



crédit photo: @auremar - Fotolia.com

Tao de l'Océan

Contempler nos paysages intérieurs

par Wim Ellul

Pour cette rentrée, une invitation contemplative pour voyager dans nos territoires intérieurs.



PORTRAIT

Wim Ellul est praticien en Chi Nei Tsang et en massages traditionnels, à Paris et à Bordeaux. Formé en Thaïlande auprès de Mantak Chia, d'Andrew Fretwell et de Sarina Stone, il exerce pendant trois ans à l'Institut Maxam puis enseigne à Bordeaux. Responsable en France de la CNT School, il assiste Andrew Fretwell dans le cursus de formation en CNT.

ellul.wim@yahoo.fr
www.bordeaux-tao.fr
www.centre-tao-paris.com

Pourquoi sommes-nous à ce point attirés par des départs en vacances à la mer ou à la montagne, si ce n'est un engouement quasi enfantin pour ces paysages immenses et généreux ?

Lorsque mes pieds foulent le sable de la dune piquetée d'herbes et de charbons, que la ligne d'horizon se dessine sur la masse d'eau brillante de l'océan et que je devine le vent sur l'écume des vagues, émerge alors une sorte de jubilation calme devant ce tableau...

Ce qui étonne d'abord, c'est la mobilisation de tous nos sens doucement happés par l'extérieur, par cet espace circulaire qui « alchimise » à la fois les courants marins et la chaleur des rayons du soleil, l'air iodé, riche, et la texture souple du sable, le rythme des vagues et l'attraction de la lune, dans une danse magnifique entre ciel et terre. La simple contemplation de ces espaces nous fait entrer en résonance avec nos propres paysages intérieurs. Il en va ainsi finalement pour des lieux naturels, des paysages qui nous saisissent dans leur majesté : forêts primordiales, vallées, cirques de montagnes, cirques sauvages...

Dans cette ouverture silencieuse, au-delà des dimensions humaines, nous sommes placés devant la chance extraordinaire et renouvelée de ressentir notre disponibilité à la vie ! Comme si devant cette présence en ouverture, l'instant suivant était « vide » et pourtant riche de promesses. La nature en effet, dans sa grandeur simple et nue, met incidemment en relief notre microcosme intérieur, nos manies, la petitesse de nos agendas (pourtant si importants !) et notre lien enfoui, notre appartenance immémoriale à ce monde sauvage.

Cette nature me « creuse », vient me chercher dans mes abîmes, mon « océan intérieur » et ultimement vient s'interposer entre ce que je dis être et ce que je suis. Ainsi je ne « colle » plus à moi-même au contact de cette nature si proche et indomptée.

Mais sommes-nous vraiment prêts à reconnaître ces espaces vierges, sauvages et fertiles en nous ? Prêts à contempler nos paysages émotionnels, sans y plaquer instantanément nos interprétations et notre identité ?

Notre nature intérieure profonde, reflet de cette nature extérieure, peut à chaque instant émerger et se dire, peut nous vivifier, en dévoilant nos contradictions pour les transformer en richesses. Les mythes et les contes évoquent depuis toujours cette confrontation et cette réconciliation entre le sauvage et l'humain, entre la matière primaire et la conscience⁽¹⁾. Ces deux pôles sont amenés à « s'aimer », à se révéler l'un à l'autre, grâce à notre présence aimante et à nos prises de conscience.

C'est tout ce que je vous souhaite en ce temps de rentrée, intersaison d'élément terre, où la course de notre planète autour du soleil, avant la préparation automnale, nous fait entrer en douceur dans le Yin des profondeurs ! Il est si important de contempler en soi ces paysages intérieurs ! Si important d'accueillir puis de travailler à l'intégration de nos émotions, de notre vécu, de celui de notre lignée, pour nous réconcilier enfin avec nous-même, avec autrui et avec la nature que nous maltraitons, comme nous nous maltraitons⁽²⁾ nous-mêmes. Cultiver sa terre intérieure, dans une écologie qui passe d'abord par la personne, requiert au final une forme d'écoute bienveillante et d'humilité (de la même racine que « humus », fine couche de micro-organismes qui fertilise la terre) devant ce qui est grand en nous, en autrui et devant ce monde qui nous est donné. ■



(1) Lire « Le Symbolisme du corps humain », Annick de Souzaenelle, Albin Michel, pour le dévoilement de nos animaux intérieurs.

(2) Lire « Pour une écologie intérieure, renouer avec le sauvage », M. Romanens et P. Guérin, éditions Payot.