

*Volons, Voquons, Vivons...  
Soyons nous, pleinement !*

*« Vous ne pouvez pas arrêter les vagues, mais vous pouvez apprendre à surfer.*

*Joseph Goldstein*



L'été est là.. et avec lui nos espoirs de soleil, nos projets d'évasion, nos rêves de calme. Nous y trouverons, je l'espère, un peu de temps pour nous reposer, nous poser. Du temps pour lâcher les pressions, les tensions, les exigences quotidiennes. Du temps pour nous accepter plus lents, plus à l'écoute de nos besoins, de nos désirs. Du temps aussi, pour apprendre, pour découvrir les mondes et les lieux autrement, pour regarder et nous émerveiller de ceux qui nous entourent. Du temps pour penser et nous penser demain, dans la réalisation de qui nous sommes et serons.

**Nous ne pouvons pas arrêter les vagues**, réelles ou psychiques. Quand elles déferlent nous nous sentons alors submergés, envahis, si perdus qu'il nous est difficile de retrouver l'air libre. La peur, parfois la panique, nous envahissent, notre confiance diminue, le découragement l'emporte, nous sommes convaincus : plus rien ne sera possible. Et pourtant, **nous savons que ce sont des étapes à franchir**, des « ponts de singe » à parcourir, des traversées qui se feront, entre peurs, chagrins et douleur c'est vrai. Nous retrouvons la lumière ensuite, un « à venir » plus calme, plus heureux. Ce passage exige notre ténacité et notre courage, pour croître, assimiler ce qui nous est donné à vivre, élaborer ensuite pour renforcer notre Etre au monde.

Il nous faudra donc **apprendre à négocier les vagues**, à prendre les vents pour nous laisser porter et emporter, sans contrôler tout, ni imposer notre volonté farouche. Il nous faudra accepter de faire avec les obstacles, les difficultés, les chagrins et les douleurs, accepter de ne pas comprendre l'injustesse et l'injustice de la vie. Nous trouverons peu à peu la fluidité du mouvement psychique qui nous fera contourner et nous redresser, éviter quand cela est juste, nous positionner et accepter les potentielles pertes, au profit du respect de nous et de la construction de relations humaines : par nature imparfaites.



Tout au long de cette année nous avons, ensemble, appris à surfer, voguer, voler, faire avec et nous relever pour avancer de nouveau. **Continuons** ! L'été n'est pas égal pour tous, c'est évident. Certains pourront s'évader de leur univers habituel, plus ou moins longtemps, d'autres devront continuer entre rayons de soleil, nuages ou pluies aussi. Mais **la ressource est en nous** seuls, et dans les liens que nous savons créer et entretenir avec ceux qui nous sont chers. Il nous appartient de choisir d'avoir ce regard attentif sur les choses, les événements, les gens...et d'y **découvrir l'étincelle** de beauté, de joie, de douceur qui y réside. Le sourire de celui dont nous croisons la route sur un passage clouté, le regard de l'enfant qui nous dévisage, la douceur du chat qui vient se lover contre nous, la beauté du vol d'un oiseau entre les toits ou au dessus de la mer, l'éclatante beauté d'une fleur inattendue, la puissance de l'arbre qui nous propose son ombre. Cela n'empêche pas les choses plus dures... et, **il nous revient de trouver et de garder le moment cristallin, lumineux, fait d'or et de lumière, qui sera notre trésor du jour**



Alors je nous souhaite de **danser la Vie**, avec et malgré les écueils, du mieux possible, **sur les rythmes harmonieux du plaisir de l'instant**. Que la musique du temps qui passe nous donne l'envie de cheminer, de grandir, de rire et de nous amuser, de rencontrer et d'admirer ce qui nous est doux et bon, et nous aide à laisser passer les sombres moments dans un « lâcher prise » conscient, volontaire et ajusté, à cultiver chaque jour !

*Très bel été à vous tous et rendez-vous en septembre !*