

La Loi du moindre effort

Connaissez-vous la «Loi du moindre effort»? Étant enfant, j'ai souvent entendu cette expression dans la bouche de ma mère lorsqu'elle nous reprochait à mon frère, ma sœur et moi, de nous contenter de faire le minimum dans notre vie, alors qu'elle attendait de nous le meilleur.

Or, c'est en lisant dernièrement «*La Divine Matrice*» de Gregg Braden, que j'ai pleinement pris conscience du sens profond de cette expression communément utilisée dans le langage courant.

Plus encore, auparavant je n'avais jamais réellement compris qu'il s'agissait bel et bien d'une *Loi* universelle. Pourtant, l'énoncé est clair, la Loi du moindre effort évidente : ce qui nous demande le moins d'effort est ce qui nous apportera le plus grand résultat.

Dans mon esprit, j'ai toujours cru le contraire, c'est-à-dire que nos résultats ne pouvaient être que proportionnels aux efforts que nous maintenions pour les obtenir. Dans la bouche de ma mère, je n'entendais que le reproche et la menace voilée d'un échec : «Ma fille, si tu ne consacres pas toute ton énergie à accomplir cette tâche qui t'est imposée, tu en subiras les conséquences» ou encore «Si tu ne prends pas assez à cœur cette responsabilité qui t'est confiée, tu ne *mérites* pas non plus le succès qui pourrait en découler!»...

Le fait est que, des années durant, je me suis accusée de ne pas être «assez bonne», ni «à la hauteur». Pire encore, lorsque la réussite se manifestait dans ma vie, je me reprochais la «chance» qui se présentait à moi et je me sentais comme un «imposteur» qui aurait usurpé la place d'une personne plus «méritante» ou plus «dévouée» que moi. Quelle blague!

Nous avons tous tendance à nous raconter ce genre d'histoire : que nous n'en valons pas la peine, que nous devons nous «sacrifier» pour obtenir les résultats escomptés. Pourtant, au quotidien, c'est dans ce qui est le plus «facile», le plus «simple» et le plus «naturel» pour moi que je m'accomplis le plus! Pas vous?

Pendant des années, il était (et il est toujours) si aisé pour moi de lire «à travers l'âme des gens», que je croyais que c'était un «péché» et que je devais me détourner de mon don! De même, lorsque je travaillais en guérison, les résultats étaient si puissants, si spectaculaires, que je n'arrivais pas à m'en attribuer ne serait-ce qu'un infime mérite et refusais d'être rémunérée pour le temps consacré à aider les gens... Est-ce que ce récit vous semble familier? Est-ce que certains mots *résonnent* en vous?

À force de douter de moi, j'étais devenue si «allergique» au mot *mérite* qu'il me semblait entendre plutôt «*m'irrite*» chaque fois qu'on le prononçait autour de moi. Toute forme de résultat tangible, le succès lui-même devenait une source «*d'irritation*» dans ma vie. Je me remettais continuellement en question, croyant que je devais *faire mieux, faire plus*, me donner *plus à fond*! Pas étonnant qu'à cette période j'aie fini par, en effet, par toucher le fond : je me contentais d'être continuellement dans «*le faire*» plutôt que dans «*l'être*».

Toutefois, quand on y pense, ce don de perception relevait bien davantage de «l'intérieur» (le ressenti, l'intuition, les capacités psychiques de mon «Être») que de mon «travail» de thérapeute ou des efforts «extérieurs» que je devais investir... Mais je croyais sincèrement que «*d'être au service*» signifiait «ne tirer aucun profit personnel, aucune fierté de l'ego»,

donc que je devais « *minimiser* » la portée de mes gestes... et, ce faisant, je « *limitais* » mon rayonnement lumineux à son minimum.

Rapidement, je me suis mise à avoir plus peur de ma lumière intérieure que de ma « noirceur », alors j'ai cherché à demeurer le plus possible « dans l'ombre » pour ne pas « déranger » ou « aveugler » les personnes qui croisaient ma route. Par conséquent, par application directe de la Loi du moindre effort, mes doutes et mes impressions limitatives se sont « imprégnées » dans la fibre même de cette réalité qui m'entoure, attirant à moi de plus en plus de situations limitatives et douloureuses au quotidien.

Concrètement, c'est comme si une « balance » mesurait toutes nos pensées et nos émotions : le plateau de nos croyances et de nos doutes d'un côté et le plateau de notre foi et de notre confiance en nous-même de l'autre... Les événements de notre vie ne sont ainsi que le résultat direct de ce qui pèse le plus lourd en nous, des émotions qui ont le plus de poids à l'intérieur de nous-même (et non pas des efforts que nous déployons !).

Manifestement dans votre vie, même si vous avez pu croire le contraire jusqu'à aujourd'hui, tous vos succès ne sont aucunement les fruits de votre dur labeur, mais bien le résultat de votre foi et de votre ouverture à l'Énergie divine dans toutes les parcelles de votre Être. C'est aussi ce qui explique tous les supposés « échecs » de votre vie : si vous n'y avez pas cru, si vous vous êtes « raconté l'histoire » que vous ne le « méritiez pas », vous avez récolté exactement ce que vous avez semé !

C'est en lisant les paroles du discours de Nelson Mandela que j'ai compris que je faisais fausse route : « *Nous sommes nés pour irradier la Gloire de Dieu en nous [...] en faisant rayonner notre Lumière, nous donnons inconsciemment le droit aux autres d'en faire autant !* »

En fait, nous le savons, nous sommes TOUS des enfants de Dieu. Notre Étincelle divine, l'Esprit de Dieu, agit constamment en nous et à travers nous. Que nous le voulions ou non, nous faisons UN avec cette puissante Énergie de Lumière... et celle-ci s'exprime bien davantage dans le lâcher-prise que dans le travail et l'effort fourni.

Tous les résultats et les succès de votre vie sont proportionnels à votre capacité à reconnaître, intégrer et irradier l'Énergie divine déjà présente en vous-même ! Combien de fois avez-vous été « *témoin* » de petits miracles, de grandes joies et de profonds bonheurs dans votre vie ? Vous est-il arrivé de vous sentir « *inspiré* » à dire les mots justes, à donner le conseil idéal ou à être présent juste au bon moment dans la vie de quelqu'un ? Bien entendu ! Ça arrive à tout le monde de se sentir « *rempli* » d'une inspiration soudaine, d'une intuition remarquable, d'une sagesse avisée !

Et si la Loi du moindre effort consistait tout simplement à se rappeler de ce ou ces merveilleux moments et de s'en laisser imprégner dans tout notre Être ?!

Certains croient que pour atteindre l'Illumination ou l'État de Réalisation parfaite, nous devons nous « efforcer » à parvenir à nous maintenir dans la plus haute vibration qui soit : l'État de Grâce *perpétuel* et *inébranlable*. C'est comme croire que nous pourrions réussir à englober en un seul repas toute la nourriture nécessaire pour survivre jusqu'à la fin de nos jours !!

Une fois que notre corps a pris goût à s'alimenter, à goûter et savourer de nouveaux mets, il cherche sans cesse à renouveler cette délicieuse expérience. Il en va de même avec votre Moi supérieur : toutes les occasions sont bonnes pour fusionner dans la Lumière, baigner la Paix et accueillir l'Amour divin dans toutes vos cellules ! Il n'y a plus de retour en arrière : une fois que vous avez expérimenté la Communion avec votre Soi, toute votre vie devient teintée de cette ultime Grâce renouvelée à chaque instant. Il ne sert à rien de chercher à vous cacher ou à minimiser la Présence de cette puissante Énergie de Lumière en vous : elle transcende tout ce que vous faites et même QUI vous êtes !

Osez-vous révéler cette Lumière présente en vous à chaque personne que vous rencontrez pour lui permettre à elle aussi de faire de même ? Quoi que vous en pensiez, chaque individu présent autour de vous et sur la planète tout entière aspire lui aussi à reconnaître et intégrer cette Lumière en lui-même ! Vous êtes seulement invité-e à faire le premier pas !

Telle est la véritable application de la Loi du moindre effort : si je laisse mon Être divin prendre le dessus et rayonner de mille feux en toute circonstance, les miracles vont abonder dans ma vie pour le meilleur et pour tout le monde... y compris moi-même !

Il suffit de dire OUI, à chaque instant, dans l'acceptation et la Foi... Vous l'avez déjà fait ! Vous le faites déjà ! À certains moments, dans quelque contexte particulier, vous acceptez de dévoiler votre véritable Lumière au monde. Et les résultats sont grandioses ! Vous permettrez-vous de faire de même au quotidien, en toute simplicité ?

Pour ma part, j'ai fini par comprendre que c'était en vérité ce que ma mère attendait de moi : non pas que je me « donne à fond », mais bien que j'ose révéler le meilleur de moi-même, à chaque instant... d'abord à mes propres yeux, puis, par solidarité et complicité, à chacun de mes frères et sœurs ici sur Terre.

Si nous osons faire ce petit pas tous ensemble, la planète tout entière en sera illuminée et le Nouveau Monde se construira en un instant, sans le moindre effort, le temps d'un seul battement de cœur... à l'unisson avec Dieu présent en chacun de nous ! Puisse-t-il en être ainsi dès maintenant !

Message de *Bianca Gaïa/Diane LeBlanc*, transmis le 18 février 2008,
aussi disponible sur www.biancagaia.com. Vous êtes invité à faire circuler ce texte
à condition d'en respecter l'intégralité, y compris ces quelques lignes.