

S'asseoir, un geste simple

Offrir un moment de paix au tumulte qui nous entoure, échapper un instant aux remous qui nous



La chronique de
Yves Duteil

Auteur-compositeur-interprète,
maire de Précy-sur-Marne.

« EFFETS D'ANNONCE,
RÉFORMES DÉCRÉTÉES
SUR LE VIF...
LA CLAIRVOYANCE
COMMENCE LÀ OÙ
CESSE L'AGITATION. »

aspirent, et se laisser remonter comme une bulle vers la surface. Notre vie n'intègre plus ces temps de rien, où tout peut naître, où germent nos idées inattendues, où s'expriment nos rêves encore inconnus de nous. Se poser, être seul avec soi, est un luxe indispensable, un superflu nécessaire à notre équilibre, un instant d'orientation dont notre instinct a besoin pour prendre le vent, trouver son altitude et rassembler ses forces. Notre conscience se nourrit de ce néant créatif, en cueillant des effluves imperceptibles, en écoutant des silences bruissants, les signes discrets du chemin que masquent les fleuves d'informations et les torrents d'émotions dont les écrans nous abreuvent, nous submergent en permanence, et couvrent le murmure de nos ruisseaux intérieurs. S'asseoir. Trouver l'instant où poser sa tête sur l'épaule de la vie. Se confier à soi-même, tout se pardonner, oublier un moment le monde pour n'écouter que les voix du dedans... Et, le cœur apaisé, affranchi de ses peurs, tout entier à la tâche, aborder sa journée de travail, faire face aux obstacles qui nous attendent, aux tempêtes à venir, debout. Notre météo intérieure, le temps qu'il fait dans nos cœurs, souffle aussi sur nos proches, et paraît dans nos yeux. Notre esprit saute, court, presse et stresse, mais s'asphyxie aussi parfois. Son efficacité exige de l'air, de l'espace, une marge de manœuvre. Quand on réfléchit en courant, on brasse le vent sans remuer les méninges. Pour que l'aiguille de la boussole se stabilise et montre à nouveau le nord, il faut quelques instants de répit, d'immobilité et de calme. S'asseoir. Lâcher prise, laisser la vie nous guider, se faire confiance, cesser de lutter à contre-courant des douleurs, des chagrins, des souvenirs difficiles et des avenir incertains. Ouvrir les yeux sous nos paupières closes, penser pour soi. Notre société a pris l'habitude de réagir à chaud aux émotions qui frappent nos consciences et suscitent le débat. Effets d'annonce, lois expressives, réformes et règlements décrétés sur le vif génèrent des effets secondaires, des dégâts collatéraux. La clairvoyance commence là où cesse l'agitation. Il y a parfois urgence à réfléchir avant d'agir. Le bas du dos n'est pas à proprement parler le siège de la pensée, mais il est pourtant le centre de gravité dont l'intelligence s'exprime en posant un geste simple, précurseur de sagesse : s'asseoir. ■