

Réveil

L'autel du temps présent

Sigrún Úa Gunarsdóttir

L'auteur écrit sur la manière dont on vit avec les énergies de la lumière et de l'obscurité. Un récit venant d'Islande.

Quel sujet ! Quelle exigence ! Comment parle-t-on des nuances entre lumière et ténèbre. Comment concevoir un tableau en mots qui vit dans l'intériorité de l'être. La lutte commence déjà avec les mots. La lutte pour un équilibre, un état, dans lequel sont équilibrées énergies et influences contraires. Quelle est cette balance et d'où vient-elle ? Dans la vie quotidienne nos sens ne rencontrent qu'un quantum d'existence. tandis que croît dans notre cœur une aspiration ardente à une vie pleine et riche. Une vraie vie humaine doit être plus que la vie matérielle quotidienne. Elle doit s'étendre au-delà des murailles élevées des limitations. C'est une exigence de s'éveiller et de former notre penser dans la lumière de la vérité. Où peut être découverte la lumière de la vérité ?

Je m'éveille dans l'obscurité de l'hiver. Mon être intérieur est alerte, quand bien même mes yeux sont encore fermés. Je peux faire l'expérience de cette obscurité en moi-même. Deux énergies sont à l'œuvre pendant le réveil. L'une, sur laquelle je me réfère en tant que le soi et l'autre, que j'appelle la « voix ». Avant même d'ouvrir les yeux, cette voix vocifère déjà. Elle crie. Chaque matin d'hiver, cette voix renverse toutes les idées, tous les efforts de se relier au soi. Pendant que la voix crie si fort, que cela fait mal, la main, qui est un prolongement de la voix, tente d'atteindre le réveil, pour appuyer sur le bouton d'arrêt de la sonnerie avec la seule et unique intention de retarder aussi longtemps que possible cet état de nid, ce chaud et douillet enveloppement dans les draps, cet engourdissement de la somnolence. C'est un réel combat. C'est une lutte avec le soi — une lutte élémentaire.

Les souvenirs de ma vie en hiver : le temps rude — le sentiment vide à l'intérieur, lorsque le Soleil en a fini d'effleurer l'horizon. Le souffle froid et pénétrant de l'obscurité. Les idées glaciales rampent dans l'âme et cherchent à étouffer la petite lumière qui lutte pour son existence. Ce soi intérieur est éveillé, mais les yeux sont toujours fermés. Ils sont si véhémentement clos que pas même l'éruption d'un volcan n'est capable de les ouvrir. Dans cet état, même le volcan se refroidirait et se dés-activerait en me portant dans l'état d'endormissement de la société. Le réveil sonne de nouveau. Le soi pense qu'il ferait bien d'ouvrir les yeux et cent tonnes d'inactivité les maintiennent fermés. Cent tonne d'insensibilité, de « rien ne me concerne ». Puis vient le moment. Souvenirs de l'hiver dans mon enfance. Un de ces moments, un cadeau. J'étais allongée dans la neige scintillante, la brise glacée du souffle hivernal caressait mes joues et mon petit corps se sentait unifié à tout et à rien. Tout était silencieux. J'écoutais mon cœur battre, ma propre respiration. La nature observait le silence avec moi. Alors que je regardais dans le ciel obscur, les étoiles devenaient visibles, l'une après l'autre, chacune en révélant un espace qui grandissait à chaque seconde. Je ressentis nettement que j'en étais une partie. Que ce monde extérieur, rempli de merveilleuses lumières, était le reflet d'un monde sans fin, qui vivait aussi en moi et que je suis moi-même à l'intérieur de ce temple cosmique. Une nature s'était révélée à moi dans son innocente vigueur, détachée de toutes les forces du bien ou du mal. Mon soi était rempli de la beauté, de la vastitude et de la dimension de la nature, qui devint une source pour le vrai sentiment d'amour. Dans cet instant, mon âme fut dirigée vers l'amour de la nature. La nature respirait et faisait entrer la vérité de vie du monde en moi-même. Au moyen de mon observation du monde extérieur, la beauté affluait en moi, laquelle s'élevait en mon intériorité propre. Cette relation, cette danse entre moi et le monde, donna du courage à ma volonté.

J'inspire profondément. Le moment arrive où le soi est plus fort que le « rien ne me concerne », saisit au collet lourdeur et paresse et les balance en l'air dans le dôme cosmique, où elles explosent en millions d'éclats et devient une statue brisée d'insignifiance qui, captive d'elle-même, se voit projetée violemment

sur le noyau terrestre coriace sur son chemin de retour, complètement vaincue, brisée et sans force. C'est le moment du mouvement intérieur. Ce moment, je l'appelle « autel du temps présent ». Une conscience afflue dans la respiration et chasse obscurité, fainéantise et insensibilité. Je respire profondément et je rentre en moi-même. Je me rappelle les énergies solaires. J'autorise leur reflet à faire irruption dans mes idées comme un éclair embaumant qui explose dans la structure du soi et me permet de conquérir le monde. Oui ! Conquérir le monde, car en ce point du combat intérieur le champ des possibilités a commencé à prendre forme dans son espace négatif et la transformation a débuté. Le penser positif se meut. Tout devient possible. Sur ce champ, je suis une semence. Non pas la semence typique, qui croît et fleurit. Non ! Plus que celle-ci, plus grande, plus vaste, si redressée qu'elle touche la cathédrale cosmique. C'est la semence d'intention véridique, la semence de l'être humain qui est prêt à tout sacrifier pour un haut bien d'humanité. L'être humain s'éveille qui croit seulement dans le moment instantané, qui surmonte tout, même le « je n'ai aucun plaisir » dans l'instant surchargé de ce « combat élémentaire ». En inspirant je remplis le soi des forces solaires. En expirant je me libère de la vie obscure en moi. La lumière intérieure est nourrie par mon acte. Mon acte est un moment de présence intérieure, un état de conscience, un instant d'équilibre. Je m'unis à l'esprit.

J'apporte cette conscience dans la journée et mon observation est éveillée. Je suis en situation de voir intuitivement dans le monde. Le monde semble composer une symphonie de lumière et d'obscurité. Cela est mouvement. En mouvement constant, lumière et ténèbre s'effleurent et au milieu de leur danse apparaissent les couleurs au ciel nocturne, lorsque les conditions l'autorisent. L'équilibre est exactement ce moment lorsque les énergies solaires jouent avec l'évidence de l'obscur. La lumière du Nord paraît. Elle danse au travers du ciel comme un voile de vénération, illuminant le ciel hivernal de sa beauté sublime. Dans l'obscurité hivernale de notre vie intérieure, dans notre espace intérieur évasé, on peut voir pareillement la symphonie, la même danse entre lumière et ténèbre. Dans la conscience propre une lumière apparaît comme un tableau ou une idée ou une pensée, tandis que notre volonté, notre action et notre courage se trouvent dans l'obscurité. Le monde repose devant nos pieds. Un pas en avant dans la recherche de la vérité cachée signifie trois pas en avant pour l'ennoblissement de notre propre caractère, relaxer la peur et développer la confiance. Tout ce dont nous avons besoin, c'est de courage et de confiance en nous. Le courage d'enflammer le Soleil spirituel intérieur, de s'éveiller et de soutenir les forces solaires au moyen de notre Soi supérieur dans l'obscurité de l'hiver. À chaque fois que nous nous observons intérieurement, notre attention devrait aussi être dirigée vers le monde extérieur. La connaissance de soi devient la porte pour la connaissance du monde.

Les conditions humaines peuvent parfois être rudes. Fortes, lorsqu'on se trouve au sommet d'une falaise escarpée, nu-pieds, nu, sans soutien. On sait que c'est un voyage au travers d'une rude vallée pleine d'obscurité. En même temps on peut voir le Soleil devant soi, cette lumière qui indique le chemin. C'est véritablement une lumière intérieure. L'être humain a besoin d'une grande confiance dans les énergies bienveillantes de l'existence pour développer le courage d'avancer sur le chemin avec le plus de conscience possible.

Cela veut dire « être humain ». C'est cela lorsqu'on vit avec les énergies de la lumière et de la ténèbre. Ces énergies sont toutes autour de nous, chaque jour. Ces énergies sont aussi en nous, chaque jour. Le défi réel consiste à trouver le moment de l'éveil, « l'autel du temps présent » dans le grand temple cosmique.

Das Goetheanum 44-45/2015.
(Traduction Daniel Kmiecik)

Sigrún Úa Gunnarsdóttir est enseignante Waldorf perfectionnée et elle a obtenu son *Bachelor* en « arts visuels » à « l'Académie des arts d'Islande » et à l'Académie des arts figuratifs » de Vienne. Aujourd'hui elle travaille comme professeur en art, écrit au sujet de l'art islandais et expose son propre travail. Dans les années passées elle a organisée plusieurs rencontres anthroposophiques. La version anglaise de ce texte a été traduite en allemand par Gilda Rhien.