

Le silence est la condition absolue pour que se fasse entendre en nous la véritable parole, les véritables révélations.

Omraam Mikhaël Aïvanhov

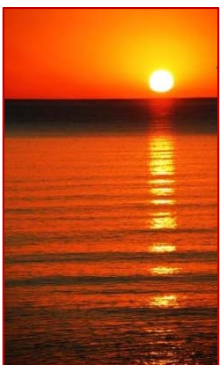


Edito Avril 2018

Silence ...je pars à ma rencontre !

Après nous être posés sur les notions d'effort, de patience et d'endurance, laissons cheminer en nous-même, au cours de ce mois d'Avril, nos réflexions et nos ressentis autour du silence. Cette rencontre volontaire peut créer, pour certains, de l'anxiété et de l'agitation. Pour d'autres ce sera une plongée douce et caressante. Chacun de nous va s'y aventurer avec son expérience et ses talents.

Nous avons contribué à la création d'un monde avec peu d'espace de solitude créatrice de soi, empli de sollicitations multiples, sous couvert de partages, de communication, de liens, de savoirs, de connaissances. **Tout est fait pour nous occuper l'esprit, le cœur, le corps et parfois même l'âme.** Aller vite, faire vite, agir beaucoup, remplir... Dans ce monde de bruits, il nous est ardu de trouver un temps pour soi, celui de la pause réelle, et de la quête de ce qui adviendra, sans contrôler, diriger, anticiper. Il nous est malaisé et malaisant de faire naître le silence en nous. Les pensées, les listes, les discussions, les croyances, les évasions sont nombreuses. Nous y retrouvons règles et injonctions. Nous y menons nos combats contre ceux qui nous blessent, nous contraignent, nous méprisent. Nous discutons, justifions, expliquons, démontrons. Nous prenons conscience de notre monde intérieur devenu mots, bruits et brouhaha épuisants.



Le silence est expérimentation et rencontre. Avec soi, avec le monde, avec un ailleurs autre et amplifié. **Il se révèle à nous, nous absorbe, nous amène à l'humilité** et demande l'apaisement de notre ego au profit d'un Je authentique, vrai, simple. Ici émerge le « Je suis », mon Etre qui trouve alors l'espace et la légitimité à laisser sa forme se dessiner. Le silence guérit les blessures, éclaire autrement notre esprit, apaise le mental et ses raisonnements logiques et répétitifs. Le silence ouvre à une autre lumière, une autre densité dans laquelle nous allons toucher de nouvelles voies et ouvrir à de nouvelles perspectives dans un espace où le mental n'est pas souhaité. **Douceur, compassion et beauté y trouveront leur domaine d'expression,** envers nous-même et les autres.



Il n'y a ici ni perfection à atteindre, ni comparaisons à faire, ni évaluation de performances. Juste l'humilité du chemin à entreprendre, sans cesse, avec effort, et ténacité. La simple conscience de l'instant où notre esprit s'évade de notre projet est en soi, déjà, méditation, donc silence créateur. Il va nous falloir apprendre la tolérance envers nous, la patience pour notre Etre au monde impatient, exigeant, jugeant face à nos difficultés, nos handicaps du moment. Nous laisserons le temps faire son œuvre, et cheminerons par petits pas. Nous nous relèverons après avoir trébuché, ou lâché par découragement et agacement. Ne nous jugeons pas, **accueillons juste cet Etre que nous sommes, en mouvement.**

Nous tendrons par nos efforts vers ce vide fertile, qui nous semble stérile et inquiétant. Laissons flotter notre attention, glisser nos pensées, ressentons et accueillons les émotions multiples et mélangées qui nous envahissent le cœur et l'Âme. Puis accueillons alors le Rien et constatons que dans l'instant, seul ce Rien est, que nous allons y plonger, l'appriivoiser, et l'accepter un peu, beaucoup, longtemps peut être. Et ce, jusqu'à voir émerger un signe, une forme, un chemin, une réponse. Lesquels nous apporteront la sérénité et l'alignement intérieurs, et nous guideront ensuite vers la mise en acte de notre vie, de nos choix, de nos désirs profonds, sachant que nous perdrons parfois pour nous rencontrer pleinement.

Que nous l'appelions, prière, méditation, centrage... Le chemin est proche, le processus est identique. Cet espace de silence est et sera **le terreau à la croissance de notre « Je suis », le creuset dans lequel se fera l'alchimie de notre unicité,** de nos potentialités, et donc la création de Soi.



Ne le cherchons pas, il est là et nous attend, silencieusement. Il nous suffit de choisir ce rendez-vous, de nous accorder quelques instants pour la rencontre et l'abandon de soi dans cette douceur silencieuse, y **laisser émerger ce qui n'est pas et se créer ce qui va advenir !** MC