

LE PRINTEMPS DU SOUFFLE

Les bourgeons s'étirent, les premières fleurs ouvrent leurs paupières, la lumière revient : la nature se réveille et, comme elle est notre Grand Corps, fait résonner en nous les mêmes archétypes de renouveau et de renaissance de la vie et à la vie.

Si la situation sanitaire actuelle contrarie cet élan d'ouverture, elle ne peut pas en empêcher la force d'expansion, venue du grand souffle cosmique qui anime l'ensemble du monde créé.

Le souffle n'a pas d'obstacle et il est tellement plus qu'une respiration ! Il traverse, relie et unifie plusieurs plans de réalité, de la simple respiration/échange gazeux, qui est le souffle matériel, au mystère primordial du Souffle immatériel à l'origine de toute vie.

En être conscient, c'est sentir que « Cela » respire en nous, que nous ne respirons pas mais que nous sommes respirés. Plus de vingt mille fois par jour nous accueillons dans notre entité individuelle la descente du Souffle universel nous reliant au Tout auquel nous appartenons. Et à chaque expiration, nous restituons ce don.

Quand ce Souffle vient éveiller notre propre potentiel créatif, notre poésie d'âme, ne disons-nous pas que nous sommes *inspirés* ?

Et quand il est printanier, n'éprouvons-nous pas un sentiment de printemps intérieur ?

Proposition d'écriture :

Ecrire un texte sur le thème du Souffle à partir du mandala de mots ci-dessous

Un mandala étant une figure géométrique centrée, vous êtes invité à écrire en déroulant un fil conducteur qui relie les mots et groupes de mots le dessinant. Vous partirez du haut : **Accueillir le souffle** et suivrez la spirale dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'en son centre, pour parvenir au mot **Renâître**.

Ce cheminement de la périphérie vers le centre, caractéristique du mandala, est très symbolique car il s'assimile à une traversée de labyrinthe énigmatique dont le sens se révèle peu à peu pour mener au cœur de l'essentiel.

En pratique : pour parvenir d'un mot à un autre, la longueur des phrases est totalement libre et variable au gré de vos associations d'idées et d'images : vous pouvez juxtaposer deux mots proposés comme les relier par plusieurs phrases.

Si un mot ou groupe de mots vous bloque plus qu'il ne vous inspire, vous pouvez, bien sûr, le sauter, ou le déplacer.

Les noms peuvent être transformés en verbes ou en adjectifs. Exemple : « murmure » en « murmurer » ou « murmuré », et inversement.

Vous pouvez dérouler le mandala spiralé dans l'autre sens : en partant du centre vers la périphérie et même essayer l'écriture dans les deux sens !

NB : En géométrie sacrée, la spirale est le symbole de l'itinéraire vers l'aboutissement où se trouve le secret de la vie.

Accueillir le souffle

oiseau de lumière
cage ouverte
timide appel
paupière de lune
écho tremblant
regard posé
exaucer
source
retrouver
montrer la route
empreinte libérée

frisson de ciel
printemps
éclosion
promesse
réponse
énigme
offrande
semence de rêve
grâce d'un signe

chair de la nuit
peau des étoiles
cœur
renaître
main tendue
renouveau
amour pur
consoler
traces effacées

fleur de silence
arbre de vie
sans paroles
racines
mémoire
vent d'espoir
mélodie
transparence
nom perdu
labyrinthe
voix de l'âme