



C'est du vécu !

Prendre le temps de vivre

par René Kaenzig

Tout va très vite ... tout va trop vite! La dynamique à laquelle nous sommes confrontés au quotidien sur tous les fronts devient inhumaine. Le souci de bien faire les choses nous pousse à la course et même à la concurrence et à la compétition. Cela est devenu un facteur incontournable de la vie professionnelle. C'est devenu une valeur fondamentale de la société actuelle qui malheureusement résulte aussi en un cauchemar quand on est empreint d'un désir de perfection.



À la clé, on y trouve peut-être le bonheur, la satisfaction ... mais aussi parfois l'accident avec le risque d'occasionner de graves dégâts. On joue avec un équilibre délicat qui n'est pas facile à maintenir dans la durée.

Si l'on est conscient de se retrouver dans cette situation d'équilibrisme qui ronge notre énergie, il est possible d'engager des mécanismes de protection et, dans la foulée, de se ressourcer. La relation et le vécu étroit avec la nature peut être un des éléments qui permet de remettre l'être humain au centre de ses préoccupations. C'est exactement ce lien privilégié avec la nature qui me permet personnellement de retrouver un équilibre physique, mais aussi un équilibre intérieur ... et même contemplatif. *C'est du vécu!*

La période de chasse me permet de sublimer cette relation avec la nature. Nos rythmes respectifs se synchronisent. On ressent à fleur de peau l'énorme richesse qu'elle représente. Il s'engage alors une phase de convection et de complicité intense. Au final, nous formons un tout, une seule entité. La nature nous ouvre ses bras et s'offre à nous sans équivoque. Arrivé à ce stade, j'engage mon action de chasse. Je me rends invisible. Je me laisse absorber et me fais oublier par l'environnement immédiat.

Revenons à la case "départ": tout va très vite ... tout va trop vite! Mais pardi, prenons donc le temps de vivre. J'en avais définitivement besoin. Et c'est justement cette décision que j'ai pris au mois de septembre passé. J'ai pris le temps de vivre. Mais comment donc?



Sculptures éphémères sur les rives de la *Kander* dans le *Gasterntal* (BE)

Comme déjà mentionné ci avant, la nature et la chasse en particulier me permettent de m'éloigner des soucis du quotidien. Je peux faire le vide autour de moi pour ne penser qu'à moi et qu'au moment présent.

"Prendre le temps de vivre" pour aller à son propre rythme. Cela n'a rien à voir



avec une éventuelle fainéantise. Aller à son rythme, c'est justement mettre son bien-être au centre de ses propres préoccupations. C'est avec cet état d'esprit que je me suis rendu cet automne à la chasse. Et j'ai pris le temps ...



Se remettre au rythme de la nature me fut d'un grand bien. J'ai réussi à m'imposer la rigueur de me déconnecter du monde (dans tous les sens du terme). J'ai redécouvert les paysages que j'avais oubliés. J'en ai même oublié que j'étais à la chasse. J'ai rechargé mes batteries internes et j'ai définitivement pris la résolution de remettre cela plus souvent au programme de mes activités favorites.



Les falaises du *Doldenhorn* (BE)