

Le Silence

Dernièrement, à l'occasion d'un séminaire-retraite, j'ai eu l'occasion d'expérimenter le silence intérieur. Même si j'avais auparavant, pratiqué nombreuses formes de « méditations », je n'avais jamais ressenti à ce point l'intensité du Silence. Dans cette démarche, je me suis surprise à entendre une Musique du silence intérieur. A son écoute, se déroulait un fil « conducteur » qui m'amena dans un espace intemporel, imprégné d'une pénétrante sérénité. Dans cette quiétude, je me suis sentie en fusion avec l'Univers. Ce qui m'incite à dire que le silence est pleinement ressourçant et en aucun cas angoissant. Pour certains individus, ce qui peut paraître ennuyeux, est davantage l'absence de bruits extérieurs, mais le vrai silence, celui que l'on perçoit par nos sens internes, n'est certainement pas déprimant ! Durant ce même week-end, je me suis rendue à l'emplacement d'une chênaie millénaire. En ce lieu de respect, je me suis sentie traversée par les éléments : le Feu, l'Air, l'Eau et la Terre. Dans un silence méditatif, j'ai pu ressentir leur puissance créatrice. J'avais l'impression de puiser aux sources les plus profondes de ce lieu magique et préservé de toutes agitations extérieures. Tour à tour, se sont manifestés les éléments de façon subtile et en même temps bien concrète. Le Feu dans toute son intensité et sa chaleur, l'Air dans la force de sa mouvance et sa légèreté, l'Eau dans sa vitalité et sa fraîcheur et la Terre dans son enracinement et sa verticalité. La présence silencieuse de ces chênes millénaires m'évoque une immense reconnaissance pour leur intelligence et leur sagesse infinie. Je réalise à quel point l'être humain s'est éloigné de l'Essentiel pour des besoins souvent plus éphémères. Au contact de la nature, de son silence, de son langage, nous pouvons nous « reconnecter » à notre mémoire originelle et ainsi nous laisser inspirer. C'est dans ces moments de paix que l'âme prend toute son amplitude et s'élève pour communier avec la source de toute vie. Pour terminer cette chronique, je vous invite à lire le petit texte qui suit : Ce matin, j'ai collé mon nez contre le carreau de ma fenêtre. J'ai vu l'un des phénomènes naturels les plus beaux qui soient, le givre. Le givre de la décennie même...jusqu'aux portes des maisons de notre village de Giez. La nature entière recouverte de sucre glace et de piquants blancs aussi affûtés que des épées... Avec émotion, j'en parle au téléphone à ma meilleure amie, une voisine et une senior fraîche et malicieuse de 78 ans. Elle m'a répondu: "Aucun homme ne serait capable de créer une telle magie en une seule nuit. Et tout ça, en silence, sans déranger personne...". Je n'avais jamais réalisé que les plus belles œuvres de la création, de l'éclosion d'une fleur, au bourgeonnement d'un arbre en passant par un lever de soleil... s'accomplissent toujours dans un silence absolu. L'homme doit-il donc se taire aussi pour s'accomplir?

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