoirs, les codes à appliquer, l'image à donner.... Il est aussi promesse récompense selon notre capacité à prendre du recul, accueillir, accepter, méditer, ... se centrer en lien avec le monde et les autres, dans le souci de soi et le respect des autres, alors que la vie court si vite . Est-ce si facile pour chacun de nous? Cela semble bien simple au travers des propositions et des démonstrations. Pourtant il nous est ardu de l'appliquer quand le découragement prend place, que la résignation l'emporte, et que nous re foulons nos pensées, nos ressentis, nos émotions au profit du « gentil petit soldat » qui chaque jour œuvre jusqu'à n'en plus pouvoir et s'effondrer comme poupée de chiffon.



Parfois l'espoir se perd. Chacun va se débatta avec des solutions qui le mettent en danger : le corps va imposer ses règles et déclencher des souffrances – physiques ou psychiques – le mental va s'emballer entre quêtes éperdues de plaisirs immédiats, addictions, contrôle et rigidification. **Cet emprisonnement intérieur** se manifeste sous forme de repli, ou d'agressivité, sans espoirs, et sans Espoir. La capacité à savourer les instants présents, à s'émerveiller de ce qui est, s'efface, s'éloigne. Notre attention à nous-même se dissout et notre énergie de vie s'amenuise jusqu'à sembler inexistante. La glissade s'emballe, impuissance, effrayante et handicapante. Agir, bouger, aller vers, s'apparente alors à une survie épuisante.

L'espoir peut se révéler refuge, pour certains. Une confiance en une puissance extérieure qui changera notre vie, fera que les événements se transformeront, **que la réponse émergera sans action nécessaire de notre part**, que la vie tourne et que Le moment viendra. Juste s'en remettre à ce qui adviendra, sentir la désespérance nous envahir, cesser de lutter, juste se laisser emporter et attendre. Et, cela est parfois nécessaire avant que de retrouver les forces de l'action.

L'espoir est aussi ce moteur d'action magnifique, puissant, fascinant, qui prend en compte le désespoir, et nous met en mouvement, nous permet ainsi d'échapper à la résignation. **L'espoir ici se transforme et devient espérance.** Peu à peu et pas à pas, avec les risques, les doutes et les peurs, chacun va se mettre en action pour aller vers des objectifs réalistes. Chemin à dessiner, à creuser, à parcourir, entre rêves et réalités accessibles.

Evitons nous jugements et évaluations, les concepts de courage ou de faiblesse, pour nous-même comme pour les autres. **Il n'y a ici que notre humanité.** Agir pour retrouver espoir et espérance, nécessite du soutien, de l'écoute et du temps.

L'espoir fait vivre disait-on, ou plutôt **il fait mieux vivre, quand il fait naître l'envie**, qu'il souffle sur les braises du désir d'exister, et permet de trouver – ou retrouver – un sens à notre existence. Quand ce cercle vertueux se ré-amorce, la seconde chance permanente de nos « lendemains » prend toute sa saveur. Peu à peu nous ad-venons à nous-même, nus définissons nos nouveaux contours et notre Etre, nous identifions nos besoins pour les nourrir à défaut de les combler. Il y aura des renoncements et des pertes, des fins et des renouveaux, des dénis et des découvertes, du vide pour y accueillir le nouveau et laisser s'amplifier nos couleurs intérieures. **Chemin ardu que celui de l'espoir actif, pourtant si lumineux !**

MC

