

Et si je m'arrêtais un peu...

par Lucie Dorais

Depuis quelques semaines, nous vivons mondialement la pandémie du Covid-19. Ce « minus de virus » fait peur par sa puissance de vie ou de mort sur chacune et chacun de nous...

Ce virus nous oblige à un confinement non choisi, non désiré. Un confinement seul-e ou en groupe restreint : isolement avec ma famille immédiate, isolement avec mon/ma conjoint-e... Dans tous les cas, je me retrouve « seul-e avec moi-même », même en groupe, même en couple. Et ça, je ne suis pas beaucoup habitué-e à ça. Je ne peux pas sortir, je suis limité-e dans mes distractions, je me retrouve donc inévitablement seul-e face à moi-même.

Avez-vous déjà remarqué, que, dans la vie, les grands moments de ma vie se vivent tout-e seul-e. C'est tout-e seul-e que je viens au monde, c'est tout-e seul-e que je quitterai ce monde, c'est tout-e seul-e que je vis le cancer... C'est tout-e seul-e que je subis la perte de mon emploi... C'est tout-e seul-e que je vis la mort de mon conjoint-e... même si je suis entouré-e...

Et si ce temps d'isolement physique, je l'utilisais pour prendre le temps (j'en ai en masse !) de me rencontrer. Prendre le temps « d'être » avec moi-même et d'explorer ce que je vis au plus profond de moi. Entendre ma peur, mon insécurité, mon impuissance... Elles ont quelque chose à me révéler de beau sur moi-même. Même si extérieurement, avec les autres, je me montre confiant-e, fort-e, patient-e... Au fond de moi,

« seul-e vis-à-vis moi-même », je ne sais pas ce qui va arriver... Je ne sais pas comment ça va finir... Je ne sais pas quand ça va finir... Et ça, ce n'est pas rassurant... Je ne sais pas... Et les autres non plus...

La vie d'aujourd'hui ne m'a pas habitué-e à m'arreter... La vie d'aujourd'hui m'invite plutôt à vivre rapidement, être productif-ve, ya pas de temps à perdre, tous les espaces-temps sont remplis... Pas de temps pour ressentir ce que je vis en moi... Ça prend trop de temps !!! Et pourtant, nous savons très bien, que ce n'est que là, au fond de moi, que je peux puiser le courage, la patience, la compréhension, le sens, l'espérance qui m'aideront à vivre ce temps difficile et qui m'aideront à m'en sortir plus fort-e, et même grandi-e...

L'occasion de ce confinement, est un bon moment pour prendre le temps de marcher vers ton intériorité, là où Dieu t'habite. N'aies pas peur, le pire qui peut t'arriver c'est de rencontrer tes peurs et le meilleur de toi-même, au fond de toi. Crois-moi, ça vaut la peine de te découvrir en vérité et de reconnecter à tes forces qui font la belle personne unique que tu es aujourd'hui. Et ainsi pouvoir rendre grâce pour la « merveille que tu es », avec le Dieu-Amour...

Si tu as le goût de réagir : **ludorais.555@gmail.com** ou laisse un message au **(581) 748-2676**