



Chers Amis, nous consacrons cette fois notre bulletin à un beau texte de Méena Compagnon, car il dit avec d'autres mots, mais de façon claire et concise, une grande partie du message des « amis de la vie » !

La peur

Chers amis,

La terre gronde et des images violentes viennent déchirer notre vie : guerres, attentats, délinquance, maladies, catastrophes écologiques et plus récemment diffamations. Ces événements prennent une ampleur grâce à la médiatisation, désormais présente sur presque toute la planète. Cette information omniprésente est à la fois, bénéfique car elle nous rend plus conscients de certaines réalités, mais aussi maléfique par la peur que cela engendre par voie de conséquence.

Cette peur est comme un venin qui lentement pénètre dans les veines pour empoisonner tout notre sang. Elle suscite méfiance, voire paranoïa, inhibe, paralyse et ferme peu à peu les cœurs. Elle déresponsabilise aussi, en nous donnant l'impression que nous sommes impuissants face à un monde qui nous dépasse.

Mais ce monde n'est-il pas le fruit de ce que les générations ont semé et que nous continuons d'entretenir par nos attitudes et comportements mentaux ? Faut-il continuer de se cacher, et vivre petitement pour se protéger de tout ce qui nous effraie et qui n'est que le miroir des ombres qui sont tapies en nous ?

Chers amis, si l'ombre est si puissante, combien puissante doit être aussi la Lumière ?

Certains disent même que cette Lumière est en train de gagner du terrain à la fois sur cette planète et sur d'autres lieux d'expérimentation de la Conscience. L'Ombre réagirait comme une force qui se débat dans les dernières heures de son existence. Ce qui est sûr c'est que le pire et le meilleur coexistent avec une même intensité.

Notre responsabilité réside dans le fait de ne pas nous laisser happer par toutes les émotions suscitées par les images et les commentaires. La peur est une nourriture pour les forces destructrices. Elle bloque notre créativité et nous fige dans l'impuissance. Il nous appartient de reprendre notre vie en main que ce soit du point de vue physique, psychique et spirituel.

Se libérer de la peur, c'est agir en s'impliquant individuellement dans ce qui soulève en nous, questionnements et révoltes.

Si nous souffrons d'une mauvaise santé, peut-être devons-nous modifier certaines habitudes alimentaires et encourager les efforts dans ce sens par tous ceux qui tentent de résister à la prolifération d'une nourriture polluée, insipide, dénaturée, qui n'a comme seul avantage que celui de ne pas valoir grand-chose (dans le porte monnaie comme dans le corps) de vider les caisses de la sécurité sociale et de remplir celles des lobbies pharmaceutiques.

Si nous souffrons de solitude, de rejet de la part des autres, d'insatisfaction dans notre vie, de mal-être permanent, peut-être devons-nous décider d'affronter notre monde intérieur pour déloger les ennemis qui sont tapis en nous et que nous projetons à l'extérieur.

Si notre vie n'a aucun sens, pourquoi ne pas tenter de l'orienter différemment, de remettre en cause des certitudes qui ne contribuent pas à notre bonheur mais au contraire l'entravent ?

Si rien ne va, pourquoi donc continuer à vivre comme avant ?

Si nous ne faisons rien c'est que la peur domine notre vie. La peur d'être jugé, la peur d'être rejeté, la peur de l'inconnu, la peur de ne valoir rien et que ça se verra, la peur de se tromper, la peur de souffrir, la peur de ne plus être aimé, la peur de mourir... la peur nous étriquent et nous enferme encore davantage dans nos névroses, nos certitudes, nos petitesses.

C'est aussi la peur de prendre notre place, qui nous amène à juger et critiquer ceux qui osent prendre la leur. Soyons heureux qu'ils osent car ils nous montrent le chemin. Alors nous oserons nous aussi prendre la nôtre sans attendre qu'on nous la donne.

Le jour où nous serons sur notre lit de mort, la plus grande peur ne sera-t-elle pas celle de réaliser qu'il est trop tard et que nous allons partir sans même avoir osé vivre ? A trop se protéger, nous n'évoluons plus et continuons de végéter sur quelques acquis. Notre potentiel est atrophié comme une graine qui manque d'eau et de soleil pour germer au grand jour.

Il ne s'agit pas de vivre sans aucune peur, mais d'oser la regarder en face, de la ressentir et de la traverser. Notre vie est un conte initiatique et toutes nos peurs sont des dragons à affronter qui disparaissent comme par magie lorsque nous osons enfin les identifier.

Puissions-nous faire confiance à la vie, faire confiance à l'énergie qui nous entoure et qui vibre en nous, faire confiance à l'humanité en devenir, et porter notre regard sur ce qui mérite d'être potentialisé par nos encouragements et nos efforts. Ainsi notre vie n'aura pas été vaine et nos enfants pourront grandir en respectant ce que nous leur aurons légué : le courage d'être eux-mêmes et le courage de choisir la vie.

*Que la vôtre soit pleine de portes à ouvrir et de soleil pour chauffer votre cœur !!
(Meena Compagnon)*

Les Amis de la Vie sont adhérents du groupement d'associations « **Les Créatifs Culturels** »

Contact : « Les Amis de la Vie » St Barthélemy 34260 Avène
Tel. 04 67 23 47 17 - 06 80 90 43 80

E-mail : amisdelavie@hotmail.fr

Site : www.amisdelavie.fr