



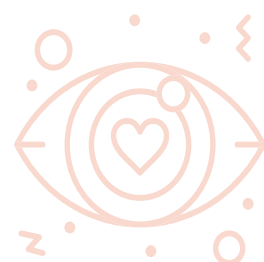
It's your job!

« C'EST À TOI DE NOURRIR TES BESOINS »

Merci à Katie qui m'a fait comprendre combien notre personnalité identifiée à ce que l'on pense être est innocente quand elle ne voit pas. Son approche est douce et gentille avec soi-même afin de s'aimer et de s'accueillir dans notre vulnérabilité, sans culpabilité. Seules la douceur, la compréhension et la gentillesse peuvent venir à bout de nos culpabilités, nos hontes et nos tyrans intérieurs. Ainsi en devenant meilleur avec nous-même, on devient meilleur avec les autres ; ce que l'on pardonne chez soi nous offre plus de compréhension quand on le rencontre chez l'autre.

Et dans sa méthode, après la douceur de la compréhension, d'un seul coup elle vous entraîne fermement vers votre responsabilité dans l'histoire. Personne ne peut nourrir nos besoins, c'est notre rôle !

« *Nobody can hurt you, it's your job !* » Personne ne peut te blesser, c'est ton affaire ! Nous sommes seuls responsables de nos vies et avec un mental plus apaisé, plus ouvert, plus compréhensif qui ne croit plus aux jugements, il se dessine un espace de liberté nous offrant la possibilité d'en finir avec nos comportements réactifs. « *It's freedom !* » C'est la liberté. Cela permet d'en finir avec le statut de victime, notre responsabilité nous ouvre les portes de l'action.



Pour illustrer cette notion de responsabilité, je te confie un texte de Neale Donald Walsh*, sur l'amour :

« Durant très longtemps, j'ai confondu l'amour avec le besoin. Quand je disais "Je t'aime", je disais en réalité : "J'ai besoin de quelque chose et je pense que c'est merveilleux que tu puisses me le donner. S'il te plaît, continue de me donner ce dont j'ai besoin et j'essayerai de te donner en échange ce dont tu as besoin : de la présence, de la sécurité, peu importe..."

Ça ressemblait plus à un contrat d'affaires que j'appellerais "amour". Et si l'on ne me donnait pas ce dont j'avais besoin, alors je mettais un terme à la relation, que ce soit une amitié ou un mariage. Il a fallu que je perde tout ce que je possédais pour comprendre que ça n'avait rien à voir avec l'amour. Tout simplement parce que je n'ai besoin de rien, de personne pour être heureux, que ce soit au niveau émotionnel, psychologique ou spirituel.

Et finalement, j'ai réussi l'examen de l'école de l'amour. Maintenant, j'aime les gens pour ce qu'ils sont, sans attendre qu'ils satisfassent mes besoins. L'amour c'est apprécier ce que les gens sont, pour ce qu'ils sont, pas pour ce qu'ils font. L'amour c'est percevoir le meilleur d'eux-mêmes, quoi qu'il arrive : leur humanité mais aussi leur divinité. »

*Neale Donald Walsh, auteur de *Conversations avec Dieu*.

