

Sefora Gargiulo

# ***Tu es Aimé***

Le réaluministe

© Copyright Sefora Gargiulo, 2010

Graphisme couverture et mise en page : Sefora Gargiulo,  
[www.la-nature-en-peinture.com](http://www.la-nature-en-peinture.com)

Edition Le réaluministe, deuxième édition

ISBN 978-2-8399-0712-5

## PRÉFACE

*Quelqu'un a dit un jour que « le plus beau voyage que l'on puisse faire est celui qui va de la tête jusqu'au cœur ».*

*Tout personnage naissant de l'imagination d'un écrivain, possède certains traits de son auteur ou de quelqu'un qui a croisé sa route.*

*Le protagoniste de ce livre, que Sefora Gargiulo nomme « Aimé », est un ensemble représentatif de ce qu'est l'humain à la recherche du bonheur. Chacun peut s'y reconnaître quelque part, et aussi s'approprier du personnage.*

*Combien sommes-nous à vivre ce désespoir silencieux, que nous étouffons dans nos buts ? Quand ces buts s'écroulent, nous ne pouvons plus alors cacher le vide que nous avons construit derrière eux.*

*L'auteur a trouvé son équilibre dans un lien de dépendance de la nature. Lien qui devrait*

*exister naturellement en chacun, mais qui s'est beaucoup égaré dans l'artificialité de la vie moderne. Nous sommes coupés de notre source et ne savons souvent plus qui elle est.*

*Sefora Gargiulo a réussi à renouer le lien et s'est mise à l'écoute de la nature. Elle a entendu, parce que ce n'est que lorsqu'on écoute que l'on peut vraiment entendre. Elle a redécouvert l'importance profonde des mots écouter, regarder, sentir. Comment n'aurait-elle pas eu envie de partager une si belle aventure ?*

*Anésio Rosa*

## REMARQUE

*Les textes qui suivent ne veulent pas contenir de jugements envers qui que ce soit, ils ne prétendent pas apporter une vérité absolue, ils n'ont aucune visée moralisatrice, religieuse ou écologiste.*

*J'ai rencontré Aimé en moi-même, dans mon entourage, lors de contacts occasionnés par mes activités, et dans ces inconnus croisés dans les médias et dans les rues.*

*Ce qu'Aimé va écouter au fil du livre, je l'ai entendu au fil de mes rencontres, que ce soit avec mes semblables, avec des animaux, avec des endroits, avec mes pensées. Tout cela, je le prends avant tout pour moi-même, comme une possibilité – et un devoir – de croissance. A chacun ensuite de l'intégrer ou non dans son vécu.*

*Bonne lecture.*

Existe-t-il au monde une personne à qui il ne manque absolument rien, et qui est heureuse avec ce qu'elle a ? Certainement oui, mais où ? Ne sommes-nous pas pour la plupart en quête d'un bonheur qui s'amuse à s'éloigner dès que nous l'approchons ? L'événement que nous attendions comme une délivrance, ne nous laisse-t-il pas dans l'attente du prochain, sans avoir apporté aucun changement ?

Aimé se posait ces questions avec un point d'interrogation désenchanté dans le regard. Pourquoi ne savait-il être content de sa vie ? Pourquoi ne pouvait-il la voir autrement que comme une épreuve difficile ? Pourquoi tant de misères dans le monde, tant de souffrances contre lesquelles il ne pouvait rien faire ? Questions sûrement pas très originales, mais qui labourent l'esprit de nombreuses personnes.

Avant de devenir l'être accablé que nous allons découvrir, Aimé avait désiré changer le monde. Il n'avait naturellement pas pu réaliser

ce désir et cela l'avait fait sombrer dans une désillusion complète. Qui peut changer le monde, pour le rendre parfait ?

Nous pouvons imaginer à quoi cette désillusion aurait abouti, s'il n'y avait eu un événement inexplicable qui bouleversa sa vie en quelques heures. Le monde ne devint pas meilleur, non, il ne changea pas. Aimé, oui ! C'est ce qui fait toute la différence.

Il est très probable qu'aucun fait pareil à celui-ci ne va venir transformer radicalement votre existence – que vous en soyez satisfait ou non – les expériences de chacun étant uniques. Mais si Aimé a désiré nous raconter ce qui lui est arrivé, c'est que cela peut changer nos pensées, notre monde intérieur, même si nous ne croyons pas que ce qui suit puisse être autre chose qu'une histoire.

Vous me direz que vous n'êtes pas malheureux, pas insatisfait, pas révolté. Malgré cela, à moins que vous n'ayez jamais râlé contre rien ni personne, pourquoi ne pas ouvrir de nouveaux yeux sur le monde extérieur ?

## *Tu es Aimé*

(...)pas pouvoir compter. Puis se retrouver encore plus seul et plus vide. Les années qui passent avec le sentiment de n'avoir rien fait d'utile ; l'impression d'une vie qui disparaît dans l'abîme du non-sens.

Voilà ce qu'Aimé pensait ce jour-là, rageant de sentir que tout, autour de lui, transpirait de vie. Dehors éclatait le moment le plus lumineux du printemps ; dedans, le moment le plus « bourrasqueux » de l'hiver. Voir le bonheur sans avoir la volonté de vouloir le prendre.

Aimé. Quelle ironie d'avoir reçu un prénom comme celui-ci, un prénom si vrai et pourtant se sentir un menteur en le prononçant. Devoir dire : je suis Aimé, et se sentir sans Amour.

Au moment où il se sentait si misérable dans ce parc printanier, il était un adulte qui possédait une pleine autonomie. Tout lui avait réussi sans difficultés exagérées. Mais, depuis quelque temps, il avait entamé une dégringolade intérieure. Libre, personne pour le déranger ou lui dire ce qu'il devait faire et ne pas faire, pas de gros efforts à fournir, du temps pour réfléchir, il avait commencé à comprendre qui il était. Ou plutôt, qui il n'était pas. Il se rendait compte maintenant qu'il n'était autre chose que la personne que son entourage voulait qu'il soit. (...)

## *Tu es Aimé*

(...)suivi, l'avait amené dans une autre solitude, puis, sans raison apparente, s'était arrêté net.

Comment peut s'arrêter un chemin, puisqu'il n'est pas quelque chose qui avance ? Il ne bouge pas de là où on l'a construit ! Alors, si vous préférez, c'est Aimé qui avait dû s'arrêter. Le chemin, lui, finissait, il arrivait au milieu de nulle part, il semblait que personne n'ait eu envie de le prolonger jusqu'à une quelconque destination.

Cette brusque interruption réussit à l'arracher à ses ruminations. C'était une question de plus, mais une question extérieure, à laquelle il était bien obligé de réagir.

C'est à ce moment-là que tout a commencé. Aimé se tenait là, debout, les yeux grands ouverts, en train de déchiffrer l'endroit avec un grand point d'interrogation en plein milieu du cerveau. Ce qui se passa est digne d'un conte ou d'une hallucination, mais j'aurais aimé le vivre de cette façon, sans aucune hésitation.

Il était complètement seul, il ne voyait aucune présence humaine ni animale, ni aucun endroit derrière lequel quelqu'un aurait pu être dissimulé à sa vue. D'où venait donc qu'il ne se sentait pas seul ? Il avait tout à coup l'impression d'être enveloppé d'une chaude présence amie, de quelqu'un qui l'entourait sans le toucher. Devenait-il

## JE SUIS LE CHEMIN

Qui ne croit pas que ce sont uniquement les humains qui parlent ? On dit souvent que les animaux parlent. Mais dans ce cas je voulais dire : s'exprimer avec les mots d'une langue qui a une grammaire et qui s'écrit. De tous les êtres vivants, nous avons seuls reçu cette capacité, cela ne fait aucun doute.

Et alors, à qui appartenaient ces voix, cette première voix qui s'imposait et devenait de plus en plus claire ?

Aimé arrêta de se poser des questions, il effaça toute source de distraction, il se mit à écouter, pour ne pas perdre une seule parole. Voici ce qu'il entendit, il n'en a pas oublié un seul mot :

« **Je suis le chemin.** Pas n'importe lequel, je suis ton chemin. Tu es né, et je me suis déroulé devant toi. (...) »

## *Je suis une fleur*

(...) sur cet emplacement, et à ce moment seulement il perçut la petite voix l'interpellant du bord du chemin, là où – il le reconnut avec honte – il n'avait rien remarqué auparavant. Pour être capable de l'écouter, il dut se baisser à la hauteur de sa petite taille.

« **Je suis une fleur**, une toute petite fleur née au bord du chemin, née au combat dans la banlieue de ces routes que tu empruntes tous les jours. M'as-tu déjà remarquée ? Tu passes là, absorbé au fond de tes soucis, les yeux attachés au sol, à ma hauteur. Pourtant, jamais le plus petit regard pour moi, tu négliges mon existence de la manière la plus parfaite.

Quand j'ai ouvert les yeux dans ce lieu que j'ai dû percer sans timidité, au bord de cette route poussiéreuse, avec son va-et-vient de passants, je me réjouissais déjà de grandir, d'apporter un peu de couleur et de lumière dans ce gris tristesse.

Malheureusement je ne suis pas devenue très grande et j'appartiens à ces espèces que l'on nomme « mauvaises herbes », que l'on ne cultive pas dans les jardins parce qu'elles ne sont pas rares. J'appartiens à la caste des fleurs qui n'ont pas l'éclat et la visibilité de l'apparence. (...)

(...) « Tu as deux oreilles et une bouche. On t'a dit que c'est ainsi parce que tu dois plus écouter que parler. Moi je te dis que, si tu dois choisir entre les deux, opte à chaque instant pour le plus enrichissant, le plus édifiant. Si tu as de bonnes choses à dire, pourquoi écouter des futilités ?

**Je suis l'écoute**, action volontaire et consciente de donner de l'attention à quelqu'un ou quelque chose qui s'exprime. Il y a un moyen bien simple et connu de me faire agir, c'est celui d'utiliser tes oreilles.

Mais...

Sauf si elles le sont déjà à cause d'un problème physique, tu ne peux pas les éteindre, même temporairement. Serais-tu donc perpétuellement en train d'écouter ? Non ! Tout en sachant la différence, il t'arrive d'oublier qu'il y en a une entre entendre et écouter. Jamais tu n'écouteras tout ce que tu entends ! Tes oreilles font leur travail.. Ton cerveau fait le tri selon ses besoins et ses envies.

Il y a un autre moyen plus profond – mais parfois délaissé – de me faire passer à l'action, moi l'écoute : c'est de me faire passer par la peau, le nez, les yeux, le cœur surtout.

Je ne m'entends pas avec trop d'intellect, je me marie mieux avec la sensibilité. C'est ainsi que je peux voir ce qui n'est pas dit avec des (...)

## *Je suis le ciel*

(...) Tu as pris l'habitude de me voir comme un symbole de spiritualité, comme la demeure du Tout-Puissant. Ou alors tu me vois comme ce couvercle bleu qui change de couleur la nuit. La réalité est beaucoup plus complexe, bien naturellement.

Mais pour te parler de moi, je vais rester dans cette simplicité, les données scientifiques et religieuses ne m'intéressent pas en ce moment, et tu en connais déjà assez. Ce dont j'ai envie, c'est de voir un reflet de moi dans tes yeux.

Ma couleur est celle des profondeurs diluées par la lumière. C'est une couleur joyeuse, de beau temps ; c'est un baume de bonne humeur. Quand le toit des nuages s'installe durablement au-dessus de toi, alors tu en prends conscience.

De jour c'est moi que tu regardes pour chercher l'inspiration, la patience ou de l'aide. De nuit... c'est le couvercle que l'on enlève et tu respirez le parfum de l'espace.

En réalité je ne suis qu'une illusion, je n'existe nulle part ailleurs que dans tes yeux, ce sont eux qui me donnent vie. Mais je suis utile pour que tu te questionnes. Ta vie ne se limite pas à ce chemin de terre, tout comme l'Univers ne se limite pas à ta petite planète. Mon illusion te le rappelle.

*Je suis le ciel*

Ciel. Je suis le ciel. Couche-toi dans un pré, sans fermer les yeux, et plonge droit devant toi. Je vais aspirer tes pensées dans ce qui est au-delà. Cela ne peut que te faire du bien...

Il y a un grand mystère qui m'entourne. Un mystère qu'une vision tridimensionnelle ne peut saisir. Et alors oui, maintenant tu peux fermer tes yeux. Ouvrir les yeux de ton esprit te sera plus utile pour passer outre mon illusion.

Ma vraie dimension n'est pas ce plafond bleu que tu vois, ce ne sont pas ces couches de gaz que les scientifiques connaissent, ce n'est pas l'habitation de ce vieillard que les religieux ont souvent représenté. Ma vraie dimension est celle de l'infini spirituel.

C'est aussi pour cela que j'ai envie de voir un reflet de moi dans tes yeux. »

## *Je suis le soleil*

(...)chaleur, juste une mince partie de moi-même. Je pourrais vous en donner bien plus, mais à quoi bon ? Cela ne pourrait que vous faire du mal ! Ma distribution inaltérable est plus que suffisante.

Parfois on m'appelle avec désespoir, parfois on me supplie de me cacher : moi, je ne bouge pas.

Quand les nuages au-dessus de ta tête pleurent leur trop-plein d'eau et que ton humeur déprime de ne pas me voir, je suis là. Quand la nuit semble être aussi longue que l'éternité, que tu soupirez après l'aube pour me revoir enfin, je suis là. Et quand la terre se dessèche, brûlée par l'ardeur de mes rayons, plus que jamais, je suis là. Si je devais ou voulais doser mes rayons selon le plaisir de chacun, je deviendrais un dément !

On dit de moi que je me lève, que je me couche, que je me cache, que je me couvre, que je tape dur, que je brûle. Bref, c'est toujours moi... Mais moi je suis là, toujours le même !

Je ne fais rien et je suis vie. Tout en ne faisant rien, je fais beaucoup : je joue à cache-cache avec les nuages, je me faufile partout où l'on me veut, je dessine des ombres dès que l'on me fait obstacle, je réveille les graines enfouies sous terre, je (...)

## *Je suis l'eau*

(...)posa sur son bras pour l'emmener faire un grand voyage.

« Je suis... la plus grande voyageuse. En mouvement perpétuel, je coule, durcis, me laisse porter par l'air. Je suis vie, mais dans mon sillage peut se trouver la mort.

### **Je suis l'eau.**

Je suis partout. Je ne nais ni ne meurs ; je circule seulement en me transformant.

Après avoir émergé des profondeurs de la montagne, je deviens petit ruisseau gentil, transparent, qui déambule dans les pâturages ; puis, sans qu'il soit vraiment possible de prendre conscience du moment où cela se passe, je me transforme en un torrent qui culbute sur les pentes comme un tonnerre. S'il y a quelqu'un qui peut vraiment me retenir sur toute la longueur – ou déjà me ralentir sérieusement – c'est le gel et personne d'autre.

Je poursuis mon parcours dans les plaines, canalisée, dirigée, surveillée, ce qui me fâche. Je peux alors devenir mauvaise, échapper à tout contrôle, montrer toute la violence de ma puissance. Quand j'ai ces sursauts de rébellion, mieux vaut ne pas être sur mon chemin !

C'est aussi sur cette route-là que l'on me « vole » en plus grosses quantités, avec une avidité toujours plus impressionnante.

## *Tu es Aimé*

Je m'engouffre enfin dans les abîmes que je comble sous forme de lac, de mer, d'océan. Ce devrait être la fin de ma course, le repos. Mais non, là encore je suis agitée, souvent de mauvaise humeur.

Combien de secrets sont enfermés pour toujours au plus profond de moi ! Combien de vies humaines j'ai volées, mais aussi combien de vies animales et végétales animent mes entrailles ! Et combien de vous aiment contempler mon horizon, le regard perdu dans les rêves...

Ce n'est pas tout : quand même tu n'y penses pas, je suis aussi dans l'air que je colonise dès que j'ai trop chaud ! Devenant alors invisible, je m'infiltrer partout, je me déplace au gré des courants d'air. Peut-être que j'arrive de l'autre côté de la planète et, tremblante de froid, je retombe sur terre en pluie fine, en trombes, en neige ou en grêle. Dans ces cas-là on m'estime, on me désire, ou on me déteste, mais c'est une toute autre histoire et... ça ne me regarde pas.

Je suis l'eau, je suis partout et il n'y a pas de vie sans moi. Je suis en toi et autour de toi. Je suis dans ce que tu manges. Tu ne peux respirer si je n'y suis. Pour produire tout ce que tu possèdes, tu as besoin de moi. Etant ainsi indispensable, je peux bien me permettre parfois quelques caprices – si l'on peut nommer de cette façon(...)

« **Je suis une pierre** et ma vie est dure...

Tu t'étonnes que je dise cela ? Ne t'a-t-on pas toujours dit qu'un cœur de pierre est un cœur qui n'a pas de sentiment ? En effet, je n'ai pas de cœur et pas de sentiment. Cela n'empêche pas que mon existence soit faite de dureté.

Je peux être un caillou des chemins, morceau de construction, bijou. Mais de toutes manières on me frappe, on me taille.

Je peux être minuscule ou démesurée, tendre ou incassable : si tu t'intéresses à moi, il y a de bons risques pour que je change de forme.

Je peux m'enfiler dans ta chaussure : tu vas me chasser. Je peux habiter à des centaines de mètres sous le sol : tu vas suer pour m'extraire.

Si je suis sur ton chemin, tu vas m'écarter d'un coup de pied. Si je suis dans la montagne, tu vas me tailler et me transporter à grands frais.

Quand je suis brute, tu ne me daignes pas d'un regard. Quand je suis polie, tu t'extasies devant mon étonnante beauté.

Paradoxes ? Non, je me présente sous des formes si différentes que bien naturellement tu ne t'intéresses qu'au meilleur de moi, selon tes besoins.

Je n'ai pas de cœur, je n'ai physiquement pas de vie propre, je ne souffre pas. Si je m'adresse

## *Je suis le vent*

(...)tabilisant tout sur mon passage, pour me retour-ner ensuite et rire de mon effet.

N'essaye pas de lutter contre moi, tu ne pourras jamais me vaincre, car tu ne me vois pas et je suis insaisissable.

Tu dresses des obstacles contre moi ? Je me glisse au-dessus pour repartir en trombe et en ricanant de tes efforts ! Tu oublies une fenêtre ouverte ? J'en profite pour m'y engouffrer et faire encore plus de vacarme.

En véritable enfant capricieux, j'aime particulièrement tout casser sur mon passage et l'instant d'après, ma colère aplatie, je redeviens calme et souriant, comme si de rien n'était.

Alors je me transforme en une douce musique qui fait chanter la forêt, frémir les hautes herbes ; je deviens une légère caresse sur les ailes d'un papillon, un petit courant pour soulever de son nid l'oiseau à son premier vol.

Je joue avec les nuages, les amène d'un côté, les repousse de l'autre.

Je danse, je voltige, je cours à droite et à gauche, je grimpe sur le flanc d'une montagne, en redescend de l'autre comme sur un toboggan. Infatigable, je poursuis ma course, je repars de plus belle.

Quelquefois, pris de vertige, je tombe mais aussitôt je me relève et recommence. (...)

## *Je suis la nature*

(...) visiter tous les recoins infinis du coffre à trésors qui m'habite.

Vie, vie, vie. Sous toutes ses formes. Même une feuille morte est vie. Même le sable du désert est vie. Même un cœur de pierre est vie.

En moi la mort n'a rien de définitif, elle n'est qu'une transformation en une autre vie. Je ne te parle pas ici du monde des esprits que tu iras rejoindre. Je parle du corps qui va devenir aliment pour que d'autres corps puissent conserver encore en eux la vie.

Les lois auxquelles j'obéis sont tellement précises, qu'un tout petit dérèglement a de graves conséquences, imprévisibles dans le temps et l'envergure. Et elles sont tellement parfaites, que cela ne peut pas pour autant diminuer la perfection de l'ensemble. C'est l'unique raison pour laquelle tu es encore en vie. L'Artiste qui contrôle tout ça n'a pas ta taille...

Et pourtant...

Combien ne m'aiment pas, me tolèrent juste en tant que décoration ! Mais peux-tu imaginer le monde sans moi ? Un univers bétonné, gris, mort, peuplé de gens dépressifs.

Tu ne veux peut-être pas l'admettre, mais je te suis indispensable. Tu ne peux pas te nourrir de plastique, tes néons ne peuvent éclairer (...)

## *Je suis l'amour*

(...)Lorsque l'on utilise le verbe aimer, on peut penser à plusieurs degrés d'émotion : cela peut aller du plaisir à l'amitié, de l'affection à l'attachement.

Mais lorsque l'on parle de moi, l'amour, il est très probable que la première idée qui s'affiche dans les pensées communes est cet état d'esprit qui unit un couple d'amoureux. Peut-être parce que cet état-là a été chanté par tous les artistes de toutes les époques, parce qu'il fait partie des désirs humains et qu'il entre dans un nombre impressionnant de conversations. Amour-passion, amour physique, du plus pur au plus insalubre.

Mais non, dans ce cas ce n'est pas vraiment moi ; c'est plutôt une lumière violente qui m'empêche de voir et qui risque de s'étioler comme une belle rose coupée.

Je suis l'amour. Pas ce grand amour qui se donne avec la facilité de la foudre et qui disparaît dans un grondement de tonnerre aux premières désillusions.

Je suis l'Amour, le vrai, celui qui se donne sans rien attendre, avec sincérité ; qui grandit quand le temps passe, qui grandit malgré les problèmes. Et qui n'emprisonne pas celui qui le reçoit.(..)

## JE SUIS LA TERRE

Après la Lune et les étoiles, il y avait quelqu'un qui ne pouvait absolument pas se taire :

« **Je suis la Terre**, ta planète, le monde merveilleux, si merveilleux que tu ne cesses de m'étudier sur tous les côtés de ma rondeur.

Pièce unique, je me promène dans l'espace dont je suis le centre, car en moi réside la vie, en moi tu vis, toi, l'être humain que Dieu aime plus que tout. C'est ce qui me différencie de toutes les autres incalculables planètes et étoiles du monde matériel. Je suis la Terre, ta planète, et pour cela le cœur de l'univers. Je suis suspendue dans le pouvoir divin.

Je suis insignifiante comparée au démesuré qui m'entoure mais pour toi je suis capable de donner tout en surabondance, avec une géné(...)

*Je suis la Terre*

(...)tu as beaucoup de possibilités d'agir... Tu n'as pas à faire le premier pas, d'autres l'ont déjà fait, tu n'as plus qu'à les suivre.

Je dépends de toi. Tu dépends de moi.

Si tu ne veux pas m'écouter quand je te parle, tu m'entendras lorsque je hurlerai de douleur au plus près de tes intérêts.

Mais tu ne respectes pas mon équilibre complexe et fragile comme la vie. Les plaies que tu as contribué à provoquer sont devenues béantes et les cicatrices ne disparaîtront plus jamais, quoique tu t'efforces de faire. D'autant plus que, pendant que tu me soignes d'un côté, c'est l'autre qui s'ouvre, usé par des souffrances sans nom.

Pourquoi rêves-tu de trouver une autre planète habitable ou habitée ? Pour aller y faire la même chose que tu me fais ? Tu penses que tu vas pouvoir y résoudre tes problèmes ?

Elle a bon dos la science... Tes ancêtres de lointaines générations en savaient moins que toi, mais ils ne savaient pas non plus qu'ils ne vivaient pas assez bien.

J'aurais voulu te dire des choses plus agréables, mais comment pourrais-je dire autre chose que la vérité ? Pourquoi te tromperais-je ? Ce ne serait utile ni à moi, ni à toi.

Le seul rayon lumineux est que, en (...)

### *Je suis le présent*

(...) Courent-ils ainsi pour ne pas avoir la possibilité de penser qu'ils sont en train de rater quelque chose d'important, mais qui leur échappe ?

« **Je suis le présent**, le passé de demain, le futur d'hier.

Je suis une seconde qui passe à chaque ins-tant. Tu vis dans cette seconde, tu ne peux vivre en moi hier, il faut t'en détacher. Alors, hier devient un livre où l'on pleure et l'on rit, et que l'on ferme en arrivant à la dernière page, parce que l'on ne peut pas vivre dans un livre.

Si hier est un livre qui te fait seulement pleurer, à quoi bon le lire ? S'il te rend nostalgique sur ce que tu avais et n'as plus... souviens-toi que la nostalgie ne nourrit pas !

Vis de toutes tes pensées en moi car je suis le futur dont tu rêvais hier, un futur qui ne fait que commencer et qui commencera toujours ! Chaque seconde qui passe est précieuse maintenant, pas demain. Fais en sorte de ne pas regretter le moment passé à la regarder filer...

Il a déjà été dit que je suis le présent, un présent sans valeur calculable. Je te suis offert à chaque instant et chaque nouveau maintenant

*Je suis une illusion*

(...)ma cabane de tôle décorée en palais. On t'a dit que j'étais le bonheur et que tu pourrais conclure avec moi un mariage à vie. Mais je suis une prostituée incapable de t'être fidèle. Tout en moi est superficiel, même le sourire.

Je ne révèle qui je suis qu'à celui qui n'a pas peur de me mettre à nu. Je suis réticente à me laisser dévoiler car mon corps est irrégulier, ma peau est ratatinée et mon crâne est chauve. Si tu me voyais sans parure aucune, tu éprouverais du mépris pour avoir été trompé de cette manière.

Pourquoi tombes-tu dans mes filets ? Parce que tu me veux, tu m'aimes, tu me désires. Je suis là !

Je t'aime. Mensonge ! Mon désir est de te rendre heureux. Mensonge ! Sans moi tu n'es rien. Mensonge ! Ta maison est froide, ma cabane est chaude. Mensonge ! Tu ne peux vraiment profiter de la vie qu'en ma compagnie. Mensonge ! Sans ma joie, ton existence serait insipide. Mensonge ! Les gens qui ne me suivent pas sont tous des fous. Vrai ! Les sages sont fous...

Le chant de la sirène est puissant, l'appel du troupeau est irrésistible. Si la majorité me croit, en fin de compte ne serais-je pas la vérité ? (...)

### *Je suis la vie*

(...)mesurer l'immensité. A cause de cela, tu n'as pas le droit de m'arracher de ton corps. Car tu m'appartiens pour toujours comme moi j'appartiens à Dieu.

J'habite en toi, j'habite dans la feuille verte de l'arbre, j'habite dans le microbe invisible qui se promène dans l'air.

J'habite toujours à l'intérieur, au plus profond et, quand le moment est venu de laisser la place à la mort, je quitte seulement une enveloppe provisoire. Je ne suis pas vaincue, je vais seulement où le moment est venu que j'aile.

J'habite un temps la feuille parce que l'arbre en a besoin pour pouvoir exister. Quand vient le tour du repos hivernal, je retourne en partie à l'arbre. L'autre partie, il l'a déjà multipliée dans ses fruits. La feuille est morte mais pas moi, j'ai seulement déménagé.

Tu as la possibilité de me déloger avant que le moment soit venu, sans toutefois en avoir toujours le droit. Si tu le fais, que ce ne soit jamais simplement pour détruire, mais uniquement pour me donner.

Au fond de toi-même tu m'aimes. C'est pour cela que tu es encore ici. Aime-moi en toi et aime-moi dans tout ce qui t'entoure, car je (...)

## JE SUIS UN MOT : MERCI

La réalité de cette journée n'était-elle qu'un rêve ? Aimé ne voulait plus chercher de réponse. Rêve ou pas, sa vie avait changé et il allait enfin commencer à suivre et avancer sur son chemin. Désormais la nature entière, les sentiments, la vie, lui parlaient, et son désir était que d'autres puissent faire ce rêve qui ne peut exister que si l'on ouvre les yeux à la vie.

Après tout cela, il ne put dire qu'une chose : merci.

« **Je suis un mot.** Un mot tout simple et bien petit : **merci.** »

Qu'est-ce qu'un mot ? Quelques sons échappés d'une bouche, quelques boucles d'encre étirées sur du papier, l'incarnation d'une pensée. Voilà ce que je suis, bien petit, mais pouvant faire de grandes choses.

Dans cette forme bien précise qui m'appartient,

## *Tu es Aimé*

celle du merci, je peux sortir de n'importe quelle bouche sans jamais faire aucun mal. Si je sors du cœur, je ferai énormément de bien ! Je peux éclairer la journée de celui qui me reçoit, qui sait ainsi que ce qu'il a fait est apprécié.

J'allège aussi celui qui me donne avec sincérité, parce que la gratitude libère du poids inconscient de la dette prise envers celui qui nous a donné quelque chose.

Je suis la plus claire expression de la gratitude, mais parfois je deviens un mot vide de sens, rendu banal car dit par habitude, sans conviction. Souvent on m'oublie. Celui qui fait cela est quelqu'un de toujours mécontent, insatisfait, qui veut toujours davantage sans voir qu'il est plus que riche, qu'il a tout reçu, en commençant par la vie.

Remercie Dieu pour la vie qu'Il t'a donnée, remercie d'être là où tu es, remercie pour ce que tu vois autour de toi, donne-moi l'occasion d'exister et tu verras les visages s'illuminer dans ton entourage, miroirs du tien. Remercie même pour un arbre qui est là, car en ce moment tu l'auras remarqué et tu commenceras à le découvrir, et tu recevras beaucoup de lui. (...)

Aimé aurait voulu terminer avec ce mot immense comme on termine un repas par le dessert, comme on met une cerise sur un gâteau, comme on conclut une journée en allant dormir.

Il aurait voulu, mais ne put pas : après le dessert il y a forcément d'autres repas, quand on va au lit c'est pour se relever quelques heures après. Après chaque fin revient un début. Chaque destination n'est qu'un point de départ.

Ce soir-là il rentra chez lui en sachant bien que sa vie se terminait pour recommencer. Son chemin s'enroulait derrière lui pour s'étendre sous ses pas, bout par bout. Voilà pourquoi il accepta que « merci » ne pouvait rester le dernier mot.

Maintenant qu'il avait remarqué la vie dans l'univers et à ses pieds, il ne pouvait s'arrêter. Il fallait qu'il aille creuser dans la vie des hommes, là où ils s'agglutinent dans un état de survie. Bien

## *TABLE DES MATIÈRES*

<u>Je suis le chemin</u> .....	23
<u>Je suis l'espoir</u> .....	27
<u>Je suis une fleur</u> .....	30
<u>Je suis tes yeux</u> .....	34
<u>Je suis l'écoute</u> .....	37
<u>Je suis le ciel</u> .....	41
<u>Je suis un oiseau</u> .....	44
<u>Je suis la montagne</u> .....	49
<u>Je suis le soleil</u> .....	53
<u>Je suis un arbre</u> .....	56
<u>Je suis l'eau</u> .....	59
<u>Je suis une pierre</u> .....	63
<u>Je suis le vent</u> .....	67
<u>Je suis l'air</u> .....	70
<u>Je suis le silence</u> .....	73
<u>Je suis la nature</u> .....	76
<u>Je suis ta bouche</u> .....	80
<u>Je suis la pensée</u> .....	83
<u>Je suis une fourmi</u> .....	86
<u>Je suis le temps</u> .....	89
<u>Je suis l'amour</u> .....	92

<u>Je suis la patience</u> .....	97
<u>Je suis la vérité</u> .....	101
<u>Je suis le pardon</u> .....	104
<u>Je suis la lune</u> .....	109
<u>Je suis les étoiles</u> .....	112
<u>Je suis la terre</u> .....	115
<u>Je suis la solitude</u> .....	120
<u>Je suis le présent</u> .....	124
<u>Je suis une illusion</u> .....	127
<u>Je suis la simplicité</u> .....	131
<u>Je suis la vie</u> .....	133
<u>Je suis toi</u> .....	136
<u>Je suis un rêve</u> .....	140
<u>Je suis un mot : merci</u> .....	143

© Copyright Sefora Gargiulo, 2010  
Graphisme couverture, et mise en page: Sefora Gargiulo  
Edition Le réaluministe  
ISBN 978-2-8399-0549-7  
[www.la-nature-en-peinture.com](http://www.la-nature-en-peinture.com)  
[sefora1979@hotmail.com](mailto:sefora1979@hotmail.com)  
Sefora Gargiulo, 1880 Bex, Suisse