



crédit photos © autemar - Fotolia.com

téléphone (qui facture mon temps de parole), libre de circuler grâce à ma voiture (3000 morts par an en France), libre de choisir un taux d'intérêt avantageux grâce à une banque (endettement endémique de la population), libre d'apprendre grâce à tout notre savoir (analphabétisme dans les écoles), etc. Cette pseudo-liberté de façade est un simulacre. Nous le savons bien, mais que faire lorsque le quotidien et la télé me disent que moi, je vais bien (ce sont les autres qui vont mal) et qu'il faut continuer ?

Faire ce pas dans l'inconnu

Peut-être reconnaître dans un premier temps ce que n'est pas la liberté. Cela me permet de dissoudre toutes ces projections et de rester avec un vide, une absence, comme un dénuement jusque-là inconnu. La liberté aurait-elle un lien avec l'inconnu ? Un petit jeu pour tâter de cette liberté consiste à regarder droit dans les yeux la prochaine personne inconnue qui vous croise. A quel point suis-je libre d'entrer dans un « moment » que je ne connais pas ? Rien de bien fou certes, seulement un avant-goût de la liberté comme terrain d'aventure, comme ce prochain instant que je ne connais pas mais que j'accepte de tout mon cœur, d'un pas confiant. Encore faut-il choisir de faire ce (petit) pas dans l'inconnu ! La liberté n'est-elle pas un risque à prendre ? L'essence de la vie est faite de tâtonnements et de surprises ; faire croire que l'on peut verrouiller et ranger la vie dans des cases, c'est vouloir arrêter un fleuve. Par ailleurs, prendre le risque de vivre sans garantie de résultat fait peur et heurte notre ego. Mais qui connaît la suite ? Mon mental préfère se projeter dans des jours meilleurs, dans des lendemains qui chantent et autre grand soir : « Lorsque j'aurai plus de/ moins de... je serai enfin libre de... ». Nous faisons tous ces projections quotidiennes qui nous bercent dans un monde de croyances et de vérités vérifiées par d'autres. En attendant, le barrage se fissure !

Faire un pas...

Prenez le temps d'un sourire

par Wim Ellul

Un geste simple, c'est peut-être un pas vers un peu plus de liberté.



PORTRAIT

Wim Ellul est formé au massage thaïlandais à la Wat Po School de Bangkok et à la TMC School of Chiang Mai, il poursuit sa recherche auprès de Mantak Chia et Andrew Fretwell, instructeur taoïste (Qi gong de l'Éveil, Chi Nei Tsang). Il enseigne à Bordeaux et à Paris, au Centre d'Arts et d'Écologie Corporelle.
ellulwim@yahoo.fr
bordeaux-tao.fr
centre-tao-paris.com

Nous en avons fait du chemin en matière de liberté depuis le siècle des Lumières : révolutions, déclarations, abolitions, progrès technique. N'en déplaise à Jean-Jacques Rousseau, il est possible dans nos sociétés modernes de vivre plus libre individuellement au milieu des autres. Notre dignité d'être humain n'est pas à la merci d'autrui et moyennant le respect de certaines règles, nous évoluons dans un monde où l'on peut circuler, parler et agir plus librement. Ce n'est pas rien. Alors pourquoi sombrons-nous, collectivement et parfois individuellement, dans un désarroi anxiogène et un conformisme paralysant (fin des vieux systèmes, précarité, incertitudes sur l'avenir, replis identitaires, etc.) ? Que s'est-il passé ? Où nous sommes-nous arrêtés ?

Libres de quoi ?

Mon grand-père avait pour habitude d'observer que plus un sujet est martelé dans les médias, plus il est absent dans les faits et il s'agit de le masquer. Notez ce que la publicité cherche à « ne pas » vous dire sur votre liberté effective et sur la réalité : libre de communiquer grâce à un

Comptez 17 secondes

Regarder droit dans les yeux.

Alors, la prochaine fois que vous êtes seul(e) et si c'est le cas en ce moment, prenez le temps de sourire ! Comptez 17 secondes en arborant un sourire magnifique ! Allez-y, on ne vous voit pas ! Observez pendant ces 17 secondes tout ce qui affleure à la conscience. Puis, ressentez ce qui se passe dans votre sternum, dans la poitrine. Comment ça rien ? Essayez ! Vous êtes sur le point de faire ce pas dans l'inconnu qui vaut bien plus que toutes les théories et que tous les bulletins météo ! Votre vie est avant tout passionnante, libre par essence. Vous existez. Il y a de la liberté dans votre souffle et dans vos gestes. Observez un enfant, pour vous en souvenir. Vous pouvez choisir, moment après moment, de sortir, d'expérimenter, d'explorer et de faire votre prochain pas. ■