

OSER UNE VIE NOUVELLE

JEAN-MARC VIGNOLI

UNE MUSIQUE de l'âme

Le violon peut-il nous aider à nous unifier ?

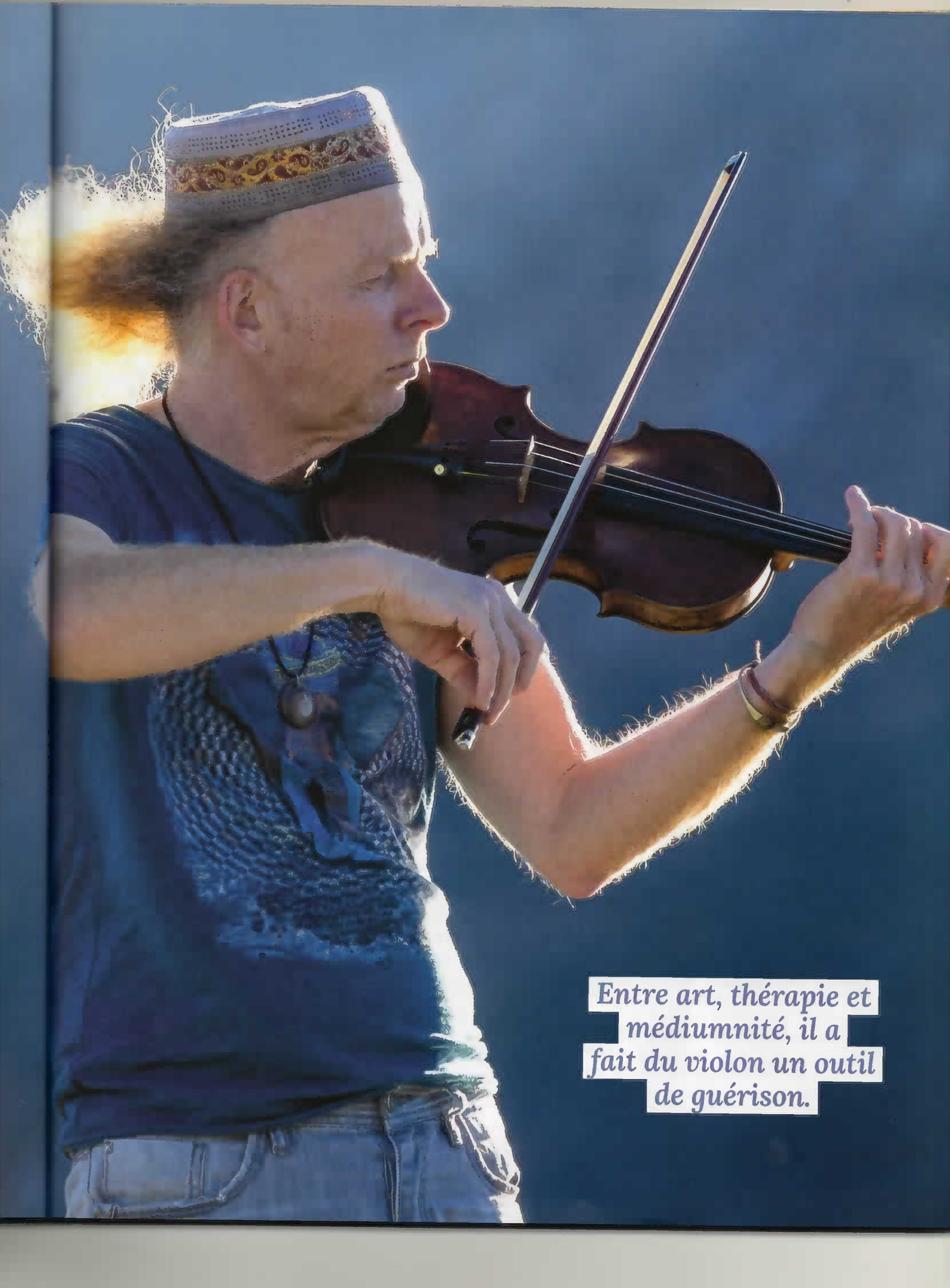
Deux licenciements, un profond questionnement existentiel
et un éveil à une spiritualité laïque ont
mené Jean-Marc Vignoli à une pratique surprenante.

Par Miriam Gablier

Photos de Sebastien Duijndam

Son père lui demande de dire merci. Jean-Marc Vignoli, alors âgé de 6 ans, découvre qu'il vient d'être inscrit au conservatoire afin d'apprendre le violon. Le jeune garçon accepte l'idée. « *Donc, à un niveau, ce n'est pas "moi" qui ai choisi de jouer de cet instrument, mais comme je le comprendrai plus tard, il pourrait y avoir en nous des niveaux de décision surprenants* », suggère le musicien. En attendant, Jean-Marc Vignoli semble à l'aise avec son violon. Il fait toutes les études musicales du conservatoire d'Aix-les-Bains. Il est doué. Tout semble le mener vers l'expression de son talent artistique. Cependant, le violon devra attendre. Car bien qu'ils l'aient poussé à développer sa fibre musicale à titre de loisir, ses parents trouvent que le

métier de musicien n'est pas « sérieux ». Il faut dire que dans la famille, la musique, on en est revenu. L'arrière-grand-père était violoncelliste professionnel, le grand-père exerçait quant à lui en tant que trompettiste, mais ce dernier a changé de métier à l'âge de 30 ans pour se sédentariser. Ainsi, le père de Jean-Marc Vignoli – qui jouait lui-même du violoncelle – souhaite à présent que son fils embrasse la profession d'ingénieur. « *Il est intéressant de voir que tous les descendants masculins de mon père sont devenus ou sont en train de devenir ingénieurs* », révèle Jean-Marc Vignoli. Réalisons-nous parfois des projets pour répondre à des ambitions transgénérationnelles ? À quel prix ?



Entre art, thérapie et médiumnité, il a fait du violon un outil de guérison.



« J'ai commencé à toucher à l'indicible, à cet invisible qui sous-tend notre monde. »



Sortir des schémas

Talentueux sur le plan musical, mais également bon à l'école, le jeune Jean-Marc poursuit donc ses études à l'Institut national des sciences appliquées, à Lyon, puis travaille dans l'industrie de la domotique – l'ensemble des techniques dites intelligentes qui équipent le bâtiment. Il aime le lien, l'innovation. Travaillant pour une société internationale, il voyage aux États-Unis, au Japon, en Corée, au Liban, à Chypre et dans toute l'Europe. Au bout de douze ans, Jean-Marc Vignoli change de société. Là, les choses se gâtent. « Je me suis retrouvé avec un P-DG, fondateur de l'entreprise et actionnaire, qui était une sorte de patriarche. Il est arrivé un moment où mes idées, qui n'étaient pas forcément les siennes, ne pouvaient être entendues », confie-t-il. Après une phase de tensions, un licenciement le pousse ailleurs. Il retrouve une belle opportunité en tant que directeur d'un site industriel. Un an et demi plus tard, il est licencié à nouveau.

« En travaillant avec Martine Garcin-Fradet, une psychogénéalogiste, j'ai pu constater combien nous portons le poids des mémoires familiales. Les profils de ces chefs d'entreprise me ramenaient à mon père, qui seul avait le pouvoir de décider dans la famille. Il n'était plus possible pour moi de rester dans ce scénario », partage-t-il. La crise provoquée par ses licenciements – ou, devrait-on dire, par la partie de lui qui cherchait à sortir de son schéma relationnel –, propulse Jean-Marc Vignoli dans un profond questionnement existentiel. Dès le premier licenciement, un ami éveille

sa conscience à la spiritualité. « J'ai compris que ce n'était pas la religion, par rapport à laquelle j'avais pris de la distance. J'ai commencé à toucher à l'indicible, à cet invisible qui sous-tend notre monde », affirme-t-il.

« Rêves musicaux »

Son deuxième licenciement lui permet d'acheter le violon dont il rêve. Mis de côté vers l'âge de 20 ans au profit d'une passion pour la montagne, l'instrument était revenu entre les mains de Jean-Marc Vignoli, qui exerçait en amateur dans des orchestres à Genève et à Grenoble. Mais des doutes et des interrogations profondes le taraudaient. Le musicien a notamment été toujours terrorisé par le fait d'improviser, au point de refuser de nouer des amitiés qui auraient pu l'amener à « jammer » avec d'autres. « J'étais en crise. Je sentais que j'avais quelque chose à faire avec la musique, mais quoi? », se souvient-il.

Longtemps, Jean-Marc Vignoli a été terrorisé par le fait d'improviser.

Ce sera le temps d'un intense travail sur lui-même. Il tente notamment d'analyser ses rêves. Mais un matin, il se dit que comme il peut les interpréter de n'importe quelle façon, ça n'a pas d'utilité.

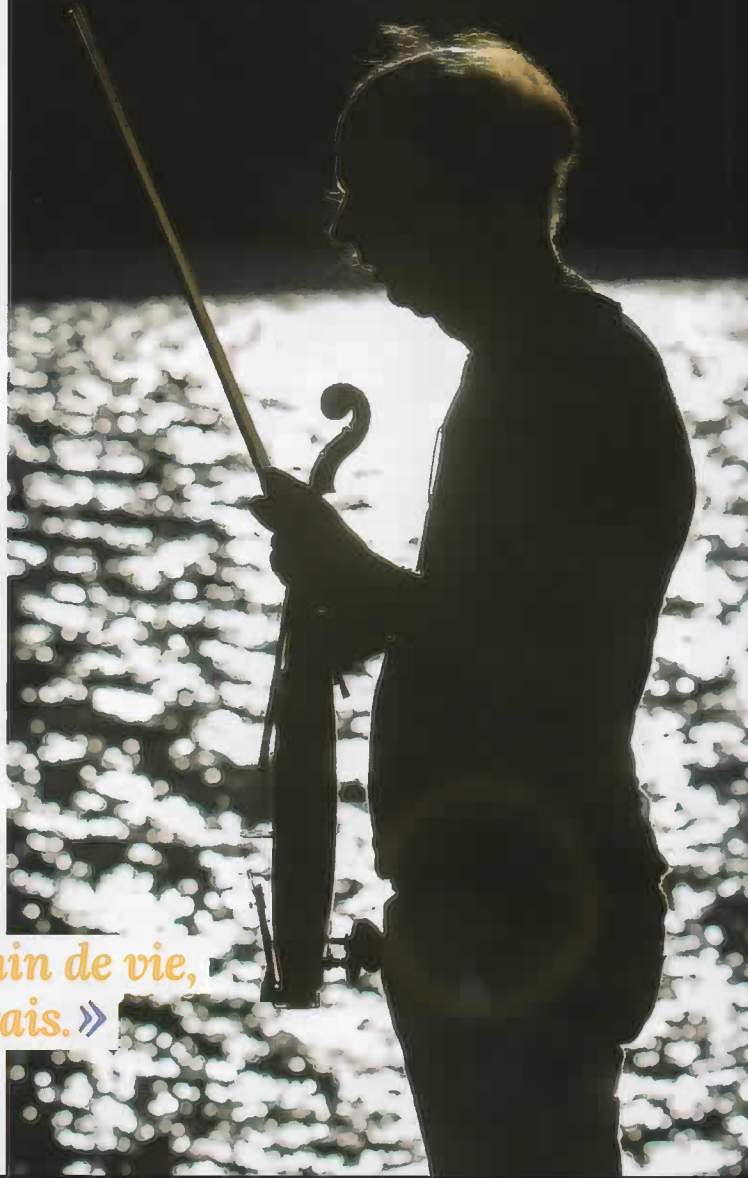
Qu'à cela ne tienne! La nuit d'après, une musique incroyable s'impose à lui dans son sommeil. Elle est si distincte qu'il parvient à la retranscrire. Le lendemain, il la relit, la joue et compose à partir d'elle. Une ouverture semble se profiler, d'autres «rêves musicaux» continueront à se présenter à lui. À un autre moment, il ressent la profonde conviction que s'il retourne travailler en entreprise, il tombera gravement malade. «*Soit j'acceptais enfin mon chemin de vie, soit je le refusais et je mourais. C'était une absolue nécessité*», témoigne-t-il. Le bouddhisme croise son chemin, le chamanisme aussi. Il décide de faire un voyage initiatique au Mexique. Le périple prévoit des temps de purification, de rencontre avec la nature, des passages dans des huttes de sudation et, enfin, des cérémonies avec des chamanes huichols. L'une d'entre elles prévoit une prise de peyotl, un champignon psychotrope qui provoque des états élargis de conscience.

Au Mexique,
une image
s'impose à lui:
il se revoit en tant
qu'âme choisir
ses parents.

Une cérémonie initiatrice

La cérémonie – qui durera toute la nuit – se déroule «*au milieu de nulle part*». Le rituel de préparation inclut d'écrire une intention sur une feuille de papier, qui sera jetée dans un feu. «*Comment dois-je me positionner sur mon chemin de musicien?*», crayonne Jean-Marc Vignoli. Lors de la cérémonie, d'autres participants semblent vivre des choses fortes. Lui ne sent rien. Mais au moment où il ne s'y attend plus, les visions arrivent. «*J'ai revu toute ma vie sous l'angle de la musique. Rien que de le dire, j'en ai encore des frissons!*», témoigne-t-il. Et cela commence par une image puissante de lui en tant qu'âme en train de choisir ses parents. Pourquoi les choisit-il? Parce qu'ils vont lui faire jouer du violon! Il revoit la scène avec son père lorsqu'il avait 6 ans. Il «*revisite*» toutes les personnes qui ont marqué sa vie de musicien. Il se souvient d'un de ses anciens professeurs, qui fut le premier à le considérer comme un artiste. «*J'ai vu que je suis né musicien, que je l'ai choisi*», affirme-t-il.

Jean-Marc Vignoli, toujours en état élargi de conscience, prend son violon et se met à jouer. Non loin de là se trouve un tambour, assez sommaire,



«*Soit j'acceptais mon chemin de vie, soit je le refusais et je mourais.*»

OSER UNE VIE NOUVELLE



« Quand il faut
que je joue,
si ça ne sort pas,
ça peut me faire très mal. »



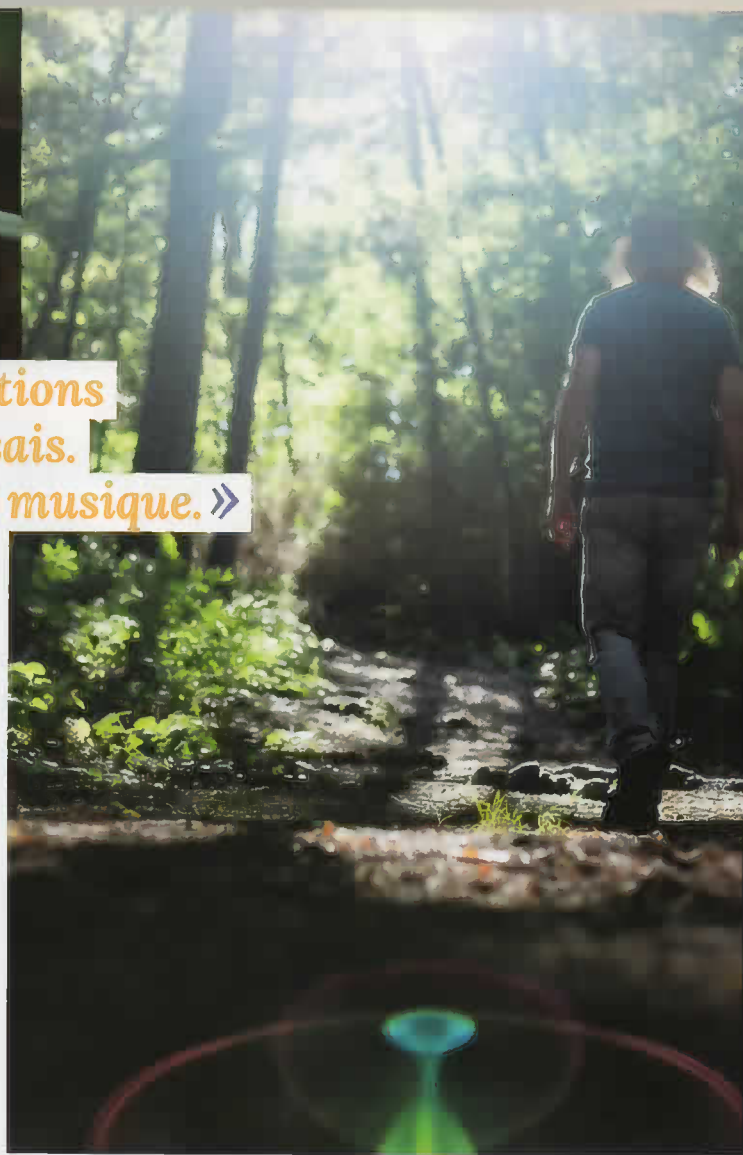
« J'entendais les variations de la note, et j'improvisais. J'étais en joie. J'étais la musique. »

dont il se rapproche. *« Ils tendaient la peau à chaque fois, donc la note changeait tout le temps. Et pour moi c'était absolument magique. J'entendais les variations de la note, et j'improvisais. J'étais en joie. J'étais le tambour. J'étais le violon. J'étais la musique »*, témoigne-t-il. Cette expérience, profondément réconciliante et libératrice, ouvre la voie à une musicalité sensible et étonnante. Cette fois, ce ne sont plus les partitions de grands maîtres qu'il va jouer. Entre art, thérapie et médiumnité, le violon deviendra entre ses mains un outil de guérison.

Rendre audible les énergies

Sa première idée est de jouer en lien avec la nature: Jean-Marc Vignoli ressent un profond respect pour cette terre qui nous donne la vie. Il admire la démarche de Bernard Boisson, un photographe qui prend le temps de s'immerger dans les forêts primordiales. Il commence donc par des concerts en extérieur, des promenades musicales dans des parcs nationaux. Progressivement, il y inclut la lecture de textes des peuples premiers ou de maîtres spirituels. Il se met en contact avec des conteurs et des acteurs. *« J'aime offrir quelque chose qui parle au cerveau gauche, et ensuite de la musique ou de l'art qui parle au cerveau droit, comme une autre expression de la même énergie. Une fois, une personne m'a dit qu'après le texte qui avait été lu, elle avait senti que je n'aurais pas pu jouer autre chose »*, rapporte-t-il. Pour Jean-Marc Vignoli, improviser, ce n'est pas jouer n'importe quoi. C'est jouer ce qui ne peut être autrement, ce qui s'impose. C'est rendre audible les énergies en présence.

Il est également invité à venir jouer dans des musées, devant des tableaux et des installations. Il sent qu'il capte l'état créateur de l'artiste. Dans une galerie



Peu à peu, il inclut à sa pratique la lecture de textes spirituels.

d'art, il improvise devant un tableau de Jean Rustin, qui peint des déficients mentaux. La galeriste en reste bouche bée. Elle a soudainement la sensation de saisir l'intention du peintre. Une autre fois, alors qu'il visite une louverie dans le sud de la France, des notes lui martèlent la tête. *« Quand il faut que je joue, si ça ne sort pas, ça peut me faire très mal »*, révèle-t-il. Au bout de deux heures, il craque et demande au propriétaire des lieux s'il peut sortir son violon. La musique s'envole. Dans les différents enclos, les loups se mettent à s'appeler les uns les autres. Puis ils se couchent au plus près du musicien et écoutent. *« C'est la fois où j'ai le plus contacté la joie en tant qu'énergie première. Une joie indescriptible! »*, s'exclame Jean-Marc Vignoli.

Le musicien découvre qu'il peut jouer pour tout: un lieu, un objet, un arbre, un animal, une personne. Ainsi, alors que le trac a complètement disparu, laissant place dans l'improvisation à un espace de sécurité intérieure, une dimension de soin apparaît. Il peut

désormais se laisser aller, même lorsqu'il intervient devant le millier de personnes que peut contenir une salle des congrès.

Harmonisations sonores

Après son séjour au Mexique, Jean-Marc Vignoli avait participé à un stage de Marc Scialom durant lequel la voix était utilisée comme outil thérapeutique projeté directement vers le corps des personnes. Si ça marche avec la voix, pourquoi pas le violon ? Il teste son idée sur une personne qui se remet à peine d'une opération au genou : elle remarque dans la semaine. Il répète l'expérience, les résultats semblent être au rendez-vous. « *Aujourd'hui,*

Être sur le plan de l'âme pour saisir les changements de notre vie.

je propose des harmonisations sonores lors desquelles je joue en mettant en contact la tête du violon avec le corps de la personne, pour que la vibration passe vraiment. Il y a ensuite une transmission à tout l'organisme par l'eau et les os. Ça n'a pas pour vocation d'être beau ou moche, mais d'émettre des sons pour leur qualité vibratoire », explique-t-il. Jean-Marc

Vignoli propose aussi dans un deuxième temps une « musique de l'âme », généralement beaucoup plus mélodique. La personne repart avec un enregistrement, qui va la « porter » un certain temps. Henriette Chappex, une thérapeute qui le consulte régulièrement, témoigne : « *Les sons du violon, les "musiques de l'âme", percent différents plans de l'être, ouvrent des portes à d'autres niveaux et permettent l'accès à toutes les dimensions de ce que nous sommes.* » De fait, Jean-Marc Vignoli travaille avec de nombreux thérapeutes, en complément de leur travail. « *Quand la personne a pris conscience de sa problématique, il peut rester des mémoires dans le corps. Le son est un excellent outil pour les dégager* », informe-t-il.

« Le fil conducteur est de créer du lien par la musique. En créant l'unité, la guérison devient possible. »

Ainsi, Jean-Marc Vignoli – qui se dit toujours en évolution – semble avoir trouvé sa voie. Il a compris qu'il faut être sur le plan de l'âme pour saisir les grands changements de notre vie. « *À partir de là, tout devient clair. Pour moi, le fil conducteur est de créer du lien par la musique. C'est aussi la voie que propose Un cours en miracles, dont l'enseignement m'accompagne désormais. En créant l'unité, la guérison devient possible.* » ■

POUR ALLER PLUS LOIN

www.eveil-des-sons.com

À MÉDITER

La seule chose qui puisse
te rendre heureux, c'est l'expérience
de ce que tu es réellement.

Gary Bonard

SUR LE MÊME THÈME



JEAN-MARC VIGNOLI

LE VIOLON INTÉRIEUR

Treize mélodies qui nous invitent à percevoir et à ressentir pleinement les vibrations du monde, de la nature, en particulier celles de la forêt.

WAIKUA, NOS EAUX MÊLÉES

Une musique spontanée, pour servir l'instant présent et la rencontre de deux sensibilités musicales. Wairua, de « wai » (eau) et « rua » (deux), signifie en maori « esprit ».

www.eveil-des-sons.com

CD1, 2016, 16 € - CD2, 2016, 18 €



BERNARD BOISSON

LA FORÊT PRIMORDIALE

L'auteur, photographe, propose de nous laisser envahir par les perceptions de la nature première. Il s'agit ensuite de ne pas oublier ce vécu puissant afin que ce basculement de conscience vienne féconder notre existence de tous les jours.

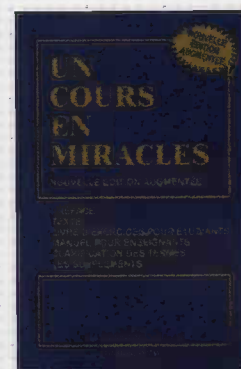
Éd. Apogée, 2010, 19 €

HELEN SCHUCMAN & WILLIAM THETFORD

UN COURS EN MIRACLES

Trois livres en un seul volume rapportent des enseignements canalisés par Helen Schucman, une psychologue. Ils visent à clarifier, voir rectifier, certains messages de la Bible. Sont proposés des exercices pratiques pour effectuer une étude sur soi-même et la réalité du monde. Une invitation à changer notre perception.

Éd. Octave, 2014, 52,75 €



MARTINE GARCIN-FRADET

ET SI NOS ANCÊTRES PARLAIENT À TRAVERS NOUS ?

Le vécu d'un ancêtre transparaît dans certains de nos comportements, comme s'il parlait au travers de ses descendants et exprimait des conflits non résolus. L'auteure témoigne de son expérience professionnelle pour nous aider à nous libérer du passé.

Éd. Quintessence, 2008, 13,20 €

