

Se ressourcer

Nous éprouvons tous un besoin physique d'être enveloppés des parfums qui nous touchent, de nous ressourcer auprès de notre enfance, de nous recentrer pour donner davantage. Nous avons tous un refuge, un ailleurs – réel ou virtuel – pour prendre du champ, du recul, s'extraire du quotidien, apaiser la course folle des urgences. Ça peut sembler égoïste... ou indispensable.



La chronique de
Yves Duteil

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

« LES LIEUX QU'ON
AFFECTIONNE
RÉVEILLEN EN NOUS
LES SENTIMENTS
PROFONDS QUI NOUS
RAMÈNENT
À L'ESSENTIEL. »

Si, vraiment, le malheur des uns fait le bonheur des autres, alors ce monde de tristesse devrait être un nirvana absolu... Par chance, le bonheur, lui, se transmet aisément : se sentir bien dans sa tête et dans son corps est communicatif. De même, dans des lieux où notre cœur a rencontré la paix, on trouve des sources de fraîcheur d'âme. On peut s'y transporter en pensée, le temps d'une respiration, fermer les yeux, reprendre son souffle, lâcher prise. Une multitude de souvenirs nous aspire alors vers nos madeleines de Proust, ancrées dans la chair tendre de notre enfance comme une odeur de terre après la pluie, une potion magique, les châtaignes grillées sur la braise à travers la poêle trouée, les perce-neige au premier soleil. Nous avons besoin de douceur, quelquefois, pour en dispenser autour de nous, pour pouvoir offrir cette force de vie à ceux qui en manquent. Se rassembler, comme la mer qui s'éloigne pour mieux revenir. La vie nous éparpille, nous disperse, dissipe nos rêves. Comme une vague sur un rocher, nos idées s'effilochent, nos pensées se diluent dans les remous de l'instant. Les lieux qu'on affectionne réveillent en nous les sentiments profonds qui nous ramènent à l'essentiel, à l'authentique, par des sentiers d'émotion. Partir, c'est revivre un peu, et certains endroits de la Terre sont parfois des remèdes où l'on puise une quiétude sans fond. Sur les lieux qu'on a aimés, nous sommes intarissables. Comme la force qu'ils nous donnent pour avancer.

Mon sanctuaire n'est pas un lieu d'enfance, mais une découverte : l'ermitage de la Trinité à Bonifacio, en Corse. Dans ce lieu de pèlerinage, enchâssée entre les rochers noircis par les cierges, une petite statue de Marie. Sous une croix dressée sur le sommet, quelques chênes-lièges bordent le passage vers la falaise d'où l'on découvre la mer. On se sent paisible, touché au cœur par une spiritualité invisible, dans un paysage d'une beauté à couper le souffle. J'ai emporté ces images comme le symbole d'un recueillement auquel j'aspire sans toujours y parvenir. Quand je ferme les yeux, le calme revient. ■