

POUR NAVIGUER AU DESSUS ...

Nous sommes en permanence à devoir choisir entre la quantité et la qualité.

La quantité, en latin *quantus, combien*, c'est la comptabilité, les chiffres, les statistiques...il s'agit d'avoir beaucoup ou de pleurer parce qu'on a très peu . La quantité est liée à la dimension matérielle du monde.

La qualité c'est *qualis, quel*. Vaut-il mieux avoir une très bonne qualité, même si on en a très peu ?

Je pense par exemple à nos relations amicales...

La qualité est liée à la dimension spirituelle qui cherche la perfection de la forme.

En réalité les 2 sont inévitablement mélangées dans un rapport bénéfice/risque : est-ce que ça vaut le coup de prendre tel ou tel risque si on pense aux inconvénients qu'il génère, par exemple recevoir une piqûre de vaccin malgré le désagrément de l'aiguille et les risques d'allergie ?

Ce choix personnel se traduit par une décision responsable.

Comme toujours la mythologie nous aide à réfléchir à ce que nous vivons : c'est son rôle !

L'expédition des Argonautes conduite par Jason vers la Toison d'or peut nous éclairer. Leur voyage les oblige à passer sur le territoire des Sirènes dont le chant très séduisant conduit à la mort ceux qui se laissent tenter.

Mais sur le bateau, au milieu des compagnons de Jason, se trouve Orphée avec sa lyre. Quand il se met à jouer, son chant de vie si beau se mêle au chant des Sirènes.

Alors c'est à celui qui va prendre le dessus ! C'est un rapport de forces ! Le chant d'Orphée doit atteindre une qualité telle qu'il neutralise le pouvoir de mort des Sirènes.

Mais il ne faut pas éliminer les Sirènes puisque c'est à cause de leur chant que le chant d'Orphée s'élève avec cette beauté et cette force.

Dans notre vie il y a toujours ce dosage entre qualité et quantité.

Le « sanitaire » appartient plutôt au monde physique de la quantité (un peu malade, très malade, « comment vas-tu ? Pas trop bien !) alors que l'envie de vivre est clairement du côté spirituel de la qualité.

Il y a une hiérarchie dans nos attitudes qui doit être respectée pour que notre vie s'épanouisse.

Ces 2 attitudes sont inséparables puisque un bon état de santé donne l'envie de vivre tandis que l'envie de vivre produit la bonne santé !!!

Il en est ainsi dans la nature. L'odeur suave d'une fleur provient de la plante selon sa variété, son terroir, ses racines, sa tige, ses feuilles, ses fleurs, la terre, l'eau, le soleil,... La subtilité du parfum naît de la réalité organique et elle en dépend. La plante doit avoir un certain niveau (quantité) de développement, de vigueur et d'épanouissement pour diffuser son parfum (qualité) et l'environnement est important car le manque d'eau, un excès de soleil, une attaque de pucerons peuvent compromettre la production et la diffusion...

Autre exemple : la qualité d'un concert dépend du répertoire, de la valeur des œuvres, des musiciens, du chef, de l'acoustique, de l'estrade, de la disposition, de la justesse des instruments et du public...

Ou bien encore : la *présence* d'un acteur, d'un danseur sur scène repose sur son tempérament, des années de travail, un état émotionnel, les circonstances du spectacle, ses partenaires etc...pour atteindre un état fragile qui n'est jamais acquis, jamais certain, l'état de grâce, pas toujours présent ...

Ainsi pour nous !

La quantité de travail, de contraintes matérielles nécessaire prend son sens quand elle est au service de ce moment où la qualité est donnée (quand elle est donnée), ce moment de gratuité insaisissable qui donne du sens à tous nos efforts. La qualité n'est pas un luxe puisqu'elle est nécessaire à l'activité physique.

L'envie de vivre est un état d'esprit fragile, comme une œuvre d'art et, comme une œuvre d'art, elle est toujours enracinée dans notre corps, dans notre activité cellulaire.

On sait très bien comment nos cellules interprètent, intègrent les signaux qu'elles reçoivent de l'environnement. Or l'environnement

proche c'est notre état d'esprit, nos peurs, nos croyances, nos déceptions auxquelles nos cellules répondent. « A tel moment donné, en un lieu donné, dans la cellule, une décision est prise, un choix est fait. »(*Jean Claude Ameisen, La sculpture du vivant p.58*).

Cette intelligence de nos cellules, reliées entre elles et avec l'environnement, leur permet de jouer leur rôle au bénéfice de la vie de l'individu ...ou de se dérégler.

Leur fonctionnement vers la vie ou vers la mort dépend à 85% des informations que nous leur envoyons.

Avec cette histoire de virus, la société est-elle en train de s'interroger sur la hiérarchie de valeur entre qualité et quantité ?

En tout cas la situation de pandémie actuelle donne à chacun l'occasion de vérifier la qualité des informations qu'il envoie à ses cellules pour orienter le sens de la réponse qu'elles donnent. Nos choix vont-ils dans le sens d'un chant de vie (qualité) plus puissant que le chant de mort (quantité) qui nous assaille? C'est une question de dosage reconquis et entretenu. C'est une victoire intime et il faut que notre décision personnelle soit forte car en ce moment les Sirènes se déchaînent !

Notre lyre d'Orphée c'est ce temps que nous nous donnons à nous-mêmes en Travail Corporel. La maîtrise de la respiration doit être sans cesse reconquise et maintenue au dessus du chant morbide qui déferle autour de nous avec les menaces de contagion et en nous avec nos problèmes de santé. Il s'agit d'une qualité de vie nécessaire à notre santé.

Si « le corps humain » se retrouve au centre du drame c'est parce que la « capacité sensorielle » réclame de reprendre sa place comme source et enracinement de l'activité psychique.

Plutôt que d'en rajouter par des analyses malveillantes, des positionnements idéologiques, des attaques personnelles, des soupçons défaitistes, des complots assassins, des menaces invisibles, des prévisions catastrophistes, nous pouvons prendre la décision de choisir *la beauté*, le mouvement dansé, la musique, la peinture, la lecture, le dessin, la cuisine, le jardinage et toutes activités sensibles, artistiques qui apportent à nos cellules l'information positive du chant d'Orphée.

Mais toute activité sensorielle, culturelle, artistique demande une décision forte pour se maintenir « au dessus ».

Nous ne sommes pas dans le domaine d'un loisir facultatif mais dans celui de la valeur de la vie et pour certains, de la survie.

Bien sûr le chant des Sirènes est terriblement séduisant...et il est tellement mieux relayé par les médias ! Dans l'Odyssée il a fallu qu'Ulysse, soumis comme les autres au chant des Sirènes, se fasse attacher au mât pour ne pas se laisser avoir et qu'il bouche les oreilles des marins avec des boules Quiés d'époque. Nous ne pouvons espérer ou attendre que le chant de mort des Sirènes soit éliminé (il ne faut pas qu'il le soit) mais nous pouvons, avec Orphée, naviguer « au dessus ».

« Par son caractère désintéressé, l'art nous révèle un monde qui n'est pas soumis à la règle de l'utilité, où le plaisir goûté ne suppose pas une appropriation qui arrache aux autres hommes le moyen d'y participer, l'œuvre s'offre à tous - et chacun la fait sienne sans l'enlever à personne.

L'art nous révèle les conditions d'un univers vraiment humain et nous donne le sens d'une joie spirituelle. Il nous aide à mieux sentir les tares de notre monde et la bassesse des satisfactions qui trop souvent nous suffisent. Ceux qui rejettent l'art comme une frivolité ou qui ne l'acceptent que comme un moyen agréable pour envelopper d'utiles vérités qu'il serait impossible de faire autrement recevoir, montrent qu'ils ont de l'homme et du monde une conception non seulement étroite mais fautive.

Cette conception risque de gâter jusqu'à leur religion qui ne sera qu'un utilitarisme supérieur. » (De Montcheuil)

Jacques Garros