

122

YGGDRASIL 5 • 12

Labor-oratoire

CINDY JEANNON

L'ÉVEIL



# LA ROUE DES ÉLÉMENTS

## La quintessence

épisode 5



**Le cinquième élément est le vide créateur, le souffle, une circulation venant par-delà l'univers, qui relie et traverse toute forme de vie.**

*« Il existe une force extrêmement puissante à laquelle, jusqu'à présent, la science n'a pas trouvé d'explication formelle. C'est une force qui inclut et gouverne toutes les autres, et est même derrière tout phénomène opérant dans l'univers et n'a pas encore été identifiée par nous. Cette force universelle est l'amour. » Albert Einstein*

Amour, Force de vie, Tao, Quintessence, Éther, Source, Souffle, Sauvage... Énergie qui nous donne vie, qui nous met en mouvement, qui se manifeste en dehors de toute volonté ou action.

Être connecté-e-s à Toi, consciemment, pour ressentir ton mouvement, ta grâce primordiale, tes pulsations, ta lumière. Te ressentir intensément, profondément, entièrement. Pratiquer chaque jour l'alliance, la construction de l'accord entre Toi et moi et vers tout le vivant... afin de composer, telles des rivières sauvages, une harmonie.

Garder ce diapason pour avancer et construire nos chemins.

J'observe les nuages, leur lent mouvement, leur couleur bleu-gris qui me fascine. Ces nuages porteurs d'eau pour venir arroser la vie. Je ressens un magnétisme organique avec eux depuis toujours.

La souris saute et traverse les aromatiques. Les boutons d'or plient avec le souffle. Je ressens l'énergie des chevaux courir. Leur pas envoient des pulsations à travers le sol.

À deux mètres de moi, la mésange grignote. Ses plumes ébouriffées par le vent. Quelques jours plus tôt, je tenais un passereau dans les mains, il venait de mourir. Cet oiseau qui peut voler si vite, être si agile. Fragile. La vie est forte et fragile à la fois. Elle a besoin que l'on prenne soin d'elle.

Le petit corps de l'oiseau entre mes doigts et son âme qui a rejoint le Tout, l'énergie de vie qui prend forme en nous et dans tous les êtres, tout le Vivant.



Je pose la main sur mon cœur comme pour apaiser les pulsations lentes, profondes et puissantes. Sans amour, je me sens telle une plante arrachée du sol.

Je suis assise en tailleur, adossée à de la laine qui me réchauffe le dos. Cette chaleur, malgré le froid, apaise le cœur. Je suis là, à cœur ouvert, me reliant au battement du monde. Tous mes sens exacerbés sont en éveil. Je sens la circulation de l'énergie à travers mon corps et le chant subtil du vent qui nous relie tou-te-s. Ce chant non pas sonore, ce champ vibratoire. En fait, je ne ressens pas le vent... mais le Souffle. Ma vision est au-delà d'un regard ciblé, elle devient une connexion à Tout.

C'est dans cette posture de l'ouverture du cœur qu'il me semble ressentir au plus juste. Un état qui fait vivre l'immensité impalpable, incommensurable, intraduisible. Cette immensité m'emplit, me traverse, me guide.

**Toucher l'origine des choses dans le plus profond de chacun-e de nous. Toucher notre nature profonde, et nous observons alors tou-te-s le même paysage.**

Les mots sont trop pauvres face à l'expression de la vastitude, de l'invisible, de la puissance de vie. Les mots, nos pensées... notre langage mental ne pourrait exprimer pleinement ce qui nous dépasse complètement, ce qui ne peut être contenu, y compris dans le langage. La poésie permet de transcender cette première lecture du réel. L'image ouvre vers une perception plus large. La musique et la voix transmettent par la vibration. La vibration. Ne serait-elle pas notre langage commun ? Comment

parvenons-nous à avoir un « feeling » auprès de personnes alors que l'on vient de les rencontrer ? Comment parvenons-nous à ressentir un lieu alors qu'il est muet ?

Le monde de l'invisible circule en nous, partout autour de nous, en tout. Il nous donne vie, il nous relie. Nous le ressentons intuitivement. Puis, par les conditionnements sociétaux, nous nous habitons d'habitudes qui dénaturent. Nos sociétés ont élevé le mental en délaissant les autres circuits de conscience. Elles ont développé l'entraînement démesuré du circuit intellectuel au détriment des consciences corporelle, sensitive, émotionnelle, énergétique, spirituelle. Ces conditionnements ont transformé notre intuition vitale de l'interconnexion en théories.

Or, seule l'expérience peut enrichir et transformer l'Être. Seule l'expérience peut nous faire vibrer, nous faire ressentir, nous transformer, nous mettre en mouvement, faire circuler la Vie à travers nos vies individuelles.

Seule l'expérience peut faire muter nos schémas culturels pour que nous puissions construire de nouveaux ponts, de nouveaux chemins, du corps à la conscience. Vers quelles expériences se diriger ? Écouter profondément son cœur, dans son ouverture et non dans ses manques ou ses peurs.

L'immersion dans le Sauvage nous reconnecte à notre origine de vie, à l'ouverture de l'immensité, à l'intelligence-conscience de la Source.

Ressentir pleinement le Vivant, le vibrant... alors se délient les blocages, se transforment les barrages. Le Flux est plus puissant. Il nous sculpte par la rencontre de notre spécificité, notre identité, notre égo non plus immature, aveuglé et maître, mais notre égo, notre structure nécessaire, notre structure de l'être incarné, conscient de sa spécificité et de la spécificité de tous les êtres vivants, conscient de l'Énergie souveraine et de l'interconnexion qui relie nos pensées, nos choix, nos énergies...



### La fusion avec la conscience

Il y a cinq ans, un soir de septembre, lors de ma septième année d'immersion dans le Sauvage des grands espaces de Scandinavie, j'ai vécu une expérience qui m'a transformée. Une transformation de ma conscience. Transformer signifie changer de forme. Nous sommes en perpétuel changement par nos respirations, vibrations, expérimentations... Certaines expériences sont si puissantes qu'elles modifient notre perception de la vie, notre connexion à l'énergie fondamentale.



Je suis seule au bout du monde... au bout de l'Islande, non loin du glacier-volcan endormi Snæfellsjökull... le centre de la Terre de Jules Vernes. Je suis revenue à cet endroit car il opère une attraction particulière sur moi.

En ce lieu, je vis l'alliance des énergies. Le volcan, combinaison du feu et de la terre, qui, même éteint, émet toujours une énergie particulière – l'océan – le vent – l'aurore, cette énergie venue de si loin, qui devient visible en dévoilant une nouvelle dimension : la profondeur du ciel.

Immersion après immersion, mon intuition et mon instinct se développent. Je vis avec les éléments, jour et nuit. Dans le chemin de reconnexion à la Source, l'instinct s'aiguisé par tous nos sens. Je ressens un ciel avant même d'en comprendre sa météo. L'intuition est plus puissante, plus précise, plus fiable que le mental. Je ressens le magnétisme des aurores boréales. Je sens qu'une puissante aurore viendra ce soir.

Les vagues fortes frappent les falaises de basalte. C'est à la fois fascinant et terrorisant lorsque l'on est seule. Lorsque je suis longtemps immergée dans la Nature, l'envoûtement est au-delà de la peur... sauf par moment, elle me traverse sans prévenir.

Au-dessus de moi, une onde verte nettement marquée, comme un trait d'encre sur un buvard. L'aurore boréale s'active à l'ouest, puis parcourt un nuage. Je comprends alors que c'est une aurore très forte.

Comme si ma vie en dépendait, je me concentre sur les gestes précis afin de pouvoir imprimer le mouvement. La photographie tel un art martial.

Je cours dans la coulée de lave. Le ruban céleste s'amplifie, gagne en intensité. Même si j'ai souvent vécu des aurores, l'émotion est toujours aussi grande. Au-delà de la magnifique danse du ciel, c'est une puissante vibration. Imaginez ressentir la vibration de l'Univers.

Mon cœur palpite. Les rideaux lumineux arrivent de plus en plus vite, paraissent de plus en plus proches. Juste au-dessus de ma tête, l'Univers semble arriver sur moi. L'aurore est si intense et si lumineuse que je ne peux la photographier. Et, de toute façon, cela est si immense que cela ne pourrait être contenu, exprimé dans un cadrage.

Je ressens un mélange de fascination et de grande vulnérabilité, d'être si minuscule. L'aurore est si belle. D'ailleurs, je le lui dis. L'onde repart vers l'ouest et dessine un S tel un serpent. Sublime.

Telle une de ses particules, je suis là et suis son mouvement. Je m'approche des vagues. D'un seul coup, une émotion me submerge et je pleure. L'aurore est venue comme si elle allait me toucher. Je me sens traversée. Le son fracassant des vagues se noie dans l'immensité, tout se noie dans

l'immensité, y compris mon corps. Telle une fusion. Je ressens quelque chose d'indescriptible, d'une beauté insaisissable. Le ciel et toute la vie me parlent par leur vibration. Mon corps semble être dissout et je sens que mon esprit peut s'envoler.

Cette expérience vit en moi, puis je reviens à mon corps. Là, en plus de cette sensation, il y a une sorte de flash, comme si toute ma vie se déroulait à toute vitesse et que tout devenait évident. Tout est lié pour que je sois là, à cette place, à ce moment précis, comme un rendez-vous pour me délivrer quelque chose.

Ici, seule, au bout du monde, j'ai vécu la combinaison ultime de tous les éléments. J'ai vécu un éveil. J'ai senti que la grande conscience m'ouvrait. Cela a changé ma vision du monde... je ne vois plus, je ressens en énergie l'interconnexion.



Je ne saurais expliquer clairement cette expérience avec des mots. Je l'écris pour la première fois et j'en ai très peu parlé. Par la transmission de mes photographies et textes, par la présence, ce sont les gens qui m'ont apporté des liens avec des pratiques taoïstes, bouddhistes, zen... parlant de l'éveil. Ce fut telles des offrandes. J'en ressens de la gratitude, car cela ancre dans une expérience universelle.

Cette expérience a transformé ma conscience et mon énergie. Je percevais la circulation de l'énergie en toute chose. Cependant, au retour avec l'humanité, le travail intérieur est perpétuel. Descendre cet éveil de la conscience en son cœur, telle une posture dans l'Amour.

La véritable sincérité transperce le cœur, ouvre à la conscience, relie à sa nature profonde, libère, et tisse le lien conscient entre nous tou-te-s, avec tout le Vivant.





Nous portons en nous toutes les résonances de l'humanité, à l'image de la lumière qui révèle toutes les couleurs. L'harmonie, le bonheur... des états éphémères dont la note juste peut remplir bien plus d'espace dans nos cœurs que ce qu'elle paraît dans le temps. Elle peut tenir dans sa vibration, tel un fil lumineux que l'on atteint par petites touches précieuses qui composent la magie, lors d'un court instant.

Je nous imagine guidé-e-s par nos rêves, nos libertés entremêlées. Nous traverserons nos peurs pour apprendre, pour nous en affranchir et aller vers la libération de nos énergies, de nos émotions, de notre amour à partager.

Qu'est-ce que l'amour ? Qu'est-ce que la liberté ? Vous êtes-vous demandé ce que vous recherchiez véritablement ? Ce qui vous nourrit profondément et ce que vous nourrissez à travers cela ?

Et si l'amour était fondamental à la liberté ? Et vice-versa. Et si c'étaient les liens qui libéraient ?

L'Amour est l'énergie qui circule entre nous. Elle ouvre, accueille, apaise, vibre. Elle nous fait ressentir la reliance, la gratitude, la beauté, la compassion, et mène vers le partage, la fluidité et la paix.

Ouvrons-lui l'espace afin qu'elle se manifeste en nous et que nous puissions exprimer toute sa force, sa joie et son intensité. **L'amour et la liberté ne font qu'un... nous sommes tou-te-s relié-e-s.**



Tel un arbre, j'étends mes bras pour cueillir le vent et l'embrun. Les pulsations de mes veines deviennent rivières vagabondes, mes battements de cœur, rayonnements lumineux. La pluie et le soleil coulent simultanément, partout en moi. Le bonheur serait-il dans ce que nous récoltons directement à la source ? Vivre avec l'Espace et le Temps. J'ai goûté à la liberté avec un appétit insatiable.

Comment pouvons-nous continuer à vivre au sein d'une société qui détruit le Vivant ? Que faire ?

L'éveil... l'éveil à soi-même, à la responsabilité d'occuper sa juste place dans ce monde. L'éveil au cœur, à la conscience, à la reconnexion au Sauvage, qui détient tout l'enseignement et nous reconnecte à notre sens de vie.

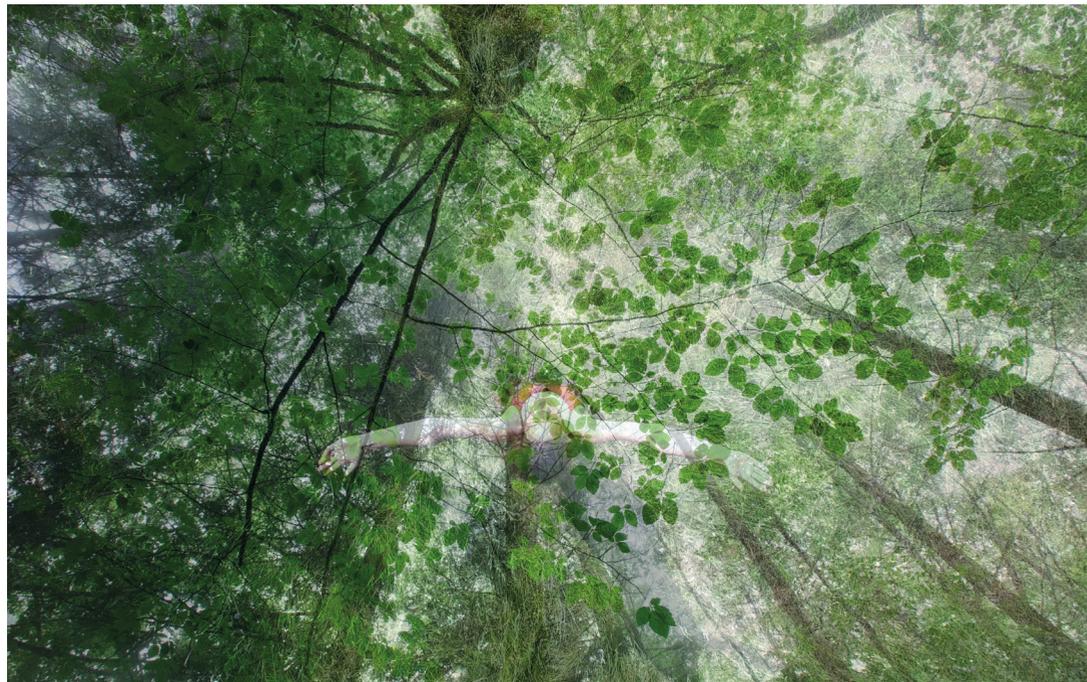
Les énergies de tous les êtres vivants sont rééquilibrées par le Grand Équilibre, l'Énergie fondamentale qui est immuable et souveraine. Une grande boucle circulaire qui régénère la même réalité, sous des formes différentes. La régénération, le retour à la vie après chaque destruction, l'éternel retour. Il faut pouvoir accepter ce qui arrive, tel que cela arrive, car c'est le cycle de régénération.

Nous sommes dans un Grand Retournement! Est venu le temps des nouvelles alliances pour créer des lieux de vie nourriciers. L'humain de cette société court trop vite... trop

vite pour se relier à l'Énergie dans la Conscience. Il épuise la Terre, semant la pauvreté.

Observer les mouvements du Sauvage et son maillage qui témoigne de la cohésion et de la solidarité entre tous les êtres vivants reliés, comme une corde vibrante, comme une affection commune à l'Univers entier. Écoutons nos cœurs. Il est temps de nous rassembler pour vivre en harmonie avec le Vivant et d'alléger les souffrances qui résultent de nos œillères. Tissons ensemble une nouvelle synergie humaine féconde! Nous lier pour aller plus loin que nous, transmettre. Vivons telles des petites cellules fécondes, respectueuses, interconnectées dans le grand corps de la Terre. Semons humblement des graines douces et joyeuses. Elles germeront en s'imprégnant des lois du Souffle. Jardinons ensemble!

Il n'est pas trop tard pour vivre pleinement. Il n'est pas trop tard pour occuper sa juste place. Comment rêvez-vous d'habiter le monde ?





### Le chaos et l'harmonie

Nous sommes comme l'eau qui se charge de tout ce qu'elle traverse.

Ce qui s'élève comme la vapeur vers les sommets peut perdre l'empreinte de ses racines.

Donner confiance à une nouvelle réalité.

Traverser ses peurs pour se mettre à nu.

Se dévêtir de ses certitudes pour se parer d'ailes.

L'Énergie primordiale nous transmet sa vibration dans un corps qui semble trop petit pour l'accueillir. Alors elle s'étend au-delà pour se déployer, pour donner, pour nous relier. C'est le cœur de notre force et de notre fragilité.

Il existe une dimension où les déchirures deviennent lacs paisibles, où le retour de l'ouragan n'est plus effusion de sang, mais amour sans limite.

Retrouver l'unité. Devenir un. Telle la nuit aux étoiles scintillantes qui parle sans mots.

*Nous sommes comme l'eau  
qui se charge de tout ce  
qu'elle traverse.*



## Se relier aux battements du monde

Retrouver le lien profond avec le Sauvage<sup>2</sup>. Cette quête du véritable m'a conduite à me dénuer de tout, à m'extraire du confort, de la société, et même de ma famille.

J'ai traversé la nuit, j'ai résisté au vent de l'enfer, j'ai lutté pied à pied contre ma colère, j'ai avancé à travers les contrastes de lumière, à travers mes propres contradictions. Le clair et l'obscur peuvent cohabiter. Les lumières les plus éblouissantes révèlent les ombres les plus marquées : elles nourrissent notre identité. Les comprendre, les accepter et composer avec elles afin d'atteindre un équilibre dynamique : l'alliance de l'ancrage et de la métamorphose.

Ouvrir et écouter son cœur. Il connecte à la Conscience et délivre la Vérité. Cette Vérité commune que nous partageons au fil des millénaires, le secret de la nuit des temps.

L'immensité des nuages, la force qui les transporte et les métamorphose, me fait poussière, à la fois fragile mais existante, dans ce monde où tout est particule, où chaque respiration géologique, végétale, animale, humaine compte. Puisque nous respirons ensemble. ♫



1. *Grand retournement : Yin yang, la dynamique du monde*, de Cyrille J.-D. Javary
2. « Retrouver le lien profond avec le Sauvage » est le premier article de la roue des cinq Éléments. Je vous invite à relire les articles car ils vous dévoileront un autre niveau de lecture.

Après la roue des cinq Éléments, nous vous donnons rendez-vous pour la roue des cinq saisons.

◇◇◇◇◇◇◇◇

**Pour transmettre la connexion au Sauvage, je dirige l'énergie vers des projets communs en France : faire vivre l'immersion par des stages, créer un lieu de vie-transmission, contribuer à la synergie qui relie l'humain au flux originel.**

*C'est maintenant ! Je suis sur la route pour aller à la rencontre des lieux de vie et des personnes qui construisent en accord avec le Vivant. Co-crée un nouveau lieu de vie sauvage afin d'augmenter la synergie qui est en cours. Tissons ensemble le grand maillage.*

*Vous vivez ainsi, vous avez un projet similaire, vous souhaitez me relier à une synergie existante... me contacter : [interpretation@cindyjeannon.com](mailto:interpretation@cindyjeannon.com)*

**Et si nous construisions ensemble ?**  
[www.cindyjeannon.com](http://www.cindyjeannon.com)

En « bonus », découvrez sur le site [www.cindyjeannon.com](http://www.cindyjeannon.com) la série « Se relier au battement du Monde » et le livre *Le Vent des Rêves*, qui retrace le voyage initiatique de reconnexion au Sauvage – photographies et textes.

Toutes les photographies ont été développées sans trucage ni retouche. Elles sont le reflet d'une réalité. Les photographies page 124 et 127 sont des expositions multiples : deux déclenchements dans un laps de temps court, pris sur le même lieu, sans recadrage ni retouche. Ces images symbolisent la fusion de l'éveil et l'interconnexion.