

## Home sweet home

Assis sur un banc face à l'océan mouvementé,  
Je me nourris des éléments, je savoure l'instant T,  
La Vie prend alors, définitivement tout son sens,  
Et je pense à la mienne, si riche et intense...

Je m'inonde de cet Amour que l'eau et l'air en moi éveillent,  
Je ressens avec force les rayons guérisseurs du Soleil,  
Je m'imprègne de cette divine lumière providentielle,  
Pour plonger au cœur de moi, au cœur de l'essentiel...

Plonger au cœur de soi, c'est mettre en mots ses blessures,  
C'est aussi nettoyer son intérieur, y enlever les moisissures,  
Plonger au cœur de soi, c'est faire de ses fêlures une force,  
Pour pouvoir unifier ses racines et son écorce...

Plonger au cœur de soi pour libérer tout son potentiel,  
Plonger au cœur de soi pour transformer ses chaînes en ailes,  
Plonger au cœur de soi pour saisir nos ambivalences,  
Plonger au cœur de soi pour rééquilibrer notre balance...

Je veux plonger mon âme dans l'écume de cet océan de vie,  
Je veux plonger au cœur de mon âme en alerte de mes envies,  
Car nous sommes sur Terre pour vivre l'élévation,  
Je veux devenir qui je suis en faisant cette introspection...

Alors je fais le vide au fond de moi, je respire et je plonge,  
Au cœur de ma vie, de ses lumières et de mes songes,  
Je n'ai besoin que de mon cœur, de mon âme et de ma raison,  
Pour faire le tour de moi-même, le tour de ma maison...

D'abord mon jardin et ses mauvaises herbes que je veux voir  
en face,  
Ces mauvaises herbes comme des blessures à raser de la  
surface,  
Je les accepte, je les comprends et je tente de les sublimer,  
En y plantant des graines de Vie, qui nous poussent à nous  
aimer...

Je rentre dans ma cuisine intérieure, une vie salée, poivrée,  
Je ressens mes aigreurs et tout ce que je n'ai pas digéré,  
J'identifie ces aliments qui font naître en moi des maux du  
cœur,  
Et goûte ceux qui pourraient pimenter ma vie, les ingrédients  
du bonheur...

Puis je capte des voix provenant du salon de mon âme,  
J'y vois alors des visages, des sourires et des larmes,  
Le salon c'est le refuge des liens, le salon c'est le lieu de  
l'amitié,  
L'autre, comme pièce essentielle à notre équilibre, à notre  
spiritualité...

Enfin je pars lire en moi dans la chambre de mon cœur,  
J'y accueille mes émotions et leur parle sans rancœur,  
J'y écris ma vie, sûr que mon stylo m'indique la direction,  
Vers l'infini de mes rêves, vers leur concrétisation...

Une fois cette incursion au plus profond de mon être,  
J'ouvre mes yeux sur le monde extérieur ; j'ouvre ma fenêtre,  
Je fais confiance en la vie, je suis libre de mes mouvements,  
Aller au cœur de soi c'est vibrer la vie positivement...