De Avoir à Être

Une leçon de conjugaison ou un pas vers l’allègement

Quelle différence fondamentale entre ces deux verbes, ces deux auxiliaires ?

Lorsque je conjugue le verbe avoir : J’AI. A mon sens, plusieurs significations peuvent lui être attribuées. Je vais me pencher sur la partie AVOIR quelque chose, je suis « propriétaire de ». Et ce quelque chose se situe dans le matériel, dans le concret, dans le rayon des choses palpables ; à l’extérieur. Ou même dans une action, dans ce cas Avoir pourrait se rapprocher de Faire.

Dans le matériel, je peux exprimer le besoin d’avoir de nombreuses choses. De remplir mes placards, d’accumuler des objets similaires dans un coin ou des recoins de mon habitation, ou bien dans un garage, une cave, sans même savoir qu’ils sont là.

J’aime bien cette image à ce sujet : le déménagement. Il arrive parfois que tous les cartons ne soient pas déballés rapidement pour différentes raisons. Ils sont alors entreposés ici ou là, puis, soudainement oubliés. Le temps s’écoule et, après plusieurs mois voire années, les objets dissimulés dans ce carton me deviennent étrangers.

Alors qu’en est-il ? est-ce que j’ai réellement besoin de cet objet ? est-ce vital pour ma vie actuelle ? Si je veux être honnête avec moi-même, cet objet était jusque-là oublié ; il faisait donc partie du matériel dont je peux aisément me passer. Alors pourquoi, au moment de réouvrir ce carton si longtemps après, je suis tenté de lui trouver une place dans un placard, une place dans ma vie. Que se passe-t-il à ce moment-là en moi ? quelle « petite voix » vient me chahuter, me titiller : «et si, un jour, j’en ai besoin, on ne sait jamais» !!?? un jour il pourrait me servir ! quelle partie de moi est en action à ce moment précis. Est-ce une peur qui me visite ? quelle peur ? peut-être la peur du manque qui s’agite inconsciemment au creux de toutes mes cellules. A quel manque cette petite voix fait-elle allusion ? la plupart du temps, je suis tellement concerné par cette histoire que j’agis sans me poser aucune question, sans me demander quel est le degré d’utilité de cet objet. Est-ce juste de le laisser encombrer mon espace ???

Et si je prenais le temps d’ouvrir une nouvelle fenêtre à l’intérieur de mon corps, un nouvel espace de ressenti, pour regarder ce qui se cache derrière cette situation. Est-ce que j’ai réellement envie de continuer à laisser mon espace être envahi par de « l’inutile » ? Je vous invite à se poser un instant et regarder en interne ce qui se joue, à ce moment précis. Le fait de conserver, d’entasser, d’accumuler, de stocker, aide à entretenir, inconsciemment, des éléments du passé, du « matériel lourd ». C’est un peu comme si, pour le moment, j’ai une impossibilité à régler ceci ou cela. Ça stagne… ça végète… un goût d’inachevé…et, si je m’autorise à aller un peu plus loin, je peux observer quelles sont les répercussions sur ma vie, mon énergie vitale, la vibration qui se dégage de moi. Quel équilibre pourrait se créer entre l’allègement matériel et l’allègement mental ?

*En 2017, lorsque l’allègement est venu à moi, j’étais loin de m’imaginer ce qui allait se produire. Le fait de mettre en place un allègement matériel de 90 % de ma vie du moment a ouvert à l’intérieur de mon être un espace de liberté insoupçonné. La place dégagée au niveau mental par le fait de créer de l’espace physique/matériel autour de moi. Le corps s’expanse et laisse place à d’autres possibilités, un autre niveau vibratoire s’installe et peut être même un mode de Vie différente, une nouvelle Vie….*

Alors, je me pose une question : est-ce que « Avoir » serait un passage dans la vie ? Un passage nécessaire entre AVOIR et ÊTRE, un passage plus ou moins long suivant qui nous sommes, ce que nous parcourons, ce que nous nous autorisons à vivre, à laisser se vivre, à lâcher sur notre chemin… pour, à un moment donné se laisser basculer vers « être », en toute simplicité… Peut-être un mouvement de vie de l’extérieur vers l’intérieur, de AVOIR à ÊTRE.

Et si c’était un chemin d’évolution qui s’offre à moi. Est-ce que je peux m’arrêter un instant, un temps immatériel, dans la légèreté, pour regarder ce qui se passe, là, en moi ?

Et lorsque je conjugue le verbe être, JE SUIS. Que se passe-t-il à ce moment-là, au creux de mon ressenti ?

Je suis, j’existe là dans le moment présent en tant que personne. Pour ma part, je remarque très rapidement que la vibration est différente d’avoir.

Être… tout simplement… dans la vibration du moment présent. L’équilibre est là. Je vis l’instant présent, ni le passé, ni le futur. Je suis… Je suis dans mon corps, à l’intérieur. Je vis et je prends le temps de contempler ce qui est. Être se suffit à lui-même, en tant que mot, en tant que verbe, en tant que signification de mon état du moment. Dans la simplicité de la vie, la place de notre être est importante. Est-ce que je lui laisse un espace assez important ? Est-ce que je prends le temps, aussi souvent que ce serait nécessaire, de contempler ce souffle qui traverse mon corps et qui me permet d’être.

Et si je m’autorise à ralentir mon rythme, ma cadence de vie actuelle pour savourer, « être » - Cet état peut, peut-être me procurer du plaisir, un certain bonheur sans attente !

Offrir sa présence, se nourrir de la présence d’une autre personne, juste là, sans mot, être… Prendre le temps d’une respiration, respiration de vie, pour savourer ce qui est…

Au plaisir du partage, dans l’être

Marrakech le 11 Octobre 2019