

À l'aventure !



Marianne Grasselli Meier

Musicothérapeute, écothérapeute suisse.
www.espritdefemme.ch page agenda et
www.ecorituels.ch page Belgique.

Les premiers beaux jours chavirent le cœur, la motivation reprend le dessus : à vous la Vie ! Fini les promesses, voici le temps des concrétisations. Je vous invite à observer la Nature ; elle s'aventure avec mesure et... parfois sans aucune prudence. C'est le défi paradoxal du printemps.



Les premières fleurs printanières sont timides ; peu développées, elles restent attachées au sol durci, osant pourtant des couleurs éclatantes. Les crocus, les tulipes se remarquent de loin. Sur les arbres, les bourgeons apparaissent au grand jour. Le paysage se teinte de verts. Le dicton populaire impose de ne pas se découvrir de plus d'un fil, alors que le soleil invite à ouvrir les vestes, à lever le nez au ciel, à ne plus se freiner d'être soi : oser la métamorphose, la sortie de la caverne, l'envol de l'insecte trop longtemps retenu. Pourtant, la nature ne fait preuve d'aucune prudence.

Elle s'offre totalement et souffre parfois de cruels gels tardifs. Nous aimerions lui dire « attends encore un peu, vérifie que le soleil est assez chaud, assez longtemps ! ». Prudence. Mesure ta joie ! Le printemps réclame un équilibre entre oser et ressentir, entre l'appel enivrant du soleil et l'enveloppe protectrice de la terre. Que resterait-il à vivre si vous évitiez l'expérience printanière pour foncer droit vers l'été ? Son chaos, ses indécisions, ses vents contraires vous font attendre et garder de l'énergie, de la puissance, pour vos cris, vos rires, vos facéties et vos ébats de la saison prochaine.

“ Le printemps réclame un équilibre entre oser et ressentir. Faites-vous désirer ”

Ecorituel® de printemps

Traditionnellement, le printemps est propre aux rites initiatiques, aux cérémonies qui créent des êtres « nouveaux », ressuscités de la gangue du passé. L'écorituel® invite à prendre contact avec la nature ; au minimum un bouquet de fleurs, un arbre, un buisson ou un coin de parc. Après un moment de centration, posez l'intention de « vous trouver ».

Partez à la recherche d'un élément naturel qui vous ressemble. Votre âme cherche à se reconnaître. C'est magique comme cette branche laissée à terre parle peut-être de vos doutes. Comme ces pétales fragiles font écho à vos ailes encore non déployées. Laissez-vous toucher par un végétal, une pierre ou des cadeaux d'animaux. Ramenez ce présent chez vous. Placez-le avec respect dans un espace rempli de