

EXPÉRIENCES DE L'ATELIER « MUSCLER SA PLUME EN S'AMUSANT »

L'atelier animé par Céline Lassalle est en lui-même une poésie. Il y a de la sagesse, de la délicatesse, de l'humour, une bienveillance pour les apprenti(e)s poètes. Un hommage à Dame poésie.

Même les exemples cités pour comprendre à créer des poèmes sont porteurs de sens.

Il y a 12 étapes évolutives d'apprentissage qui nécessitent chacune des qualités particulières à développer : l'accueil sans jugement de soi-même, confiance, précision, vigilance, juste rythme, savoir compter, oreille musicale, inventivité, humilité en partant de la simplicité ...

Et finalement, je me suis aperçue qu'apprendre à créer des poèmes de cette manière c'est apprendre à aimer.

Parce que c'est donner de soi-même, en cherchant, en s'améliorant, en remerciant. C'est s'unir aux muses, s'élever vers la source d'Inspiration, être vertueuse. Parce qu'écrire un poème c'est adresser à ...l'amour et que c'est un langage d'amour.

Le poème « Réveil matin » a été créé le lendemain de l'atelier.

Il correspond à la 12^{ème} étape de l'atelier : l'expérience de la méditation d'Amour « Po'Aime ».

Ce poème est issu de l'énergie des transcendances et eurêkas lors d'une série de méditations sur les mystères de Pâques en lien avec ce que je vis au quotidien. C'est une énergie sans mots mentalisés, c'est une énergie inclusive intégrative. Et je l'ai associé à l'énergie du « j'aime » lors de la méditation « Po'Aime » de la 12^{ème} étape.

Cette méditation est une offrande du « j'aime ». Et aimer c'est comprendre non pas de manière uniquement mentale, c'est tout simplement intégrer la compréhension en le vivant. J'ai ressenti ce que j'offre au soleil, à l'esprit, à mon âme par le « j'aime » c'est une énergie vécue sincère. Un merci qui synthétise le vécu sincère de l'amour éprouvé pour l'Univers (la Nature, l'humanité, le monde spirituel, Christ, Dieu).

Et éprouver de l'amour, c'est une mise à l'épreuve. Avant l'atelier de Céline, je créais des poèmes avec la quête de comprendre de m'élever vers la source d'inspiration. Et cette quête était douloureuse comme le chevalier qui combat le dragon sur le chemin qui mène vers sa Dame, son âme. Mais c'est une quête de liberté, un combat contre la dualité pour avancer vers l'union, l'unité, à l'amour. Et la grâce descend : le ressenti de la dignité.

Après avoir expérimenté la 12^{ème} étape, j'ai vécu l'ultime phase de création, celle de l'union avec l'amour par amour et la grâce descend : le ressenti de la paix, d'une joie profonde.

En outre, je me suis aperçue qu'arrivée à la 12^{ème} étape, il fallait aussi que je n'oublie pas les étapes précédentes avant de transmettre le poème : « les finitions » comme corriger les fautes d'orthographe, créer un bon support pour diffuser le poème (chant, peinture, calligraphie, vidéo par exemple ...), choisir le bon moment.

Par conséquent, « Les finitions » c'est très vertueux, ça prend même beaucoup de temps. Mais c'est indispensable pour protéger avec le maximum de sacré l'œuvre à transmettre, le bébé de l'amour.

Donc voici une vidéo qui met en image et en son le poème « Réveil matin ».

La musique et la peinture ont été créées avec la méditation « Po'Aime ». Hé oui, cette méditation créatrice d'amour est aussi transférable dans d'autres domaines artistiques, professionnelles, relationnelles. L'Amour c'est le cœur du processus créatif et je l'ai compris grâce à cette méditation.

Merci à Céline Lassalle qui sait ce que c'est d'aimer vrai.

Marie-Claire Rosée d'or