

Respirer pour Exister

La lumière s'éteint, le silence emplie la salle et une ambiance particulière alors s'installe. Progressivement, chaque spectateur est enveloppé d'une douceur venue d'ailleurs, d'une écoute singulière, d'un amour infini...

Les regards dans la salle cherchent à savoir ce qui va se passer, puis, toujours dans le silence, une silhouette bleue apparaît. Elle avance jusqu'au centre de la scène. Ses pas sont légers mais enracinés comme un vieux chêne. Son allure est libre et centrée. Le corps avance, tourne, saute, rétréci son cercle, ralenti. La robe bleue danse autour de son axe et laisse s'échapper le rythme religieux de la respiration d'un homme unique en quête de vérité : Michel Raji est là, devant nous, humble et majestueux !

Dieu de l'univers qui règne sur nous et nous envoi la Paix,

Ange gardien d'un temple dont lui seul a la clé,

Guide spirituel,

Danseur chorésophe,

Poète dont l'âme a déjà traversé des générations et des cultures,

Michel Raji nous fait rentrer dans sa danse de vie universelle :

Celle qui tourne pour arriver à l'essentiel,

Celle qui chante pour aimer,

Celle qui nous enivre pour nous confronter,

Celle qui nous entraîne pour nous transporter,

Celle qui avance sans bouger,

Celle qui est profondément vraie.

Les sons de son corps et de son esprit rythment les pas de cette performance artistique sublime d'esthétique, telle une méditation continue élévatrice.

A travers ses spectacles et son enseignement, Michel Raji m'a transmis un patrimoine vital qui a changé ma vie. Il m'a appris à respirer, comme l'on doit respirer pour vibrer. Il m'a apporté une nouvelle conscience de mon corps, avec un schéma corporel dénudé et libéré. Moi, la femme impatiente, la musicienne angoissée, la thérapeute sensible, la mère téméraire, j'ai suivi ses pas pour découvrir toutes les limites que La Respire m'offrait. Michel Raji a fait respirer mon corps, a gommé mes cicatrices, a fait sortir mes émotions contenues depuis trop longtemps, m'a aidé à vivre ma sensualité de femme, m'a montré que tous nos organes sont vivants, et m'a fait entendre ma voix pour écouter ma voie.

Notre première rencontre fut un regard qui lit tout, un sourire chaleureux et rassurant, une main tendue qui m'a invitée à former un cercle en groupe. Mais l'énergie collective était trop intense pour que j'arrive à l'accepter entièrement dès ma venue. J'ai d'abord senti du dégoût avec une promiscuité agressive.

Alors, grâce à sa force dans l'instant présent, à son expérience des corps et à sa lecture pointue et bienveillante de l'Autre, Michel Raji m'a apprivoisée. Mes pas ont emboîtés les siens, le rythme de nos foulées et le son de nos respirations montantes et descendantes sont devenus un mantra que nous répétions en boucle.

*HIA HIA HIHIA HIHIAAAA HIHIAAAA
HIA HIA HIHIA HIHIAAAA HIHIAAAA
HIA HIA HIHIA HIHIAAAA HIHIAAAA*

C'est alors que mon esprit contrôlé a lâché prise, permettant au corps de s'exprimer et ainsi d'avancer dans ce voyage intime au cœur du Moi.

Au fur et à mesure des journées de stage intensif, nous poussions toujours plus loin les limites du possible : improvisation libre, rythme, danse tribale, respiration basse, medium et haute, techniques du tournoiement...

Nous dansions au rythme du tambour, libres de toute technique, de tout jugement avec comme seul référent et obsession cette respiration qui guide chacun de nos mouvements.

Enfin, l'expression ultime du corps épanoui, fut le tournoiement : le regard souple et fixé vers le bas, la respiration régulière, les pieds collés au sol comme un socle stable, et les bras ouverts comme offerts au monde, j'ai tourné, tourné, tourné avec une joie immense. Tel un oiseau léger j'ai voyagé. J'ai survolé les montagnes d'un pays jusqu'alors inconnu...

Aujourd'hui, j'ai compris que cette « Res – pire » m'est essentielle, que le tournoiement vient de « Tour –ner » où « Tout – naît ».

J'entends les gens respirer dans la rue, en voiture, chez eux.... Je les sens rire ou souffrir, je bas du pied le rythme d'un joggeur qui passe, je chante la vie au quotidien, j'écoute et compte mes pas !

Dans mon environnement professionnel, j'écoute mes patients au plus profond de leur Etre, j'anticipe leurs blocages physiques et psychiques, je sais conseiller une voie ou une autre. L'enseignement de Michel Raji m'a permis de me rencontrer, de me confronter, pour sortir de moi-même et prendre le recul qui m'était nécessaire.

Je vous encourage tous à Respirer pour Exister !

L'Inspire de Michel Raji nous habite tous. A nous d'appivoiser notre force de vie et de la faire tourner pour nous élever...