

ROMAN BIEN-ÊTRE

Patrice Bouchardon

# À l'écoute des arbres je me suis rencontrée

Le roman initiatique  
pour aller à la  
rencontre de soi

Par l'auteur du best-seller  
*L'Énergie des arbres*

LE D U C . S  
P R A T I Q U E

« — Oui, abandonne-toi, Juliette. Tu commences à accéder à une dimension qui te met en contact avec la grandeur de ta vie. Laisse se dérouler l'expérience, si tu fais cela, alors elle te réservera de grandes surprises. Assieds-toi, ferme les yeux et profite.

*Je m'assois au milieu des herbes. Un petit souffle d'air caresse mes joues. Je me sens disponible pour observer, regarder, me laisser surprendre, m'émerveiller.*

*La paix que je ressens... c'est ça qui me surprend le plus. Pas un bruit. J'essaie de ne pas bouger et de respirer le plus doucement possible afin de conserver la pureté de l'instant. »*

Juliette a tout pour être heureuse : des amis, un compagnon, un travail... Pourtant, elle ressent comme un vide intérieur et se sent triste, sans savoir pourquoi. Au cours d'une balade en forêt, entourée d'arbres majestueux, elle fait la connaissance du Génie, une voix mystérieuse qui s'adresse à elle et semble bien la connaître. Elle ne le sait pas encore, mais sa vie va en être bouleversée.

Au contact de la forêt, aidée par le Génie, elle va se connecter peu à peu à sa force intérieure et emprunter un nouveau chemin, celui qui mène à la rencontre d'elle-même. Et si la découverte des arbres était un formidable voyage intérieur ? Laissez-vous envoûter par l'appel de la forêt et ses leçons de sagesse...



**Patrice Bouchardon** entretient depuis de nombreuses années un contact privilégié avec la nature et sait entrer en contact avec les arbres. Il trouve en eux des ressources énergétiques en rapport avec nos besoins fondamentaux de transformation et d'évolution. Il est l'auteur de *L'Énergie des arbres* (éditions Le Courrier du Livre, 1999), traduit dans le monde entier.

ISBN : 979-10-285-1078-7



9 791028 510787

**17 euros**

Prix TTC France

L E D U C . S  
P R A T I Q U E

design : Élisabeth Chardin  
couverture : © iStock

RAYON : DÉVELOPPEMENT  
PERSONNEL

À L'ÉCOUTE DES ARBRES  
JE ME SUIS RENCONTRÉE

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

**<https://tinyurl.com/newsletterleduc>**

**Découvrez aussi notre catalogue** complet en ligne sur  
notre site : **[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les  
réseaux sociaux.



Conseil éditorial : Pascale Senk

Suivi éditorial : Gwénola de Chantérac

Maquette : Patrick Leleux PAO

Correction : Marie-Laure Deveau

Illustrations : Fotolia

© 2018 Leduc.s éditions

29, boulevard Raspail

75007 Paris – France

ISBN : 979-10-285-1078-7



Patrice Bouchardon

# À L'ÉCOUTE DES ARBRES JE ME SUIS RENCONTRÉE

Le **roman** initiatique  
pour aller à la  
rencontre de soi

L E D U C . S  
P R A T I Q U E



# LA FORÊT DE COINVERS

## 1

**J**e gare ma voiture à la lisière de la forêt de Coinvers. Je suis seule sur le parking. Me voilà décidée. Non seulement les photos que j'ai vues sur Pinterest m'ont fait rêver, mais tous les médias en parlent, et Marie-Charlotte, ma meilleure amie, en a déjà fait l'expérience : la forêt est bénéfique pour notre bien-être, notre santé physique et notre équilibre intérieur. « Ils l'ont dit à la télé ! »

Je consulte le plan affiché à l'extrémité du parking. Pourvu que je ne me perde pas, moi qui n'ai aucun sens de l'orientation. Voyons comment s'oriente la carte. Ah oui, le nord est indiqué. Mais sur le terrain, où se trouve-t-il ? Heureusement, les balades sont répertoriées avec les distances estimées. Il y en a une de cinq kilomètres ! Mais c'est énorme, c'est presque un marathon ! Il y en a une autre de trois kilomètres. C'est suffisant pour un début et puis, si je me perds, les secours me retrouveront plus facilement.

Ces tergiversations déclenchent en moi un dialogue intérieur. C'est souvent ce qui m'arrive lorsque j'hésite ou que je suis confrontée à une situation nouvelle. Cela me permet

d'explorer et de clarifier les différentes possibilités qui s'offrent à moi. Je trouve enrichissantes ces introspections. Ce dialogue est généralement conscient, mais j'ai parfois la sensation qu'une partie de ce que je me dis provient de mon inconscient profond.

Cette habitude m'est venue lorsque, enfant, j'établissais une relation imaginaire avec les arbres du parc qui entouraient notre maison de Saint-Huc. Lorsque j'étais dans l'embarras ou que je m'interrogeais, j'entamais une sorte de conversation avec certains arbres que je sélectionnais soigneusement – en fonction de leur aspect, de leur silhouette, de leur capital sympathie – en les appelant « Gugu ». Je faisais les questions et les réponses, mais cela suffisait à me reconforter. Je ne quittais jamais un arbre sans un « merci Gugu », la politesse tenant une place importante dans l'éducation de mes parents.

À cet instant, la tâche consiste à choisir entre ces trois ou cinq kilomètres. Cinq, c'est tout de même beaucoup !

— Ma grande Juju, je te trouve un peu timorée ! Tu es bien capable de marcher cinq kilomètres sur le tapis roulant de ton club de gym ! Alors pourquoi doutes-tu de ta capacité à faire cinq kilomètres dans cette forêt ? Allez ! Haut les cœurs ! Pourquoi ne te fais-tu pas plus confiance ? Tu ne risques rien.

C'est facile à dire. Et si je me perds ? Il faut y penser ! C'est risqué de se promener seule dans cette forêt inconnue. Je vais prendre mon portable, on n'est jamais trop prudent. Aïe, il ne me reste plus beaucoup de batterie, j'espère que ce sera suffisant.

— Tu n'es pas au cœur de la forêt amazonienne, il n'y a ni bêtes féroces, ni serpents venimeux, ni araignées mortelles !

La petite Juju qui est en toi est effrayée. Mais la grande Juju, elle, peut s'aventurer dans cette épreuve la tête haute, ne crois-tu pas ? Tu vois que tu dois encore grandir. L'endroit te semble menaçant, car il ne t'est pas familier, contrairement au parc de la maison de Saint-Huc où tu as été élevée. Tu as peut-être vécu à côté des arbres, mais tu ne t'es jamais enfoncée dans l'intimité de la forêt. Il faudrait que tu y songes enfin !

Allez, en route. J'ai finalement opté pour celle de trois kilomètres. Le début de ma promenade est agréable et se déroule bien ; le sentier que j'emprunte est praticable malgré quelques cailloux. Je fais attention à ne pas marcher dessus, car je pourrais me tordre les chevilles, moi qui les ai fragiles depuis mes accidents de sport. Ce serait bien ma veine de me blesser et de n'avoir personne pour m'aider.

J'ai déjà mal aux pieds. Mes nouvelles baskets sont belles mais pas vraiment confortables. J'aurais dû prendre les bleues, elles étaient plus chères mais certainement mieux adaptées. Tant pis.

Depuis combien de temps est-ce que je marche ? Je me retourne et je ne vois plus le parking. Ça y est, je suis au fond de la forêt. Combien de kilomètres ai-je parcourus ? Je vais pouvoir raconter mon périple à Marie-Charlotte.

Alors que le chemin était jusqu'à maintenant engageant, voici qu'un tournant me réserve une surprise : une grande flaque de boue s'étale sur toute la largeur du chemin et m'empêche d'avancer. Il faut que je fasse demi-tour. Ah non ! Impossible. Je ne pourrai jamais avouer à Marie-Charlotte ni à mes autres amies que j'ai renoncé. Qu'est-ce que je vais bien pouvoir faire ? Je ne peux pas marcher dedans, mes baskets ne le supporteraient pas. J'aurais dû acheter des



chaussures de randonnée, elles auraient été plus adaptées à ce genre d'expédition. Et puis je commence à avoir soif et je n'ai même pas pensé à prendre une bouteille d'eau. Il faudra que je passe au supermarché pour en acheter. J'en profiterai aussi pour prendre du beurre. Non. Plutôt de la margarine allégée, c'est meilleur pour la santé et ça fait moins grossir.

— En attendant, Juju, comment vas-tu faire pour dépasser cette flaque marécageuse ?

Je tente de la contourner par les côtés, mais mes pieds s'enfoncent dans le sol. Chacun de mes pas fait un bruit de succion, et la boue manque systématiquement d'aspirer mes chaussures et de m'engloutir.

Après quelques minutes d'effort, je retrouve un sol sec, mais mes baskets sont pleines de terre et le bas de mon pantalon est tout maculé. Les deux sont bien assortis.

— Eh bien voilà, ce n'était pas si compliqué ! Tu y es arrivée toute seule et tu n'as même pas été avalée par la flaque, comme tu le pensais. Finalement, tu es une grande Juju, même si tu restes bloquée sur l'idée que tu es petite.

Je finis par arriver à un carrefour. Zut, je n'ai pas de carte pour savoir où aller. Dans quelle direction est la sortie ? Je vois plusieurs traits jaune et rouge sur les troncs des arbres, mais je ne sais pas à quoi ils correspondent. J'aurais dû regarder sur le panneau, il me semble que c'était expliqué. Ça y est, je suis perdue. Je croyais être sur le bon chemin, mais j'ai maintenant l'impression de m'enfoncer dans un monde inhospitalier et incertain. Je dois être à la frontière du pays depuis le temps que je marche. Heureusement, un peu plus loin, j'avisé un panneau de signalisation. Bonne nouvelle, une flèche blanche pointe en direction du parking. Je m'engage dans le chemin correspondant. Après plusieurs centaines

de mètres, un doute me vient : peut-être qu'il y a plusieurs parkings et que cette voie m'éloigne du mien ?

— Ma grande Juju, tu as fait ce choix, alors fais-toi confiance ! Arrête de te laisser accabler par tes doutes.

Le ciel commence à s'obscurcir. Pourvu qu'il ne pleuve pas ! J'ai oublié mon parapluie quelque part, je me demande si ce n'est pas chez Marie-Charlotte. Je vais l'appeler pour m'en assurer. L'écran de mon portable s'allume et affiche un triangle avec un point d'exclamation. Pas de réseau ! Je ne suis donc pas en sécurité ici. Je commence à angoisser. Et si je glissais dans un fossé ? Et si je restais embourbée dans un marigot ? Je ne pourrais pas appeler les secours.

— Et si le ciel te tombait sur la tête, et si un dinosaure sortait du bois, et si, et si... Tout ce que tu te dis est typique de la petite Juju. C'est pour quand la confiance, ma grande Juju ?

Après un croisement, j'aperçois au loin un homme qui marche dans ma direction. Sûrement un pervers ou un violent. Il va m'agresser ou me dévaliser, c'est certain. Je serre mes poings et retiens ma respiration, prête à affronter le pire. En plus, il se met à courir. Il va me sauter dessus, se jeter sur moi comme une bête sauvage. En réalité, il arrive à ma hauteur et me salue d'un « bonjour » courtois. Je respire. Dès qu'il m'a dépassée, je me retourne pour voir s'il ne s'agit pas d'une ruse, mais il poursuit sa course tranquillement. Je l'ai échappé belle.

— Qu'est-ce que tu craignais au juste ? Tu n'es pas la seule à profiter des bienfaits de la forêt, tu sais. Tout le monde n'a pas les idées mal placées.

Je finis par distinguer des voitures au travers du feuillage vert tendre des arbres. J'ai enfin atteint le parking et

j'aperçois la mienne ! Je prends mon portable pour voir si j'ai du réseau et pour dire à Marie-Charlotte que, moi aussi, j'ai vécu « l'expérience de la forêt ». J'imagine déjà une conversation avec elle : « Ma chérie, c'était incroyable ! J'ai fait une grande randonnée aujourd'hui. Ah oui, toi aussi ? Ils ont bien raison, à la télé, c'est dingue. Ça fait du bien et c'est bon non seulement pour la santé mais aussi pour la tête. On ne croirait pas que c'est aussi vivifiant... hein ? Des arbres ? Euh oui... il y en a beaucoup. De la boue aussi. Combien de kilomètres ? Sur la carte, il était indiqué trois kilomètres mais ils ont dû se tromper, j'en ai fait au moins dix, voire quinze. Oui, en trois quarts d'heure, j'ai marché vite. Et encore ! J'ai dû traverser un marais et j'ai même failli me faire violer. C'est quand même risqué, tu ne trouves pas ? »

Je me rends compte que je ne suis pas tout à fait honnête envers moi-même... Près de ma voiture, alors que j'étais prête à rentrer à la maison en passant par le supermarché, j'avise un banc et je m'y installe, car j'ai besoin de faire le point.

La forêt permet le repos du corps et de l'esprit ? Certes, j'ai vécu un moment de loisir, mais qu'en est-il de l'esprit ? Je suis agitée par toutes ces émotions négatives que j'ai vécues. Doutes, peurs, hésitations, et bien plus encore. Je me sens bien loin de toutes les promesses que ce contact avec la forêt annonçait.

Pour ce qui est du repos du corps, ce n'est pas concluant non plus : j'ai mal aux jambes, des ampoules aux pieds à cause de mes nouvelles baskets et maintenant, en essayant de chasser des insectes, je viens de me faire piquer par une guêpe.

Je serais bien plus tranquille à la terrasse d'un café à profiter du soleil avec une amie, sans les insectes, sans les moustiques, sans la boue et sans les itinéraires incertains.

La question qui me vient alors à l'esprit n'est plus de savoir si je vais acheter de la margarine ou du beurre. Non, c'est de savoir si je reviendrai dans la forêt. Est-ce que ça en vaut vraiment la peine ?





## UNE VOIX MYSTÉRIEUSE

### 2

**J**'ai passé plusieurs jours avec la ferme intention de ne plus aller saccager mes baskets et mon bas de pantalon, ni de me faire piquer par les moustiques et les guêpes, ni de risquer de me perdre ou de me faire violer. Je me trouvais très bien chez moi, la fenêtre ouverte sur les jardins du quartier, profitant de la douceur du printemps.

Pourtant, la certitude de mon renoncement s'effrite progressivement.

— Ma grande Juju, ta première expérience ne t'a pas convaincue mais ton refus est un peu brutal, tu devrais rester ouverte sans condamner aussi catégoriquement. Pourquoi n'accepterais-tu pas de retourner dans la forêt ?

Ce qui est bizarre et agaçant avec ces dialogues intérieurs, c'est que, parfois, on se dit des choses que l'on n'aime pas entendre.

— Alors, quand y retournes-tu ?

Avec un grand soupir, je me décide à donner une nouvelle chance à la forêt, mais elle doit me montrer ce qu'est le repos du corps et de l'esprit.

Après avoir parcouru les quelques kilomètres qui séparent mon domicile de Coinvers, je me plante devant la carte d'orientation et réfléchis sur l'itinéraire à choisir. Lors de mon premier périple, j'avais exploré un trajet ; aujourd'hui, je cherche une nouvelle option.

Mais derrière cet acte banal émerge une portée symbolique à laquelle je ne m'attendais pas : la carte me précipite brutalement dans mon moi intérieur. Les nombreux chemins que je pourrais emprunter dans la forêt prennent soudain une signification dans ma vie quotidienne, et je vois tous les obstacles qui se dressent devant moi. Je me pose beaucoup de questions et me sens bourrée d'hésitations.

Dois-je continuer à venir en espérant y découvrir je ne sais quoi ou me contenter de me balader comme tous les bons promeneurs du dimanche ? Ou dois-je plus simplement utiliser ce temps pour faire autre chose ? Apprendre le piano ? Me perfectionner en anglais ? Prendre des cours de cuisine moléculaire ? Est-ce que je m'épanouis dans mon métier de préparatrice en pharmacie ? Est-ce que c'est vraiment fait pour moi ? Quel avenir espérer de ma relation avec mon compagnon Guillaume ? Est-ce que je l'aime vraiment ? Dois-je changer de ville ? Partir à l'étranger ?

Dès que j'essaie de me concentrer sur le panneau indicateur, ce ne sont pas des questions qui déferlent par vagues successives dans ma tête, mais bien un tsunami d'interrogations. Tout cela s'impose à moi sans que je puisse faire quoi que ce soit. Vu ce qui m'arrive, si j'y ajoutais des réflexions, ce ne serait plus un tsunami, mais l'apocalypse.

Alors que je suis noyée sous ce déluge, j'entends une voix douce qui me murmure : « Juliette, Juliette... »

Un rapide coup d'œil derrière le panneau d'affichage m'indique que personne ne s'y trouve. Je regarde sous ma voiture, garée tout près, et j'en fais le tour afin de débusquer le plaisantin. Mais là, rien de plus. Je suis seule sur le parking.

Pourtant, de nouveau, j'entends :

— Juliette, Juliette...

Je tourne ma tête dans toutes les directions pour savoir d'où vient cette voix. Mais je ne détecte aucune présence. Ce n'est pas un appel, mais plutôt un chuchotement qui ne provient d'aucune direction précise. Le son m'entoure.

— Juliette, Juliette...

Cette voix qui vient de partout et de nulle part m'intrigue. Ce ne peut être qu'une blague, une caméra cachée. Je regarde plus attentivement autour de moi, fouillant du regard la lisière de la forêt pour surprendre le farceur qui s'y cache. Mais je ne vois toujours personne.

Qui peut s'adresser ainsi à moi ? Quelqu'un qui connaît mon prénom ne peut être qu'un proche, un familier... ou un détective. J'écoute plus attentivement pour tenter d'identifier l'auteur de l'appel. Je n'arrive pas à déterminer s'il s'agit d'un homme ou d'une femme...

Paradoxalement, au fur et à mesure que le mystère s'épaissit, je me sens de plus en plus détendue, paisible, car cette voix me berce et apaise le flot de questions qui menaçait de m'engloutir.

Je reprends la consultation de la carte, mais la voix se répète et, malgré cette paix qui l'accompagne, je me sens un peu déroutée.

Comme je suis seule dans le coin, je me risque à demander à voix haute :

— Qui m'appelle comme ça ?

N'ayant aucune réaction et ne voyant toujours personne, je crie plus fort :

— Hé oh !

Seul le silence me répond.

Je retiens mon souffle et focalise mon ouïe sur les bruits environnants. Ça me semble logique, car c'est bien par les oreilles que l'on entend ! Mais la logique sur laquelle je cherche à m'appuyer se montre défaillante. Plus je me concentre sur mes oreilles, plus je réalise que les appels viennent de mon corps. Ce n'est pas possible !

Une chaleur inhabituelle envahit ma poitrine ainsi que des vibrations inconnues.

— Tu dérailles, me dis-je.

Je redouble d'attention, mais l'appel suivant me le confirme, le son vient bien de mon être le plus profond.

La prise de conscience de cette réalité déclenche en moi un frisson qui parcourt toute ma colonne vertébrale. Il envahit mes avant-bras, et mes poils se dressent. Je n'aurais jamais pensé en avoir autant ! Des gouttes de sueur perlent dans mon dos. Même s'il fait un peu chaud en ce début de printemps, ce n'est pas un effet de la température.

« Juliette, Juliette... » Chacun de ces chuchotements m'enveloppe d'un nuage de douceur. C'est agréable, mais il s'agit d'une douceur inconnue et puissante : une douceur énergique. Voilà qui n'est pas banal... Mais d'où vient-elle ? J'aimerais bien le lui demander, mais je trouve stupide l'idée de poser une question à une voix qui n'appartient à personne.

— Moi, je parle avec des gens, pas avec l'homme invisible, me dis-je en souriant intérieurement.

Je gonfle ma poitrine pour voir si cela rend ces paroles plus présentes, afin de pouvoir en saisir la nature.

Cette voix qui vient d'ailleurs me semble familière et de plus en plus proche de moi. Au début, je la considérais comme étrangère. J'ai l'impression qu'elle squatte ma poitrine et j'ai bien envie de lui demander ce qu'elle fait là. Cependant, une intimité avec elle s'installe. Plus je l'entends, plus j'ai la sensation que je la connais. Comme si nous étions familiers.

Bien que je sois toujours intriguée, sa présence est assez rassurante, suffisamment pour que je m'aventure à entamer un dialogue :

— À part mon prénom, qu'es-tu capable de dire ? Pourquoi viens-tu m'habiter ? Tu as quelque chose dont tu voudrais me faire part ? Tu veux me poser des questions ?

J'attends, mais seul le silence me répond. Après tout, cette voix m'indique qu'elle sait parler, mais en fait elle sait juste prononcer mon prénom. Cela ne signifie pas qu'elle entend ce que je dis. Après quelques instants, alors que l'insatisfaction pourrait glisser vers le mécontentement, je réalise à quel point je suis calme. Le silence que m'impose la voix n'est pas pesant. Il n'est pas vide, mais laisse à l'essentiel le temps de s'installer, pousse à l'introspection et à la découverte de soi. Bien que je trouve cela étrange, cela devient presque naturel.

Dans ce contexte, ce silence est, en lui-même, une forme de réponse.

Puis elle vient, laconique mais fondamentale :

— Oui, Juliette. Nous avons beaucoup à partager.

Je ressens tant de familiarité et de proximité avec cette voix que je ne peux m'empêcher de lui demander :

— Ne serait-on pas de la même famille ?

— Tu ne crois pas si bien dire, Juliette.



## À L'ÉCOUTE DES ARBRES JE ME SUIS RENCONTRÉE

— Mais pourquoi es-tu venue t'installer dans ma poitrine ?

— Car c'est de là que tu peux m'entendre. Mes paroles font vibrer tes tympanes sur des fréquences trop subtiles pour que tu puisses les entendre avec tes oreilles. Tu constateras plus tard, lorsque tu auras approfondi ton expérience avec les arbres, que tu n'entends pas seulement avec tes oreilles, que tu ne sens pas seulement avec ton nez, que tu ne vois pas seulement avec tes yeux, que tu ne touches pas seulement avec ta peau. Cela peut te paraître bizarre, contradictoire avec tout ce que tu as appris ! Tu comprendras, alors, comment s'établit l'harmonie que tu ressens entre toi et moi. Nous sommes plus proches que tu ne l'imagines. Mais vous, les êtres humains, vous contentez d'une conception limitée de l'homme et du monde. Vous êtes tellement absorbés par vos cinq sens et votre dimension physique que vous ne prêtez pas attention à ces niveaux supérieurs auxquels vous pourriez pourtant avoir accès. Pour entrer dans le mystère des arbres et pour percevoir l'aide qu'ils peuvent vous apporter, il est essentiel de vous rendre disponibles, de vous mettre à leur écoute. Ils sont animés par des vibrations élevées qui sont la source de leur vie. Elles sont d'ailleurs présentes en chacun de vous. Lorsque vous saurez établir le contact avec votre nature profonde et que vous en sentirez la réalité, vous accéderez à une compréhension de la vie élargie qui vous ouvrira des espaces nouveaux. C'est cela que les arbres peuvent vous apporter. Et c'est à votre portée ! Cette réalité est toute proche de vous. Elle est en vous. Il faut juste vouloir la rencontrer et vous commencerez à découvrir votre vraie nature, qui est bien au-delà de ce que la réalité physique vous laisse croire. Lorsque vous pourrez accéder à cette dimension de vous-mêmes, vous découvrirez que le monde est bien plus

que ce que vous imaginez ou percevez. Lorsque vous aurez conscience de tout cela, votre relation au monde changera. Et le monde changera !

— Je ne comprends pas tout. Tu sembles connaître beaucoup de choses que j'ignore. Tu es vraiment un génie ! Sors-tu d'une lampe magique comme ceux qui se proposent d'exaucer les vœux des humains ? Est-ce que je peux t'appeler « Génie » ? Je te devine un peu espiègle. Tu m'as fait marcher en ne répondant pas à mes appels. Tu es un génie, mais aussi un farceur. Je pourrais t'appeler « Farceur génial » ou « Génie farceur » . Non, attends, j'ai une meilleure idée. « Génie facétieux » c'est mieux ! Alors je vais devoir faire un vœu ? Je vais devoir choisir entre être riche, belle ou rencontrer le prince charmant ?

— Non, Juliette. Ça, c'est dans les contes de fées pour petites filles. Je vais t'apporter bien plus que cela.

— Vraiment ? Mon attention est à son comble.

— Tu sais, le plus beau cadeau que tu puisses recevoir, c'est de découvrir toutes les richesses qui dorment en toi. Celles dont je t'ai parlé précédemment. Tu n'imagines pas l'impact que les richesses que je te promets auront sur l'ensemble de ta vie.

Je reste à l'écoute, espérant que le génie m'en dise plus. Je suis un peu comme une enfant qui attend de pouvoir ouvrir ses cadeaux le matin de Noël. J'attends. Mais une fois encore, seul le silence me répond. Je comprends alors que le dialogue est terminé, car la sérénité et la proximité que je sentais avec le génie s'estompent progressivement. Un peu à la manière dont la mer se retire sur les longues plages de Vendée.

Parfois, certains films déclenchent en nous un flot d'émotions qui se prolonge même après avoir quitté la salle. Ils

laissent en nous une empreinte. C'est comme cela que je me sens. Je sens l'empreinte de ce que je viens de vivre. Cet épisode avec le Génie me laisse dans un état particulier. Dois-je dire « cet épisode » ou « cette rencontre » ? Car je n'ai rencontré personne au sens social du terme. Ce fut sur un plan différent. Les instants que je viens de vivre ne sont pas ordinaires et me laissent une sensation d'irréalité.

Sa présence était réconfortante et m'a donné beaucoup de force et d'amour, comme lorsqu'on est avec une amie, un amoureux, une personne avec qui on se sent bien. Le vide laissé par son départ me trouble beaucoup plus que je ne pourrais le croire. C'est bien un génie ! Il me fait le coup de Cendrillon qui perd d'un coup son carrosse et sa robe de princesse. J'ai besoin de trouver un réconfort, un soutien, j'ai besoin d'en parler avec quelqu'un, mais qui pourrait comprendre ?

Je me sens maintenant détentrice d'un secret qu'il va être délicat de partager sans risquer de passer pour une folle ou une illuminée. J'étais venue faire une balade en forêt, pleine d'enthousiasme. Maintenant, me voilà toute déconcertée. Bien que je me sente en paix intérieurement, je suis submergée par une avalanche de pensées contradictoires : croire et donner du crédit à ce que je viens de vivre, ou me dire que j'ai rêvé ; arrêter là l'expérience ou aller plus loin et voir où cela peut me conduire.

Je fais le tour du parking, marchant à pas mesurés, afin de ne pas troubler le flot de mes pensées et de rester disponible à la réflexion.

J'ai besoin de me ressaisir et décide d'aller m'asseoir un moment dans ma voiture. Le soleil a chauffé l'intérieur et l'atmosphère y est étouffante. Je laisse la porte ouverte avant de m'installer.

J'ai soif, je saisis la bouteille d'eau qui se trouve sur le siège passager. Elle est si chaude qu'elle mériterait de servir à la préparation d'une tisane ou d'un bon thé revigorant. Quelques gorgées m'hydratent, mais ne me rafraîchissent pas.

Un peu remise de mes émotions, j'avise un arbre de taille moyenne à quelques mètres de moi, un frêne à l'écorce lisse. Enfin, je pense que c'est un frêne, car il ressemble à l'un de ceux qui se dressaient dans le parc de la maison de Saint-Huc. En m'approchant de lui, je retrouve des sensations de mon enfance. Je me place contre son tronc et le prends dans mes bras, comme je le faisais avec l'un de mes « Gugu ». Je murmure à ce nouveau confident les troubles qu'a déclenchés en moi la rencontre que je viens de faire. Peut-il comprendre, lui qui est relié avec les niveaux supérieurs dont parlait le Génie ? Je n'en sais rien ! Donc j'arrête de lui expliquer en espérant que oui. Ce n'est pas de mots dont j'ai besoin, mais plutôt d'un réconfort, d'un soutien, d'une présence. Et ce bel arbre m'offre cette présence. J'ignore s'il me la donne consciemment ou si c'est moi qui la prends. J'en conclus que c'est plutôt l'échange qui me fait du bien. Je m'appuie contre le frêne, reposant mon front contre son écorce. Ce contact me revigore et m'aide à clarifier mes idées.

J'ai été perturbée par ce que je viens de vivre et j'ai besoin de prendre un peu de recul par rapport à tout cela. Au fur et à mesure, la situation me semble plus claire. Je profite de cette clarté pour me détendre et, surtout, être plus disponible pour accueillir ce qui vient.

La réalité physique et matérielle du monde est la seule qui soit réellement valorisée dans nos sociétés. Cela se résume à

## À L'ÉCOUTE DES ARBRES JE ME SUIS RENCONTRÉE

observer cet aspect et à ignorer soigneusement tout ce qui en dépasse.

Pourtant, le Génie vit bien quelque part, puisqu'il est capable de me parler et qu'il semble connaître nos problèmes d'humains. Mais où vit-il ? Sur quel plan est-il présent ? Sous quelle forme y est-il ? Toutes ces questions titillent ma curiosité.

Si je ne peux observer ce niveau de réalité, je peux au moins l'imaginer. Il doit certainement en exister d'autres que celui que nous connaissons sur le plan terrestre et sur lesquels existent l'intelligence et la subtilité.

## UN SECRET

### 3

**J**e passe les journées suivantes à réfléchir, afin de digérer la rencontre avec mon Génie facétieux. Non seulement je vais devoir apprendre à vivre avec ce secret, mais aussi à lui trouver une place dans ma vie.

Je suis curieuse de retourner dans la forêt, mais cette curiosité oscille souvent entre appréhension, enthousiasme et méfiance.

Parfois, je pense que ça va être une expérience formidable, faite de découvertes géniales, que ma vie va changer. Quelle chance de l'avoir rencontré ! Parfois, cette ardeur est émoussée par mon esprit cartésien. Je me dis que c'était une blague, que j'ai rêvé ! Pourquoi s'est-il adressé à moi plutôt qu'à Marie-Charlotte qui fait, elle, depuis des années, des balades dans la forêt et connaît plutôt bien les arbres ? Et Guillaume ? Pourquoi ne s'est-il pas adressé à lui ? C'est vrai qu'il ne va pas souvent dans la forêt. Mais avec son esprit de scientifique, comment aurait-il réagi ? Il l'aurait sûrement envoyé promener. D'ailleurs, c'est peut-être ça que j'aurais dû faire. Et qu'est-ce qu'il me veut, ce génie ? C'est peut-être une arnaque !

En fait, je ne doute pas, je m'interroge !

Sa présence est censée changer ma vie. Dans sa dimension philosophique et spirituelle, mais aussi dans mon quotidien. Ma vie va changer... Qu'est-ce que cela signifie ? Quand s'adressera-t-il à moi ? Si ça n'arrive que lorsque je suis dans la forêt, alors pas de problème, ça me donne un cadre. Je saurai que, lorsque je vais me balader à Coinvers, il m'attend « au coin du bois ». Mais s'il lui prend l'idée de venir s'immiscer dans ma vie quotidienne et de se mêler de mes affaires à chaque instant, ça va vite devenir insupportable.

Je m'imagine bien prendre un carré de chocolat et qu'il me fasse une réflexion : « Juliette, c'est le quatrième que tu manges, c'est beaucoup... » Et si le matin je m'habille en pantalon, il va me dire que ce serait mieux si je mettais une robe.

Je ne serai jamais entièrement détendue, car j'appréhenderai toujours qu'il vienne me donner des instructions ou des conseils au moment où il n'aurait rien à faire là, comme par exemple lors de mes instants d'intimité avec Guillaume... En plus, je penserais qu'à chaque seconde il est en train de nous regarder.

Malgré tout, je sens que ma vie prend un tournant. Cette rencontre avec le Génie est peut-être plus importante que je ne l'imagine. J'ai tout de même envie de partager cela avec des proches. Mon père ? Non, lui, il me prendrait un rendez-vous chez un de ses amis psychiatres, avec une lettre de recommandation. Mon frère ? Il va s'inquiéter et en parler aux parents et on retourne à la situation précédente.

Je pourrais en parler à Gugu. Mais ils doivent se connaître s'ils vivent sur les mêmes plans subtils, donc il ne sera pas nécessairement de bon conseil. Leur connivence peut les priver d'objectivité.

Avec M. Floridou, le pharmacien chez qui je travaille ? Malgré l'admiration que j'ai pour lui et l'amitié de nos échanges, je ne souhaite pas que cela empiète sur notre relation professionnelle. Je connais sa tolérance pour tout ce qui est humain, mais là, ça dépasse un peu l'entendement. Il y a quand même le risque qu'il ne comprenne pas, qu'il ne me croie pas. Si c'était le cas, cela ruinerait le lien que nous avons tissé, lui et moi, au fil des années. Et cette relation est trop harmonieuse et trop précieuse pour risquer de la ternir, voire de l'anéantir. Courir ce risque ne m'apporterait rien.

Alors que je suis perdue dans mes réflexions, la sonnette de la porte d'entrée m'annonce une visite impromptue. Marie-Charlotte apparaît en plein dans le cadre de la porte avec un magnifique sourire épanoui et un carton de pizza dans les bras.

— Tu as faim ?

— Oui, je n'ai pas mangé à midi. Je suis allée explorer la forêt, et il m'est arrivé des choses incroyables que j'avais envie de partager avec toi.

— Ah ! Toi aussi ?

C'est sans protocole que nous nous installons autour de la table et que nous découpons la pizza directement dans le carton.

J'avale goulûment une première part, ce qui m'évite de raconter ma rencontre avec mon Génie facétieux, mon GF. Parfois, lorsque je pense à lui, je m'amuse à l'appeler comme ça.

Marie-Charlotte en profite pour commencer son récit. Certes, elle a faim, mais son envie de me raconter ce qu'elle a vécu l'emporte.



Nous espérons que cet extrait  
vous a plu !



À l'écoute des arbres je me suis rencontrée  
Patrice Bouchardon



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous  
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,  
**invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LE D U C . S  
P R A T I Q U E