

# Touché en plein coeur

---

« Chaque bloc de pierre renferme une statue et c'est le rôle du sculpteur de la découvrir. »  
« J'ai vu un ange dans le marbre et j'ai seulement ciselé jusqu'à l'en libérer. »

Michel-Ange

Cet été et ce début d'automne, j'ai éprouvé (et écouté) le besoin d'arpenter régulièrement les montagnes de ma région en marchant, grim pant, photographiant, etc.<sup>1</sup>

Aujourd'hui, cette phase se termine, en même temps que la Nature effectue sa mue automnale, et je comprends ce que ces longues heures, souvent en solitaire, dans des environnements majestueux, avaient à me transmettre.

Les milliers de fleurs observées, les dizaines de sommets gravis, les innombrables nuances de couleurs, les mètres cubes de rochers ou de glace foulés, la répétition appréciée des millions de pas (alors que j'ai beaucoup de difficultés à effectuer des tâches répétitives), la quantité de lacs entrevus avec la diversité de leur forme et leurs reflets, les petites prises solides sur lesquelles je me suis hissé, etc. m'ont, me semble-t-il, remis à ma « juste place », « la tête et les pieds au bon endroit ». Durant ces heures, les armures que je portais se sont parfois fragilisées, quelques failles se sont ouvertes, au travers desquelles de la clarté intérieure a pu parfois se révéler, par éclairs furtifs...

Cet environnement alpin très « brut » favorise l'authenticité et l'accès à sa propre sagesse intérieure. L'émerveillement qui m'a souvent habité durant ces longues heures, l'admiration ressentie pour les richesses et la diversité des créations de l'Intelligence Créatrice, ont fini par ouvrir des fenêtres de conscience dans lesquelles ont pu s'engouffrer quelques rappels, compréhensions ou autres inspirations:

- L'immersion longue dans cet environnement naturel m'a permis de ressentir puis de me rappeler que, à l'échelle cosmique, je suis une création identique<sup>2</sup> à toutes les créations de la Nature que j'ai rencontrées. Je proviens de la même Intelligence créatrice que toutes les créations de la Nature. En tant qu'être humain, j'ai cependant une richesse supplémentaire par rapport aux créations de la Nature : la possibilité d'avoir **conscience de cette Force** de Vie et de l'utiliser pour toute création.
- Impliqué dans cette relation intime avec la Nature, la seule chose qui apparaît vraie est la réalité de l'instant présent. La compréhension qu'il est illusoire de vouloir donner vie, ici et maintenant, à un passé qui n'existe plus ou à un futur qui n'existe pas encore, permet de choisir d'y accorder moins d'importance. Ce faisant, le vide laissé dans l'esprit qui se libère, procure de l'espace pour entendre des messages de mon être intérieur : par exemple, plongé dans cette union avec la Nature, je peux comprendre que, dans l'instant, je **ne suis pas** ce que j'ai réalisé jusqu'ici dans ma Vie, je peux ressentir que rien de ce que je fais ou ne fais pas ne peut changer la « perfection » de la conception de mon être et ce que je suis intrinsèquement (même si ce que je fais ou ne fais pas, peut changer **l'éclat**, la brillance que

---

<sup>1</sup> Vous en trouvez des aperçus : <https://www.youtube.com/user/jeanpierrerey>

<sup>2</sup> Mon ego a longtemps combattu cette idée qui ne lui plaît guère...

mon être projeté) ! Et que en conséquence, il peut être plus judicieux et **plus sage** d'imiter la citation de Michel-Ange en choisissant délibérément de laisser briller ce qui fait mon essence (force Supérieure), qu'en voulant absolument forcer tel ou tel résultat à se produire (force de mon ego).

- Dans ces heures d'observations et de senti, j'ai pu me souvenir que n'importe quel comportement, intrinsèquement, n'est pas qualifiable en « bon » ou en « mauvais ». Ainsi, par exemple, un comportement de perfectionnisme sera bénéfique pour l'ensemble de la Création s'il me permettra de me sentir plus paisible ou s'il amène de la valeur supplémentaire à mon entourage ; il aura certainement un impact négatif sur moi et mon entourage s'il contribue à me faire me sentir tendu, angoissé, frustré, etc. Cette idée de non-jugement n'est-elle pas en décalage avec notre quotidien (politique, personnel, entreprises, etc.). Alors, l'élaboration de critères de performance ou de réussite n'aurait-elle pas intérêt à être conduite en mesurant **l'harmonie intérieure** et **l'équilibre**, voire cette **pointe d'excitation de l'inconnu** (que ce soit au niveau personnel ou au niveau d'une équipe) ?

J'ai déjà su cela à un niveau intuitif. J'ai déjà senti des « piqûres de rappel » ponctuellement. Mais, aujourd'hui, c'est la première fois que je suis capable de mettre en mots et d'expliquer cette connaissance intuitive. Comprendre cela me donne l'opportunité d'œuvrer au quotidien en m'assurant que **ma vraie responsabilité dans tout ce que je crée (et peut-être la seule)**, consiste à laisser œuvrer, avec confiance, cette Force qui m'a conçue et de minimiser les velléités de mon ego qui s'opposent souvent à ce que je sens tout au fond de moi.

Cette présence à l'instant et cette écoute des messages de ma voix intérieure semble impliquer une non-action, une non-anticipation aux choses. Lorsque je réussis à le vivre, c'est tout-à-fait le contraire qui se produit pour moi : car j'écoute les inspirations et j'agis, **en confiance**, et en suivant ces inspirations. Ce qui est bien éloigné d'un immobilisme ou d'un non-mouvement... Et semble aller dans le courant de la Vie, bien plus fort que tous les endiguements que je peux créer...

Et vous ?

- Avez-vous déjà pleinement conscience de ce que je viens d'évoquer, et le vivez-vous déjà au quotidien, en conscience ? Pouvez-vous le ressentir ? Le vivre ?
- Ce message vous aide-t-il à vous rappeler, en conscience, de ce que vous êtes vraiment en tant qu'être humain unique ?
- Sentez-vous de la résistance ? Si oui, arrivez-vous à en prendre conscience et écouter si la voix qui vous parle alors est celle du cœur ou celle de l'ego ?
- Concrètement, vous semble-t-il possible d'appliquer concrètement dans notre monde moderne ce que j'évoque dans ce billet ?
- Lorsque vous forcez quelque chose (ou la prochaine fois que vous le ferez), pouvez-vous sentir votre état de paix intérieure ? Pouvez-vous sentir que, souvent, vous vous mettez en travers de la Force de Vie qui crée tout à tout instant et qui est infiniment plus « forte » et « intelligente » que vous pouvez l'être ?
- Ces mots sont-ils pour vous une révélation ou sont-ils perçus comme trop ésotériques ou spirituels et donc trop éloignés de votre réalité ?

Quelles que soient vos réponses, j'espère être parvenu à vous partager l'expérience de la paix intérieure vécue par le fait de pouvoir sentir combien ce qui compose la Nature est vivant en moi et

combien les inspirations de ma sagesse intérieure sont propices à ramener une paix intérieure plutôt durable en moi (et autour de moi). Si je les écoute.

Belle semaine !

Jean-Pierre Rey, le 11 octobre 2015

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 anciens billets en cas d'intérêt !