



Laurent DUREAU

Ebook n°6

Développement personnel 2

Contenu

Chapitre 1 Les autres et moi, et Moi	1
Le goût des autres.....	1
Où est l'âme de la compétition ?.....	1
Salon du mariage	2
Alors, heureux de ta vie ?.....	3
Peut-on devenir riche en créant son entreprise ?.....	4
Attraites et Répulsions dans l'océan de l'Ignorance insondable	5
Créativité – Arguments trompeurs	5
Que la paix soit avec vous !	6
 Chapitre 2 Rester zen et Être	8
Quand la souffrance nous tue... ..	8
La souffrance et moi, et moi... ..	9
Quand l'injustice frappe à votre porte... ..	10
Que le sourire soit avec vous !.....	11
Entrepreneurs et bouddhisme, est-ce vraiment compatible ?.....	12
Ces émotions, ces machins anti-paix... ..	13
L'orage est passé mais la terre fume encore... ..	15
Quand la peur rôde prête à frapper.....	16
La conception c'est bien mais loin d'être suffisant... ..	17
Le destin n'est pas un chemin, ni même une route... ..	18
Développer sa confiance en soi, est-ce si difficile ?	19
 Chapitre 3 Vivre, tout simplement.....	21
Ataraxique êtes-vous ?.....	21
Hier, mon Maître est mort... ..	22
La théorie du dédoublement enfin révélée !.....	22



Chapitre 1

Les autres et moi, et Moi



Le goût des autres

01.12.2006

Il est évident que, quel que soit ce que l'on est, **on n'existe que par le regard des autres**. Dire le contraire serait tout simplement avouer une autosuffisance cachant un manque de communication avec soi-même.

Le contraire de l'amour n'est pas la haine mais l'indifférence. Quand quelqu'un vous veut du bien ou du mal, il vous porte une attention qui vous assure du bien-fondé de votre existence. Par contre, l'indifférence vous touche 100 fois plus car, sans feedback, sans écho, vous n'existez pas et là, en vous, **au plus profond de vous une déchirure s'agrandit...**

Être reconnu, c'est intrinsèquement dire: "j'existe"; alors pourquoi nous fermons-nous au regard des autres ?

Pourquoi prétextons-nous la vie trépidante, les soucis et que sais-je encore pour ne pas nous ouvrir à l'autre, à l'inconnu qui est probablement dans le même état d'isolement ?

La logique nous répondra que nous désirons garder notre intimité, contrôler notre environnement, maîtriser les situations et surtout peut-être ne pas se faire polluer par les soucis de l'autre.

C'est vrai mais c'est tout aussi faux.

Sinon, **que serait la vie sans la rencontre d'un regard, d'un sourire, d'une poignée de main, d'une accolade, d'une embrassade ?** Où seraient les regards complices, les sourires malins, la douceur, la chaleur et la fermeté d'une main.

Nous désirons tous découvrir le beau, le neuf, l'inattendu, le merveilleux et peut-être l'époustouflant.

Sommes-nous si pauvres de nous-même pour ne pas oser marcher la tête droite avec le pas d'un être confiant en ses capacités ? Le poids de votre passé est-il si lourd pour courber autant la tête ou être perdu dans ses pensées ?

Rappelez-vous les premiers pas de vos enfants (pour ceux qui en ont eu). Combien vous étiez fier de voir un rampant se tenir droit comme vous. Certes, il levait toujours la tête pour vous regarder mais avec majesté vous vous mettiez à son niveau afin qu'il marche la tête droite.

Chaque jour, je regarde avec étonnement tous ces humains qui n'osent pas s'ouvrir à la communication par peur, par habitude ou par culture.

Qui sommes-nous pour avoir aussi peur du regard des autres ? Cela indique bien, intrinsèquement, que les autres sont nos miroirs. Sans eux, nulle possibilité de

comprendre ce que l'on est et ce que l'on veut devenir ou être. **Sans eux, nous ne sommes rien.**

Certes, les jeunes ont contourné le problème avec leur téléphone portable, leur sms, leur blog, leur tchat. Ils veulent communiquer pour exister mais le regard direct leur est encore difficile car nombre d'adultes se sont retirés dans leur tour d'ivoire, dans leur maison, dans leur couple, dans leur famille.

Ayons le goût des autres, ayons le désir de goûter l'aura des autres, ayons l'envie de découvrir le beau dans l'autre, ayons l'intention de découvrir le divin au plus profond des autres.

Avant de voir un bijou harmonieusement créé et ciselé par un artiste, l'or ainsi que les diamants ont été dans la boue et totalement méconnaissables. Des gens de condition moyenne se sont échinés à les extraire car ils savaient ce qu'ils faisaient. Leur rêve était de devenir riche et certains ont réussi.

Il en est de même pour l'être humain. C'est une caverne d'Ali baba qui s'ignore. Il est en lui des pépites de grandes richesses mais avec beaucoup de boue autour. Alors premièrement, avec le regard de la connaissance tel un laser, vous scannerez votre prochain car vous savez qu'il possède quelque chose d'unique que vous pouvez découvrir, et puis deuxièmement vous tamiserez la boue avec le filtre du cœur afin d'isoler cette richesse trop bien cachée.

Et tel un bijou sorti de sa gangue et scintillant comme un soleil en plein jour, il vous enverra votre image avec netteté et précision car **ce que vous avez découvert en lui était déjà en vous !**

Vous ne saurez ce que vous valez qu'en découvrant ce que valent les autres. Alors, si vous voulez vous enrichir et surtout découvrir ce que cache votre banque intérieure, allez taper au guichet des autres et donnez-leur cette attention qu'ils demandent. En retour, vous recevrez des chèques très valorisants universellement reconnus et acceptés (pas de chèque en bois).

Alors, avant de devenir très empathique, commencez déjà simplement à être sympathique et puis le reste se fera, tout simplement.



Où est l'âme de la compétition ?

10.08.2006

La compétition est un puissant moteur du changement. Si en soi c'est une bonne chose, elle devient vite destructive quand utilisée à mauvais escient. L'erreur souvent commise est de se tromper d'adversaire. Basée sur la comparaison de résultats intangibles, la compétition n'aime pas les ex-æquo...

Il ne peut y avoir deux médailles d'or dans la même discipline olympique ou deux champions du monde au football ! Vouloir hiérarchiser à tout prix cause de grandes détresses émotionnelles chez l'être humain. Autant on vénèrera le gagnant, autant on oubliera vite les autres, les perdants. Certes, pour les battants battus cela leur donnera de la "niaque" pour progresser afin d'atteindre la marche la plus haute du podium. Certains,

moins sûr de leur valeur, en profiteront pour ingurgiter quelques dopants... afin de satisfaire leur ego. **Être un compétiteur éthique demande beaucoup de courage mais aussi beaucoup de lucidité par rapport à ses propres capacités.**

Ancien décathlonien, je m'entraînais toujours avec les plus forts dans chaque discipline afin de progresser. Certes, je ne pouvais jouer le jeu de l'ego, du plus fort mais chacun m'aidait du mieux qu'il pouvait pour m'instruire, m'encourager et me pousser dans mes retransmissions. Pour eux, je n'étais pas un adversaire mais un élève assidu qu'ils pouvaient encourager à chaque compétition. Ils savaient que je ne décrocherais pas de médaille mais d'une certaine façon ils m'enviaient !

Être fort dans une discipline, c'est quelque part plus simple que dans 10 disciplines. Travailler la tonicité, l'explosivité, la force tout en restant souple et résistant n'est pas simple. Qui aurait l'idée de demander à un lanceur de poids d'avoir la légèreté d'un sauteur en hauteur, la souplesse et tonicité d'un coureur de 110m haies, la résistance d'un coureur de 800m, la vitesse d'exécution du lanceur de disque et la vitesse de bras d'un lanceur de javelot ?

Nous étions 3 décathloniens dans le club dont l'un de 20 ans mon aîné et le second n'avait que 5 ans de plus. Avec ce dernier, nous étions comme deux frères mais le jour de la compétition c'était différent. Avant chaque épreuve, on s'encourageait mutuellement et après on se consolait en étudiant ce qui n'avait pas marché. Mais pendant l'épreuve, nous n'avions que nous-même comme adversaire. Nos peurs, nos doutes, nos souffrances musculaires, notre manque de jus faisaient qu'il fallait faire avec. Donner le meilleur de soi-même était le véritable défi et les résultats n'étaient là que vous valider extérieurement ce qui se passait intérieurement.

La compétition est un jeu pour nous faire grandir par rapport à nous-même et non pour enfoncer les autres. Certes, gagner des points ou des médailles fait du bien à l'ego. Pouvoir se comparer aux autres est important pour savoir où l'on en est avec soi-même. Mais chacun est unique et tous, nous ne pouvons être les meilleurs partout; alors aidez vos compétiteurs à devenir meilleur et la compétition s'en verra hautement enrichie.

Pour moi, mieux vaut être le dernier de la ligue nationale que le premier de la ligue départementale. Ne vous trompez pas d'adversaire. Les autres ne sont là que pour donner une idée où vous êtes sur le chemin de votre maîtrise. Remerciez-les, encouragez-les, car grâce à eux vous aurez un plus grand plaisir à jouer.

PS. Si les tirs au but à la coupe du monde sont là pour départager deux équipes, cette règle devrait être interdite en finale ! En effet, si après les prolongations, le score est à égalité alors **un jury devrait déterminer le gagnant en fonction de la qualité de jeu et du spectacle fourni.** Après tout, les sommes financières considérables récoltées sont reliées à la qualité de jeu développée par les meilleures équipes du monde. Il s'ensuit donc que le finaliste ayant donné le meilleur spectacle soit récompensé en cas d'égalité. **Dans ce cas, la France serait devenue championne du monde cette année !**



Salon du mariage

18.01.2007

Dans le cadre de l'une de mes missions de manager de transition, j'ai eu l'occasion de participer au salon du Mariage organisé du 12 au 14 janvier 2006.

Déco, dentelles, bijoux, châteaux, défilé de mode,... tout y était pour faire rêver mères, belles-mères et futures mariées.

La gent masculine était plutôt là pour se fondre dans le décor, approuver officiellement des décisions déjà prises et surtout calmer les rêveries financièrement délicates...

Cantonné au départ à des tâches logistiques, je me suis mis progressivement en première ligne pour vendre les superbes décorations de table qui enchantent agréablement le menu du jour. Maladroit au départ car totalement ignorant de l'argumentaire maison, j'ai progressivement découvert la part de rêve que quémandaient nos chères visiteuses.

Activant une corde peu utilisée dans mon activité normale, j'ai sorti le grand jeu en usant au max de tout le potentiel de charme que je pouvais posséder et cela sans tomber dans la "drague" proprement dite. Compliqué au départ tant les prospectées étaient différentes dans leur sensibilité, simple ce fût à l'arrivée.

Ecouter avec sa tête, entendre avec son cœur et parler avec ses rêves s'est avéré la bonne formule. Plus le temps passait et plus le rêve devenait réel. Ce fut une bonne expérience dans le monde éthérique des contes de fées. A la fin, je baignais en plein dedans jusqu'au moment où il a fallu démonter le stand et faire place nette.

Revenu à une certaine réalité, j'ai mieux compris pourquoi il est si difficile pour les hommes de bien communiquer avec les femmes. Pour elles, le mariage c'est comme un aboutissement, une consécration et la finalisation d'une requête, d'un désir. Or, le mariage n'est pas la promesse d'un désir du style "Ils se marièrent, vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants" mais la promesse d'un engagement.

Le mariage n'est pas une résolution qui prend l'autre pour témoin mais c'est la création d'une relation avec l'autre qui engage à vouloir et non à subir.

Le mariage est une ligne de départ et non une ligne d'arrivée.

C'est comme pour la mise en place d'un système de management de la qualité. C'est un préparatif pour obtenir un certificat ISO 9001 qui vous donnera l'autorisation de vous améliorer dans l'arène de la qualité.

Idem pour un sportif qui a passé tous les tests pour être sélectionné aux championnats ou aux jeux olympiques. Cela ne va pas dire pour autant qu'il montera sur le podium et qu'il sera reconnu et vénéré par tous les spectateurs.

Nombre d'entreprises ayant passé avec succès l'ISO 9001 ont découvert avec effroi que le travail à faire était devant et que ce qu'elles avaient fait n'était que

préparation. Mais une fois l'obtention du certificat acquise, elles subissent avec lourdeur le système.

Si vous leur posez la question sur leur mariage et le nombre des années qu'ils ont vécu ensemble, les mariés se déclarent heureux, épanouis et toujours amoureux comme au premier jour, mais un simple regard suffit à découvrir que derrière ce vernis se cachent des drames dans leur légende personnelle.

Je ne peux énoncer tous les mensonges, dits de bonne foi, que j'ai entendu ce week-end par ces femmes mariées qui recherchaient à donner une réalité à leur rêve à travers le mariage de leur fille. Juste un simple regard dans les yeux de leur mari me renseignait suffisamment pour évaluer le décalage entre le rêve et le vécu.

Dans des silences convenus, j'ai réalisé combien l'être humain rêve d'un paradis, d'un pays imaginaire où l'amour coulerait de source à chaque instant, à chaque battement de cœur, à chaque palpitation de l'autre.

Que l'amour soit quelque chose que l'on veut, que l'on fasse et que l'on compose comme un poème.

Alors, faisons individuellement allégeance à cette force qui nous propulse, nous anime et nous étreint afin que chacun qui soit à notre contact puisse ressentir que nous lui voulons du bien.



Alors, heureux de ta vie ?

16.10.2007

Thème récurrent dans nombre de films, américains ou non, **il y a souvent opposition entre la vie**

professionnelle (faire carrière, obtenir des promotions, recevoir des honneurs, être reconnu, gagner plus d'argent,...) **et la vie sociale avec ses proches** (être aimé, être avec une compagne/compagnon idéal, des enfants super,...).

Il est clair que souvent **le choix est difficile pour des raisons de timing**. Quand l'un demande plein d'attention, l'autre aussi et réciproquement, quand tout va mal, le scénario est identique. Idem quand rien ne se passe ! Alors c'est quoi d'être heureux quand le couple vie professionnelle / vie privée suit les mêmes cycles ?

Certains diront qu'il est possible de mener de front ces deux facettes. Oui,... mais combien de compromis, combien de moments loupés que l'on ne pourra jamais revivre. **Le libre arbitre est un bonheur, sauf quand tout va mal.**

Nous voulons tous évoluer et la faiblesse pour **évaluer notre vie** (à travers les yeux des autres) **s'arrête à notre richesse matérielle extérieure**. Avons-nous une belle maison, une grosse voiture, des mioches qui vont dans des écoles huppées, un compte en banque assez généreux dans les montants de transactions et un compagnon/compagne qui est à la hauteur du standing ?

Autant le déroulé de votre carrière semble exprimer un succès certain, une stratégie infaillible, où en êtes-vous réellement ? Car au fond, une fois à la retraite, tout le

monde se foutra de votre CV sauf vous. **Vous vous serez battu pendant des décennies** pour vous faire valoir auprès de vos chefs, de vos actionnaires, de vos banquiers **pour finalement arriver à quoi ?**

Pour arriver à **faire coïncider l'image que la société a d'un gagnant avec votre propre image**. Certes, il est sympathique d'éprouver ce sentiment d'accomplissement, mais avez-vous vraiment vécu tout ce à quoi vous aviez rêvé ? Je ne donnerai pas de réponse car vous connaissez la vôtre mieux que moi.

Peut-être avez-vous plutôt orienté votre attention vers votre vie sociale, votre vie privée où la famille et les proches étaient plus importants que les sacrifices pour gagner plus d'argent. Vous avez préféré gagner moins mais **être plus en contact avec ceux qui vous aiment pour ce que vous êtes et non pour votre compte en banque ou CV**.

C'est un choix vers lequel se dirigent les nouvelles générations. Avoir une vie plus équilibrée, plus harmonieuse, **mais est-ce suffisant pour affirmer que vous êtes heureux ?** Alors, sur quel plan ou par rapport à quoi pourriez-vous estimer que votre vie a vraiment été un chemin d'épanouissement ?

Laissez-moi vous offrir quelques pistes de questionnement où vous pourrez vous noter sur une échelle de 1 à 10 si vous le voulez bien. Et puis, ensuite vous seul saurez ce qui vous reste à faire afin de vous permettre... de ne pas passer à côté de l'essentiel.

La Joie : Combien de fois éprouvez-vous de la joie quotidiennement ?

L'Amour de soi : Combien pensez-vous vous aimer ou plutôt combien de choses n'aimez-vous pas ou détestez-vous en vous ? Combien vous acceptez-vous réellement ?

La Capacité à recevoir : Combien êtes-vous ouvert à recevoir inconditionnellement ? Quelles sont toutes les choses dont vous ne voulez rien savoir ou entendre ? Quelle est véritablement votre aptitude à être ouvert à tous, à tous vos sentiments, à toutes vos peurs ?

La Transformation du négatif en positif : Pouvez-vous systématiquement voir le meilleur partout afin que les épreuves se transforment en tremplin de compréhension et d'épanouissement ?

La Purification de l'ego : Combien êtes-vous imbu de vous-même ? Est-ce que votre égoïsme vous pousse à faire des choses que vous savez négatives pour vous, les autres et votre environnement ?

La Volonté de s'ouvrir à la nouveauté : Combien êtes-vous capable de conserver cette soif d'apprendre et de s'émerveiller devant la nouveauté ? Êtes-vous vraiment ouvert ? Est-ce que l'enfant qui est en vous continue de trépanner ou est-il rangé dans les placards du souvenir ?

La Capacité de travailler avec les autres dans un but commun : Combien de projets en cours afin de faire grandir et d'élever la condition humaine ? A combien de projet donnez-vous de votre temps, de vos émotions gratuitement et inconditionnellement ?

Ces 7 axes de réflexion vous aideront certainement à mieux cerner qu'une vie humaine a des objectifs. **N'attendez pas votre dernier souffle** pour voir votre vie se dérouler en accéléré devant vos yeux et vous poser ces questions car il sera malheureusement trop tard.

Trop de nos proches sont partis avec des larmes de regret, des larmes d'humilité. Ils avaient alors compris à combien de futilité ils avaient passé leur vie, à combien d'illusions ils s'étaient donnés corps et âme.

Pour la mémoire de tous ceux qui m'ont fait comprendre cela, je me permets aujourd'hui de vous donner ces quelques pistes de réflexion afin que vous puissiez un jour vous éteindre, non pas avec un sourire crispé mais avec un sourire de grâce, un sourire de remerciement pour avoir vécu cette expérience extraordinaire d'avoir été un être humain.



Peut-on devenir riche en créant son entreprise ?

19.02.2007

Si la réponse n'est pas tranchée, c'est parce que **la notion de richesse est relative**, néanmoins elle fait rêver plus d'un entrepreneur notamment ceux qui sont dans les starting-blocks.

Après 30 ans, 4 entreprises officielles au compteur et un nombre certain de fausses couches, je m'interroge véritablement sur la notion de richesse. **Parle-t-on d'argent, d'expériences vécues, d'expérience professionnelle, de développement personnel ou d'éthique ?**

Ma réponse, c'est tout cela à la fois mais seulement voilà, il est difficile de les avoir tous en même temps.

J'ai couru après l'argent et cela m'a beaucoup coûté dans ma vie familiale.

J'ai couru après les émotions fortes, l'adrénaline et cela m'a coûté au niveau du corps.

J'ai couru après les titres, les premières places, les honneurs et cela m'a coûté dans mes relations sociales.

J'ai couru après la technique, l'expertise, le professionnalisme et cela m'a coûté du temps et de l'argent.

J'ai couru après le développement personnel et cela m'a coûté en émotions, en frustrations.

Enfin bref, tout m'a coûté en temps, en énergie, en argent, en émotion, en usure physique mais **je suis heureux d'avoir fait tout cela car**

- j'ai découvert que la richesse intérieure prédomine largement sur la richesse extérieure.
- j'ai découvert qu'une amitié sincère valait beaucoup plus qu'un brassage médiatique qui vous porte aux nues.
- j'ai découvert que les moments de partage que l'on a avec ses enfants ne valent pas d'être sacrifiés au nom d'une activité professionnelle hyper débordante.
- j'ai découvert que la présence d'une compagne aimante rapporte beaucoup plus à long terme que n'importe quel contrat avec votre banquier.
- j'ai découvert que faire le cake ou de s'y croire n'apporte pas un iota d'énergie constructive à votre parcours spirituel.

- j'ai découvert que la vie, même si elle est pleine d'objectifs plus ou moins atteignables, n'est que la somme de chaque moment vécu pleinement en conscience.
- j'ai découvert que la spontanéité apporte plus d'énergie, de fun et de surprises qu'une carrière tirée comme un prévisionnel pour vivre une retraite.
- j'ai découvert qu'être valait beaucoup plus que le paraître.

Alors en quoi voulez-vous être riche ?

La question est simple mais elle embarrasse car on sent qu'il va falloir faire des choix. On sent qu'il va falloir soupeser, quantifier car tous les curseurs ne pourront être mis à fond.

Il peut sembler rédhibitoire d'y passer du temps et pourtant où se situe vraiment l'essentiel de ce que vous voulez vivre ?

Si j'étais africain, il ne me resterait que quelques années à vivre d'après les statistiques, mais je suis né en France et il me reste un demi-siècle devant moi. Que vais-je faire ?

Monter d'autres entreprises ? Oui, très certainement ! Seulement ma vision des choses fait que ce sera pour aider les autres, participer à la vie sociale et sociétale, faire du bon business à l'image du commerce équitable. J'ai envie de donner et non plus de prendre.

Certes, avant je donnais aussi à l'URSSAF, aux impôts aux salariés mais aujourd'hui ma vision est de mieux donner dans **ce qui fait la richesse d'une vie : la relation humanisante, gratifiante qui permettra à chacun de grandir intérieurement en paix, en sérénité.**

Tous, nous voulons l'équité, tous, nous voulons être reconnus, tous, nous voulons être aimés, tous, nous voulons être à l'abri du besoin matériel mais cela doit-il se faire au détriment de la Terre, de l'Etat, des autres, de nos proches et de leur vie sociale ?

Croyez-moi, personne n'ira vous congratuler à votre retraite parce que votre vie professionnelle aura été un exemple d'une carrière toute tracée au cordeau. Ils ne verront qu'un vieillard probablement à l'aise financièrement mais qui n'aura pas forcément vécu la vie qu'il voulait.

L'illusion de la réussite financière peine à cacher la "désertitude" intérieure qui en résulte. Bien sûr, tous m'écriront pour hurler au loup mais cela ne sera que le signe extérieur de la vérité.

Pour savoir si votre vie a été une réussite c'est très simple. Il suffit de regarder comment un enfant vous perçoit spontanément. S'il vient vous prendre la main, s'asseoir sur vos genoux ou tout simplement vous sourire à pleines dents avec des yeux remplis de malice alors qu'il ne vous connaît pas, sera la preuve que vous avez compris ce qu'est la vie.

Notre richesse intérieure est le seul cadeau que nous pouvons offrir sans retenue car nous ne pouvons la dissimuler à ceux qui nous regardent. **Elle est une bénédiction pour tous** alors que l'argent sur votre compte ne rapporte qu'à certains...



Attraites et Répulsions dans l'océan de l'ignorance insondable

08.01.2007

Habituellement, les congés servent à lire ces fameux livres qui s'empilent dans un coin d'étagère. **Acheté à la va-vite**, au détour d'un stress quelconque, le titre ou la couverture vous a plu mais la poussière, inexorablement, éteint l'éclat du papier glacé.

Et puis, lors d'un cycle de rangement/nettoyage **vous redécouvrez avec innocence ce qui fut l'attrait d'un jour**. Non, non je ne regarde pas mon album photo, juste des bouquins oubliés comme nombre de soucis.

2006 est morte et 2007 promet de grands moments. Alors la question est : **A quel genre de livre vais-je succomber cette année ?** De quoi puis-je encore avoir faim ? Jusqu'où mon insatiabilité livresque va-t-elle me mener ?

A l'ère de la connaissance et des savoirs, combien est-il cruel de découvrir notre profonde ignorance dans bien des domaines. D'une certaine façon, avant c'était mieux car **un ignorant qui ne sait pas qu'il ignore vit sa vie, simplement** tout en hurlant qu'il en a marre de se prendre des embûches, source d'ennuis quotidiens qui usent, qui usent...

Alors, on décide de ne plus se laisser faire et l'on commence à s'instruire, d'abord par la lecture, puis avec des formations ou toute autre chose. **L'ignorant qui sait qu'il est ignorant reçoit un nouveau calvaire**, une nouvelle croix qui lui est donnée pour un certain temps jusqu'à la prise de conscience qu'il n'arrivera jamais à tout apprendre.

L'ignorant sait qu'il ne pourra jamais combler son ignorance. Sa fougue s'affaiblit et les bouquins s'empilent, s'empilent, à vous donner un cafard insondable tant la dépression vous guette. **L'ignorant découvre que plus il avance dans sa connaissance du monde et plus il est petit et insignifiant par rapport à l'univers**. Certes, il devient de plus en plus grand parmi les hommes mais de plus en plus minuscule par rapport à un univers devenu beaucoup plus grand que prévu.

C'est comme les feux-de-position sur la voiture. Les gens savent que vous existez mais dès que vous mettez les feux de route, les pleins phares ou les anti-brouillards en plein jour, vous ne brillerez jamais comme le soleil. C'est seulement quand ce dernier décide d'aller éclairer d'autres ignorants que votre lumière vous servira.

C'est dans la pénombre ou la nuit noire que vous montrerez votre différence.

Il en est de même dans le management. C'est dans les situations critiques et l'ampleur de celles-ci que les autres découvriront votre savoir, votre sagesse.

Alors, je me dis que chaque petite lampe que je rajouterai à mon véhicule sera toujours utile au cas où. Pour moi, **chaque livre est comme une petite LED qui, j'espère, s'allumera le jour où j'en aurai besoin.**

Je l'espère de tout mon cœur car à la vitesse à laquelle j'oublie les choses, j'ai vraiment l'impression que plus j'apprends et moins je sais. Et pourtant, **chaque jour qui**

passé me démontre que ces miettes de savoir accumulées patiemment et soigneusement usinées par l'action me donnent une connaissance plus importante.

Alors, faut-il continuer à engranger pour le fun, pour le strass ou pour le principe ?

Pour moi, c'est un mélange de tout cela mais il apparaît une autre raison plus profonde, plus dissimulée, plus diffuse. C'est celle du challenge de découvrir ses limites en explorant des noirceurs plus importantes, des profondeurs plus oppressantes, des situations plus chaotiques.

En effet, **à la limite d'un monde commence celui d'un autre monde. Explorer ses réactions, ses peurs, ses angoisses mais aussi ses joies, ses larmes de bonheur donne un sens à notre vie.**

Nous sommes tous des explorateurs dans l'âme mais les coups donnés par la vie nous ratatinent ou nous grandissent. Chaque coup peut nous étirer ou nous compresser. Chaque coup n'est qu'une énergie qui nous transmet son énergie.

Alors, **mon souhait pour 2007** et pour chacun des lecteurs de cet article **est que vous utilisiez au mieux tous les coups que vous prendrez afin de grandir et d'embellir ce que vous êtes.**

Aux yeux des humains, vous brillerez de plus en plus,

Aux yeux des Dieux, vous deviendrez un bon élève

Mais à votre propre yeux, vous apprendrez à vous aimer plus car vous saurez où sont vos forces et vos faiblesses et vous accepterez ainsi vraiment ce que vous êtes vraiment.

Vous en finirez avec les images de ce que vous aimeriez être et que vous n'êtes pas.

Vous en finirez d'être un tyran et un juge implacable par rapport à vous-mêmes.

Vous en finirez de rejeter la faute aux autres ou aux événements extérieurs.

Vous en finirez de vous diminuer et sous-estimer continuellement.

Vous en finirez avec le fantôme fabriqué par votre mental.

Vous en finirez avec cette frustration lancinante.

Vous en finirez avec cette vie illusoire du paraître.

Allez, tiens, encore un petit livre à lire...



Créativité – Arguments trompeurs

21.08.2006

Cerveau droit, cerveau gauche, mais encore ? **Nombre de ténors**, accros aux techniques d'avant-guerre et férus de modes anglo-saxonnes, **essaieront de vous convaincre que la créativité cela s'apprend !** Le verbe haut, la voix ferme et caressante, ils ont réussi à vous inscrire à un stage...

Pendant le stage et les quelques jours qui suivent, vous vous sentez hyper motivé et votre créativité vous semble nettement améliorée. Puis, invariablement, le souffle retombe et **quelques semaines plus tard vous ne vous rappelez plus de rien sauf d'une ou deux choses**. Pas de quoi faire le cake devant une assemblée de collaborateur !

Que s'est-il passé ? On vous a fait prendre des vessies pour des lanternes car le mental, de par sa constitution, est incapable de générer un aléatoire suffisant pour permettre une réelle avancée dans quelque domaine que ce soit.

Par contre, une autre forme de pensée connue sous le nom d'intuition permet des résultats incroyables. Or, cette qualité semble répartie d'une manière non standard chez les individus. **L'intuition survient quand on ne pense plus mais quand on écoute**, chacun à sa manière, une chose comme venant de nulle part.

Pour ne pas tomber dans des explications rationnelles de phénomènes irrationnels (à première vue), je préfère vous dire comment moi, je m'y prends pour favoriser mon investigation en terres inconnues.

D'abord, fort de tous les tenants et aboutissants, **je m'isole totalement du monde extérieur et je fais un petit somme** pour bien faire reposer la pâte et laisser ainsi la levure faire son œuvre. **Puis quand je me réveille** (d'une manière totalement naturelle = pas de réveil), je reste dans cet état d'entre deux eaux et **j'observe tout simplement ma pensée**.

L'écran n'étant jamais blanc, j'observe vers quoi mon attention se tourne puis, naturellement et sans effort, je l'oriente vers ce qui m'intéresse. Cette focalisation permet l'association de ce qui naturellement traîne dans les "parages" créant comme la construction d'un arbre en évolution.

J'observe le tableau et, malgré l'apparition d'idées intéressantes, je reste dans cet état malgré la peur de les oublier. En effet, l'expérience m'a montré qu'il ne faut pas s'arrêter à ce premier cercle en prenant des notes écrites par exemple car le plus génial se trouve au-delà. **J'attends donc jusqu'à ce que l'arbre des possibilités soit suffisamment grand pour ensuite prendre des notes écrites** sous forme de slogans, dessins ou toute autre prise de notes rapides.

Puis je me rallonge et devant le nombre d'idées, je sors mon sécateur ou la tronçonneuse du jugement et **je taille selon ce qui est possible** afin de laisser un maximum de sève aux branches prometteuses. Et je continue à observer la pousse des branches encore vivantes. Arrivé un moment, vous ressentez qu'il est temps de reprendre des notes.

Selon la nature du sujet, du temps imparti, vous pouvez répéter le cycle. Généralement, il y a tellement d'idées novatrices que l'envie de les matérialiser promptement est très forte. Si la séance dure trop longtemps, la frustration naîtra de votre incapacité à les matérialiser. Il est donc préférable de connaître la limite entre l'extase et la douleur.

Voyager dans l'espace de l'immatériel, dans des dimensions virtuelles est très excitant et il faudra faire attention de ne pas trop s'éloigner d'une réalité extérieure sous peine de vivre de moins en moins bien avec ses proches...

En résumé, la créativité est un état d'être, un état d'observation et de guidance très souple et non un état de faire avec des outils mentaux quels qu'ils soient ! Certes, des combinaisons, des rapprochements, des inversions et bien d'autres techniques peuvent aider à trouver des pistes de réflexion mais jamais une grande idée ne sortira de cet exercice. Elles ne servent qu'à l'assouplissement d'une manière de penser, de voir les choses. L'idée géniale pourra ainsi être mieux vue quand elle surgira.

La solution à un problème apparaîtra selon les termes avec lesquels on aura posé ledit problème. L'adage "le maître apparaît quand l'élève est prêt" est connu depuis des siècles. **Au mieux, les exercices ne sont qu'une préparation assouplissante** des certitudes sévissant en ce monde.

Si toute la science nous martèle que nous utilisons 10% de notre cerveau, alors pourquoi vouloir tout figer en n'acceptant pas ce que nous disent les autres 90% ?



Que la paix soit avec vous !

10.05.2007

Aujourd'hui je m'interroge. **Est-il encore possible d'être un être humain ?** Je ne parle pas de

l'homo erectus mais d'un être rempli d'humanité, d'un être avec lequel le partage puisse se faire sans tractation ou négociation.

Chaque jour et presque à chaque détour, il faut marchander ses sentiments, il faut brader son éthique, il faut juger les actes d'autrui. Mais **où est donc passée cette innocence du don spontané ?** Est-ce si difficile de sourire à quelqu'un en le regardant droit dans les yeux ?

Le week-end, à chaque fois que j'en ai l'occasion, je vais marcher dans ce qui ressemble à une forêt mais qui n'en est plus une depuis longtemps tant les animaux l'ont désertée.

Forcément, **je croise des gens mais tous détournent la tête ou font semblant de ne pas me voir**. Toutes les raisons sont bonnes, c'est : "je regarde ma progéniture" parce que j'ai peur qu'il se fasse mal ou fasse quelque chose d'inapproprié.

Sinon, c'est du style "je suis pensif" indiquant une intériorisation des plus profondes pour ne pas parler du "je ne parle pas aux étrangers" ou aux gens que je ne connais pas. Bref au final aucun échange n'a été transmis pendant ce quart de seconde d'un croisement entre deux personnes.

Cela me pèse de vivre parmi ces zombies. Ne parlons pas de ceux qui sont assis au volant d'une voiture, ils semblent aussi froid et rigide que leur véhicule, sauf si vous perturbez leur volonté et alors là, vous avez droit à toutes les grimaces et injures de leur catalogue.

Est-il vraiment si nécessaire d'être fermé au monde extérieur ? Est-il normal d'en avoir si peur ? **Comment se fait-il que les gens ont si peur d'eux-mêmes à ce**

point ? Car rappelons-le, les autres ne sont que des miroirs de ce que nous sommes.

Le monde est en perdition car l'homme s'est perdu dans ses rêves d'un bonheur matérialiste outrancier. Il ne voit plus que son nombril et n'ose plus vraiment relever la tête pour voir dans quel monde il vit.

C'est vrai que ce monde est en train de mourir sous ses yeux mais il ne veut pas le voir. Il préfère se rassurer en disant que les prochaines générations trouveront une solution. C'est à l'image du dernier colloque sur le réchauffement climatique.

D'un seul coup, alors que le monde entier commence à découvrir les conséquences climatologiques de ses actes et serait d'accord pour réagir, un nouveau rapport dit que si on se tient tranquille jusqu'en 2015, tout redeviendra comme avant !

Infantiliser le peuple semble être la devise de l'économie d'aujourd'hui. Il ne faut surtout pas ralentir la consommation. Puis, pour se donner bonne conscience, on parlera d'énergies renouvelables, de recyclage et de retour à la vie d'avant.

Les énergies renouvelables ne font que palier provisoirement les augmentations de la demande en énergie. On est donc loin de faire des économies qui allègeraient la ponction sur la planète terre.

Quant aux déchets, si leur tri devait diminuer le prélèvement, on constate que cela ne fait que ralentir l'augmentation du prélèvement mais ne supprime rien du tout. On se gausse de quelques percées technologiques afin de mieux cacher la vérité.

Sommes-nous encore des humains ? Je dirais de moins en moins, à moins de ne l'avoir jamais été !

Où se trouve le respect de l'autre, de la vie sous toutes ses formes ? Chaque objet ou nourriture que vous achetez amplifie la paupérisation de la planète et des peuples qui l'habitent.

Serait-il possible de passer de con-sommateur au consomm-acteur ?

Cela s'entend aussi pour les sentiments et les émotions. Et si l'on faisait vibrer l'autre, juste pour le fun, pour le plaisir d'offrir gratuitement. Qu'est-ce que coûte un sourire, un regard, un petit mot gentil, un mail ?

Maintenant que la folie des présidentielles est finie, est-il possible d'oublier la haine des différences politiques ? **Est-il possible de faire la paix et d'œuvrer pour le bien de tous.** Est-il possible de reléguer au second plan les plans de pouvoir personnel des politiciens ?

Maintenant que le chef a été élu c'est bien, mais pensez-vous qu'il va réellement influencer votre vie intérieure ? Avez-vous totalement délégué votre paix intérieure au même titre que vous avez délégué votre santé dans les mains des blouses blanches ?

N'importe quel psy, coach ou philosophe, vous dira que personne ne peut vous changer car le seul à pouvoir le faire c'est vous-même. Alors pourquoi attendre auprès des autres à l'extérieur alors que vous êtes le propre gardien de votre temple intérieur.

La révolution et le changement sont en vous pas à l'extérieur de vous. L'extérieur n'est que la matérialisation de votre état intérieur alors commençons

par nous-mêmes, faisons le ménage et il s'ensuivra automatiquement une amélioration avec l'extérieur ?

La paix dans le monde dépend de votre paix intérieure. Si cela vous semble trop gros pour être vrai, alors regardez-vous et voyez comment vos états intérieurs ont bâti les murailles qui vous séparent d'un bonheur auquel vous aspirez.

Bien à vous, à vos proches, aux lointains et à cette belle planète qui nous supporte.

Chapitre 2

Rester zen et Être



Quand la souffrance nous tue...

20.07.2007

Indissociable de l'humain, la souffrance fait quotidiennement des ravages, non seulement parmi nos collaborateurs mais aussi parmi nos proches, et en dernier nous-même. Pendant plus de 30 ans, j'ai observé ses ravages et **je me suis demandé s'il y avait une solution** pour enrayer cette destruction que nous nous infligeons, à nous-même et donc à l'humanité.

Malgré des dizaines et des dizaines de stages et de formations en tous genres, même en passant par des tas de philosophies différentes, **la question reste d'actualité** pour moi et pour la majorité d'entre nous. C'est pourquoi, je vais tracer en quelques mots ce que j'ai pu apprendre, comprendre et vivre afin que vous puissiez y rajouter vos propres réflexions.

Toujours noyé dans le langage et ses tas de synonymes, j'ai d'abord découvert que **le mot douleur ne s'accorde pas forcément au mot souffrance**.

La douleur est d'ordre physique. Mes premières vraies douleurs (c'est-à-dire ressenties en pleine conscience), c'est quand j'ai commencé à jouer au foot. Devant le manque d'adresse des autres joueurs et de moi-même, mes tibias ont reçu plus de coups (surtout des pointus) qu'ils n'auraient dû. La douleur est si intense, que les larmes vous viennent aux yeux avec la vitesse de l'éclair !

Il y a eu aussi d'autres douleurs comme les brûlures musculaires, les déchirures ou les contractions. Cela fait très mal mais ce n'est pas de **la souffrance**. Ces dernières me sont apparues avec mes premières séparations amoureuses qui n'étaient pas de mon fait (du moins directement). C'est au début comme quelque chose qui **vous déchire le cœur pour enfin se terminer dans des lamentations mentales et sans fin**.

J'ai donc cherché d'où provenait cette déchirure si intensément ressentie. J'en ai conclu que c'était une douleur de l'âme équivalente à une déchirure musculaire mais au niveau de l'âme. Certes, tout se soigne et se répare mais comme dit mon dentiste : "La meilleure dent qui soit est celle d'origine car aucun traitement quel qu'il soit ne pourra vous la remettre comme avant."

Autant notre corps se rappellera tous les accidents qu'il a reçus (attendez d'avoir un certain âge), autant notre âme fait de même.

Alors, pourquoi cette souffrance continue-t-elle à nous ennuyer ? C'est tout simplement parce que nous le voulons bien. En effet, **la souffrance appartient au monde du mental**, c'est une douleur mentale qui ne pourra se guérir qu'avec notre mental.

Or là, nous pouvons agir ! En être pleinement conscient, nous savons que nous ne pouvons pas modifier

certaines choses dans ce monde immense qui nous entoure (ou cela dans une limite assez perceptible), nous savons que nous sommes les seuls à pouvoir nous changer intérieurement.

La souffrance que nous entretenons en nous-même est simplement un décalage entre ce qui nous arrive et ce que nous en pensons. En changeant notre point de vue, nous pouvons sublimer n'importe quoi.

L'une des plus grandes douleurs qu'un être humain puisse subir (et cela en pleine acceptation de la vie), c'est quand une femme met un enfant au monde. On peut vraiment dire que la douleur est intense et malgré les grimaces, la future mère sait que cela est un bonheur et un immense privilège de donner la vie.

Par cette simple conception, voire gratitude, elle transcende suffisamment pour exploser de joie une fois le bout de chou dans ses bras. De toute ma vie, je n'ai vu une femme se plaindre d'avoir accouché. Les seuls regrets étaient surtout dirigés vers celui qui était responsable de l'avoir mise enceinte !

La vie peut être dure, très dure, et avec des expériences très éprouvantes et très douloureuses, mais c'est nous-même qui créons cette souffrance qui nous tient tant à cœur. Vous me direz : "non, je ne suis pas du tout d'accord" mais **à bien y regarder, qui à part vous-même peut vous blesser et vous faire souffrir**.

Nous sommes nos propres bourreaux. Par cette souffrance que nous entretenons, notre joie de vivre s'affaiblit entraînant une mort plus précoce. Certes, nous pouvons faire comme les enfants en prétextant que c'est toujours à cause de l'autre; alors, est-ce véritablement une attitude adulte de rester déresponsabilisé jusqu'à la fin de sa vie ?

Le chemin de l'âme et des expériences en rapport ne nous est pas connu d'avance sinon nous ne les accepterions pas !

Alors quand une déchirure nous tombe dessus, vivons la intensément et puis laissons la filer dans l'ailleurs. **Laissons l'émotion naître puis disparaître sans nourrir de sentiments spéciaux à son propos**. Nos sentiments sont élaborés par notre grille de lecture propre à chacun. En changeant votre grille de lecture, vous changerez votre état d'esprit et vos "sentis" ne vous mentiront plus !

La souffrance est une énergie créée par notre mental afin de nous dévoyer de notre paix intérieure. La souffrance est comme une joie inversée – elle détruit au lieu de construire. Autant la joie comme l'amour rapproche, autant la souffrance nous sépare de nous-même, des autres, du monde et du Créateur.

N'avez-vous pas remarqué que quand on souffre, on se sent seul comme si on était vraiment tout seul dans cet univers ? Et puis combien on est persuadé que personne ne peut comprendre notre souffrance ? C'est notre unicité qui crée ce phénomène car personne, absolument personne ne peut être vous !

Expérimenter la voie de la souffrance est en ce monde facile car nous sommes dans une période d'involution certaine. Par contre, si vous désirez inverser la tendance et donc évoluer, il vous faudra faire preuve de courage et de confiance.

Seul vous-même pouvez décider de votre vie intérieure et du mal que l'on peut vous faire.

Alors, faites comme moi, arrêtez de gémir et s'il vous prend encore l'envie de râler, remerciez de tout votre cœur celui qui vous en a fait la remarque. A ce titre, je remercie mes enfants ainsi que mes proches, car sans eux j'aurais baissé la garde depuis longtemps. C'est aussi pourquoi je les aime aussi fort car je sais que sans eux ma vie serait déjà un enfer...



La souffrance et moi, et moi...

Caparaçonné comme pas possible par des enseignements millénaires et additionné de pansements trempés par un positivisme sans faille, la larme asséchée dès sa naissance n'a pu lui couler sur la joue. Pourtant, quelque chose l'étreignit si fort qu'il **ne put s'empêcher de ressentir combien il était petit face à cette chose qui ne porte pas de nom.**

Bien qu'il balayât avec énergie toutes ces idées générées par cette nouvelle qu'il venait d'apprendre, son cœur ne défaillit pas mais il sentit que la chose l'avait touché au plus profond de lui-même, quelque part au milieu d'un nul part.

Cette chose, aussi furtive soit-elle, a le don d'éclairer des zones sombres. C'est comme dans les équations où le -1 avec un -1 donne un +1. C'est comme si une mauvaise nouvelle dévalant dans une procédure inconsciente **révélaient un circuit neuronal appartenant à la tribu de nos peurs.**

Par un influx extérieur, nous nous révélons à nous-mêmes.

Cet exercice majoritairement non voulu déclenche souvent cette liqueur amère qu'est la souffrance. Cette dernière, véritable poison de la paix intérieure, est aussi puissante que le curare. Son action est rapide et très spectaculaire. En quelques minutes, elle vous transforme un bonze en un zombie connecté aux démons.

Pourtant, sans prendre le chemin des religions qui prônent la souffrance comme un nirvana pour se faire ensuite manipuler comme de vulgaires marionnettes, **la souffrance n'est que le grincement entre ce qui est et ce que nous pensons être.**

Ce que nous pensons être n'est qu'une approximation de ce que nous sommes véritablement. Car quand nous saurons par l'expérience, par les tripes, par le ressenti ce que nous sommes (au moins au début) alors nous ne pourrons plus insulter, injurier ou plus banalement s'engueuler avec quiconque.

En allant plus loin, nous ne pourrons même plus atteindre à la vie d'autrui, surtout concernant nos frères les animaux ainsi que le monde végétal. **En ne respectant pas ce qui est autour de nous, nous ne faisons que dire : je ne m'aime pas** car il y a tant de choses en moi que je ne voudrais pas et d'autres que j'aimerais bien avoir.

Le refus de notre unicité, c'est simplement dire et affirmer à notre graine d'esprit (le Soi) que nous refusons ce qu'il nous a offert pour cette vie.

Par cette attitude de rejet de ce qui est nous-même, de ce qui nous constitue, nous offrons un champ de culture immense où la souffrance se répandra à la vitesse de nos rejets.

Nous cultivons tous en nous-même des forêts entières où des créatures étranges font leurs besognes abaissant ainsi, de jour en jour, notre confiance en nous à affronter l'inconnu qui demeure à l'extérieur de nous.

Quand l'inconnue extérieure révèle l'inconnue intérieure, nous apprenons sur ce que nous sommes réellement. C'est comme un rayon lumineux qui tranche et qui fait mal à notre déité. **Nous aimerions être parfaits** mais nous ne croyons plus depuis longtemps que nous le sommes.

Nous aimerions être Dieu mais nous savons très bien que nous ne pourrions avoir la sagesse suffisante pour utiliser Sa puissance au bénéfice de tous. **Nous préférons utiliser cette puissance créatrice pour détruire en fonction de ce que nous jugeons de bien ou de mal.**

Or, notre jugement est bien faible car nous sommes des ignorants en puissance. Nous jouons avec la planète, avec les OGM ou la bombe nucléaire juste pour nous amuser, pour savoir afin de modifier notre environnement selon nos points de vue.

L'axe du mal n'existe que dans la tête de ceux qui pensent qu'ils sont dans l'axe du bien !

Et vous, quel est votre axe : Votre famille, vos biens matériels, votre pays, vos convictions religieuses ou tout simplement vous-même ?

La souffrance, c'est l'écart entre ce que vous êtes réellement et l'interprétation du monde dans lequel vous vivez. Versez quelques bonnes larmes bien chaudes sur le moment puis, par un recul suffisant, relativisez ce qui vous est arrivé.

Ne tombez pas dans le panneau de vous noyer dans vos larmes, car ces inondations intérieures font des véritables ravages comme ce qu'il se passe extérieurement aujourd'hui où l'homme, pour des raisons économiques, a bafoué les règles élémentaires de sécurité.

Ne vous laissez pas entraîner par les traditions "hurlantes et affligeantes" que s'imposent certaines femmes ou familles quand l'un de leurs membres est mort.

Laissez l'énergie s'échapper de vous d'une manière digne mais véritable. La surtension passée, vous saurez relativiser car vous savez en vous-même que vous n'avez aucun contrôle véritable sur tout ce qui se passe autour de vous.

La mécanique céleste est hors de portée de nos capacités cérébrales car nous sommes venus en ce monde pour expérimenter la matière et les émotions et non pour détourner ces lois immuables pour notre bénéfice égotique.

La souffrance, dans son essence même, **est une bénédiction car elle est le signe d'une progression, d'un avancement, d'une découverte. Prise négativement, elle sera votre bourreau** aussi indéfectible et aussi collante que la peau qui recouvre votre corps de chair.



Quand l'injustice frappe à votre porte...

01.08.2007

Dans un précédent billet sur la souffrance, il est apparu que **l'injustice était l'un des évènements déclencheurs le plus difficile à contrer pour rester zen**. En effet, le sentiment d'injustice est profondément ancré et enfoui dans l'inconscient collectif de l'humanité.

Où que nous regardions, l'injustice y a pris place. **Aucun être humain n'est épargné** car il semblerait que même dès sa conception utérine, il y aurait maldonne. Quel fichu monde ! Alors pourquoi devons-nous la subir jusqu'aux tréfonds de notre être ?

Pour bien comprendre pourquoi l'injustice nous est si urticante, il va falloir aller voir plus loin que la seule idée que l'injustice peut être annihilée. Son action nous est intolérable et pourtant, c'est comme avec les microbes, nous vivons tous les jours avec et nous n'attrapons pas nécessairement toutes les maladies.

Il y aurait comme une immunité possible. Alors pourquoi n'est-elle pas connue de tous ?

Pour y répondre, il va me falloir aller faire un grand tour du côté du pourquoi l'homme, pourquoi l'humanité, pourquoi la terre, avant de vous indiquer ce que quelques-uns de nos ancêtres savaient et que la majorité n'a jamais voulu entendre !

L'ignorance de l'origine de l'injustice a fait que des centaines de millions, voire des milliards d'individus se sont entretenus afin d'avoir la liberté d'être dans un monde plus juste !

Il n'existe pas une tribu, un clan, un parti politique, un état qui ne revendique l'équité pour tous. L'équité dans les droits de tous les jours, l'équité au travail, l'équité aux droits de l'homme, l'équité des traitements médicaux, l'équité d'exercer sa religion sans ségrégation, l'équité des couleurs et des races. Enfin bref, l'équité pour tous et sur tout !

Vaste programme n'est-ce pas ? Alors, peut-on, en l'espace d'une note, donner la solution à ce qui n'a pas de solutions ? Comment peut-on le faire si **cela fait des milliers d'années que l'on se tape dessus afin d'établir l'équité universelle** ?

L'équité universelle existe mais elle rentre en pleine contradiction avec ce que nous sommes, car tous nous sommes des êtres uniques et donc différents. La seule voie de réduction des inégalités est de donner à tous le même traitement, tout en sachant que certains seront obligatoirement avantagés ! Ce qui apparaît déjà comme une injustice.

Notre problème provient donc de notre logique. Si nous sommes tous différents, nous ne pouvons pas être logiquement égaux. Et donc, si nous ne pouvons pas être égaux, nous pourrions quand même envisager des traitements équivalents.

Or, envisager des traitements équivalents voudrait dire que tout le monde devrait avoir les mêmes chances face à la vie. Jusqu'ici pas de problème, mais comment pourrions-nous faire cela tout en sachant que nous ne savons rien de la vie qui nous attend et pourquoi nous sommes, chacun d'entre nous, ici sur cette terre ?

C'est de cette impossibilité de savoir que provient notre impossibilité de mettre en œuvre l'équité. Comment faire la part des choses entre l'impotent, le génie, le maladif et le charismatique ?

Donc en revenant à mes choux, pourquoi l'injustice nous aiguille-t-elle avec une telle ardeur ? Voici quelques pistes d'explorations :

A – L'injustice provient de notre ignorance à savoir notre destin individuel et, in fine, celui de l'humanité.

Tant qu'un individu ne saura pas qui il est véritablement, tant qu'il restera une énigme pour lui-même, toute construction qu'il pourra entreprendre sera tout simplement incomplète. Chaque être humain est un morceau de puzzle aussi bien spatial (un corps) que temporel (une vie). Tant qu'il ne connaîtra pas le fond de l'image et la dynamique temporelle associée, il ne pourra savoir où il se place exactement par rapport à la terre et à l'humanité.

Cette ignorance qui le taraude fait qu'il est très sensible à l'injustice parce qu'au fond de lui-même, il trouve que la vie est profondément injuste à son égard. Pourquoi n'a-t-il pas les yeux bleus, un physique d'enfer, une intelligence remarquable, une santé de fer et un charisme à vous couper le souffle ?

Cela lui ôte la chance de trouver l'âme-sœur idéale, la fortune, la reconnaissance ainsi qu'une descendance royale, pour ne pas dire divine ! Le sentiment d'injustice est réel et palpable chez la quasi-majorité des êtres humains.

B – L'injustice provient d'un sentiment ancré profondément en nous.

Depuis des milliers de générations, nos ancêtres nous ont légué cette frustration qui nous fait si mal au quotidien. Cette frustration provient de l'origine même de l'homme. En effet, avant de nous incarner en ce monde de matière dense afin de la spiritualiser, nous étions sous une autre forme d'énergie qui n'avait pas les limitations du monde de la dualité dans lequel nous vivons actuellement.

Voici pourquoi **notre logique mentale nous empêche de vivre convenablement**. En effet, elle ne correspond en rien à la logique de notre âme. Cette différence est si grande que la douleur de notre âme due à notre incompréhension intellectuelle suffit à créer une souffrance infernale à notre mental qui se rebelle dès qu'il en a l'occasion.

Alors, si quelqu'un vous balance une remarque suffisamment teintée d'injustice, vous explosez littéralement. C'est comme s'il allumait directement la mèche plus ou moins courte du bâton de dynamite que vous tenez entre les dents, car les bonnes règles font que vous êtes menottés sinon vous le tueriez dans la foulée.

Afin, donc, de ne pas croupir dans les geôles de l'ignorance et d'offrir le flan à tous les coups de fouets possibles, **il vous faut mettre en place LA seule et unique règle suivante** :

Tu ne jugeras point

Vous pouvez toujours évaluer une personne mais surtout ne la comparez à personne, et surtout pas à vous-même puisqu'elle est unique. En acceptant sa différence, vous

acceptez que son destin soit différent du vôtre ou de ce que vous voudriez qu'il advienne.

Par ce simple fait, vous lui permettez d'être elle-même, même si pour vous, elle est en pleine contradiction. **En effet, qui êtes-vous pour prétendre savoir ou connaître son destin ?** Laissez faire en restant neutre émotionnellement et parlez-lui avec douceur.

Si ce qu'elle vient de vous dire, ou de faire à votre égard ou à l'égard de quelqu'un d'autre, vous chatouille ce profond sentiment d'injustice, vous pouvez réagir en agissant calmement et clairement.

Ne donnez aucune justification, ne balancez pas moult questions, agissez simplement et naturellement pour faire comprendre votre point de vue. Par votre comportement et la maîtrise de ce qui sort de votre bouche, vous lui démontrerez qu'il vient d'agir d'une manière incorrecte et que vous en prenez note.

En agissant ainsi, vous lui permettez de comprendre que ce qu'il vient de faire ou dire n'était pas à son avantage, mais surtout que le projectile qu'il vous a envoyé a manqué sa cible. Il se mordra peut-être les doigts de sa maladresse mais, en tout état de cause, vous n'avez pas été affecté physiquement et émotionnellement.

Cérébralement, l'incident est enregistré et, même si vous lui pardonnez, il saura que vous n'oublierez jamais. Cela l'obligera à mieux se tenir la prochaine fois. S'il récidive, alors à vous de voir si cette personne doit rester dans votre réseau relationnel.

Si vous êtes unijambiste et que vous continuez à fréquenter les champs de mines anti-personnelles, ne venez pas vous plaindre. On a toujours le choix, même de dire très calmement votre fond de pensée si l'autre est trop bouché à l'émeri.

Alors, prêt pour mettre en œuvre cette unique règle ?

Si oui, les voies du Paradis vous sont ouvertes et c'est droit devant. Si non, retournez-vous car vous êtes dans le mauvais sens !



Que le sourire soit avec vous !

10.04.2007

Des fois, je me plais à rêver d'un autre monde, d'une autre façon de travailler, d'une autre manière d'aborder la vie de tous les jours et puis, inlassablement, une espèce de quotidien me rappelle à l'ordre.

J'essaie de me renouveler, de faire place au nouveau, d'accueillir l'inconnu, d'apprendre de nouvelles choses utiles, inutiles, fantasques mais la réalité binaire d'un monde plutôt lourd me rattrape.

Je ressens la légèreté de l'être mais la densité du corps me plombe. Je voudrais tant ressentir de nouveau ce plaisir de l'œuvre finie, ce moment où l'on contemple le résultat de tant d'efforts, de tant d'imagination et de détermination.

Aujourd'hui, le monde dans sa marche de soi-disant progrès a augmenté la cadence et rétrécit le temps du recul où l'on pouvait méditer sur nos erreurs et nos

forces. **Nez dans le guidon, le recul se fait de plus en plus rare.**

Où va-t-on ? Dans le mur diront beaucoup, mais quel mur oserais-je demander ? Le mur de la folie, le mur de la destruction, le mur de la honte, le mur de l'isolement, le mur de l'égoïsme, le mur de la séparation, pour peut-être atteindre le mur des lamentations.

Je ne suis pas vieux, mais plus tout à fait jeune, et je me rappelle quand je prenais ces moments de recul qui me permettaient d'avoir une vision plus aérienne de mes combats dans cette matière si lourde.

Je me rappelle ces larmes qui ont coulé malgré moi sur mes joues pour s'engouffrer dans ma barbe. Souvent c'était des larmes de joie, des larmes de contentement, des larmes où s'exprimait le contentement de l'œuvre accomplie.

Combien de fois ma gorge s'est-elle serrée dans ces moments-là ? Combien de fois l'accomplissement m'a-t-il étreint si fort. Combien de fois ai-je pleuré d'avoir pu réaliser ce que j'avais pensé irréalisable.

Oui, bien des fois j'ai béni le Ciel et la Terre pour toutes ces choses qui me semblaient importantes et dont le monde bien souvent ignorait l'existence. Oui, je l'avoue, **ce sont ces moments qui ont su me donner le courage de me relever et de continuer à vouloir faire plus, faire mieux.**

Les événements n'étaient pas toujours favorables à mes projets, mais je savais que c'était la substance même du pourquoi de mes efforts. Devenir plus grand, plus fort, mais aussi plus mûr, plus sage et plus en paix.

Combien de fois ai-je pestiféré contre toutes et tous ? Combien de fois ai-je maudit le merdier dans lequel je m'étais mis ? Combien de fois ai-je fustigé la table des lois ? Oui, quelquefois j'en ai eu vraiment marre, mais au fond de moi, une petite voix me disait **"Sois en Paix et la Vérité tu verras"**.

Alors, avec le temps, j'ai compris que l'enfant que j'étais et qui poussait ses colères dans son bac à sable parce que son château de sable ne tenait pas debout, manquait un peu de recul. Et puis, comme par magie, la solution apparaissait simplement, là sous mes yeux à portée de main.

Alors tout au long de ma vie, j'ai appris qu'**au moment le plus noir il y a toujours de la lumière à portée de main**. De l'allumette, la lampe de poche à l'interrupteur, il y a toujours une solution qui vous attend, mais pour cela il faut savoir prendre du recul.

Le premier recul à prendre est d'abord physique. Changer d'air, de lieu, de culture, de pays est le premier pas. Cela vous aidera à prendre celui du second recul qui est celui de l'émotionnel pour enfin atteindre l'intellectuel.

Si, après cela, le problème résiste, alors vous saurez qu'il vous faudra remettre en cause votre plan spirituel, là où reposent vos valeurs fondamentales, votre éthique et votre étincelle de vie. **Dans ces périodes d'introspection et de remise en cause se cachent les miracles.**

C'est à ces moments précis que vous saurez quelle est votre légende intérieure, quel est votre destin, ou plutôt quels sont les épreuves qui vous permettront d'accomplir

ce que vous êtes véritablement venu faire ou expérimenter.

L'être humain est un bourgeon qui ne demande qu'à éclore afin de découvrir qui il est véritablement. Ainsi il pourra faire bénéficier l'arbre qui le porte de toute sa force et de toute son âme. De bourgeon il deviendra une feuille pleine de vigueur, ouverte au monde et sachant ce qu'il doit faire.

Par la chaleur du sentiment, le soleil de la connaissance, il communiquera sa sève à l'arbre qui l'a nourri et qui le porte à bout de branche. Balloté par les vents du changement, il reste solidement accroché jusqu'au jour où, ayant accompli sa mission, il décrochera pour connaître la légèreté de l'être pour enfin rejoindre ses ancêtres au pied de l'arbre qui l'a vu naître.

Chacun de nous a reçu la force de ses ancêtres et il en est ainsi depuis l'aube des temps. Or, ce que je vois aujourd'hui est que chaque feuille qui tombe, tombe sur un trottoir ou une voie de circulation goudronnée. Puis elle est ensuite ramassée mécaniquement pour être jetée sur un tas où elle pourra pour le bénéfice de personne.

C'est pourquoi je me pose encore la question comment les arbres des villes ont-ils encore la force de grandir alors que la terre où ils puisent leur force n'est plus du tout alimentée en matières fertilisantes.

Où sont nos vieux, où sont nos ancêtres, où sont nos sages ? Le monde court à sa perte. Nous le savons tous, alors pourquoi continuer ? L'arbre de l'humanité est en train de s'appauvrir et la Terre est à bout de souffle. Comment pouvons-nous encore croire qu'un satellite ou un téléphone portable puisse nous faire vivre mieux quand on ne dit plus bonjour à ses voisins de palier.

Les gens n'ont plus de recul car le système mis en place ne leur permet plus le recul. Alors je m'interroge sur la validité des villes bétons, des villes-champignons, des quartiers résidentiels champignons qui goudronnent partout.

Pour moi, aujourd'hui la croissance économique se fait au détriment de la croissance humaine. L'humain s'appauvrit car son relationnel s'appauvrit. Cela commence par lui-même pour enfin s'étendre à tous.

Alors oui, je regrette ces temps passés où je pouvais regarder avec calme et sérénité si je pouvais être fier de ce que j'avais fait. Mes larmes se font plus rares, **ma désertification intérieure gagne du terrain** et mon château de sable dans mon bac à sable commence à s'effondrer par manque d'eau, par manque de relations véritables.

Dans mon village natal, il y avait obligation de dire bonjour à tous, qu'ils soient villageois ou étrangers. Sinon dans les 24h, tout le monde savait que vous aviez fauté et cela relevait presque du conseil municipal et de la confesse auprès du curé.

Aujourd'hui, c'est l'inverse. Quand je souris et que je dis bonjour à quelqu'un dans la rue, d'abord il me regarde étonné, surpris avec une méfiance non dissimulée. Si c'est une femme, le silence et la méfiance sont encore plus forts, mais si c'est auprès d'un enfant, alors je frôle le délit de pédophilie.

Par contre, au bonheur, si c'est un étranger, un immigré, un pauvre, alors leurs visages s'ouvrent comme si j'étais un ange descendu du ciel. Je les remercie tous car sans

eux je ne pourrais me rappeler qu'**être humain, c'est d'abord être un être sensible, ouvert à autrui et pouvant jouir du plaisir d'un sourire donné de tout son cœur avant même que le mental ne comprenne ce qui se passe.**



Entrepreneurs et bouddhisme, est-ce vraiment compatible ?

18.05.1957

Tout être humain, quel qu'il soit, est né dans une culture où a prévalu un système de pensée religieux. Laïque ou athée, **nous avons tous des règles et des valeurs en lesquelles nous avons pleinement confiance.** Sans elles, nous ne saurions nous relever des défis quotidiens auxquels nous sommes confrontés.

En ce jour du **18 mai, jour de naissance du Bouddha**, voyons ce qu'est le bouddhisme. Il est souvent associé à une certaine nonchalance, un état de laisser aller ou de laisser faire qui semble heurter les valeurs occidentales où la combattivité et la rébellion semblent plus appropriées que les sourires béats des moines.

Dans un premier temps, **il faut absolument faire la différence entre une institution religieuse et l'enseignement d'un Maître.**

Il est normal que du temps du Maître tout était clair et limpide, et puis après sa disparition physique en ce monde, ses adeptes et leurs descendants vont essayer de transmettre ce qu'ils auront compris.

Chacun étant unique, il est absolument inévitable que des divergences vont apparaître et, sous la pression des événements et des brassages culturels, l'enseignement original se verra trituré et modifié en fonction des besoins du lieu et du moment.

Si l'on comptait le nombre de courants issus de l'enseignement de Jésus, de Mahomet et de bien d'autres et de toutes les guerres et dissensions que cela a apporté à l'humanité, on devrait carrément interdire les institutions religieuses.

Il serait souhaitable que tout un chacun puisse accéder à l'ensemble de tous les enseignements afin de se forger sa propre opinion que tous respectent.

Un individu, par essence, ne pourra jamais faire la guerre à tous les autres, alors qu'un groupe aussi minime soit-il se sentira toujours capable de faire du mal à d'autres groupes souvent majoritaires.

Alors à ce titre, ne parlons pas de bouddhisme et de ses variantes actuelles et revenons à la source de son enseignement que l'on appelle l'octuple chemin ou sentier, les voici :

1. La compréhension juste
2. La pensée juste
3. La parole juste
4. L'action juste
5. Les moyens d'existence justes
6. L'effort juste
7. L'attention juste

8. La concentration juste

Le sentier octuple est un processus circulaire d'amélioration de l'individu. Avec une compréhension "juste", il sera plus facile de penser correctement afin de s'exprimer avec acuité. Il en découlera une action appropriée avec les moyens d'existence dont on dispose afin de fournir l'effort nécessaire. L'effort sera optimum grâce à une attention consciente et une concentration suffisante. Cette dernière aidant à avoir une compréhension juste ce qui boucle le cercle.

Le sentier octuple commence par l'esprit pour ensuite se décliner progressivement dans la réalisation matérielle. C'est un processus simple et infini afin d'atteindre cette paix intérieure tant recherchée. Aucune notion d'objectif et de temps, juste un processus récurrent pour une vie meilleure.

Le mot juste revenant 8 fois, il est de suite évident de savoir ce qu'il veut dire. Et c'est là que les divergences vont commencer à poindre comme les puces sur un chien. Alors à ce titre, je laisserai chacun des lecteurs s'ajuster selon ses propres échelles de valeur.

Le juste étant par principe le milieu entre deux mesures ou extrémités, c'est à chacun de vérifier s'il peut appliquer les principes du Bouddha avec son art de vivre. Tout en sachant que tout évolue en permanence, le juste de maintenant ne sera probablement pas celui de l'instant suivant, d'où des empoignades sérieuses parmi les occidentaux planificateurs et lourds de certitudes...

Voici donc quelques explications brèves qui ne sont pas de moi :

1 – La compréhension juste est la vision juste de la réalité.

2 – La pensée juste est une pensée dénuée de haine, d'avidité et d'ignorance.

3 – La parole juste consiste à ne pas mentir, ne pas semer la discorde par ses paroles, ne pas parler abusivement, ne pas bavarder oisivement.

4 – L'action juste est une action adaptée à la situation et qui ne cause pas de tort à autrui.

5 – Les moyens d'existence justes sont ceux qui permettent de vivre sans tuer et sans faire de mal à autrui, par des moyens justes et honorables.

6 – L'effort juste consiste à développer les conditions favorables à l'éveil, et à éviter ou surmonter les pensées négatives.

7 – L'attention juste est la conscience aiguë des choses, de soi (corps, émotions et pensées), des autres, de la réalité.

8 – La concentration juste est la stabilité de l'esprit libéré de l'agitation, la distraction ou l'excitation, laissant passer les pensées sans s'y attacher.

Maintenant vous savez l'essentiel de l'enseignement du Bouddha, libre à vous de les appliquer à votre convenance sans pour cela renier votre religion première.

Les vrais enseignements se complètent toujours, alors si un jour on vous enseigne quelque chose qui vise à l'exclusion sachez que ce sont des visions humaines qui se télescopent et non des enseignements de Maîtres.

Tous les Maîtres ont prôné l'amour et le respect de la vie mais quand on voit l'application qui en est faite par les hommes, on peut assurément dire qu'une minorité bien-pensante (et très intentionnée) a suffisamment trafiqué ou interprété l'enseignement afin que les croyants s'entredéchirent comme ils l'ont fait, le font et le feront.

Que la Paix soit en l'homme afin qu'elle le soit dans le monde !



Ces émotions, ces machins anti-paix...

14.05.2008

L'une des principales caractéristiques humaines est

l'émotion. Bienfaitrice dans certains cas, elle est souvent **source de complications et d'embrouilles** là où les choses devraient être simples et pas compliquées à vivre.

En ce monde, je n'ai vu aucun animal faire des crises émotionnelles. Si on les chatouille un peu, ils peuvent s'énervier un peu et ne pas vraiment faire dans la dentelle. Ils ne connaissent pas les répliques : **"C'était pour s'amuser", "je plaisantais", "j'ai pété un plomb, ça arrive à tout le monde"**. J'en conclus aussi que les animaux ne connaissent pas le pardon... dans le sens humain du terme.

Ce qu'il y a de terrifiant pour l'humain, c'est qu'avec l'émotion, on peut le manipuler comme on veut. Dites-lui qu'elle est radieuse aujourd'hui, que son choix vestimentaire est époustouflant et le soir même, le dessert le plus succulent restera fade en comparaison avec ce qui vous attend après.

A l'inverse, faites-lui une petite remarque sur son maquillage ou démontrez une certaine impatience devant la salle de bain, et je vous promets que vous allez en prendre pour votre grade pendant toute la journée.

C'est cela la puissance des émotions ! **C'est une énergie qui va booster tout ce qu'elle peut sans même se préoccuper des conséquences directes et indirectes.** C'est juste de la dynamite qui s'enflammera à la moindre étincelle.

A bien y regarder, **si l'on pouvait regarder avec une paire de lunette spéciale toutes les cicatrices émotionnelles intérieures et extérieures d'un être humain, nous n'aurions en fait aucune possibilité de voir autre chose.**

On verrait des cicatrices se cicatrisant sur des cicatrices encore plus anciennes. Certaines sembleraient refermées tandis que beaucoup seraient en train d'essayer de le faire mais le moindre mouvement en recrée d'autres presque automatiquement.

En prenant donc du recul, et sans aller dans les excuses religieuses classiques d'un Dieu qui ne vous a pas à la bonne, **nous pouvons constater que nous sommes quasiment nés pour vivre cela.**

Sans l'émotion, la vie nous paraîtrait très fade. Nous serions des machines biologiques où la seule logique semblerait être la survie. Un peu comme les animaux, la

nature ferait qu'un équilibre se fasse entre toutes les espèces vivantes.

Pas de problème de sécurité sociale, de 35h, de politiciens racoleurs ou encore de retraite. Chez les animaux, la retraite n'existe pas vraiment. **L'émotion serait-elle donc à l'origine de toutes nos cultures ?** Je crois bien que oui.

Cela expliquerait largement la diversité des cultures mais aussi des comportements par rapports aux mêmes choses. En occident quand vous rotez, on s'offusque, alors qu'ailleurs l'inverse ferait de même. A quel Saint faut-il donc se vouer ? La réponse est claire : à aucun !

L'émotion reste donc cette composante qui a suscité autant de guerres, de boucheries, de famines, de haines. Et puis d'un autre côté, on aime se dire qu'il y a des belles choses à vivre, à expérimenter et que la vie vaut d'être vécue.

Et dire qu'avec tout ça, on nous demande d'être gentil, de sourire à la dame, de payer nos impôts, de se faire racoler par des religieux ou des politiciens, d'être productif au boulot et enfin de rencontrer une âme-sœur pour perpétuer la tradition.

Que ferions-nous sans l'émotion ? La question est posée et je crois qu'elle va le rester tant qu'il y aura des hommes et des femmes, des religieux et des fidèles, des politiciens et des électeurs, des patrons et des travailleurs, des amoureux et des amoureuses...

Peut-on donc la contrôler ? Si c'était possible, je crois que cela serait fait depuis longtemps et nous serions déjà tous faits ! L'émotion, par définition, est quelque chose qui nous traverse et que nous ne pouvons que vivre.

L'émotion en tant que telle n'a rien à voir avec les sentiments. Par contre, elle déclenche les sentiments qui, eux, vont œuvrer à la construction, ou à la destruction, de ce que nous sommes physiquement, mentalement et émotivement.

On ne maîtrise pas ses émotions ! On ne peut maîtriser que les manifestations que cela provoque en nous. Certaines manifestations comme piquer un fard ne semblent pas vraiment maîtrisables mais on peut les atténuer suffisamment quand même !

Le seul fait d'être en paix, et de reconnaître que l'émotion peut nous traverser à tout instant, permet de porter attention aux "lentilles" qui amplifient et déforment les signaux. Comme souvent on ne voit que les effets extérieurs de l'émotion, il est intéressant de se focaliser sur ces fameuses lentilles amplificatrices.

Ces lentilles sont l'équivalent de toutes les cicatrices émotionnelles ouvertes dont je parlais plus haut. Devant la tâche assez titanesque du travail à effectuer, il faut se la jouer fourmi, c'est-à-dire calmement mais sans jamais s'arrêter.

A chaque fois que l'énergie de l'émotion vous traverse, chaque cicatrice va réagir à sa manière. Au début, cela va nous sembler un brouhaha pas possible mais avec une concentration suffisante, on pourra détecter les zones sensibles et l'ampleur de la cicatrice.

L'expérience m'a montré que **chaque cicatrice suppute une substance appelée peur.** Grâce à la nature et la quantité de peur dégagée, on peut remonter au problème. Les cicatrices les plus accessibles

correspondent souvent à celles qui sont en surface, c'est-à-dire à celles qui sont récentes.

Alors de sparadrap en sparadrap, soin après soin, le désinfectant appelé "Amour" fera son effet. Comme d'habitude, cela picotera dans les débuts et quelques sursauts sont à prévoir mais globalement, quand on y va avec une intention ferme mais très douce, on arrivera à ses fins.

Toute tentative de soin à la hussarde, c'est-à-dire avec des énergies masculines, se révélera à terme plus catastrophique que le mal lui-même. Faites comme les bonnes infirmières (pas l'infirmière en chef un peu pète sec) mais celle qui est douce, compréhensive, pleine d'amour mais qui en définitive n'écouterait jamais vos demandes d'arrêt de la thérapie.

L'intention doit être ferme, irrévocable mais terriblement aimante. La décontraction de l'infirmière et son lâcher-prise mental permettra à votre cicatrice de relâcher l'énergie bloquée sous la cicatrice.

Il faut nettoyer la plaie en profondeur pour être sûr qu'elle ne se rouvrira pas. Alors souvent au début, on ouvre puis on appuie pour que "tout le mal", tout le poison sorte. Désinfecter une plaie émotionnelle est obligatoire pour que tout rentre dans l'ordre.

Certes, vous en porterez la cicatrice mais celle-ci ne vous importunera plus et vous pourrez passer ainsi à la suivante. **Il ne faut pas vouloir tout faire en même temps** car la douleur peut être trop grande et totalement insupportable. Il faut savoir doser sans pour cela tomber dans le chichi.

La vie devient beaucoup plus facile quand vous avez traité les cicatrices superficielles, dirons-nous celles où il n'a fallu que quelques points de suture. Ensuite vous pourrez alors vous attaquer à une comac un peu plus costaud et ainsi de suite.

Avec un certain entraînement, et pas mal d'années au compteur, votre capacité à intégrer les énergies émotionnelles sans pour cela causer des tremblements de terre sera remarquable. Là, vous comprendrez ce que cela veut dire être zen.

L'être humain incarné que nous sommes aujourd'hui n'est que la somme de toutes les peurs de nos incarnations précédentes ajoutées à celles héritées par notre lignée génétique.

L'énergie émotionnelle n'est qu'une énergie qui vient secouer l'ensemble afin que nous ne nous endormions sous ce tas d'énergies bloquées. **C'est un processus dynamique et cyclique** au même titre que la lune crée les marées sur Terre.

Profitons donc de cette énergie pour faire le ménage, tout en faisant un max pour ne pas en rajouter. Plus facile à dire qu'à faire, ce n'est pas une raison pour baisser les bras et s'apitoyer sur cette vie qui nous semble bien injuste. Tout est parfait !

Alors, la prochaine fois qu'une émotion vous traverse, regardez-là gentiment et voyez sur quels récifs elle se brise; et puis allez-y faire un petit tour, juste histoire de découvrir vos rivages intérieurs !

Vous verrez, il y a quelquefois des super plages avec des superbes femmes à queue-de-poisson. Elles sont très gentilles mais très handicapées sur la plage, mais quand vous les accompagnez dans les vagues alors la

grâce de l'émotion vous submerge et vous comprenez la véritable nature divine de l'émotion.

La mer est source de bienfaits et c'est seulement nous, les humains, qui avons inventé les marées noires. **La vie est décision et il nous appartient de faire que la force de l'émotion soit mise au service de l'humanité et non à sa destruction.**



L'orage est passé mais la terre fume encore...

15.05.2008

Hier je parlais des émotions et **il ne se passe pas une journée sans que tout et son contraire arrivent en même temps**. D'un côté, l'énergie masculine avec ses éclairs vous met le feu à tout ce qui est sec, avec tonnerre et fracas, puis de l'autre côté vous avez cette eau bienfaitrice qui vient éteindre le tout.

Parfaitement naturel, ça c'est sûr mais, en attendant, la terre de mon corps fume encore après que l'eau ait dévalée à travers le sang de mes veines. Et puis dans tout cela, qu'ai-je gagné ? **Est-ce que cela a fait avancer le schmilblic ?** En toute honnêteté, il me faut dire oui malgré le mode essorage de mes sentiments détrempés.

Je suis stupéfait de voir combien les peurs projetées d'une personne peuvent faire du mal à celui qui les reçoit. On peut toujours se dire que l'armure est solide, qu'elle en a vu plein et que son paratonnerre est efficace, et pourtant l'eau arrive toujours à pénétrer par les jointures.

Et puis dès que le temps vire au sec, des petits couinements se font entendre malgré les couches de graisse et d'huile qui recouvrent cette structure qui semble vouloir s'affaïsser avec le temps. Le temps semble avoir du poids dans l'histoire.

Cela me fait penser à un char d'assaut qui, à l'arrêt, nous semble un bloc inattaquable et insensible aux coups et à la mitraille. Mais dès qu'il se met en route, c'est une toute autre image qui nous fait peur. C'est non seulement la vitesse de ses déplacements mais surtout le bruit infernal qu'il dégage.

Rien que le bruit à lui tout seul vous fait trembler des genoux. Nul besoin de le voir mais vous pressentez que vous allez passer un mauvais quart d'heure. Vous pressentez que vous ne serez qu'une simple bouillie après son passage.

Quand on voit quelqu'un dans un tel état de vacarme, on peut effectivement craindre le pire mais, avec un peu de recul, vous savez que le blindage de ses souffrances et que les obus de ses peurs ne sont rien en regard de votre bazooka ou lance-roquette.

Il suffit seulement de s'exposer pendant quelques minutes, viser tranquillement et appuyer sur la gâchette de l'intention. Une fois le coup parti dans le feu de l'humour ou du rire, votre roquette d'amour arrêtera, d'une manière ou d'une autre, la boîte de conserve en mouvement.

En effet, on peut toujours se croire à l'abri dans un char à l'arrêt mais dès qu'il se met en mouvement, la carapace de ses certitudes devient un handicap et les chenilles verbales sont autant de prises pour de faire décheniller.

Quelle que soit la couleur de camouflage du char, son bruit et sa chaleur le rendent parfaitement visible à tout soldat bien équipé. Que ce char soit frappé d'un emblème positif ou non, il est par définition un destructeur de vie.

En prenant la comparaison d'une personne avec un char d'assaut, nous pouvons globalement comprendre que l'émotion est rarement neutre et qu'elle coûte énormément à ses propriétaires même en temps de paix.

Entretenir une armée, c'est entretenir un sentiment d'infériorité où la peur nous fait dire que c'est pour protéger le pays et donc la paix. Ces sentiments nationalistes ne sont qu'illusions qui mènent infailliblement à la guerre.

Croire que certains de nos sentiments sont justifiés, c'est dire aux autres que s'ils viennent se frotter à nous, alors on leur fera comprendre notre conception du monde. Nos sentiments nous mènent aussi sûrement à la destruction que l'eau érode le rocher.

Nous sommes nos propres bourreaux quand nous clamons nos peurs comment étant légitimes. En vérité, nous clamons notre impuissance à pouvoir nous aimer suffisamment pour les désactiver. Alors quand on en a un peu trop, on préfère aller les balancer sur les autres au premier prétexte venu.

Puis quand l'eau de l'amour coule sur le canon encore tout fumant, elle s'évapore ou retombe bien chaude sur ce sol qui se ramasse déjà tous les obus et toutes les douilles, ce sol qui appartient à la Terre et qui ne saurait nous raconter toutes les atrocités qu'il a vu depuis l'aube des temps.

L'eau et l'air se sont fâchés en Birmanie pour mettre en évidence une junte militaire à bout de souffle et d'idéologie. Et puis, son grand protecteur se voit infliger un tremblement de terre pour lui rappeler que les JO ne doivent pas être sa seule préoccupation.

Quand l'être humain comprendra qu'il agit sur les éléments par ses pensées et par cette force de l'émotion qui met tout cela en action dans la matière, **alors peut-être aurons-nous fait un grand pas vers plus d'humanité.**

A chaque évènement majeur, l'humanité commence à vouloir aider la partie blessée en dépassant les lois et les dictatures locales. Le droit d'ingérence sautera un jour ou l'autre sous peine de voir l'humanité mourir tout simplement.

Aujourd'hui, ce n'est plus une idéologie quelconque qui doit s'imposer dans un coin de la terre mais une compassion unique pour tous, car nous savons aujourd'hui que **nous sommes tous sur le même bateau.**

Certes, nous ne sommes pas tous dans les mêmes cabines mais il ne faut pas croire, quand on est sur le pont ou dans les 1ères classes, que ce qui se passe dans les soutes est sans importance.

C'est le contraire car, quand les cabines inférieures se révoltent, cela veut dire que les avaries deviennent si

nombreuses qu'ils n'ont plus comme autre choix que de monter dans les étages pour manger à leur faim.

Et s'il n'y a plus à manger dans les soutes, cela veut aussi dire que le bateau est en train de prendre l'eau. Le bateau semble encore être à l'horizontale, mais pour combien de temps ?

Chaque vague émotionnelle ne fait que faire grandir les fissures d'un monde qui a choisi l'apparence à celui de l'amour et du partage, qui a choisi la liberté individuelle égoïste à celui d'un consensus minimaliste, qui a choisi le pillage systématique à celui de la préservation intelligente.

En résumé, ce qui se passe à l'échelle d'un individu est identique à ce qui se passe au niveau national. Venez à vous échauffer avec un voisin et c'est tout le quartier qui va prendre parti. Idem au niveau mondial, échauffez-vous avec une nation et ce sont tous les pays du monde qui vont y mettre leur mot.

Au rythme où vont les choses, on va faire plus de progrès en quelques années qu'en quelques siècles. D'un côté, on a de quoi être content mais d'un autre, les défis vont être tout aussi importants. Alors qui va gagner : l'humanité ou la planète ?

Je garde mon pronostic pour moi mais, compte tenu des puissances en jeu, sincèrement, je ne crois pas que c'est l'humanité qui va imposer sa loi à la planète. Je ne peux que souhaiter que l'humanité enfin reconnaisse que ses libertés de prélèvement sont limitées et que la quantité d'amour qu'elle peut donner est tout bonnement infinie.

Aimez-vous vous-même et vous aimerez autrui ainsi que toutes les formes de vie. Par ce simple fait, vous viendrez à ne prélever que le minima pour être bien. Plus de gaspillage par inconscience ou pour satisfaire un ego en mal d'amour.

Soyez vous-même et montrez l'exemple chaque jour en faisant attention que l'émotion amplifie bien vos bons côtés tout en vous permettant de découvrir ce qui vous fait souffrir. **Longue vie à l'homme qui aura découvert qu'il était un Dieu mais qui ne voulait pas le croire !**



Quand la peur rôde prête à frapper

31.01.2007

Tout individu, quel qu'il soit, se doit d'affronter dans sa vie quotidienne et professionnelle une certaine quantité de stress. A cela rien de neuf, sauf quand l'énergie à y faire face vient à nous manquer.

Planquée au fin fond de notre inconscient, une certaine énergie omniprésente nous pousse à imaginer les pires scénarii, entraînant une plus ou moins grande déstabilisation de nos certitudes.

Certains diront que ce sont nos réflexes de survie qui rentrent en action faisant ainsi monter le taux d'adrénaline afin d'être prêt à affronter le présumé danger.

Certes, je veux bien le croire, mais **que se passe-t-il quand le stock d'adrénaline est à sec ou que, tout**

simplement, notre système nerveux est en état permanent d'excitation ?

On sent comme un épuisement, une envie de changer d'air, de tout laisser tomber et d'aller **se planquer le plus rapidement possible dans un lieu peinard** où plus personne ni aucune situation ne peut nous atteindre mais... la plupart du temps, des impératifs de lieu et d'heure nous empêchent d'opérer une retraite salubre, alors on prend sur soi.

Une fois, deux fois, trois fois et puis on ne compte plus tant les situations stressantes sont nombreuses, et puis, une fois arrivé à la maison, d'autres "impératifs" souvent très légitimes (s'occuper des enfants, faire les courses, aller au pressing, à la réunion de l'assoc ou faire une sortie prévue de longue date avec des amis, des proches,...) **pour enfin vous écrouler comme une enclume dans votre lit.**

Alors à la fin, le bon collaborateur que vous êtes, commence à accumuler une fatigue de fond qui lui pèse comme un manteau d'uranium. C'est à ce stade que la peur commence à faire des merveilles totalement dévastatrices dans votre enthousiasme naturellement protecteur.

Peur de trop bien faire, de mal faire, de ne pas être performant ni au top, font que votre performance ne vous distingue plus vraiment des autres. **Vous commencez à être un inconnu parmi d'autres, le maillon d'une chaîne auquel personne ne fait attention pour enfin être l'anonyme de service attendant son chèque à la fin du mois.**

Le guerrier n'est plus mais reste quand même le travailleur malgré lui. A ce stade, la confiance en soi reste acceptable et c'est alors que le doute, enfant de la peur, fait une apparition de plus en plus remarquée dans votre mental.

De broutille en broutille, le doute vous rongera de plus en plus profondément jusqu'au stade où la moindre action deviendra un enfer. Les choix se feront plus difficiles, le nombre de problèmes montera en flèche tout aussi vite que votre dépréciation entraînant une culpabilisation grandissante et impossible à arrêter comme la marée.

Tous uniques dans l'âme, nous nous condamnons à une vie d'enfer quand on laisse s'infiltrer la peur en nous.

Etre un entrepreneur, c'est avant tout être capable d'affronter ses peurs et toutes celles qui se présenteront en cours de route. Votre volonté d'en découdre avec elles fera que vous réussirez ou serez broyé.

L'enthousiasme qui vous anime sera votre armure, votre recul par rapport à l'évènement sera votre stratégie, l'envie de donner le meilleur de vous-même sera votre tactique, vos décisions seront votre glaive et l'objectif animera votre volonté de persévérer.

Vous pouvez, bien sûr, lire tous les livres d'arts de la guerre mais sachez que le plus important champ de combat se trouve d'abord en vous. L'extérieur n'est là que vous aider à réaliser cette quête tout à fait personnelle.

Alors quelle est vraiment votre quête intérieure, après quel graal courez-vous ?

Si vous ne pouvez répondre à cette question, vos chances sont quasiment nulles face à l'hydre de la peur

car à chaque tête coupée, deux repousseront. **La stature d'un entrepreneur est directement proportionnelle à sa capacité à rester calme quand tous les autres s'affoleront.**

La paix intérieure apporte cette lucidité qui permet de détecter où se situe le vrai problème. Cela permet d'agir là où il faut avec célérité et promptitude tout en faisant une économie des moyens à mettre en œuvre.

Se battre contre des moulins à vent amène non seulement la pauvreté financière mais surtout la pauvreté intérieure (je ne suis rien, je ne vauds rien, je suis nul).

L'entrepreneur est un guerrier qui sait que la défaite extérieure n'est que le reflet d'une défaite intérieure déjà prononcée. Ceux qui prônent l'inverse font tout simplement partie du camp des perdants voulant faire croire que ce sont des faits extérieurs (excuse = ex causa = cause extérieure) qui les ont empêchés de triompher.

En vérité, il est normal que, de temps en temps, l'extérieur nous fasse plier du genou mais c'est surtout pour montrer que nous avons la capacité en nous-même et qu'il nous faut aller la chercher.

Qui serait content de se battre contre des adversaires toujours inférieurs sinon les faibles ?



La conception c'est bien mais loin d'être suffisant...

20.02.2008

Je rencontre régulièrement des gens qui adorent faire des plans sur la comète. Installés dans un confort suffisant, ils laissent leur imagination se balader de pensée

en pensée jusqu'à en fabriquer des univers entiers.

Les choses sont claires, évidentes, puis vient le Yapuka. Le Yapuka est un étrange personnage car il est à la fois une évidence aux yeux du rêveur et un "invisible man" aux yeux des autres.

Le Yapuka est ce quelque chose qui transformera un monde virtuel en une réalité très tangible pour tous. **Il est le maître d'œuvre d'un chantier en devenir.** Ne travaillant pas pour rien, il demande des moyens et des sous, sauf que, comme par magie, le commanditaire est souvent fauché comme les blés.

Commençons donc par une petite citation de Maître Aïvanhov :

"Celui qui reste assis sur une chaise peut s'imaginer capable de tous les exploits. C'est quand il essaie de se lever qu'il mesure le véritable état de ses forces ; là, il est obligé de perdre ses illusions. Dans sa déception, il se croit plus faible qu'il n'est, alors qu'au contraire, c'est cette prise de conscience qui est le commencement de sa force. Les difficultés qu'il éprouve à s'éloigner de son mode d'existence passée sont la preuve qu'il essaie de bouger, de faire des efforts. Et s'il souffre, c'est parce qu'il commence enfin à sentir, à vivre et à se diriger vers un monde nouveau."

Joliment dit, cela veut dire que **passer du monde du virtuel au monde de la physicalité va, non seulement vous décevoir, mais surtout vous faire vaciller dans votre confiance en vous-même.**

C'est vrai que rêver demande peu d'efforts physiques mais bouger la carcasse demande une réelle volonté. Alors, quand on commence à se prendre des coups, une certaine forme d'énergie appelée souffrance se fait connaître à vous.

La physicalité possède ses propres règles :

1 – La première que l'on oublie est le temps

En effet, le temps que la matière réagisse et rentre en interaction, cela prend plus de temps qu'à un courant électrique de passer d'un neurone à l'autre. Alors ce qui devait prendre 1 mois à faire en théorie en prendra probablement 6, cela étant dû à ces innombrables contretemps forcément imprévus... et toujours de la faute des autres ou des conditions extérieures.

2 – L'énergie dépensée est nettement plus grande

Allongé, vous pouvez rêver. L'énergie dépensée relève du style "je ne vais pas m'endormir mais si je me sens fatigué, je me laisserais aller car, après tout, un petit somme n'a jamais fait de mal à personne..."

Par contre, dans le plan matériel, la dépense d'énergie est conséquente. Et bien qu'un petit somme serait le bienvenu, ce n'est pas ce qui va fournir de l'énergie. Il va vous falloir manger, boire, se laver.... **Bref, qui a vraiment envie de se lever s'il n'a pas une raison vraiment suffisante pour le faire ?**

Le plan de la physicalité est le plan de la volonté.

Sans volonté véritable, vous ne pourrez qu'être l'oisif de service qui suivra le sens du courant d'air. Vous serez ballotté jusqu'au moment où vous réaliserez que vous vous êtes fait mener en bateau en prenant une porte en pleine tête.

Or, qu'est-ce qu'avoir de la volonté ? C'est d'abord savoir où l'on veut aller, dans quelle direction. En bref, c'est la réponse au "Pourquoi je me bougerais le derrière ?" Sans réponse claire à cette question, c'est sûr vous allez faire du gras...

Il apparaît donc qu'**il faut déjà avoir un plan d'attaque pour aller affronter la physicalité sinon c'est elle qui va s'occuper de vous !**

Combien de gens sont-ils devenus des rouspéteurs, des va-t-en-guerre, des mal-lunés, des acariâtres, des négatifs, des corrosifs pour la simple et bonne raison qu'ils ne savent pas eux-mêmes ce qu'ils veulent vraiment !

Alors, ils réagissent au lieu d'agir. Ils se défendent au lieu d'attaquer. Si vous n'utilisez pas la force de la physicalité à votre avantage, alors cette dernière vous assènera des coups surtout là où ça fait mal. Il faut dire qu'elle a de l'expérience car elle, elle pratique depuis que la vie existe !

Dans cette histoire, Yapuka n'a qu'à bien se tenir ! Il se doit d'être clair à ce qu'on lui demande et savoir pourquoi on lui demande. Sans ces dernières conditions, il est évident qu'il va se faire laminer et se faire mettre au placard des oubliettes pour toujours.

Vouloir c'est pouvoir comme dit le dicton auquel il faut se dépêcher de rattacher le savoir du pourquoi.

J'accommoderais donc ce dicton sous la forme : Pas de but, ce n'est pas de volonté et donc pas de pouvoir. Avec cela, c'est un bon commencement.

C'est comme au 100m, si dès le début vous avez du mal à décoller et que vous êtes à la bourre, il y a de fortes chances que vous le soyez aussi à l'arrivée (et ceci dans le cas où vous auriez quand même eu la volonté de franchir la ligne).

Bien souvent, pour des raisons d'ego, vous arrêterez avant et puis vous trouverez bien une bonne demi-douzaine d'excuses pour dire que ce n'était pas la peine de continuer à gaspiller de l'énergie pour rien. Vous retournerez la situation à votre avantage, mais l'entraîneur et les spectateurs ne seront pas dupes plusieurs fois de suite.

Alors concevez, projetez-vous comme franchissant la ligne le premier, c'est un bon exercice non pas pour vous donner des rêves qui s'écrouleront dans l'arène du stade mais surtout **pour désactiver l'autre partie de vous-même qui dit que vous êtes un nul et que vous n'y arriverez pas.**

Arrêtez cette petite voix négative très persuasive, pleine d'une bibliothèque entière de faits bien enregistrés de votre passé. Collez-lui un pain en vous focalisant sur l'objectif.

Être un gagnant, c'est d'abord savoir pourquoi vous désirez atteindre cet objectif et cela vous donnera la volonté d'en découdre avec la physicalité.

Une fois cela acquis, le Yapuka doublé de son ombre, le Yfocon, sera suffisamment puissant pour affronter la lourdeur et l'inertie de la physicalité. Dans les starting-blocks, coincé entre deux lignes matérielles blanches définissant le couloir de ses responsabilités, il s'élancera vers la ligne d'arrivée en se battant contre le temps, la fatigue, l'usure et les brûlures de l'effort.

Sur le bord de la piste, il y a les Yavaika qui souligneront tout ce qui ne va pas mais à l'arrivée, quoi qu'il s'est passé vous tomberez dans les bras des Yfalailefaire qui vous remettront une médaille d'un métal appelé confiance en soi.

Alors si vous êtes un fan de podium et un collecteur de médailles, vous regarderez avec plus de saveur ces tribunes de spectateurs qui préfèrent regarder, jacter, critiquer, blablater. Ils se disent des experts, des critiques avisés et se complaisent dans la conception, le virtuel car depuis longtemps le goût de l'effort et l'envie de vaincre dans la physicalité les a quitté.

J'en conclus en disant : Allez vous battre dans la physicalité et vous apprendrez à savoir qui vous êtes véritablement. Vous êtes votre propre ennemi, alors ne vous souciez pas des autres et de leurs commentaires et jugements, car majoritairement ce sont tous des personnes qui ont abandonné leurs rêves.

Mettez en œuvre vos rêves sinon ils ne resteront que des vapeurs mentales qui s'évanouiront dans l'univers de l'oubli. Et puis dernier point, sachez que **ceux qui parlent beaucoup de leur rêve sont dans leur rêve, alors que ceux qui les mettent en action n'ont pas vraiment le temps d'en parler.**

Ces rêveurs diront que vous n'avez pas leur subtilité, leur imagination, leur sensibilité et vous considéreront comme inférieur à leur capacité "mentale et divinatoire". Souriez,

car aux premiers froids venus, ils seront comme la cigale devant la fourmi : une espèce en danger de mort.



Le destin n'est pas un chemin, ni même une route...

22.02.2008

Pour faire suite à mon article précédent (La conception c'est bien mais loin d'être suffisant), j'aimerais préciser à propos du destin. Les Occidentaux, avec leur culture religieuse basée sur le péché et la culpabilité, se font une idée malheureusement erronée du destin.

Il est vrai qu'à force de prendre les coups, on peut s'imaginer qu'un "malin" nous veut du mal et qu'il nous faut assumer un destin pour expier probablement des fautes issues dont on ne sait d'où. Subir et encore subir, fait que l'on a l'impression de rouler avec un frein à main et une remorque bien chargée.

C'est vrai que le plus gros frein à main que je connaisse est **la culpabilité. Arme favorite du catholicisme**, elle a engendré des souffrances terribles aux croyants. Des centaines de générations, pendant des siècles et des siècles, ont subi ce joug totalement dogmatique et réducteur.

Le premier qui sortait du rang était systématiquement rangé dans la classe des hérétiques et emprisonné dans des geôles peu propices au bien-être. Dans l'attente d'un jugement totalement déterminé d'avance, il priait très fort pour ne pas finir sur un bûcher.

Fort de cette culture très enrichissante et épanouissante, l'occidental s'est construit une définition particulière du destin. Mise en exergue dans les contes de fées, **la notion de destin s'est chargée d'un fatalisme à l'épreuve du doute.** Plus tard, le mot karma apparut et l'amalgame fut vite fait.

Certains, au destin royal, reçoivent ce qu'ils méritent pendant que 99,99% des autres trinquent pour assurer leur survie. Alors démêlons cette notion simplement, afin de nous libérer de cette armure si lourde, si vieille, si rouillée et totalement obsolète.

Le destin n'est pas une route, ni un chemin, ni une vallée mais **seulement quelques passages obligés que l'âme veut expérimenter dans la matière.** Si l'on représente géographiquement la chose, c'est comme si vous partiez de Paris pour aller à Pékin.

A votre naissance, vous possédez une carte blanche (mais loin d'être vierge et innocente) indiquant où vous êtes né. Aucune destination finale n'est mentionnée ainsi que le chemin qu'il faut prendre. Vous allez donc commencer à quatre pattes à explorer l'environnement immédiat.

Puis au fur et à mesure de vos expériences, et de votre verticalisation, vous aurez de temps en temps des indices qui vous interpellent. Soudainement, une photo, un lieu, un nom apparaîtra sur l'écran de contrôle. Selon l'âge que vous avez, ces éléments prendront une importance plus ou moins particulière.

Normalement vers 7 ans vous aurez acquis les grandes directions d'une manière assez

inconsciente. Puis à chaque fois que vous aurez à prendre une décision, à chaque bifurcation qui se présentera devant vous, vous ferez appel à deux choses : votre mental qui réfléchira et votre petite voix intérieure qui parlera très faiblement.

Alors, fort de votre libre arbitre, vous allez trancher en fonction de ces deux éléments. Soit vous ferez du mental pur, soit de la petite voix pure ou soit un mix des deux. C'est vrai que selon le contexte, le mélange va varier. Une décision amoureuse ne se décide pas comme une décision professionnelle.

Pour l'instant, il n'y a aucun destin dans cette histoire mais juste une façon de prendre vos décisions. Certains privilégieront le mental et d'autres les intuitions. Le problème de l'intuition est que l'on ne comprend pas d'où cela sort et donc le doute est vraiment permis. Réciproquement, le mental paraît plus sûr et pourtant, le doute est là car nous ressentons que nous sommes loin d'avoir toutes les informations suffisantes pour trancher.

Alors, faut-il faire passer le mental avant l'intuition, la petite voix ou l'inverse ? C'est en répondant honnêtement à cette question que vous saurez pourquoi certains sont chanceux alors que d'autres le sont nettement moins. De là découlera ceux qui ont un destin "heureux" et d'autres nettement moins heureux.

Pour aller à Pékin, vous pouvez prendre l'avion jusqu'à Abhu Dhabi puis un bateau. Ou préférer le dos d'un chameau au départ du Caire. Tout est possible, mais pour cela il faut savoir où vous devez aller et quels sont les moyens à disposition.

De ce côté-là, votre mental ne peut vraiment pas vous aider dans un premier temps car lui, il est fort pour enregistrer des données et les traiter. On en conclut qu'il faut d'abord écouter votre petite voix, votre intuition, votre ressenti enfin bref tous les signaux qui vous parviennent de l'intérieur et ensuite mouliner le tout.

La formule est complexe mais avec un peu d'habitude, on prend le pli assez rapidement. C'est une histoire de confiance en soi, de foi en ses messages intérieurs.

Alors dans l'histoire où est notre destin ? La réponse est évidente : **il est en nous et c'est nous qui décidons de l'effectuer ou non !**

Alors si votre petite voix vous dit de prendre l'avion entre Paris et Rome et que vous préférez prendre le vélo pour des raisons de sécurité, c'est sûr qu'il va falloir du mollet pour traverser les Alpes. Et puis, si vous avez toujours peur du mal de l'air vous prendrez le bateau et ainsi de suite.

Dans cette histoire, votre âme voulait connaître ce qu'était le mal de l'air mais si à chaque fois vous refusez de prendre l'avion, non seulement vous n'arriverez probablement jamais à Pékin de votre vivant mais vous aurez surtout marné pour rien.

Écoutez donc votre petite voix surtout quand il s'agit de vaincre une peur ou une appréhension.

L'objectif de Pékin **n'est pas important en soi car c'est surtout la manière dont vous allez appréhender le chemin qui s'ouvre à vous.**

Vous êtes libre de regarder vos chaussures quand vous marchez, mais vous pouvez aussi regarder le paysage, discuter avec les autres randonneurs, partager des

moments inoubliables, des sentiments et des amours que vous n'auriez jamais imaginé.

La vie est un chemin de découverte intérieur et extérieur et pour éviter de tourner en rond, notre âme nous donne une direction pour nous occuper l'esprit et surtout nous aider à rencontrer les gens avec qui nous devons partager un bout de chemin.

Par contre, à chaque fois que nous n'écouterons pas notre petite voix, il est certain que le chemin va se rallonger ainsi que les efforts à faire. Nous créons notre propre destin quand nous pensons que c'est notre mental qui nous gouverne. Le pauvre est tellement limité qu'il est bien souvent incapable de vous dire ce qui va se passer sentimentalement pour vous demain.

Votre âme a déjà balisé tout le chemin, alors pourquoi lui donner du fil à retordre ? Il y a déjà tant de problèmes autour de nous, alors pourquoi en rajouter. Si chacun d'entre nous suivait son chemin intérieur, il n'y aurait pas besoin de lois, de règlement et de justice. Tout serait fluide mais nous ne voulons en faire qu'à notre tête ! Alors, comme tous les gosses, on se prend des baffes au passage !



Développer sa confiance en soi, est-ce si difficile ?

08.11.2007

Devant les coups répétés de l'adversité, et surtout du dénigrement assez systématique quand vous vous prenez des gamelles, il est courageux, voire salutaire, de **savoir regonfler la batterie de la confiance en soi.**

Chacun a ses ficelles mais toutes ne se valent pas, car cela dépend énormément de comment vous vous regardez. **Si l'oeil accusateur des gens qui vous entourent est déjà lourd, il n'est rien comparé à celui que vous avez en vous** sauf si...

Votre philosophie est au-dessus des règles culturelles dans lesquelles vous avez baigné dans votre enfance. En effet, **ce sont les règles du milieu dans lequel vous avez grandi qui vous feront ou vous déferont.**

Si l'on vous a inculqué des règles de dépassement de soi et que vous l'avez vu réellement à l'œuvre autour de vous, alors vous saurez vous dépasser. Si par contre, il n'y avait aucun élément tangible venant appuyer cette règle, alors votre propension à vouloir vous dépasser sera plutôt faible.

La confiance en soi est une chose qui se construit tout au long de la vie mais il faut dire que les 25 ou 30 premières années de votre vie sont les plus importantes. Après, c'est plus dur mais pas impossible.

La confiance en soi est comme une immunité, comme un matelas qui vous protège des effets coupants et tranchants des heurts de la vie. Cela ne supprime pas les chocs mais les amortit suffisamment pour éviter la casse qui vous immobilise pendant un temps certain.

La confiance en soi, c'est le carburant qui fait que vous vous relèverez chaque fois encore plus fort. C'est comme une détermination qui vous vient de dedans et

que vous ne cherchez pas forcément à comprendre. Elle est là et cela vous suffit.

La confiance en soi, c'est l'assurance-vie de votre succès. C'est l'assurance que vous obtiendrez quelque chose, quelle que soit l'issue du combat.

Si vous avez perdu, vous aurez au moins gagné l'expérience afin de ne pas commettre les mêmes erreurs. Vous aurez grandi en sagesse et en maturité. Vos cicatrices intérieures et extérieures seront les bijoux de vos trésors intérieurs en tant que personne.

Si vous avez gagné, vous serez fier sur le moment et puis vous vous direz que la partie n'était pas à la hauteur de vos forces. Vous recevrez peut-être quelques récompenses extérieures, mais cela vous permettra aussi d'augmenter votre capital confiance. C'est un crédit sur votre compte bancaire interne.

La vie n'est fait que de crédit et de débit de confiance en soi. L'épanouissement d'un individu est directement fonction de son solde bancaire intérieur. S'il est en déficit permanent, alors la vie lui semblera pesante autant qu'une meute de banquiers et d'huissiers aux fesses. Si son compte est positif, alors la vie sera plus simple et beaucoup plus jouissive.

Globalement, comme tout entrepreneur, **au début du lancement de son affaire, les problèmes de trésorerie sont récurrents.** Il en est de même pour les enfants. Ils veulent vendre leur marchandise mais comme elle est encore immature, l'adversité les forgera. Entre-temps, leurs parents devront leur servir de coach et de mentor.

Une fois l'âge adulte arrivé, ils devront gérer leur capital comme un chef d'entreprise. Il y aura des hauts et des bas, des moments de doute et d'allégresse selon leur impétuosité à vouloir s'épanouir.

La vie n'est pas un long fleuve tranquille comme voudraient le faire croire certaines tendances. Elle n'est pas non plus un combat permanent. Elle est une suite d'action qui alterne entre le repos et le mouvement. Le repos est une action interne alors que le mouvement est externe.

La vie n'est qu'un va et vient entre l'intérieur et l'extérieur. Votre conscience n'est que la peau qui sépare deux milieux distincts. Votre niveau de conscience n'est que l'équivalent de votre degré de sensibilité.

Plus vous serez sensible et plus la vie vous en apprendra mais en contrepartie il faudra apprendre à régler cette sensibilité en fonction du milieu dans lequel vous vagabonderez. En effet, si vous êtes réglé pour l'écoute de nuit et que d'un seul coup on vous soumet aux décibels d'une boîte de nuit, vos tympans vous feront souffrir comme jamais.

Eh bien, la confiance en soi est comme notre tympan interne qui doit s'ajuster à la pression extérieure. **Avoir trop, ou pas assez, de confiance peut vous nuire gravement. C'est une histoire de recul par rapport à l'évènement.**

C'est vrai quelquefois on se fait peur tant on s'est embringué dans une histoire avec excès de confiance et le retour de bâton peut vraiment faire mal. La confiance en soi est en étroite relation avec notre capacité à encaisser et avec notre moral.

Garder le moral permet de garder l'estime suffisante en nos possibilités à s'en sortir. Voici pourquoi, avec le temps se forge une sagesse qui dit "le solde sera-t-il positif ? Si oui alors fonce, sinon passe ton chemin".

La confiance en soi est le solde de ce que l'on pense de nous-même.

Par la simple attention et considération que vous porterez à votre intelligence, à vos émotions et à votre corps, vous développerez cette confiance en soi qui n'est que le miroir de l'harmonie qui règne entre ces trois entités (corps-âme-esprit).

Alors faites en sorte non seulement de les respecter en ne leur infligeant pas des choses qu'ils n'aiment pas mais de les aimer inconditionnellement même si ce que vous voyez ne correspond pas à ce que vous aimeriez voir.

Chapitre 3

Vivre, tout simplement



Ataraxique êtes-vous ?

29.11.2007

Mot découvert au détour d'un film, **l'ataraxie désigne la tranquillité de l'âme résultant de la modération et de l'harmonie de l'existence.** Elle provient d'un état de profonde quiétude, découlant de l'absence de tout trouble ou douleur (Wikipédia).

Vient du grec ancien *ataraxía* « absence de troubles » et dans Wipdictionnaire cela donne : État du sage affranchi de toute émotion, de toute passion. En voilà tout un programme ! **Alors, faites-vous dans l'ataraxie ?**

Je crois qu'il est difficile pour la majorité d'entre nous d'être zen en permanence parce que ce n'est tout simplement pas l'art de vivre de l'occidental courant. J'ai donc creusé un peu la question en commençant par regarder le synonyme d'ataraxie : équanimité.

Cela donne : Sentiment d'indifférence à l'égard de toute sensation ou évocation, agréable ou désagréable, dû à l'apaisement de l'esprit.

Les autres synonymes du synonyme sont sérénité et flegme [à ne pas confondre avec flemme (lenteur, placidité)]. On connaît le flegme britannique mais ce n'est pas pour cela qu'ils sont des flemmards.

Enfin bref, l'ataraxie serait la capacité d'un individu à avoir un recul suffisant par rapport aux choses extérieures afin de conserver son calme intérieur.

Or, qu'est-ce qui peut nous faire sortir de nous-même quitte à péter les plombs ? Je vois 3 grands cas : corps, âme, esprit.

1 – Le corps

Il est clair que si l'on me donne un coup de marteau sur les doigts ou un coup de pied dans l'entrejambe, il va m'être difficile de rester zen. Sauf cas d'ébriété lourde, d'un joint costaud, d'un médicament qui supprime la douleur ou d'un handicap physique reconnu, la douleur engendrée va secouer le système nerveux suffisamment pour affoler le cœur et l'esprit.

2 – L'âme

Cela va relever des émotions et des sentiments. Personne n'est à l'abri de ces derniers. Certes, on peut rester stoïque quand la larme vous vient à l'œil, mais cela n'empêche pas que vous enregistrez quand même des perturbations internes. Le fait de ne pas les exprimer extérieurement d'une manière consciente ne veut pas dire pour autant que vous maîtrisez la chose.

3 – L'esprit

C'est normalement lui qui devrait rester zen quoi qu'il arrive, sinon cela se propagera systématiquement à l'âme puis au corps. C'est donc là que tout se joue principalement.

Rester centré afin de ne pas être déstabilisé demande d'avoir un certain recul par rapport à ce qui vous arrive. **C'est en effet vous, par vos règles internes, vos dogmes et vos croyances, qui allez faire que l'information qui vous arrivera de l'extérieur (voire de l'intérieur) déclenchera un tsunami ou non à l'intérieur de vous.**

C'est vous qui allez décider si cela sera une vaguelette, une vague, une mer agitée ou une tempête. Le vent de vos pensées va animer les vagues de vos sentiments et émotions qui balloteront votre bateau. Ces vagues et les messages de détresse du vaisseau amiral iront alors se déverser sur les rivages des personnes environnantes.

Quelquefois, notre embarcation ressemblera à une frêle coquille de noix où vous ramerez avec désespoir face à une houle terrible. D'autres fois, vous serez le supertanker qui ne sait même plus que les vagues existent !

Or, qu'est-ce que l'épanouissement d'un individu sinon sa capacité à affronter toutes les mers ?

Chaque fois que quelque chose de nos profondeurs intérieures a surgi à notre esprit, cela n'a été qu'un récif qui a labouré notre cale, cette intériorité cachée de tous. Chaque vague nous a projeté de l'énergie pour éprouver notre résistance et chaque coup de vent a fait claquer les voiles ou siffler les oreilles.

Pour moi, l'ataraxie correspondrait au capitaine d'un navire à moteur qui possède des voiles. Quand il y a du vent, il sort les voiles afin de soulager les moteurs. Quand il y a des bonnes vagues, il s'en sert pour avancer plus vite. Et puis quand il rencontre des massifs, il baisse les voiles, rentre la quille, ralentit la vitesse des moteurs et prend le gouvernail avec fermeté.

Ne plus être ballotté par les événements demande tout simplement de savoir où l'on va tout en ne sachant pas combien de temps vous mettrez pour parvenir à destination.

La vie n'est pas là pour que nous arrivions à l'escale prévue mais pour faire de nous des marins aguerris. Car sincèrement, qui d'entre nous connaît véritablement sa destination finale ? (à part la tombe, bien sûr !)

Nous savons simplement que **c'est dans le rêve d'une vision de nous-même, ou de l'atteinte d'un objectif qui nous dépasse, que l'action entraînera un mouvement que nous aurons à gérer.**

Par nos décisions à chaque instant, nous fabriquons l'expérience qui fera que nous deviendrons un paquebot, un supertanker, une goélette ou une barque en eaux douces.

Chacun de nous est libre de son choix, même si au départ nous pensons, plus ou moins, que les planches qui nous ont été données à notre naissance étaient plus ou moins pourries.

Notre bagage génétique hérité de nos ancêtres a déjà subi tellement d'épreuves qu'il est bon de savoir que si ces planches sont encore là c'est qu'elles flottent encore. Les autres ont coulé depuis longtemps à travers les épidémies et les guerres.

Nos planches sont les survivantes, et je ne vois pas pourquoi il faudrait les dévaloriser. Ce que vous avez à faire est seulement de les utiliser au mieux par rapports aux événements d'aujourd'hui.

Il y en a bien qui transforment les vieilles péniches en appartement ou en restaurant ! Alors, c'est à vous de décider si vous voulez rester dans la crasse et la déconfiture, ou si vous désirez donner un sérieux coup de lifting.

Tout est possible à la seule condition que vous sachiez exactement ce que vous voulez devenir et que vous êtes prêt à vider les cales de votre inconscient/subconscient où se cachent les rats qui vous bouffent.

Aimez-vous donc vous-même d'une manière inconditionnelle et cela vous permettra de vider les latrines avec le sourire. Ceci est un bon début pour voguer plus vite, plus fort et plus loin.



Hier, mon Maître est mort...

07.02.2008

Nous sommes le fruit de nos rencontres avec le monde, et tout

particulièrement **avec les êtres humains** qui ont eu une influence considérable sur le cours de notre vie. Hier matin, dès mon réveil, j'ai appris que mon Maître était retourné au ciel.

Je dis Mon Maître car il a été le premier à me faire voir au-delà des yeux physiques. Il a été un grand virage, le premier dans ma vie, avant que je n'en rencontre beaucoup d'autres sur le bord de la route.

Sans lui, je n'ai aucune idée de la vie que j'aurais menée. Tout ce que je sais, c'est que sans son enseignement, je n'aurais jamais vécu ce que j'ai vécu. Ma vie aurait été toute différente et probablement beaucoup moins sympathique.

Je ne l'ai connu que par les vidéos, les livres, les bandes audio et jamais je ne l'ai rencontré en l'espace de 30 ans.

Trente ans de compagnonnage, 30 ans de séparation physique mais aussi 30 ans de vie commune dans la même action : celle de la paix mondiale.

L'acide que j'étais a été canalisé puis mis en action pour le bien de tous. Mes souffrances ont été ce qui m'a poussé à l'action sans relâche jusqu'à aujourd'hui. Sans lui, je me serais littéralement bouffé moi-même par cette énergie qui coule dans mes veines.

Sans lui, je n'aurais pu connaître que, derrière le feu, l'incompréhension du monde et des mondes, se cachait un amour encore plus fort pour toute forme de vie. **Il m'a appris le respect de la vie car il m'a fait découvrir la beauté de la vie.**

Derrière son anglais que je comprenais à peine au début, j'ai appris à l'écouter avec mon cœur, avec mes tripes. Je comprenais sans comprendre. Je découvrais que je savais déjà, mais qu'il fallait que je calme mon mental afin d'entendre ma propre voix.

Il a fini son job sur Terre. Jamais épuisé par toutes les attaques des "bien-pensants" de notre monde, il continuait son enseignement dans cette paix qui l'habitait en permanence. Grâce à ses techniques, j'ai surtout vécu en mon corps des expériences que la science officielle dénie de toutes ses forces.

Son enseignement était intéressant, éblouissant quelquefois, mais cela n'était que des amuse-gueules pour le mental de l'occidental que j'étais. Assez rapidement, j'ai pu vivre des expériences que je savais véritables mais appartenant à d'autres mondes que celui de la matérialité ou physicalité.

Hier, **quand j'ai appris cette nouvelle, mon corps**, cellule par cellule, **s'est épris d'une émotion douce**, chaude comme des larmes et **qui cria à sa manière "Merci"**. Un Merci auquel j'ai déjà eu droit, bien qu'un peu différent, à la mort de mon seul frère, de mon père ou de ma seconde femme.

Un merci de gratitude d'une profondeur que même le plus profond des océans ne pourrait contenir. Un merci qui s'adresse à toutes les entités des mondes célestes. Un merci d'un silence si puissant que même notre Mère la Terre a dû ressentir qu'elle avait perdu un de ses plus valeureux enfants.

Je suis heureux pour lui car il a réussi sa mission, celle d'avoir éclairé le chemin de nombreux aveugles dont je faisais partie. Il nous a passé le flambeau car il savait que nous étions suffisamment grands et nombreux pour continuer son œuvre de pacification de l'être humain.

Aujourd'hui, je pourrais me dire intellectuellement que je suis orphelin, mais en vérité ce n'est pas le cas. Aujourd'hui, je sais que je n'en sais pas autant que lui, mais je sais qu'il sait que j'ai tous les éléments en moi pour continuer ma route seul.

Depuis déjà bien des années, j'ai parcouru d'autres chemins et fais mes propres expériences, néanmoins cela n'ôte en rien la gratitude que j'ai pour lui et l'amour sincère que je lui portais en silence.

Il a été un père qui m'a fait découvrir un père encore plus grand. Il n'a été qu'un intermédiaire qui a su s'effacer, comme savent le faire les vrais Maîtres. Pour moi, un vrai Maître c'est celui qui a maîtrisé son ego et son serviteur qu'est le mental. C'est celui qui se met au service des autres car il sait qu'il est avant tout un serviteur du véritable Maître que nos religions nomment de plusieurs noms.

Étant déjà en paix, je ne peux lui souhaiter de reposer en paix car **il était la Paix même en action**. A côté de lui, je ne suis qu'un apprenti à qui il reste encore des progrès à faire. Certes, j'ai déjà fait du chemin par rapport à la moyenne mais je crois sincèrement que l'on m'a donné une distance plus grande à parcourir.

Après tout, **ce n'est pas vraiment la longueur du chemin qui importe mais dans quel état d'esprit on le parcourt**. Je m'en vais donc le continuer sans lui "physiquement", mais intérieurement je sais que je serai toujours à ses côtés.



La théorie du dédoublement enfin révélée !

06.03.2008

Un jour ou l'autre, quelle qu'en soit la forme, nous avons tous eu à faire avec la théorie du dédoublement. **Loi des théories énoncées par les spiritualistes de tous**

les temps, nous avons à faire cette fois-ci avec un astrophysicien qui nous a mis tout cela en équation.

Dans **ces vidéos**, **vous apprendrez d'où viennent nos pensées** et pourquoi il faut savoir les maîtriser sous peine d'avoir des soucis sérieux à se faire dans le futur. Au passage, vous apprendrez aussi ce qu'est véritablement le temps **et quelle est la mécanique suivie entre le passé-présent-futur**.

Loin de la boutade, ces petites séquences vidéo se révèlent être une véritable révélation aux yeux et à l'entendement des humains d'aujourd'hui. Ce scientifique expose calmement la relation entre l'état de la terre et nos états intérieurs.

Il exprime aussi clairement que nous pourrions transformer notre monde très rapidement car, depuis mars 1989, nous possédons la capacité "physique" de changer le futur car nous possédons une gomme "magique" capable d'effacer certaines projections du passé dont on se passerait bien.

C'est bluffant, il faut le dire. Je vous laisse donc la liberté d'aller écouter ces 2 séries de petites vidéos qui demandent quand même un peu d'attention pour bien comprendre. Ensuite, une fois bien assimilées, vous serez dans la capacité de construire un futur plus positif grâce à ses recommandations.

J'ai déjà eu l'occasion de vérifier ses dires mais par des méthodes moins scientifiques. Aujourd'hui, ce qui nous est démontré a été totalement accepté par le monde scientifique. Cela veut vraiment dire qu'ils sont tous d'accord, malgré la remise en question profonde que cela induit dans notre mode de pensée.

D'autres théories ont été "sulfurisées" pour moins que cela mais là, on reste coi car cela explique une très grande partie des agissements de nos ancêtres qui connaissaient cette règle de la physique !

Le plus surprenant, c'est pourquoi depuis 2000 ans nous sommes tombés dans une amnésie généralisée dans le monde des occidentaux à propos de cette règle qui gouverne les galaxies elles-mêmes !

Bon je n'en dis pas plus long car vraiment cela vaut largement le détour. Alors si lors d'un passage vous ne comprenez pas tout, continuez à visualiser les vidéos et les exemples donnés plus loin vous feront comprendre ce que vous n'auriez pas pu saisir dès le début !

Bonne vidéo !



Nos peurs fabriquent notre mort ?

26.09.2006

Reçu parmi mes nombreux emails, j'ai trouvé intéressant **ce texte qui décrit par quel moyen nos peurs se matérialisent dans notre corps** provoquant ainsi maladie, dégénérescence et mort... Instructif !

"Mourir de peur ou Mourir à la peur"

(conf. de Ghislaine St-Pierre Lanctôt, janv 06) :

Toute maladie du corps provient d'un conflit à l'intérieur de nous (médecine nouvelle du Dr R.G. Hamer):

- **Le conflit du manque** touche aux systèmes : respiratoire, digestif, urinaire, de reproduction.
- **Le conflit de la menace** touche : le derme, le péritoine, les bourses, les seins, la plèvre, le péricarde, les méninges.
- **Le conflit de la dévalorisation** : le sang, les veines, les artères, les vaisseaux lymphatiques, les ganglions.
- **Le conflit de la séparation** : l'épiderme, la rétine, le cristallin, les oreilles internes, la thyroïde, les coronaires, les bronches (larynx), les voies biliaires, le pancréas, le duodénum, l'estomac, la vessie, le rectum, le vagin, le col de l'utérus, les nerfs moteurs, le système nerveux.

Tout conflit à l'intérieur de nous provient d'un besoin :

- Le manque provient d'un besoin de survie (conservation de l'espèce)
- La menace provient d'un besoin de protection (sécurité, confort)
- La dévalorisation provient d'un besoin de valorisation (estime, considération, amour, appartenance)
- La séparation provient d'un besoin d'être en relation (contact)

Tout besoin provient d'une peur :

- Le besoin de survie provient de la peur de la mort (extinction de l'espèce)
- Le besoin de protection provient de la peur de l'inconnu (extérieur, l'ennemi)
- Le besoin de valorisation provient de la peur de l'anéantissement (disparition, rejet)
- Le besoin d'être en relation provient de la peur de la solitude (abandon, proie)

La peur est une illusion. Elle n'existe que lorsque l'amour n'est pas là.

Elle est comme l'ombre. L'ombre n'a pas de réalité ; elle n'existe qu'en absence la lumière, quand cette dernière est arrêtée par un objet.

En fait, **les 4 conflits cités au-dessus sont issus d'un seul conflit** :

Le conflit de séparation entre la Réalité et l'Illusion (entre le Créateur et la Créature).

Nous ne sommes pas victimes des événements qui nous arrivent (Illusion), nous les avons créés (Réalité). Nous sommes des créateurs. Mais pour en prendre conscience, il faut sortir de nos rôles : Celui de la victime (mouton), du bourreau (loup), ou celui du sauveur (qui n'est pas plus enviable, car il est la victime de la victime).

La solution à nos problèmes de société (le tableau n'est pas rose, et cela ne va pas en s'améliorant...), à **notre problème de survie de l'espèce, se trouve au niveau de L'INDIVI-DUALITE**. Elle se trouve au niveau de la prise de conscience individuelle que la dualité (Réalité/Illusion) est indivisible, que la créature est à l'image du créateur qui se trouve à l'intérieur de nous.

Renvoi fait par Laurent DUREAU