



Advent: The Way of Peace

Pratique spirituelle de l'Avent Semaine 1 : Visio Divina

Visio Divina nous invite à la pratique de la "vision divine". Soyez attentif à ce qui se passe en vous lorsque vous contemplez cette peinture, et prenez conscience de l'intention de l'artiste (imprimée au verso de cette page) si vous vous sentez guidé.

Processus de la Visio Divina :

S'Installer et scintiller

Respirez profondément. Faites descendre votre conscience jusqu'au centre de votre cœur. Installez-vous dans ce moment. Fixez l'image avec une attention douce. Libérez-vous de toute pensée ou attente.

Explorez tous les détails, les couleurs, les mouvements et les formes. Remarquez ce qui brille pour vous. Laissez votre regard se poser quelque part sur l'image.

Savourer et susciter

En restant sur ce qui scintille, fermez les yeux et laissez l'image se déployer dans votre cœur, en savourant votre expérience.

Faites de la place à l'intérieur pour que les images, les sentiments et les souvenirs s'éveillent. Comment votre corps réagit-il ?

Invoquer et servir

Déplacez lentement votre conscience vers un sentiment d'invitation ou d'invocation qui s'élève de votre méditation. Comment la prière qui s'élève en vous vous rencontre-t-elle à ce moment précis de votre vie ? Comment cette expérience pourrait-elle vous appeler à une nouvelle prise de conscience ou à un nouveau type de service ?

Ralentir et s'immobiliser

Relâchez tous les mots et toutes les images et ralentissez encore plus profondément.

Accordez-vous un temps de silence et d'immobilité. Inspirez et expirez la gratitude.

À la fin de votre prière, vous pouvez regarder une fois de plus l'image pour voir si vous y voyez quelque chose de nouveau.

En guise d'invitation à l'envoi, considérez la question de l'artiste : "Pouvons-nous faire l'expérience de la paix tout en faisant l'expérience de la vie ?

Déclaration de l'artiste- Alli Arnold

Peinture de l'Avent: Paix 2023

Alors que je commençais à imaginer ce que cette peinture pourrait être, j'ai passé du temps avec une partie de l'Ecriture de Marc pour cette semaine - "Restez éveillés". Je n'ai pas pu m'empêcher de ressentir l'appel à l'action contenu dans ces mots. Cette demande intentionnelle d'une meilleure connaissance de soi et la prudence aimante qui nous encourage à vivre dans un but précis et avec beaucoup de soin m'ont fait l'effet d'un rappel chaleureux. Au milieu de nos routines, qu'elles soient quotidiennes, saisonnières ou de toute une vie, restons-nous inconsciemment ou consciemment dans l'obscurité ?

J'ai ensuite consacré un peu de temps au thème général de l'Avent, "Le chemin de la paix". La première image qui m'est venue à l'esprit est l'allumage de la bougie de la paix et la façon dont elle illumine un espace inconnu. Il y a une flamme d'espoir à l'intérieur de cette lumière. Elle symbolise un chemin de paix qui doit être créé par chacun d'entre nous.

La paix.

Dans les moments honnêtes, la paix peut parfois sembler impossible.

C'est alors que j'ai commencé à réaliser ce que je voulais peindre...

Cette peinture est destinée à être expérimentée dans la création de ses trois couches et dans la façon dont elles fonctionnent ensemble et se construisent l'une l'autre.

La première couche commence par une toile vierge. Je commence par écrire « Restez éveillés » sur toute la surface. Je commence ensuite à remplir les formes géométriques créées par les lignes de ces lettres et de ces mots avec des couleurs froides. Ce sont les couleurs de la nuit, de l'obscurité, du mode de pilotage automatique qui peut nous endormir lorsque nous naviguons.

La deuxième couche commence alors, où j'écris à nouveau sur la toile. Cette fois, j'écris notre thème de l'Avent "Le chemin de la paix" et, avec la même technique, je commence à remplir les formes créées par ces mots. Mais cette fois, je le fais avec les couleurs de la flamme de la bougie de la paix. Les tons chauds et lumineux qui nous permettent d'espérer quelque chose de meilleur et de voir un avenir où la paix peut exister.

Il était temps de passer à la couche finale. Je voulais exprimer ma conviction que la paix n'existe pas seulement lorsque nous ne connaissons plus le chaos, les perturbations ou les conflits. C'est plutôt la respiration profonde qui nous enracine dans le moment présent. C'est l'étreinte qui nous étreint au milieu de toutes nos difficultés. C'est le fait d'être maintenu ensemble alors que nous nous sentons fragmentés et brisés dans le monde dans lequel nous vivons. Nous avons créé deux couches pleines de couleurs, de lignes et de formes, et il était temps de faire taire tout cela dans un silence de blanc. Il était temps de nous rappeler que nous ne vivons pas une expérience humaine sans épreuves et tribulations mais plutôt comment embrasser pleinement chaque couche pour ensuite nous envelopper dans une couverture de paix véritable ? C'est exactement ce que fait la dernière couche de cette peinture : tout ce qui se passe sous la surface, tout ce qui est là et qui a été à la base de cette œuvre est maintenant recouvert de couches de peinture blanche. Quelques couleurs et textures apparaissent ici et là sur la toile, comme c'est le cas dans notre vie. Mais chacun d'entre nous a une connaissance profonde et une connexion à la forme la plus vraie de la paix à travers le Divin. Cela vit déjà en nous et centre fortement la paix dans nos cœurs. Au milieu du bruit et du désordre, tout est recouvert d'une présence calme et aimante. Au fond, la paix peut encore être désordonnée, colorée et imparfaite. Mais elle est là, dans notre inspiration, dans la pause, dans le souvenir que nous sommes vraiment connectés dans la Paix. Elle est là dans notre acceptation des couches de chacun et dans l'expiration collective de toutes les attentes et de tous les jugements.

Je ne pense pas que cette imagerie ressemble à une peinture traditionnelle de la paix ou même de l'Avent. Mais je pense que cela fait partie du chemin que nous devons parcourir pour comprendre notre rôle dans la paix et comment elle existe aussi dans la lutte. Il se peut que le tableau soit différent de ce que nous attendons. Il peut avoir des couleurs vives et des débuts désordonnés, mais il peut aussi être aussi simple que la pause que vous prenez dans ce nouveau moment pour respirer profondément et être pleinement présent. Il s'agit d'une exploration de la question suivante : "Pouvons-nous faire l'expérience de la paix tout en faisant l'expérience de la vie ?