

La voix de *l'âme*

Ce souffle vivant au plus profond de soi

par Nawal



Expression de notre âme, notre voix nous relie aux autres et au plus profond de nous-même.

La voix de l'âme est habillée de vie. Qui dit vie dit mémoire de vie, connue ou inconnue, propre à soi ou empruntée à la mémoire collective.

Ce qui sonne en nous

La voix est souffle et énergie. Elle est sons et rythmes. Liée à la respiration et à nos émotions, c'est elle qui exprime le mieux nos sentiments, c'est elle qui peut le moins tricher (le masque de la voix est plus difficile à fabriquer que le masque de la personnalité). C'est le son de la personne. Ce qui sonne à travers elle.

Je fais partie de ces êtres qui pensent que notre âme vient au monde constituée de mémoires choisies pour vivre ce que nous avons à vivre, pour guérir ce moi profond, un peu plus encore, et guérir ainsi l'univers entier, un peu plus encore... Je crois que le monde est fait de l'histoire et des vibrations de chaque être. Oui, nous sommes tous et toutes co-créateurs de vie.

Trouver notre harmonie

Qu'on le veuille ou non, nous sommes tous et

toutes reliées, nos pieds plus ou moins ancrés à la terre Mère et pendant neuf mois dans le ventre de nos mères, nous enregistrons l'histoire et les fonctionnements, les codes, actions ou pas, réactions ou pas, toutes les données liées à nos ancêtres et bien entendu ce qui résonne pendant la grossesse. Son ambiance, plus ou moins harmonieuse (une femme m'avoua un jour qu'elle n'avait réalisé être enceinte qu'à partir du 6ème mois de toutes ses grossesses). Puis une fois née, nous stockons encore des mémoires, des codes, jusqu'à l'âge de deux ans selon Piaget. Notre personnalité, dans le sens de « ce qui sonne à travers nous », ou pour être plus juste, nos « personnalités » raisonnent : plus ou moins confiantes, plus ou moins dans la joie et le partage.

Grâce à la voix, nous pouvons apprendre à nous reconnaître, à laisser vivre nos différents sons, sans contrôle, mais avec conscience et le plaisir simple de les accueillir. Qu'ils nous semblent beaux, ou pas. Harmoniser, équilibrer nos multiples sons pour n'en faire qu'un. Devenir un individu relié avec le son de son âme, sa voix intérieure. ■

Retrouvez la vidéo de Nawal lors du 1er Festival du Féminin : www.generation-tao.com

PORTRAIT

NAWAL signe textes et musiques, chante et joue. Elle anime également des ateliers et invite chacun à traverser les couches profondes de son être grâce au souffle vivant de la voix. Auteure de plusieurs albums dont : « Aman », disponible aux éditions Le Souffle d'Or et « Caresse de l'âme ».

www.nawali.com