

La spiritualité ien-être

Il y a l'énergie du lieu et celle que dégage la voix d'Eric Dardenne. L'harmonisation des corps subtils par les chants sacrés tibétains constitue une expérience forte et originale.

«A l'abbaye de Fontaine-André, assure Eric Dardenne, la terre dégage une énergie dont on bénéficie en marchant sur le labyrinthe tracé à la tondeuse dans le gazon, en silence.»



Eric demande aux nouveaux venus de se présenter, puis il explique la démarche.

La séance commence par un assouplissement et un nettoyage du corps. On vide ses poumons en inspirant et expirant à fond. Ensuite, on s'ancre à la terre, puis on s'ouvre au chant des voyelles. Avec le a et le m, deux lettres sacrées, le groupe s'harmonise, on se tient par la main pour que circule l'énergie. On chante alors un mantra tibétain, puis des lettres hébraïques... Les habitués connaissent les paroles. Les autres les apprennent par immersion. Le chant sacré est très répétitif, les sons s'imposent petit à petit...

Ensuite, les participants se couchent, se couvrent d'un châle, d'une couverture. Eric chante... Son récital s'apparente au rêve. Les pensées s'échappent, se font floues. Les émotions prennent le relais, parfois avec ces larmes bienfaites du lâcher-prise... Dans ce temps suspendu, on se «révèle» comme on se «réveille».

Le retour à la réalité se fait en douceur. Peu de mots, peu d'échange: on profite de cette rencontre avec soi-même, d'une paix qui nous a envahi, et on rentre dans la nuit. Le mois prochain, on reviendra peut-être, si on est libre, si on a envie... Il n'y a pas d'obligation, juste ce souvenir d'un moment d'éternité qui peut vibrer comme un appel.

Texte: Anouk Ortlieb
Photos: Olivier Evard

Eric Dardenne a été initié au chant sacré tibétain en Amérique. Il a affiné ces pratiques ancestrales avec les chants harmoniques. Ses récitals se déroulent souvent dans des lieux sacrés, construits dans des zones à fort rayonnement tellurique.

Comme l'abbaye de Fontaine-André, à Neuchâtel. Un endroit «de silence et de prière» dont Eric Dardenne apprécie l'esprit d'ouverture. La terre ici a une résonance très pure, sécurisante. Y marcher, déjà, élève l'esprit.

Avant de participer à la soirée de «son sacré», Eric Dardenne conseille de parcourir le labyrinthe, un chemin en spirale qu'un jeune jardinier a tracé à la tondeuse devant une fontaine prise dans la roche.

Les soirées dans la salle à côté de l'étang, au sous-sol de la maison Colomb, sont ouvertes au public. Eric Dardenne ne sait jamais combien de participants se déplaceront pour l'écouter.

«Je fais confiance. Il y a trois ans, j'ai senti que je devais élargir ma pratique et proposer des séances en groupe. L'engouement va croissant...»



1 RESPIRER

En inspirant, on lève les bras, on remplit ses poumons au maximum. On expire en relâchant tout le corps, les bras jusqu'au sol, on vide les poumons, on se nettoie. On remonte en étendant la colonne, vertèbre après vertèbre.

2 PARTAGER
L'énergie circule, on commence d'émettre des sons, en se balançant, tous ensemble, d'un pied sur l'autre. On s'ancre dans le sol et on s'ouvre, par le chant, vers le ciel, avant de chanter tous ensemble.



3 LÂCHER-PRISE

Eric Dardenne chante... Les participants se détendent. Pensées, émotions vont leur chemin, comme dans un rêve.

► www.sonsacre.ch

► www.fontaine-andre.ch