

Le Galet

Cueille la joie
quand elle passe
car elle est fleur
et, comme elle,
éphémère.

Savoure le chagrin
dans ton cœur
la lourdeur du deuil
et, lorsqu'ils sont ton lot,
souffre.

Laisse passer sur toi
la tempête qui submerge
colère, peine, jalousie, révolte
découragement, absurdité
dépression.

Sois la roche, tour à tour
Recouverte ou découverte
par la lame
qui la heurte et la façonne.
Demeure.

Comme le galet lissé
au cours des siècles

à force d'être roulé, cogné,
râpé contre ses semblables
par la vague
abandonne-toi.

Quand l'épreuve est trop forte
pour ta faiblesse
ne lutte pas, ne discute pas,
n'essaie pas de comprendre...
laisse-toi rouler, heurter,
meurtrir
en te protégeant comme tu peux.

Et quand la tempête
te laisse exsangue sur le sable
nourris-toi des petits riens;
ce sont les riens
qui peuvent remplir ton vide.

Cueille les petites joies
le soleil qui réchauffe
ton corps et aussi ton âme
une main amie...

Vivre est ta tâche
Accomplis-là
C'est très simple