

« Déploie ton jeune courage, enfant ; c'est ainsi qu'on s'élève jusqu'aux astres. » Virgile

« S'élever et garder sa dignité ! »

Pour chacun de nous, englués souvent dans l'histoire de nos vies, quel qu'ait été notre vécu, un jour nous avons le choix : celui d'attendre réparation, reconnaissance, encore et encore... ou celui de **nous élever**. Cet élan n'est pas un mouvement unique, mais bien le fruit **d'un double mouvement intérieur**, paradoxal et contradictoire, permanent et récurrent, entre échecs et succès, déséquilibres et rétablissements.



Nourri de nos expériences, ce chemin requiert **courage, volonté et foi en soi** avant toute chose. Une fois identifié ce qui nous a été donné – constructeur ou destructeur - et ce que nous avons conquis, ajoutés aux espoirs et rêves qui nous habitent, nous allons cheminer. **La connaissance de soi est ce qui fonde notre Etre au monde**. Nous avons à faire avec nos innés génétiques et les mémoires collectives, les acquis de nos apprentissages, les injonctions comme les autorisations. Il nous a fallu transgresser parfois au service de notre A-venir, et donc subir pertes, rejets ou jugements.... Il nous faut **trouver la force d'avoir foi en nous**, en notre ténacité, notre courage, et oser ! Nos aspirations et nos valeurs sont au cœur de notre identité et de notre essence. Se relever avec et malgré les écueils, se reconnaître digne de soi-même déjà et parfois sans la validation des autres, permet de s'élever... c'est aussi le choix de vivre dignement.



Bien sûr les pensées négatives affluent inévitablement, nous sortons de nos zones de confort et nous explorons, nous faisons face à de nouveaux défis. Soyons attentifs à elles, sans les laisser nous empêcher d'avancer. Elles nous indiquent nos limites et permettent alors de choisir. Nous élever, et construire, exige d'aller **au-delà de nos peurs**, de les reconnaître et de les apprivoiser, d'agir alors en conscience en donnant de la valeur à notre voix et nos aspirations.

Toute création de soi, participe de cet élan d'élévation. Il nous faut cultiver notre audace et accepter de nous dévoiler, dans notre « nudité » active, sans nous juger trop sévèrement. Nous allons accueillir et accepter des cycles permanents et récurrents, faits de chutes et d'élévation, dans une spirale constructive et source de renouveau. Se tromper est naturel, trébucher et tomber également. **L'essentiel est de récupérer son souffle intérieur** et de se remettre en marche.

"La seule limite à la hauteur de vos réalisations est la portée de vos rêves et votre volonté de travailler dur pour les réaliser." M. Obama.



Rien ne s'acquiert vite, et rien n'est acquis à jamais. Toujours nous avons à remettre en œuvre notre évolution, dépasser nos limites, découvrir d'autres facettes de soi... lumineuses mais aussi sombres, humains faillibles que nous sommes. **S'élever prend du temps, engendre des doutes** et du découragement ! Faisons l'éloge de l'effort, nourri de volonté, de ténacité et d'espérance. Ainsi la foi en soi va se renforcer comme la conscience réaliste de qui nous sommes, de notre puissance et de notre beauté. **La source est en nous, riche et permanente**. Parfois nous la perdons de vue et de cœur, mais elle ne se tarit pas. A nous de renouer avec cette force jaillissante et créatrice.

«Tout le problème est de s'élever,sans se séparer des autres hommes ». J. d'Ormesson.

Grande sagesse aussi que de garder présents au cours de cette quête, notre humilité et l'attention à l'autre. S'élever en piétinant l'autre ne fait pas sens. Laissons de côté notre ego au profit d'une juste estime de soi. Cessons les jugements et les comparaisons pour aimer cette évolution de tous. Laissons la haine et les colères se dissoudre dans un projet plus grand et plus heureux, celui de partager, de nous soutenir, de nous élever ensemble.

Très joyeux Noel à tous !

MC

