

---

## Faire des Choix !

Nous Créons notre réalité à travers nos pensées, nos paroles et nos actions

....

*« Alors, dis-moi encore. Pourquoi est-ce que je mets tellement de temps à créer la réalité que je choisis? »*

Pour un certain nombre de raisons. Parce que tu ne crois pas pouvoir avoir ce que tu choisis. Parce que tu ne sais pas quoi choisir. Parce que tu essaies sans cesse de te figurer ce qu'il y a de «mieux» pour toi. Parce que tu veux à l'avance des garanties sur tes choix. Et parce que tu changes sans cesse d'idée!

*Voyons si je comprends bien. Je ne devrais pas essayer de déterminer ce qu'il y a de mieux pour moi?*

«Mieux» est un terme relatif, en rapport avec cent variables. Cela rend les choix très difficiles. Il ne devrait y avoir qu'une seule considération lorsqu'on décide quoi que ce soit : Est-ce que cela affirme Qui Je Suis? Est-ce que cela annonce Qui Je Choisis d'Être? Toute la vie doit être une telle déclaration. En fait, toute la vie en est une.

Tu peux laisser cette déclaration se faire par hasard ou par choix. Une vie vécue par choix est une vie d'actions conscientes. Une vie vécue au hasard est une vie de réactions inconscientes. La réaction n'est que cela : une action que tu as déjà accomplie. Lorsque tu «ré-agis», tu évalues l'information qui entre, fouilles ta banque de mémoire à la recherche de la même expérience ou presque, et agis de la même façon qu'avant. C'est un travail de l'esprit, et non de l'âme. Ton âme voudrait que tu fouilles sa «mémoire» pour voir comment tu pourrais créer une expérience véritablement authentique de Toi dans l'Instant présent. C'est l'expérience d'«introspection» dont tu as si souvent entendu parler, mais tu dois littéralement «perdre la tête» pour la faire.

Lorsque tu passes ton temps à essayer de découvrir ce qui vaut «mieux» pour toi, tu perds ton temps. Mieux vaut gagner du temps qu'en perdre. Perdre la tête est une façon magnifique de gagner du temps. Les décisions sont rapides, les choix sont rapidement activés, parce que ton âme ne crée qu'à partir de l'expérience présente, sans examen, ni analyse, ni critique des rencontres passées. Rappelle-toi ceci : l'âme crée, l'esprit réagit.

....

L'âme veut se connaître de façon expérientielle, et ainsi, Me connaître, car l'âme comprend que Toi et Moi ne faisons qu'Un, même si l'esprit nie cette vérité et que le corps agit à partir de ce déni. Par conséquent, aux moments de grande décision, perds la tête et cherche ton âme. L'âme comprend ce que l'esprit ne peut concevoir.

Si tu passes ton temps à essayer d'imaginer ce qui vaut «mieux» pour toi, tes choix seront prudents, tes décisions s'éterniseront et ton voyage débutera sur une mer d'attentes. Si tu ne fais pas attention, tu vas te noyer dans tes attentes.

---

*Ouf! C'est toute une réponse! Mais comment écouter mon âme? Comment reconnaître la vérité de ce que j'entends?*

L'âme te parle sous forme de sentiments. Écoute tes sentiments. Suis tes sentiments. Respecte tes sentiments.

....

Certains sentiments sont des sentiments véritables, c'est-à-dire des sentiments nés dans l'âme, et certains sont contrefaits. Ces derniers sont des constructions de ton esprit. Autrement dit, ce ne sont pas du tout des «sentiments», ce sont des pensées, des pensées déguisées en sentiments.

Ces pensées sont fondées sur ton expérience antérieure et sur l'expérience des autres telle que tu l'as observée. Tu vois quelqu'un grimacer en se faisant extraire une dent; tu grimaces lorsque tu te fais extraire ta dent. Cela ne fait peut-être même pas mal, mais tu grimaces de toute façon. Ta réaction n'a rien à voir avec la réalité, elle ne concerne que ta perception de la réalité, fondée sur l'expérience des autres ou sur un événement de ton passé.

Le plus grand défi des êtres humains, c'est d'Être Ici Maintenant, de cesser d'inventer des histoires! Cesse de créer des pensées à propos d'un instant pré-sent (un instant que tu t'es «envoyé» avant d'y avoir pensé). Sois dans l'instant. Rappelle-toi : tu as envoyé cet instant en cadeau à ton Soi. Cet instant contenait le germe d'une vérité immense. C'est une vérité que tu voulais te rappeler. Mais dès que le moment est arrivé, tu t'es mis à construire des pensées à son propos. Au lieu d'être dans l'instant, tu t'es tenu à l'extérieur de l'instant et tu l'as jugé. Puis, tu as ré-agi. C'est-à-dire : tu as agi comme tu l'avais déjà fait.

....

Mais, tu vois, ce que j'essaie de te dire, c'est que lorsque tu accueilles chaque instant d'une façon claire, sans pensée préalable, tu peux créer Qui Tu Es, plutôt que de rejouer qui tu as déjà été.

La vie est un processus de création et tu continues de la vivre comme si c'était un processus de représentation!

....

»