



L'école buissonnière... ou régler ses affaires ?

Par Dolores Lamarre

Vous est-il déjà arrivé d'avoir soudainement le goût de fuir à l'autre bout de la planète ou encore de consciemment repousser à plus tard ce qui pourtant s'avère prioritaire dans le moment présent de votre vie?



Adeptes de l'école buissonnière vous fuyez ce qui vous ennue, mais pourquoi?

Faites-vous partie de ceux qui ont mille projets et pourtant n'arrivent pas à passer à l'action? Êtes-vous de ceux qui disent aux autres ce qu'ils doivent faire et comment le faire mais qui n'arrivent pas à accomplir leurs propres tâches? Vous demandez-vous qu'est-ce qui fait que vous refusez consciemment ou non de vous discipliner pour respecter vos échéanciers et votre agenda? Dire que vous en prenez trop est un fait peut-être, mais qu'est-ce qui fait que vous agissez ainsi?

Je pourrais continuer, la liste des « symptômes » est longue, mais l'essentiel est que vous saisissiez mon idée. Si vous avez répondu dans l'affirmative à l'une de ces questions, il est possible que vous soyez pro-contrôlant et non pro-maître!

En effet, le contrôle exercé sur soi et sur ses émotions demande énormément d'énergie vitale et en mine les réserves, alors que la maîtrise de soi génère davantage d'énergie... Ainsi contrôler ses émotions est non bénéfique alors qu'apprendre à les maîtriser est sain.

Victime de votre ignorance ou du contrôle que vous exercez sur vous-même, vous tentez pour ne pas souffrir, de vous faire accroire que vous êtes libre et que vous faites vos choix librement. Ceci n'exclut pas que vous ayez déjà un gros bagage de connaissances et des outils pour vous aider à sortir de l'emprise de votre besoin conscient ou non de contrôler... Mais qu'en faites-vous? Et qu'est-ce qui soutient votre inertie?

À ce moment-ci de mon texte, vous êtes bien entendu en droit de vous poser cette question : De quoi en retourne-t-il de tout cela? Pourquoi ne pas vivre le moment présent et demain on verra?

Il est stimulant de se regarder dans le miroir. En vous écrivant, je le fais pour moi et je vous invite à briser la glace qui cache derrière elle un reflet d'illusion et votre vérité.

Vivre le moment présent ne signifie pas, pour moi, faire ce que j'ai envie de faire en ce moment. Certes parfois cela peut aller de pair avec nos occupations et nos objectifs. Toutefois, il est facile de biaiser au profit de notre mental contrôlant, la perception juste de ce qui est à accomplir pour notre mieux-être et celui d'autrui.

Vivre le moment présent c'est être totalement observateur de ce que je suis en train de faire, des émotions qui m'habitent alors et des informations fournies par mes sens. C'est aussi être à l'écoute de mon intérieur. Cela se développe...

Je rencontre souvent des gens qui confondent vivre le moment présent et faire maintenant ce que je veux au cas où je ne le pourrais plus ultérieurement. J'avoue que cette façon est acceptable, en autant qu'un équilibre soit présent dans le quotidien. Ainsi, des personnes peuvent « profiter » d'un enseignement qu'ils interprètent à leur façon pour se faire accroire qu'ils ont raison d'agir de telle manière. Malheureusement ceci peut risquer de nuire à leur objectivité et même de les enliser.

En remettant à plus tard ce qui a à être fait, sous prétexte que l'on « prend soin de soi », le travail s'accumule et tôt ou tard vous aurez à y faire face, car ce que l'on fuit nous suit.

Notez que je suis en total accord avec le fait de prendre soin de soi. Une partie de mon travail vise d'ailleurs à aider les gens à se reconnaître ainsi qu'à prendre soin d'eux et des autres avec respect envers eux et autrui. Cependant, prendre soin de soi n'est pas jeter par-dessus bord ses affaires à régler ni refuser d'y faire face, par peur de ceci et de cela : peur du rejet, peur du jugement, insécurité matérielle, insécurité affective et j'en passe. Ce n'est pas être insouciant ni jouer à l'autruche devant ses responsabilités, ses engagements et ses choix. Il peut y avoir un piège en ceci! Le pro-contrôlant peut tomber dedans.

Comment s'en sortir? Comment devenir pro-maître?

Selon mes observations recueillies lors des consultations, j'ai identifié des points qu'avaient en communs certaines des personnes qui ont de la difficulté à maintenir une « saine » discipline.

Celles-ci portent la plupart du temps des séquelles associées à une blessure causée par le fait d'avoir été, ou de s'être senti, sévèrement contrôlée. L'exercice de l'autorité a été traumatisant chez un grand nombre de ces personnes et demeure un territoire fragile à gérer dans la vie de tous les jours. Une profonde colère enfouie découle des expériences aliénantes. Cette colère le plus souvent, chez ces personnes, est masquée par un comportement gentil et aimable. Méfiez-vous du volcan qui dort!

Chaque personne étant différente dans une même famille ou encore dans une classe, le degré de sensibilité de l'une aura pour conséquence qu'elle ne se sentira pas menacée par la rigidité des propos d'une personne significative, alors que l'autre recevra en plein cœur, tel un coup de poing les fréquences basses émises par la voix et l'attitude rigides de l'interlocuteur.

L'exposition répétitive à ces expériences fâcheuses brisent voire même détruisent peu à peu l'estime de l'individu envers lui-même. Une faille se crée en son corps émotionnel. Celle-ci sera nourrie malheureusement d'autres expériences de ce type, car comme ils nous arrivent ce que l'on croient et non ce que l'on veut, ces personnes s'attirent par alchimie - je décris ce phénomène dans Êtes-vous sauveur, victime ou bourreau? - les événements et les personnes en résonance avec la fréquence chargée de leur aspect victime, lequel grandit et prend le contrôle de leur vie, en association avec le mental et leur ego.

Ces gens se plaignent souvent de ne pas avoir d'énergie. Ils sont de bons candidats au burnout et entretiennent quelques fois des états dépressifs, allant de mineurs à plus importants, ce qui risque de générer à long terme, des déséquilibres nuisant à leur qualité de vie et à leur santé physique et mentale.

Il y aurait longuement à écrire sur ce sujet, puisque de plus en plus de personnes soumissent au stress de leur travail, de leur environnement ou dépassées devant les responsabilités journalières ne savent plus comment arriver à atteindre le haut de la montagne, laquelle augmente de plus en plus. Alors elles fuient dans le « je prend soin de moi... et demain on verra ». Vigilance est de mise!

Afin de guérir, la première étape est de choisir d'en sortir et d'entreprendre un chemin vers l'équilibre en tout. Ceci ne se fait pas en tapant des mains ou en bougeant le bout du nez. Ce n'est pas magique.

Choisir la voie de la guérison demande essentiellement d'accepter qu'un problème soit présent et de vouloir aller à l'origine de celui-ci.

Pour marcher sur le chemin de la guérison, certaines démarches peuvent être entreprises par l'individu de manière autonome, par exemple aller consulter des conseillers en matière de gestion, des personnes ressources, suivent des sessions thérapeutiques afin de mieux connaître qui il est et d'aller chercher des outils. Mais là attention : il peut paraître bien dans les conversations de salon de prétendre avoir acquis telle connaissance et avoir fait tel suivi, mais dans la vie de tous les jours, mettre en application assidue ce qui est enseigné est essentiel pour graduellement voir les fruits de notre travail. Parfois, lorsque les résultats semblent ne pas se manifester malgré la démarche, il peut être nécessaire d'avoir l'expertise et le support d'un professionnel.

Il sera tentant pour le pro-contrôlant, par habitude, de remettre à plus tard tel exercice favorisant l'ordre et

la saine discipline, la communication véritable, l'identification des problèmes, la libération des blessures etc. Il tentera par tous les anciens mécanismes de contrôle qui sont ancrés en lui de prouver qu'il a raison d'être victime et de se plaindre. Le bal masqué reprendra place.

Chez certaines personnes, le contrôle a tellement été puissamment utilisé pour leur permettre de survivre aux blessures d'autorité, qu'elles tendent à s'y réfugier naturellement dès que l'effort est demandé pour poursuivre le travail de guérison. Les personnes ayant abandonné leur choix de s'en sortir, doivent ensuite reprendre à ensemençer là où elles ont cessé de croire qu'elles pouvaient y arriver.

Cela demande donc de la patience, de la persévérance, l'ouverture au changement et l'apprentissage du lâcher prise pour traverser le chemin qui conduit à retrouver la joie d'être au quotidien, je dis bien la joie d'être, non l'illusion d'être heureux.

Chaque petite victoire est un pas vers le soleil. Aujourd'hui je crée mon demain... Comme je le veux rempli de paix et d'amour, je me donne le droit à cette paix en accomplissant avec sagesse mes tâches, intelligemment et non à mon détriment. Puis, je me remercie en me félicitant à chaque fois que je remplis un mandat.

Programme de Formation S.A.I.M.E.

Formation dynamique et intéressante d'intervenants en médecine énergétique, qui vous mènera au cœur de vous-mêmes et à explorer votre potentiel avec équilibre.

Le Système d'Aide et d'Interventions en Médecine Énergétique est un programme de formation comprenant une partie théorique, une partie pratique et des travaux. Sa durée est au Québec de sept stages en week-ends (en France ultérieurement offert en 3 blocs de formation intensive) et un stage final d'une semaine en hébergement. Cette formation est en deux cycles sur une année, permettant la pratique et l'intégration. Se rappeler que l'assistance à la guérison demande à l'intervenant d'identifier d'abord ses propres déséquilibres pour favoriser son équilibre personnel et de travailler ainsi positivement à son évolution et à son mieux-être. Il serait illusoire de penser entrer dans cette formation que pour apprendre à donner des soins !

*Le slogan de S.A.I.M.E. est **S'aimer pour semer...***

Les inscriptions sont en cours pour septembre 2007...

Prochain groupe au Québec :

début cours #1 : 15, 16 septembre 2007.

Pré requis à prévoir : Reiki 2.

Pour en connaître plus, informez-vous.

Les intervenants pouvant vous aider sont identifiés par leur appartenance légale à **L'Association des intervenants et intervenantes S.A.I.M.E. ®** (A.I.I. S.A.I.M.E.)

S.A.I.M.E. sans frontières

Service d'aide et d'interventions offert à la collectivité, soit en régions ou à l'étranger.

Projet pilote en cours parrainé par Dolores Lamarre et l'Association des I.I. S.A.I.M.E. : Pour souligner les 150 ans de Havre-St-Pierre - communauté québécoise située en Minganie, Basse Côte-Nord - et faire connaître ce service d'aide au mieux-être ainsi que les intervenants diplômés locaux, un groupe de diplômés S.A.I.M.E. offriront gratuitement à cette population des interventions, durant trois jours en juin 2007.

Dolores Lamarre

Auteure de plusieurs livres en développement personnel.

Consultante en médecine psychoénergétique :

Burnout, relations difficiles, pertes..., maladie

Suivi individuel, conférences, ateliers

Formatrice au programme S.A.I.M.E.

(Système d'Aide et d'Interventions en Médecine Énergétique)

Maître enseignante en Reiki

Pour la joindre ou vous inscrire :

Tél. 450 714-1275, Fax : 450 714-1276

Courriel : institut.doloreslamarreplus@videotron.ca

Web : www.doloreslamarre.alchymed.com

Ce texte est tiré du portail Alchymed.com.
Nous vous invitons à le faire circuler en mentionnant la source.
Copyright © 2002 Les Productions Alchymed inc.
Tous droits réservés.