

" In...certitude "

Il y a peu de temps, je suis " tombée " sur cette citation de Yann Martel: " Choisir l'incertitude comme philosophie de vie c'est comme choisir l'immobilité comme moyen de transport ".

Cela résonne bien à mes oreilles! Mon expérience de ce sentiment d'incertitude relève plutôt d'un état intérieur d'instabilité qui rend confus, qui paralyse, fait tourner en rond, ou encore obscurcit la vision. Tantôt il s'efface, tantôt il ressurgit, comme pour dire: " Ah! Là tu n'es pas suffisamment claire ".

Lorsque le doute nous envahit, la peur s'empare de notre être, et là, c'est une catastrophe, on ne croie plus en nous. Toutefois, ces instants sont aussi d'extraordinaires tremplins de transformation et révèlent du processus même de changement. Parfois, il est utile de " descendre " pour explorer la profondeur des abysses afin d'en remonter différent; qu'en bien même cette fragilité intérieure peut sembler fort déroutante et perturbante lorsqu'elle perdure.

Pourquoi cette peur du lendemain, cette peur du non-connu, de la précarité, touche-t-elle autant de personnes? Parce que la société dans laquelle nous vivons nous conditionne dans une fausse sécurité: travail, maison, voiture, famille, vacances, ... Le parcours est tracé, balisé, programmé, et celui qui sort du circuit " social " s'expose à une marginalité, la plupart du temps, au regard de la majorité. Pourtant cette singularité rend libre, créatif et joyeux lorsqu'elle est consciemment vécue. La foi dans l'engagement de ses choix de vie devient alors indispensable pour les voir se concrétiser.

Cela nous mène vers le sentier de la différence. Aujourd'hui, nous assistons à un essor de l'humanitaire, mais sommes-nous réellement capable d'accueillir l'autre dans toute sa différence? Différence de choix de vie, de valeurs, de pensées, de couleur? ... Au sein même de notre famille biologique, puis de notre couple, de notre cercle amical, de nos relations professionnelles, quel regard portons-nous les uns envers les autres? Est-il empreint de jugement, de compassion, de pitié, d'admiration? ... Quels sont nos critères d'appréciation? Je constate que pour celui qui entreprend de changer radicalement sa façon de vivre, l'environnement lui est souvent hostile et inhospitalier. Triste constat si nous prenons en considération les avis extérieurs! Qu'est-ce qui importe avant tout? Ce que mon voisin de palier pense de ma vie, ou ce que je ressens moi-même? Il est évident que pour se faire confiance, un travail d'introspection est conseillé, afin d'atteindre un discernement et une harmonie qui seront les accompagnateurs fidèles de nos orientations de vie.

Faire de ce sentiment d'insécurité une réelle sécurité intérieure avec pour fondation la brique de la confiance. Pour qu'il y ait confiance, il faut ouvrir ce quatrième centre d'énergie en l'allégeant du poids de nos souffrances: peurs, culpabilité, complexes, ... Libérés de son étreinte emprisonnante les poumons se remplissent alors du souffle de vie salvateur.

C'est là le rôle essentiel du Rebirth-Touch , véritable levier des énergies bloquées, occultées. Cette méthode thérapeutique de respiration consciente et de toucher subtil, agit de concert sur les plans physique, émotionnel, psychique et spirituel. C'est cette synergie opérative qui amène peu à peu l'individu vers de nouvelles directions, en harmonie avec ses aspirations profondes et tout son potentiel de réalisation terrestre.

Il y a quelques années, je me suis trouvée dans une situation étrange, voire même périlleuse. Suite à une expédition pour le moins tourmentée, me voilà arrivée dans une maison inconnue, perdue au milieu de la campagne du Morvan. Assise derrière un canapé situé au milieu d'un grand salon, fixant un téléphone. L'intérieur de la maison était sans dessus dessous; ce qui attira, très vite, les quelques voisins des alentours. Ils rentrèrent dans la pièce où je me trouvais. Impossible pour moi de me montrer sans courir un grave danger. Le seul recourt que j'eue à ce moment précis fût la prière. Mon souhait profond de ne pas être vu était tellement intense et sincère, que je suis restée invisible aux yeux des personnes présentes, bien qu'elles passaient et repassaient à mes côtés.

Cette expérience m'a bien évidemment bouleversée et " réveillée " de ma torpeur de l'époque. Depuis ce jour là, le germe de la Foi " croît " en moi, au fil des saisons de l'Amour que je tente de cultiver de mon mieux.

Aujourd'hui, vivre dans l'inconnu, c'est pour moi une aventure initiatique. C'est accueillir en moi la confiance. C'est expérimenter l'attention consciente; vivre le détachement sans le dépouillement; croire en une force supérieure dans laquelle il est possible de s'abandonner en toute sérénité.

Vivre dans l'inconnu, c'est accepter de recevoir un cadeau divin que l'on va ouvrir avec délicatesse.

**Marie-France Giavarini
<http://www.rebirthtouch.com>**