

Dans le sens du courant...

« L'existence est un mouvement perpétuel, tout change à chaque instant, et la résistance à ce changement ne peut mener qu'au malheur. C'est la confiance en la vie qui permet d'avancer, de rebondir, et finalement d'apprécier ce qui arrive. »

Laurent Gounelle

Dans l'esprit de Pâques, ce billet va concerner les « petites morts » que nos vies nous offrent et les « petites résurrections » conséquentes à ces moments de Vie que nous pouvons choisir.

Dans ces plus ou moins « petites morts », j'entends la fin d'un projet, un enfant qui commence l'école, un déménagement, une fracture d'une jambe, les premières rides, la fin d'une amitié, un changement de travail, le passage de flambeau d'une activité que vous avez créée, les enfants qui partent de la maison, etc. Bref, des événements de Vie qui nous affectent et qui sont incontournables. Mais auxquels souvent, durant un temps plus ou moins long, nous résistons.

Si j'illustre cela par une métaphore, la Vie est la rivière qui s'écoule dans son lit : plus ou moins agitée, plus ou moins tortueuse, avec plus ou moins de débit et de tourbillon, etc. Et notre vie est symbolisée par un canot qui descend la rivière. Avez-vous déjà expérimenté que lorsque notre canot va dans le sens du courant, quels que soient les obstacles que nous devons contourner ou affronter, nous ne souffrons guère (ou guère longtemps, juste le temps de laisser les émotions nous traverser) ? Par contre, lorsque nous retournons notre canot dans le sens opposé au courant, pour tenter de garder ce que nous avons, pour tenter de rester là où nous sommes, nous résistons au flux du courant, nous nous épuisons vite (physiquement, mentalement et/ou émotionnellement) et nous perdons la capacité de voir la beauté et les cadeaux du voyage. Alors qu'il suffit de sortir les pagaies de l'eau, de laisser se retourner notre embarcation puis de savourer les saveurs et les opportunités, plus ou moins agréables, de ce que la rivière nous offre comme expériences.

Ca vous parle ? Pouvez-vous identifier une petite mort à laquelle vous avez résisté ? Et imaginer, sentir le besoin et l'intérêt de laisser se retourner votre canot dans le sens du courant ?

Pour compléter le tableau, je vous offre un montage incarnant la pureté (du ciel et de l'horizon) et l'abandon à ce qui est (via la musique): <https://vimeo.com/160291113>.

Belle fête de Pâques et magnifique semaine !

Jean-Pierre Rey, le 26 mars 2016

Partagez si le billet vous a plu et [inscrivez-vous](#) à mon info-lettre si vous voulez recevoir hebdomadairement une inspiration !

Et le menu [Tout le blog](#) vous donne accès aux derniers billets, en cas d'intérêt !