

## La crise : le Cri du Soi

Et si la crise qui se vit actuellement sur le plan de l'économie mondiale n'était que le reflet de l'état de « manque » ressenti par l'ensemble de la population du globe, dont le quotidien est davantage axé sur la « performance » que le « mieux-être »?

Depuis une centaine d'année, l'essor industriel et technologique nous a propulsé dans un univers de surconsommation où l'on nous a fait croire que les besoins essentiels de l'humain ne peuvent être répondu que par des « moyens extérieurs » : plus de biens, plus de sécurité, plus de confort, plus de luxe, plus... toujours plus! Or, le prix à payer sur le plan individuel devient lui aussi de plus en plus élevé : plus de pression, plus de stress... un rythme de vie tellement rapide que l'on ne prend plus le temps d'apprécier ce que l'on possède déjà!

Le moi individuel ET le moi collectif sont actuellement en crise. L'âme de chaque individu pousse un « cri » tellement fort que l'ensemble de la population en est venue qu'à l'entendre... Comme l'affirme le diction : nous souffrons « par où nous avons péché », ou en d'autres mots, la crise se fait ressentir précisément dans le domaine de notre vie où il y a eu le plus « d'excès ».

Et si la partie de vous qui « se crie » vous offrait là le plus beau des cadeaux : la chance inouïe de retrouver votre équilibre? Considérez ceci : chaque fois que vous avez, par exemple, trop mangé, comment a réagi votre corps? Si vous avez travaillé trop fort, que vous n'avez pas assez dormi, que vous avez été trop généreux avec vos proches ou que vous vous êtes trop investi sur le plan de votre cheminement, disons « spirituel »... quelles en ont été les conséquences dans votre vie?

Tout ce qui vit ici-bas tend vers l'équilibre : après l'abondance de la moisson vient l'hiver avec son dépouillement le plus complet. De la même façon, si l'on tente d'aller très très haut, assis sur une balançoire, le temps que cela prendra pour revenir à la position de départ sera considérable... ou il y aura de la casse! Il en va de même dans notre existence humaine : lorsque l'on se laisse entraîner dans l'excès pour un aspect donné de notre vie (souvent au détriment des autres), les parties de soi qui cherchent à retrouver leur juste place mettront tout en œuvre pour recréer l'équilibre perdu.

### Revenir à l'essentiel

Voilà ce qu'il y a de magique dans cette supposée « crise économique mondiale » : c'est le monde entier qui se remet en question! Tous doivent se pencher sur leurs valeurs réelles, s'interroger sur ce qui permettrait de retrouver cette harmonie déficiente entre « l'intérieur » et « l'extérieur »... entre le « savoir-faire » et le « savoir-être ».

Soyons réaliste, c'est le savoir-faire des générations précédentes qui nous a effectivement apporté la qualité de vie matérielle dans laquelle nous évoluons. Mais cela nous a aussi emprisonnés dans la roue de la recherche perpétuelle de solutions à ce qui, en soi, ne représentait pas véritablement de « problème » au départ. Est-il vraiment nécessaire d'avoir quatre téléviseurs à la maison, un téléphone portable pour chacun de nos enfants, soixante-quinze produits différents pour se laver les cheveux ou faire reluire son parquet?

Le savoir-faire, le développement intellectuel proprement dit, nous a apporté la « facilité » et la notion de « liberté de choix », au détriment de la qualité de l'air et de l'eau, ainsi que des innombrables déchets qui polluent notre planète. Pire, encore, à la détérioration de notre propre qualité de vie : notre vie de famille se perd devant la télévision, notre état de santé se dégrade par manque d'exercice, nous

n'adressons plus la parole à nos voisins que par téléphone, nous passons nos week-end à « faire les boutiques » plutôt que de se « poser » et de reposer enfin!

Et si la « crise » s'avérait un « mal nécessaire »? L'occasion collective de se remettre en question en tant que « maîtres de la planète » pour que nous puissions nous poser cette question primordiale : prenons-nous vraiment soin de ce qui nous tient à cœur?

Plus encore, la peur qui vous tenaille de « perdre » de qui vous appartient (votre argent, votre emploi, votre maison, etc.) n'a-t-elle pas toujours été présente en vous-même? Si elle s'est intensifiée au cours de la dernière année, se pourrait-il que se soit juste parce que la puissance de création de votre esprit s'est elle aussi accrue?

## **La pensée crée**

Tous ceux qui ont lu des livres ou entendu parler de la Loi de l'Attraction ne s'en sont peut-être pas rendu compte, mais ils ont éveillé en eux une étincelle de conscience qui a radicalement transformé leur perception de la réalité. En réalisant qu'ils avaient le pouvoir d'attirer le meilleur dans leur vie, ils ont aussi contacté la partie d'eux qui matérialise en vérité TOUTES leurs pensées!

Ainsi, si vous êtes généralement enthousiaste, empreint de positivisme et de gratitude pour tout ce qui va bien dans votre vie, il y a de fortes chances que votre bien-être actuel soit le reflet de votre état d'esprit. Mais si vous êtes fortement préoccupé, accaparé ou inquiet par des soucis personnels, professionnels, financiers ou autres, il y a fort à parier que ce soit vos peurs qui se concrétisent actuellement dans vos expériences de vie empreintes de déséquilibre...

Votre capacité de passer au travers de la crise actuelle est donc directement proportionnelle à votre capacité à surmonter vos peurs! L'unique solution pour vous en sortir? Revenir au moment présent! Ici et maintenant est-ce que je manque de quoi que ce soit? Est-ce que j'ai ce qu'il me faut pour manger et me vêtir? Ai-je un toit au dessus de ma tête et, s'il venait qu'à disparaître, vais-je m'en trouver un autre?

Et si la partie de vous la plus empreinte de sagesse se manifestait actuellement dans votre vie pour vous inciter à jeter un regard différent sur ce qui est important à vos yeux? Non pas ce qu'il y a à l'extérieur de vous, mais à l'intérieur?

## **Faire émerger le meilleur en soi-même**

Quelles sont vos forces, vos talents, vos qualités? Les valeurs qui vous caractérisent? En faisant le bilan de vos expériences passées, ne diriez-vous pas que vous avez toujours su faire face à l'adversité, surmonter les difficultés, relever les défis rencontrés sur votre route de vie? Depuis l'enfance, malgré les moments difficiles à traverser, vous êtes demeurés solides sur vos jambes! Vous avez su préserver votre qualité « d'être ». Vous ne vous êtes pas laissé « corrompre » par les « déviations » qui auraient pu entacher votre âme...

Voyez-vous à quel point vous êtes merveilleux, exceptionnel et lumineux? Vous avez toujours été plein de ressources, de solutions et, même, de bon conseil pour vos proches. Vous avez tout en vous pour vous « attirer » le meilleur dans votre vie... Il vous suffit de retrouver enfin l'équilibre entre ce qui est « bon » pour votre moi intérieur ET pour l'ensemble de la collectivité.

N'est-ce pas notre plus grand défi à tous? Changer le « OU » en « ET »! Ne plus avoir à choisir entre moi OU les autres, mais retrouver le juste milieu entre « donner » ET « recevoir ». Ne plus seulement me reconnaître pour ce que je fais, ce que j'accomplis, mais pour ce que JE SUIS intrinsèquement. Ne plus chercher à faire profiter les autres seulement de mon « savoir-faire », mais AUSSI de mon « savoir-être »! Plus je rayonne de confiance, de sérénité et de bonheur, plus je communique cet état de conscience à mon environnement et à mes proches.

Le « savoir-faire », c'est trouver une solution extérieure à un problème précis dans un temps donné... En psychologie, c'est modifier son comportement pour s'extirper de la douleur qu'il nous cause. En économie, c'est « remplir le trou » laissé par un excès de dépenses. Sur le plan technologique, c'est faire plus et mieux que ses prédécesseurs. Et, ainsi, la roue continue de tourner sans jamais s'arrêter, sans jamais être pleinement « satisfait » de son sort.

Le « savoir-être » consiste plutôt à réaliser que « tout est parfait, ici et maintenant ». Que je ne « manque » de rien, que je peux choisir dans le moment présent « d'être bien » et d'apprécier la vie telle qu'elle se présente. Le « savoir-être », c'est mesurer mes acquis et m'en servir comme levier pour générer encore plus de « mieux-être » dans ma vie. C'est me faire confiance et réaliser que je suis continuellement « soutenu » par la partie de moi qui sait QUI JE SUIS RÉELLEMENT!

### **Être comblé... de l'intérieur!**

En fait, se pourrait-il que la crise soit l'occasion rêvée pour chacun de nous de prendre conscience tout simplement que : JE SUIS un être à la fois humain ET divin? Que la plénitude se vit d'abord de l'intérieur vers l'extérieur et non le contraire?

Nous assistons actuellement à un changement de paradigme phénoménal qui va modifier l'ensemble des comportements humains et faire enfin advenir le « Paradis sur Terre »! Dans les circonstances, nous avons deux choix : résister, se plaindre et avoir peur OU focaliser notre attention sur le positif, considérer nos acquis et laisser émerger nos forces intérieures insoupçonnées. Si on change le « OU » en « ET », ça voudrait dire de CHOISIR de continuer d'avoir foi en soi-même MÊME SI parfois la peur nous envahit.

Ainsi, lorsque des problèmes se présentent à nous, plutôt que de chercher des solutions « temporaires » en mettant en pratique notre « savoir-faire », nous sommes invités à considérer l'invitation de notre âme à identifier quelle est la dimension de notre vie actuellement en déséquilibre et utiliser notre « savoir-être » pour retrouver l'harmonie en soi-même... en se recentrant sur l'essentiel : le divin illimité présent dans tout notre être.

Être comblé de l'intérieur, c'est ne plus chercher à tendre vers l'idéal ou à « monter au ciel », mais plutôt laisser la lumière divine « descendre » dans notre cœur pour occuper toute la place, résorber tous les manques et dissiper toutes les illusions de « crise ». En s'accordant tout l'espace nécessaire pour fusionner avec notre « SOI » divin, il n'y aura plus aucune raison pour nous de pousser des « cris », sur quel que plan que ce soit! Il suffit de dire OUI au meilleur en soi-même...

Message de Bianca Gaïa/Diane LeBlanc, transmis le 15 avril 2009,  
aussi disponible sur [www.biancagaia.com](http://www.biancagaia.com). Vous êtes invité à faire circuler ce texte  
à condition d'en respecter l'intégralité, y compris ces quelques lignes.