

Marie-Laure Choplin

Un cœur sans rempart



PETITE BIBLIOTHÈQUE

DE SPIRITUALITÉ

LABOR ET FIDES



Soyons notre corps

Laissons notre cœur un peu de côté. Nos désirs à l'ombre. Ce qui nous peuple au-dedans. Notre moulin à vouloir. Voilons notre esprit de silence. Fermons un temps nos valises à discours, à récriminations, à justifications. Décrochons la guirlande de nos intentions.

Et entrons silencieusement dans le temple de notre corps.

Accordons-lui une attention précise et ample, simple, directe – et accordons-nous à lui.

Soyons notre corps tout entier. Soyons-le pour de vrai. Soyons entièrement là.

Asseyons-nous sobrement, sur le sol, un coussin, une chaise. Confions notre poids à la terre. Et depuis cet enracinement mobile, vivant, déroulons doucement notre colonne vertébrale, vers le ciel. Laissons-nous redresser sans raideur. Suspendons nos oreilles vers le haut. Délions notre nuque. Relâchons notre mâchoire. Abaissons doucement le rideau de nos paupières. Déposons la chair de nos mains

sur nos cuisses, avec délicatesse. Et prenons le temps de sentir leur chaleur. Sentons tout le volume de notre tête, celui de notre cou. Déployons le volume de notre cage thoracique dans toutes les directions. Vers l'arrière aussi. Puis le volume de notre bassin. À l'avant, à l'arrière, sur les côtés. Sa rondeur. Son poids.

Et déposons-le encore au sol, davantage.

Défroissons notre peau au contact de l'air alentour, de l'air au-dedans.

Occupons entièrement notre place sur terre.

Et laissons-nous enfin prendre chair.

Habitons notre corps.

Et nous pourrons ouvrir la porte.

Acquiescer à la vie

Habiter la terre.

Enfin.

Accepter d'être là.

Enfin.

Revenir de tous nos ailleurs, de nos fugues.

Revenir de nos refus.

Cesser de réclamer des comptes à la vie,
de lui donner des ordres, ne rien exiger
d'elle, renoncer au marchandage, l'acquitter
de toute dette, la délivrer de nos impé-
ratifs.

Acquiescer à la vie telle qu'elle se donne.

Dans tout ce que nous ne pouvons pas
changer, dans tout ce que nous ne pouvons
pas choisir, il y a cela que nous pouvons :
dire « oui » à ce qui est. Consentir sans rai-
son. Faire le saut de consentir, à tout. Elle
est si étroite la cellule où nos exigences
nous enferment.

Déplions nos mains et laissons se défaire
la corde qui nous suspend hors de la vie.
Laissons-nous déposer au sol de la vie
telle qu'elle est.

Ce n'est pas dans le vide que nous allons
tomber.

Ce n'est pas dans la boue amère de la rési-
gnation.

C'est dans l'infinie terre aimante de Dieu.

Prendre chair

Pour honorer la place de l'autre sur la terre, il faut occuper la sienne, entièrement, c'est si simple.

On ne peut saluer l'autre que de chez soi. Il faut être descendu de sa poussière d'étoiles. Offrir un visage. Le sien. Tant que je reste pour moi-même un mirage, une fantasmagorie, une image flottante, un rêve qui n'a pas pris chair, l'autre non plus ne peut prendre corps pour moi. Il n'y a personne.

Et l'on croit le contraire, et l'on se tient sur la pointe de la pointe de nos pieds pour laisser à l'autre la place de vivre, à tous les autres sauf à soi – et n'étant nulle part on la prend toute.

Quand je vis à l'orée de moi-même, je sature l'espace de mon propre bruit. Si je ne passe pas par mon chemin du dedans, c'est moi-même sans fin que je trouve au-dehors.

Rentrons chez nous.