

Que puis-je faire ?

Beaucoup de choses ont été écrites cette semaine suite au massacre perpétré à Charlie Hebdo.

Au-delà des émotions de colère, de tristesse, de surprise, de peur, de dégoût et de mépris qui vous ont peut-être habité, je m'interroge sur la manière de pouvoir sentir en moi à nouveau des ressentis nourriciers, paisibles et utiles plutôt que, une fois ces émotions passées, les transformer en sentiments désagréables de peur, de haine, d'impuissance, etc. qui demeurent en moi et qui permettent de nourrir des graines de jugement, de ségrégation, etc.

La seule chose durable et totalement en mon pouvoir qui m'est inspirée consiste à juste être attentif aux graines de haine, de certitudes dogmatiques, de non-amour, de peurs que je sème en moi et autour de moi quotidiennement. Juste pouvoir réussir à en semer tous les jours quelques-unes de moins, n'est-ce pas faire un pas magnifique vers d'autres chemins que celui de la violence, de la haine, de l'exclusion, du jugement et de la condamnation ? Choisir consciemment de faire tous les jours **une petite action** d'un don gratuit et inconditionnel n'est-ce pas quelque chose en mon pouvoir ? Et qui me permet de semer des graines de joie, d'amour, de paix à côté de nombreuses graines de peurs, de violence et de haine ?

Une autre pensée qui m'habite en tant que parent et qui me permet de développer ma compassion est de penser aux parents de ses deux assassins. Ces deux frères auront été enfants comme nous tous, certainement purs comme le sont presque tous les enfants du monde. Ils auront certainement été aimés par leurs parents comme des enfants petits nous invitent tous à aimer inconditionnellement. Avant de nourrir et développer en eux des graines haineuses, peureuses, porteuses de certitudes. Quelle peine pourrait habiter ces parents ! Dans ce cas aussi, la seule chose qui me semble en mon pouvoir consiste, en tant que père de grands enfants, à être plus attentif à ce que je leur transmets en termes de vision du monde : un monde cruel, violent, dur, sans pitié, sans avenir ou un monde qui apprend de ses expériences, pouvant **aussi** être doux, aimant et nourricier ?

Est-ce que ça marche pour vous ? Est-ce que ça peut avoir un impact positif sur le monde ? Est-ce c'est durable ? Est-ce utile ?

Je n'en sais fichtre rien ! La seule chose que je sens est que je projette en moi et autour de moi une énergie plus claire, plus paisible et qui me fait me sentir à nouveau plus vivant, joyeux et aimant. Sans m'endurcir et me couper de mes émotions. N'est-ce pas déjà un beau succès ?

Peut-être enfin que ce petit montage pourra contribuer à nourrir aussi en vous des graines similaires aux miennes (https://www.youtube.com/watch?v=NwR7P3b_3Jo) ?

Jean-Pierre Rey, le 9 janvier 2015