

## LE COURAGE D'ÊTRE SOI – Jacques Salomé

*Nos errances oscillent entre expansion vers les autres  
Et retour, repli ou centrage sur soi.  
Nous nous cherchons par bonds successifs,  
Trois pas en avant et parfois deux en arrière  
Quand ce n'est pas un saut nécessaire sur le côté.  
La quête sans fin du meilleur de soi se meut  
Dans l'enclave de liberté qui s'offre à chacun  
Entre dette et créance, allégeance et autonomie,  
A la lisière du défini et de l'indéfini,  
Du passé et de son devenir,  
Entre l'orient et le ponant de chaque être.  
(Accomplissement – Aboutissement – Réalisation de soi  
quête de soi à travers son existence et l'environnement) (35)*

Si s'épanouir c'est réaliser un accomplissement intérieur, cet accomplissement doit néanmoins pouvoir s'inscrire dans une expérience du quotidien tissée et métissée par un réseau de relations vivantes et créatrices avec soi et avec autrui.

En même temps, toute démarche spirituelle fondée à la fois sur une aspiration à la transcendance et sur un besoin d'approfondissement nous accule au dénuement. Le risque encouru est celui d'un ébranlement et d'une rencontre douloureuse et bouleversante avec notre nudité psychique. Cette quête nous confronte à nos indigences affectives, à nos trop-pleins et à nos encombrements, à notre vacuité identitaire, au poids de nos certitudes, à nos faims et à nos failles, au dérisoire de nos valeurs, à nos vides et à nos carences en même temps qu'à nos béances et à nos monstres intérieurs, pour pouvoir déboucher – c'est l'espoir qui m'habite – sur une rencontre avec cette part du divin qui réclame sa réconciliation avec le tout. p18 (35)

Dans l'éphémère d'une émotion surgissent des vérités essentielles, des instants de vie étincelants semblables à des diamants. Je crois que le propre de l'émotion réside dans sa fragilité ! Elle peut survenir à l'improviste, au détour d'une relation ou dans le prolongement d'une rencontre appelée par quelques signaux imperceptibles, réveillés par les mouvements infimes du cœur. p123 (35)

J'ai ressenti une émotion d'une intensité incroyable lors d'un printemps à Amsterdam, quand j'ai « rencontré » les tournesols de Van Gogh. (...) Ils m'ont sauté au cœur. J'ai été parcouru dans tout le corps par une sorte de vibration puissante. Je devenais soudain plus réel, plus ouvert. (...) Je n'ai jamais oublié cette émotion, ce mouvement étonné surgi du profond de moi dans l'éclat d'une découverte. Avoir vu à Amsterdam ce Van Gogh m'a ouvert les yeux sur les rires et la joyeuseté de la beauté. P123-124 (35)

Une émotion ne dure pas mais elle s'inscrit en nous tel un germe. Elle laisse des traces secrètes, même si nous avons parfois le sentiment de l'avoir perdue, elle demeure comme un petit soleil interne qui peut illuminer la grisaille des difficultés quotidiennes. Elle devient comme une rivière souterraine qui alimente, sans que nous le sachions, le meilleur de nous. Le propre d'une émotion est de jaillir au plus imprévisible de l'existence : elle nous étirent,

nous saisit à la gorge, elle capte notre regard, elle rejoint des énergies cachées qui soudain explosent à fleur de peau, prolongeant tous nos sens vers un peu plus d'absolu. P124 (35)

L'émotion touche une fibre dont l'éveil va éclairer des sentiments endormis, des sensations oubliées, des perceptions inattendues et les vivifier de sa palpitation... Il n'est pas facile de décrire une émotion ou dans témoigner dans le langage des mots. Nous la portons dans la joie, dans la tristesse, parfois dans la nostalgie. Au plus profond, nous savons la fragilité d'une émotion, sa vacuité, son évanescence en même temps que son envahissement quand elle nous submerge. Aussi faut-il accepter de nous laisser accompagner par elle, au plus loin, au plus intime ; de nous laisser porter par sa houle, grandir et amplifier par sa chaleur, enchanter par sa présence.

L'émotion est un fil d'or qui nous relie au sens caché des êtres et de nous-mêmes.

L'émotion est comme un sésame, une clé pour accéder aux détours de notre sensibilité, à la richesse d'une écoute insoupçonnée. L'émotion nous fait découvrir ce que nous ne savions même pas savoir, elle nous fait pénétrer dans l'inimaginable. p125 (35)

L'émotion est éphémère et irrationnelle. Irrationnelle dans le sens où elle est totalement en dehors de nos habitudes et nous transporte. Nous accueillons une émotion et lui donnons toute sa place quand nous sommes ouverts. L'émotion est un miracle qui entre dans le quotidien. C'est du merveilleux qui surgit à l'improviste pour nous entraîner dans l'invention et le renouvellement insoupçonnés du présent. P126 (35)

Les émotions de l'enfance ont une vitalité si particulière, elles sont si fortes qu'elles sont l'équivalent de lames de fond qui nous soulèvent, nous emportent et nous comblent d'émotions avant de nous déposer aux rives d'un quotidien inchangé. Je garde la nostalgie des émotions de mon enfance avec le sentiment que je ne les rencontrerai plus jamais. Le propre de l'émotion unique est de laisser une trace, d'enfouir en nous un sédiment, un ferment qui pourra renaître et ressurgir à un moment donné dans un tout autre domaine. P127 (35)

Elle nous fait entrer plus loin dans la part de mystère qui accompagne une vie. L'émotion, si éphémère soit-elle, nous permet d'approcher le divin, le dieu ou les dieux cachés qui nous habitent, nous protègent ou nous trahissent parfois. Le rôle de l'émotion est de nous conduire un peu plus près, tout près de l'éveil à l'amour universel. P128 (35)