

Immobilité



Mots clés:

- Stagnation
- Blocage
- Calme
- Impassibilité

Vous devez apprendre à être immobile au milieu de l'action et vibrant de vie au repos.

Gandhi

L'immobilité peut nous paraître comme une perte de temps, à l'heure où tout est mesuré par l'action, par le temps que l'on prend à faire les choses, par l'éphémère. Pour autant, être immobile n'est pas que l'expression d'une stagnation, d'un blocage, d'un échec à avancer. C'est aussi un retour au calme, un moment volé à la frénésie de nos vies pour notre propre bénéfice. C'est un moment où nos sens sont ajustés, où notre esprit est libre de divaguer, où notre corps se ressource.

L'immobilité est un cadeau que l'on s'offre. C'est l'opportunité de planifier et non agir, d'intégrer et non d'accumuler, de revenir à soi et non d'aller vers les autres. Il y a un temps pour toutes choses, il y a donc un temps pour l'immobilité.

Lorsque nous sommes confrontés à une adversité, l'immobilité peut parfois être aussi puissante, si ce n'est plus, qu'une action immédiate. Rester immobile peut être l'expression d'une force intérieure, d'une détermination infaillible. Et elle peut éviter des confrontations regrettables. Elle permet aussi d'analyser la situation et d'anticiper les événements à venir.

L'immobilité favorise la clarté d'esprit, une vision plus globale, un recentrage, un ancrage, dans l'esprit des arbres. Ancrer ses racines profondément, c'est aussi revendiquer un territoire, une source de vie, une connexion avec ce qui nous entoure.

En ces temps où la rapidité est reine, prenons le temps de l'immobilité.

1. Lorsque j'observe cette carte, je ressens....

2. L'image m'inspire....

3. Ma définition de l'Immobilité....

4. La dernière fois que j'ai expérimenté l'Immobilité:

5. Je peux apprivoiser et m'approprier mon immobilité en...