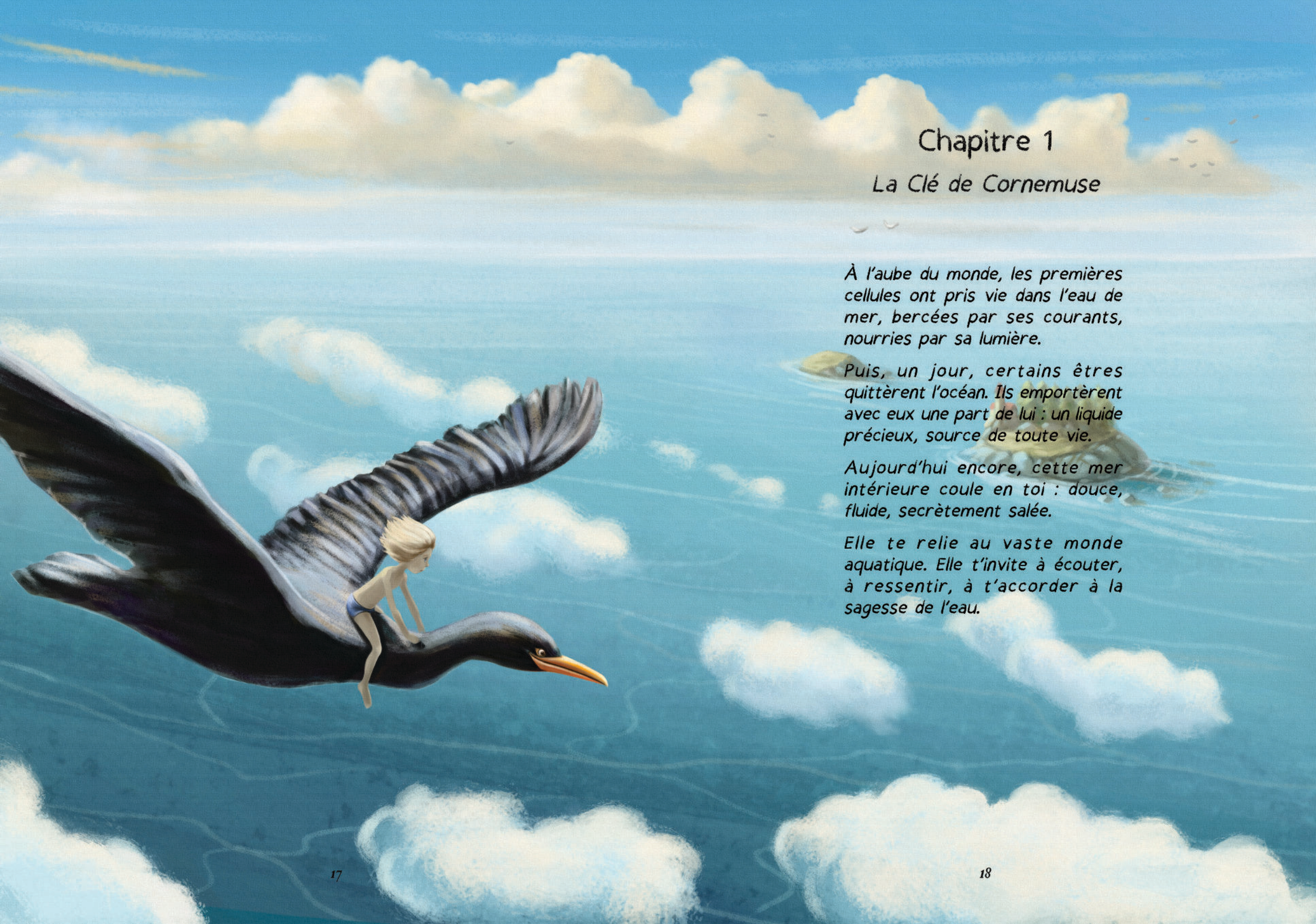


Chapitre 1

La Clé de Cornemuse

À l'aube du monde, les premières cellules ont pris vie dans l'eau de mer, bercées par ses courants, nourries par sa lumière.

Puis, un jour, certains êtres quittèrent l'océan. Ils emportèrent avec eux une part de lui : un liquide précieux, source de toute vie.

Aujourd'hui encore, cette mer intérieure coule en toi : douce, fluide, secrètement salée.

Elle te relie au vaste monde aquatique. Elle t'invite à écouter, à ressentir, à t'accorder à la sagesse de l'eau.



Cornemuse

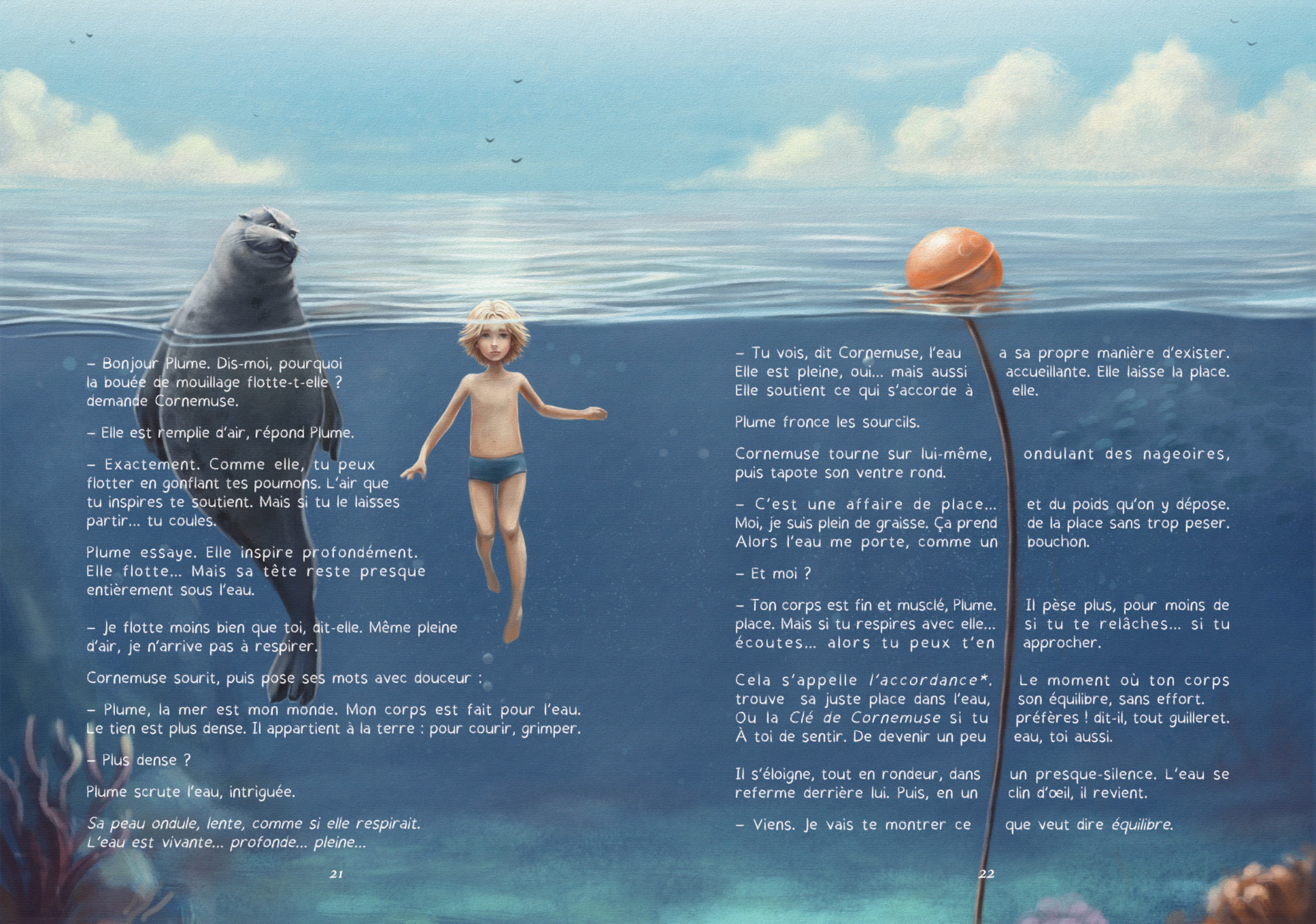
Cornemuse est un phoque musicien, dodu et joyeux. Il vit paisiblement dans les eaux calmes des mouillages, au pied du grand phare de l'île de Rag.

Après la pêche, il paresse souvent près de la cale*, dans les forêts de laminaires* ou de spaghetti de mer*. Là, il écoute, sans se lasser, le chant de l'océan.
Il parle beaucoup, rit souvent, et reste un peu trop gourmand. Mais cela ne l'empêche pas d'être souple et agile, comme un félin des mers.

Cornemuse aime se gonfler d'air, tourbillonner dans les profondeurs, puis remonter à la surface comme une montgolfière.

Il connaît le secret des corps portés par l'eau. Ce n'est pas une affaire de force, mais d'harmonie. Un accord juste entre le corps, le souffle... et l'océan.

À ses côtés, tu ressentiras, immersion* après immersion, comment flotter, comment couler, comment nager entre deux eaux. Tu découvriras ce que l'eau enseigne à ceux qui prennent le temps de l'écouter.



– Bonjour Plume. Dis-moi, pourquoi la bouée de mouillage flotte-t-elle ? demande Cornemuse.

– Elle est remplie d'air, répond Plume.

– Exactement. Comme elle, tu peux flotter en gonflant tes poumons. L'air que tu inspires te soutient. Mais si tu le laisses partir… tu coules.

Plume essaye. Elle inspire profondément. Elle flotte… Mais sa tête reste presque entièrement sous l'eau.

– Je flotte moins bien que toi, dit-elle. Même pleine d'air, je n'arrive pas à respirer.

Cornemuse sourit, puis pose ses mots avec douceur :

– Plume, la mer est mon monde. Mon corps est fait pour l'eau. Le tien est plus dense. Il appartient à la terre : pour courir, grimper.

– Plus dense ?

Plume scrute l'eau, intriguée.

Sa peau ondule, lente, comme si elle respirait. L'eau est vivante… profonde… pleine…

– Tu vois, dit Cornemuse, l'eau a sa propre manière d'exister. Elle est pleine, oui… mais aussi accueillante. Elle laisse la place. Elle soutient ce qui s'accorde à elle.

Plume fronce les sourcils.

Cornemuse tourne sur lui-même, ondulant des nageoires, puis tapote son ventre rond.

– C'est une affaire de place… et du poids qu'on y dépose. Moi, je suis plein de graisse. Ça prend de la place sans trop peser. Alors l'eau me porte, comme un bouchon.

– Et moi ?

– Ton corps est fin et musclé, Plume. Il pèse plus, pour moins de place. Mais si tu respires avec elle… si tu te relâches… si tu écoutes… alors tu peux t'en approcher.

Cela s'appelle *l'accordance**. Le moment où ton corps trouve sa juste place dans l'eau, son équilibre, sans effort. Ou la *Clé de Cornemuse* si tu préfères ! dit-il, tout guilleret. À toi de sentir. De devenir un peu eau, toi aussi.

Il s'éloigne, tout en rondeur, dans un presque-silence. L'eau se referme derrière lui. Puis, en un clin d'œil, il revient.

– Viens. Je vais te montrer ce que veut dire *équilibre*.

Cornemuse porte Plume sur son dos jusqu'à la bouée. Elle attrape le bout*, amarré dessous, qui file quelques mètres plus bas jusqu'au corps-mort.*

– Inspire profondément pour rester longtemps sous l'eau. Descends le long du bout en t'aidant de tes mains, lui conseille-t-il.

Plume, pleine de courage, se lance. Cornemuse nage tout près, attentif, tranquille. Mais ce n'est pas facile. Son corps flotte, attiré vers la surface, et toute cette eau au-dessus l'impressionne.

Ses poumons gonflés d'air la tirent vers le haut, vers la bouée de mouillage qui danse là-haut, dans la lumière.

Elle lutte, tire sur ses bras, s'agrippe. Elle descend. Pas jusqu'au fond. Mais elle descend.

Et c'est déjà beaucoup.

Mais ses poumons brûlent trop fort. Elle fend l'eau et remonte, pressée de retrouver l'air. En surface, elle inspire à grandes goulées, le cœur battant.

Cornemuse lui montre alors :

– Si tu ne fais rien, ton corps remonte tout seul. Il suffit de se laisser faire. Regarde. L'eau connaît le chemin.

Il sourit, se laisse porter.

Plume observe. Hésite. Puis elle se glisse sous la surface, le long du bout, prudente, concentrée. L'eau semble plus froide maintenant. Elle s'arrête. Cornemuse l'attend, tout près, immobile, confiant. Alors, elle se relâche un peu. Son corps s'allège, s'élève... très doucement. C'est l'eau qui la soulève.

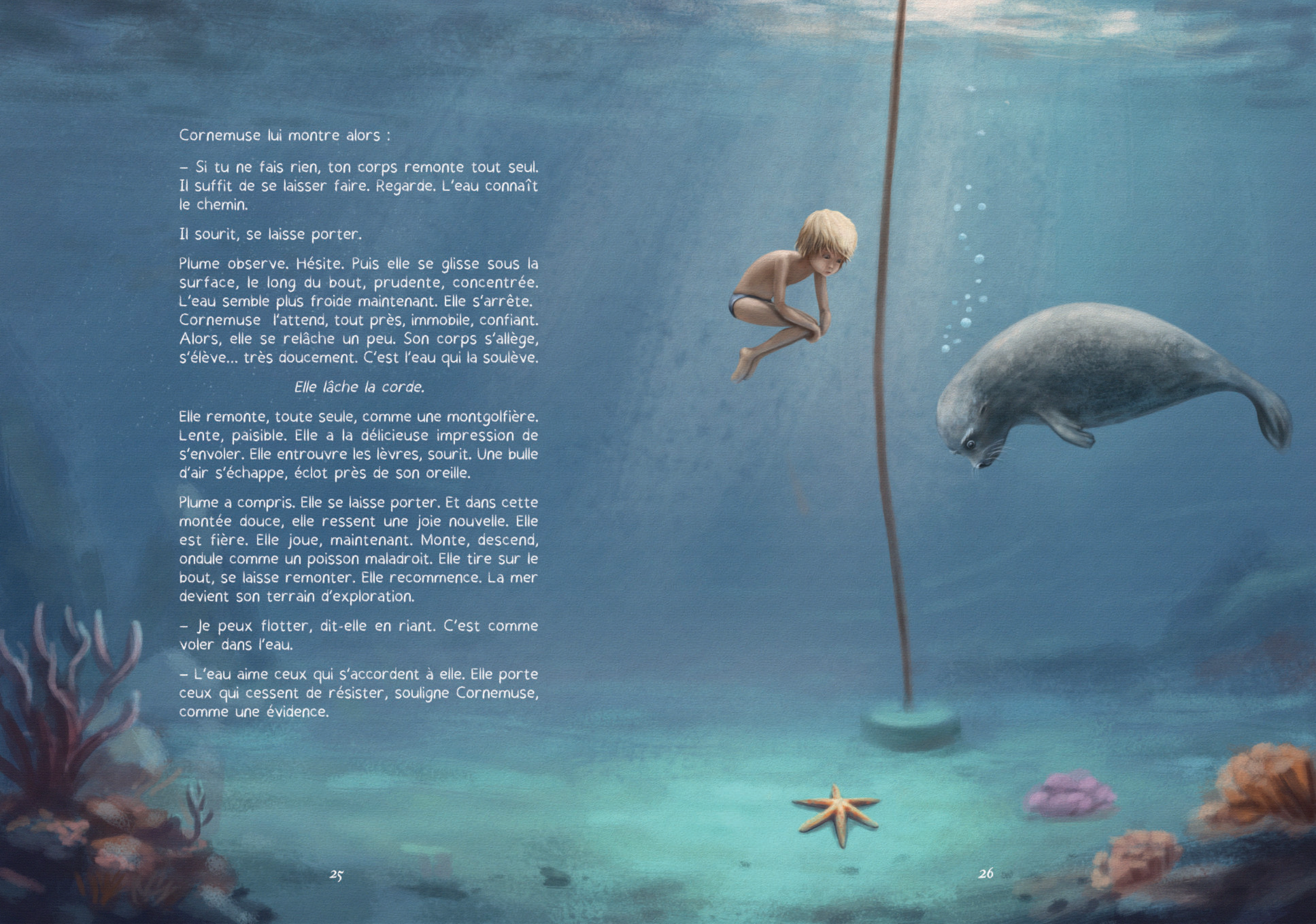
Elle lâche la corde.

Elle remonte, toute seule, comme une montgolfière. Lente, paisible. Elle a la délicieuse impression de s'envoler. Elle entrouvre les lèvres, sourit. Une bulle d'air s'échappe, éclot près de son oreille.

Plume a compris. Elle se laisse porter. Et dans cette montée douce, elle ressent une joie nouvelle. Elle est fière. Elle joue, maintenant. Monte, descend, ondule comme un poisson maladroit. Elle tire sur le bout, se laisse remonter. Elle recommence. La mer devient son terrain d'exploration.

– Je peux flotter, dit-elle en riant. C'est comme voler dans l'eau.

– L'eau aime ceux qui s'accordent à elle. Elle porte ceux qui cessent de résister, souligne Cornemuse, comme une évidence.



Mais plonger reste difficile. Alors elle observe Cornemuse.

– Tu descends si facilement…

Il s'approche, patient :

– Si tu relâches un peu d'air, tu descendras mieux.

Plume expire doucement. Des bulles s'échappent, glissent le long de sa joue. L'eau devient plus dense, l'enveloppe tout entière. Son corps s'alourdit. Elle coule lentement. Mais très vite, l'air lui manque. Elle remonte.

– Moins tu gardes d'air, plus l'apnée* raccourcit, explique Cornemuse. Ce n'est pas l'air qui compte, c'est le calme en toi.

Il plonge à ses côtés, tout en douceur. Plume redescend. Cette fois, elle n'inspire pas à plein. Elle ralentit, se concentre. Ne bat plus des bras inutilement. Chaque geste devient précis, nécessaire.

Autour d'elle, tout vibre de craquements discrets.

Elle atteint le fond. Elle souffle encore un peu. Pose les genoux dans le sable. Et s'émerveille. Juste là, une étoile de mer se repose, paisible, orange et immobile comme un trésor endormi.

Plume est heureuse.

Grâce à sa respiration, elle joue maintenant avec sa flottabilité*. Elle se remplit d'air pour flotter. Elle s'en allège pour couler. Mais surtout, elle reste calme, pour ne pas devoir remonter trop vite respirer.

Cornemuse lui a offert sa clé, celle qui ouvre l'accès à *l'accordance* : ce moment subtil où le corps s'équilibre sans effort, trouvant sa juste place dans l'eau.

Comme une promesse.

Cornemuse la regarde avec tendresse. Il est fier d'elle. Le moment est venu : Plume va bientôt rencontrer Marin. Il est temps d'apprendre à se déplacer comme un mammifère marin.

Elle remercie Cornemuse, chaleureusement, pour ses précieux conseils. Il la serre entre ses nageoires sur son gros ventre moelleux, salé et tiède à la fois. Il la remercie simplement, d'être là.

Cornemuse est heureux, lui aussi.

