

Tu peux arrêter de souffrir.

Nous vivons une période où les voies de la spiritualité et le développement personnel tendent de nous conformer autant voire pire qu'avant de s'y engouffrer. On vous propose des alternatives qui peuvent être des chemins encore plus enfermants, un piège qui peut faire très mal.

Retrouver qui nous sommes, c'est englober tout ce qui nous compose aussi bien dans nos valeurs et dans notre éthique, dans ce qui nous a été transmis de bien comme dans le pire. Les mémoires de notre passé comme notre transgénérationnel font partie de notre héritage qui ne sont pas à proscrire ou à éliminer. Sans cela, nous ne serions pas uniques et notre chemin ne serait pas aussi vivant. À vouloir tout enlever, tout dissoudre, on veut devenir lisse sous tout rapport, comme être authentique, bienveillant, détaché, neutre... Est-ce que l'on ne se perd pas là-dedans ? Avec pour résultat être perché en évitant de vivre pleinement sa propre vie.

Je l'ai réalisé à mes dépens. Attention qu'on ne s'y trompe pas ! Je ne veux pas cracher sur ce chemin qui a été pour moi d'une richesse inouïe. Je parle uniquement de ce que cela peut générer de souffrance comme cela a été pour ma part.

Je comprends que la souffrance peut donner envie de tout arrêter. Mais ce n'est pas la souffrance le problème, mais bien une envie de villégiature, d'une vie meilleure et toujours différente que celle qui s'exprime dans la réalité de chaque instant.

Dans les moments où la souffrance était à son paroxysme, je n'avais qu'une envie que tout cela se termine même cette vie. Oui ! j'en étais rendue à cette pensée-là. Bien que cela s'est produit depuis plusieurs années, j'ai parfois l'impression de l'avoir vécu sous forme de rêve...

J'ai envie de témoigner de ce qui peut se passer lorsque nous poussons loin la recherche. La recherche de l'éveil, du bonheur, de la richesse, de la paix... Nous nous illusionnons. Nous pensons qu'il existe un paradis où tout est lumineux et rayonnant d'amour. Que nenni ! La vie est un ensemble d'expériences qui ondule à chaque instant, variant comme le temps.

Pourquoi, c'est une illusion ? Nous essayons d'atteindre un idéal de vie, parce que nous l'avons vu ou entendu quelque part. Atteindre quoi ? La réalité se modélise d'elle-même à partir de tous les concepts qui nourrissent notre cher et tendre mental. Ce que tu veux atteindre n'est qu'une croyance à laquelle tu t'accroches. Même le fait de t'accrocher relève d'une croyance par ailleurs :-)

Cela ne veut pas dire que tu n'atteindras pas ce que tu recherches, c'est juste le chemin qui est à revoir.

Arrêter l'inacceptable, c'est tenter d'arrêter ce qui n'existe que dans la croyance. Je peux arrêter quelqu'un qui me frappe, mais je ne peux pas arrêter une pensée ou une croyance qui n'existe pas dans la réalité manifestée. C'est comme une bulle d'air qui sature ta tête que tu ne peux pas toucher et encore moins modifier.

Cessons de croire que tout est toujours rose. La vie porte toutes les couleurs et aucune n'est à

proscrire. Elle s'expérimente tout simplement. Personne n'est à l'abri de la perte d'un être cher ou tout autre accident de la vie. Apprendre que cela fait partie du chemin de chacun autant que les bonnes choses. Il y a ce que nous choisissons et ce qui nous tombent dessus sans crier gare. Acceptez ce qui se vit est un apprentissage, un nouveau programme à adopter. C'est cesser de lutter pour se laisser surprendre par l'inimaginable, en abandonnant le contrôle sur ce qui n'est pas contrôlable.

---