

**SYNTHESE LIVRE L'ABONDANCE VERITABLE**  
**de Neale Donald Walsch**

« Il n'y a rien à corriger ; tout aspire à une Célébration. Vous êtes faits pour fléchir afin de découvrir tous les nombreux Miracles à vos pieds. Vous êtes faits pour vous étirer afin de trouver Votre Beau Visage de Ciel juste au-dessus de tout ce que vous croyez devoir mettre sur vos épaules.

Quand je demande à Dieu de me parler, je me sens tout aussi petit et seul que vous. Mais c'est alors, sans aucune raison valable, que je commence à **Briller.** »

« **Merci, Dieu. Merci pour ce livre et cette vie, et pour ce merveilleux instant. Merci pour tout ce qui m'est arrivé, m'arrive et m'arrivera. Car tout cela a engendré cette respiration qui est parfaite et la gloire de Qui Je Suis en train d'être.** »

Vous pouvez être plus heureux que Dieu ! Principe de la physique quantique (sans être tout à fait conscient) « ce qui est observé est toujours affecté par l'observateur » Rien n'est le fruit du hasard.

Le mécanisme de la Manifestation (la façon dont les choses arrivent - ex : ce livre que je découvre). Le bonheur est votre état d'être naturel. La vie est faite pour être heureuse. **Demandez et vous recevrez** (loi d'attraction). L'énergie, les pensées et les sentiments que vous émettez dans le monde, bons ou mauvais, sont précisément et toujours ce qui vous revient... Vous avez donc la vie que vous avez créée.

Le processus de la Création personnelle est constitué de 3 phénomènes qui interagissent pour n'en former qu'un seul. (Dieu: Je Suis - Vous : Tu Es - Vous et Dieu ensemble : Comment).

**Un outil à 2 manches** (pourquoi elle fonctionne - dans quels buts et comment)

« Certaines de mes plus grandes leçons de gratitude sont venues quand je me suis aperçu que j'avais déjà tout ce qu'il me faut. Je crois que nous devons nous servir de nos pensées positives pour trouver un sens à l'existence que nous avons déjà et pour enrichir notre vie spirituelle. Il ne fait aucun doute que les pensées positives et le fait de croire qu'on mérite l'amour et l'abondance nous permettront d'en recevoir davantage, mais ce n'est ni une sorte de formule magique ni un secret.... La pensée positive peut vous aider à envisager la réussite et à vous ouvrir à de nouvelles possibilités, mais elle ne réglera pas vos factures par magie. De loin la partie la plus dérangement du message est le fait de suggérer que les gens qui souffrent dans leur vie ont en quelque sorte attiré cela par leurs pensées. Les victimes de viol au Darfour n'ont pas demandé à vivre cela. Les enfants victimes d'abus et les Africains qui meurent de faim ne l'ont pas demandé non plus. Il est immonde d'insinuer que leurs « pensées incorrectes » en sont la cause.

« La Création personnelle (et l'Energie d'attraction qui en forme une partie intégrante) est un produit de l'Amour divin. La Création personnelle concerne **le pouvoir de la vie d'engendrer la vie**, une puissance pure et simple, celle de changer votre vie. »

L'attraction est un outil à 2 manches - l'un est entre les mains de Dieu et l'autre, dans les nôtres. Il est dans vos mains maintenant. Ce que vous pensez de ces paroles mêmes leur donnera ou leur enlèvera de la puissance. Il en ira **de même** dans votre réalité. Cet outil est **surtout efficace** lorsqu'on s'en sert dans le but **auquel il est destiné.**

**Les grands principes de vie :**

Le commutateur est toujours ouvert, processus systématique de causalité qui ne s'éteint jamais. L'Energie d'attraction fait partie d'un plus grand système de cause à effet dans l'univers. La vie s'exprime par :

- **L'Energie d'attraction** qui vous donne de la puissance ;
- **la Loi des contraires**, qui vous donne une occasion ;
- **le Don de sagesse**, qui vous donne le discernement ;
- **la Joie de l'émerveillement**, qui vous donne de l'imagination ;

- **la Présence des cycles**, qui vous donne l'éternité.

Invitez-vous chacun à explorer cette idée un moment : Se pourrait-il que Dieu soit vraiment, après tout, un **processus** ? Et ce processus pourrait-il être l'expérience appelée la Vie ? Imaginez ce cercle : le **processus** de la vie produit **l'expression** de la vie, **l'expression** de la vie crée **l'expérience** de la vie, et **l'expérience** de la vie nous ramène au **processus** de la vie. Une chose mène à une autre, qui mène à une autre, et à une autre encore, **en un cycle sans fin. Tout cela ne fait qu'un.**

La vie telle qu'elle est créée est le processus, la vie telle qu'elle apparaît est l'expression, et la vie telle qu'elle nous touche est l'expérience. C'est nous qui déterminons **comment** elle nous touche - et la plupart des gens ne le comprennent pas. Le cycle éternel processus-expression-expérience est la Divinité même. C'est Dieu en train de « dieuser ». Toutes les choses réagissent à cette présence de cycles. Toutes font partie du système - et rien n'existe à l'extérieur de ce dernier. L'attraction est un **aimant énergétique** (puissance de Dieu).

#### **Choix conscients et inconscients**

« **Le sentiment est le langage de l'âme** » Ainsi quand **on dirait** que la Création personnelle ne fonctionne pas, c'est uniquement parce que l'Energie d'attraction vous a amené à ce que vous avez **choisi par inadvertance** plutôt qu'à ce que vous croyiez choisir. Lorsque l'on dit « vouloir » une chose, on exprime très clairement que c'est parce que l'on fait l'expérience de ne pas l'avoir maintenant. Aussi longtemps que nous entretenons une telle pensée, **nous ne pouvons l'avoir**, car on ne peut faire l'expérience, d'un côté, de ce que nous confirmons, et de l'autre, **ne pas l'avoir**. Le commutateur est toujours ouvert ! Le processus fonctionne tout le temps, pas seulement à temps partiel, et se nourrit de ce que vous ressentez de plus profond, de la façon la plus constante. L'idée c'est de rester positif dans une mer de négativité.

#### **Le miracle qui changera votre vie**

Le truc, c'est de mettre fin au jugement, de « **ne pas juger selon les apparences** ». Pour sortir du jugement, il faut **passer à la gratitude**. Demeurer reconnaissant pour chaque résultat. **Chaque** résultat. « Le bonheur, ce n'est pas recevoir ce que vous voulez, mais vouloir ce que vous recevez ». « Merci pour ce cadeau et pour le trésor qu'il me réserve ». La vie vous le prouvera, si vous lui en donnez la chance. Car tout est dans l'attitude. C'est la carte de l'Esprit. C'est le GPS du cerveau. Une attitude vous remettra sur la Voie de la paix intérieure et du bonheur.

#### **Pourquoi la vie devient contraire**

« **Faute de ce que vous n'êtes pas, ce que vous êtes n'est pas** ». L'âme aspire à **faire l'expérience de ce qu'elle connaît d'elle-même**. Exemple : pour faire l'expérience de soi en tant que la Lumière il faut l'obscurité ! **Ne vous opposez pas composez ! Composez ce que vous avez choisi, ne vous opposez pas !**

#### **Comment sortir du piège de la négativité**

Quand l'Energie d'attraction régit à la Loi des contraires, le Don de sagesse peut servir à ajouter le **discernement** à l'expérience. « *Plus vous avancez, plus vos pieds rencontreront d'embûches. La Voie n'est éclairée que par une seule flamme : la lumière de l'audace qui brûle dans le coeur. Plus on ose, plus on reçoit. Plus on craint, plus cette lumière pâlit* ». Considérer « l'échec » comme une ouverture. L'astuce dans tout cela, c'est bien sûr de savoir comment vivre **avec** l'illusion, non **dans** celle-ci. Ou, comme le dit la Bible, d'être « en ce monde, sans en faire partie ».

**1, Rien, en ce monde, n'est réel - 2, Tout a le sens que je lui donne - 3, Je suis qui je dis être, et mon expérience est ce que j'en dis.**

L'affirmation « rien n'est réel en ce monde » est fondée sur la physique quantique, mais c'est plus qu'une observation scientifique. C'est aussi une vérité psychologique et spirituelle. Ce à quoi on résiste persiste et ce qu'on regarde disparaît - c'est à dire perd sa forme illusoire. Jésus a dit « Il sera fait selon ce que vous croyez ». C'est la dépendance - envers les gens, les lieux et les choses - qui remplace la paix par l'agitation, la joie par le chagrin, le plaisir par la douleur, le bonheur par la peine. **Tout a le sens qu'on lui donne.**

Vous **voulez** vous sentir mal, sinon cela ne se produirait pas. L'essentiel est de bien examiner ce moment pour voir **pourquoi** vous voulez vous sentir mal. La réponse à cette question débloque tout. **Vous seul** déterminez le sens d'une chose pour vous ainsi que votre façon d'y réagir. Décision que nous prenons à partir de nos sentiments, de nos expériences, de nos idées et de nos désirs du passé, ou de nos peurs, appréhensions, souhaits et désirs quant à l'avenir. **Rien de cela n'est relié à ce qui se passe ici, maintenant. Ne pas « voir à partir d'hier ou de demain ».**

Si mauvaise situation, je me demande plutôt : « si je pouvais donner une raison à ça, qu'est-ce que ça pourrait être ? ». J'assigne une raison à tout, ou lieu d'en chercher une. Et je décide comment je vais me sentir à propos de au lieu de voir comment je me sens. Je choisis donc délibérément mes réactions à tout, au lieu de les observer à partir de la ligne de touche, comme si je n'étais pas l'acteur de ma vie.

### **La vie est une aventure extraordinaire**

Joie de l'émerveillement : « Tout est rempli de merveilles, car la merveille est la nature de Dieu, l'essence de la Divinité, et votre état d'être naturel. Entrez dans la merveille que vous êtes, et à partir de cet émerveillement, imaginez votre avenir, votre vie et votre réalité collective dans la version la plus grandiose de votre plus grande vision de QUI VOUS ETES. Ce faisant, vous répandez la merveille parmi tout votre monde et vous accomplissez le but de votre venue en ce monde ». **Vouloir, c'est pouvoir !**

### **Ne vous en faites pas, vous avez l'éternité**

Chaque geste est un acte d'autodéfinition. La Création a pour but de créer une vie heureuse, paisible, joyeuse pour tous ceux dont vous touchez la vie, et pour vous, **dans cet ordre.** Le **but** de l'attraction est d'élever non pas le Soi, mais l'Autre, de développer non pas le Soi, mais l'Autre, de l'enrichir - car c'est en cela que le Soi est le plus pleinement élevé, élargi, enrichi et ressenti. C'est à cette expérience intégrale du Soi que l'âme aspire. C'est en fait le but de toute vie. Les 2 questions fondamentales à se poser dans la vie :

**1, Que puis-je donner à un autre ? 2, Que puis-je me donner à moi ?**

**Ne jamais inverser l'ordre des questions.** « Ta vie n'a **pas** à être un combat perpétuel. Le problème est simple. Tu crois que ta vie ne concerne que toi, mais ta vie ne te concerne pas. Elle concerne **chacun** en ce monde.

### **La vérité cachée**

Je ne suis pas ici à mon service mais au service des autres. C'est en me perdant que j'allais me trouver. Et en donnant, que j'allais recevoir. Toutes les choses ne font qu'une. Il n'y a qu'une seule chose, et toutes les choses font partie de la seule chose qui soit. « Donc ce que tu fais pour un autre, tu le fais pour toi-même, et ce que tu négliges de faire pour un autre, tu négliges de le faire pour toi-même ». L'inverse est aussi vrai. « Si tu ne peux t'aimer, tu ne peux aimer quelqu'un d'autre ».

L'effet multiplicateur : si vous vous focalisez sur vous-même, vous limitez la quantité d'énergie que vous déployez, **car vous n'êtes qu'un.** Mais en focalisant sur les autres, vous multipliez la quantité d'énergie que vous déployez par le nombre des autres avec qui vous le faites. Il faut connaître l'Entièr~~eté~~eté de Nous pour que toute partie de nous soit entière. **Nous formons un hologramme. Dieu et nous ne faisons qu'un.**

### **Ne vous souciez pas de vous-même**

« Je suis ce que Dieu est et que Dieu est ce que je suis », j'ai **vraiment** été créé à l'image et à la ressemblance de Dieu ! Tout comme vous.

Vous désirez l'amour ? Vous **êtes** amour. Vous désirez l'abondance ? Vous **êtes** abondance.....Donner, c'est réaliser et multiplier l'avoir; avoir, c'est faire l'expérience et élargir l'être ; l'être, c'est accueillir et exprimer la connaissance de Qui On Est - et tel est le but de toute vie.

Ne vous souciez pas de vous-même. Votre vie sera prise en charge. Souciez-vous de tous ceux dont vous touchez la vie et qui ne savent pas cela. La Vie même est une boucle sans fin-du domaine de l'absolu à celui du relatif et vice-versa, de la spiritualité à la physicalité et vice-versa et ainsi de suite dans le temps- et l'énergie de la vie, partout présente, s'individualise en tant que vous, que moi et que tout ce qui existe. Le périple est éternel : lorsque nous atteignons la « fin »(définie comme étant la connaissance et l'expérience ultime et totale de Qui Nous Sommes Vraiment), nous faisons tout simplement, en tant que Tout, ce que nous avons fait en tant qu'aspects individualisés de la Divinité : nous nous recréons à nouveau dans la prochaine version la plus grandiose de notre plus grande vision de Qui Nous Sommes.

Dans la sainte Trinité - Dieu en 3 parties-, ton esprit est dans ton activité consciente. Par conséquent, ne pense qu'à ce dont tu choisis de faire l'expérience, dis seulement ce que tu choisis de réaliser, et utilise ton esprit pour ordonner consciemment à ton corps de ne faire que ce que tu choisis de démont~~er~~er comme étant ta réalité la plus élevée. C'est ainsi que tu crées sur le plan conscient. Observe bien. N'est-ce pas ce que fait chaque maître ? Un maître procède-t-il autrement ? Non. Vraiment pas.

### **Pourquoi nous oublions, et comment**

Plus nous devenons plus nous pouvons devenir, et plus nous pouvons devenir plus nous devenons. La seule et unique chose que Dieu ne puisse être, c'est **Ne Pas Etre**. Vous non plus c'est la seule chose que vous ne pouvez pas faire. Mais vous pouvez **oublier** qui vous êtes. Et en fait, c'est ce que vous **ferez**, pour pouvoir de nouveau faire l'expérience de Qui Vous Etes. Pour faire l'expérience de votre Divinité. Tout ce qui a jamais existé, existe et existera **existe au présent**.

Dieu désire **toujours** faire l'expérience de Lui-même. Vraiment, à jamais, et même davantage. Et c'est ainsi que Dieu vous a inventé. Vous, le temps et tout ce qu'il y a dans la vie êtes des outils de Dieu qui lui permettent de faire l'expérience sans fin de Lui-même.

### **La pensée négative**

Dire que tout est « parfait » (c'est reconnaître que c'est aligné sur l'intention de votre âme en cet instant), ce n'est pas comme dire que tout est « merveilleux ». On peut dire « n'y pensez plus » mais jamais « n'y pensez **pas** ». Vous devez être conscient du monde qui vous entoure-celui que vous et les autres avez collectivement cocrée en des temps et lieux antérieurs. On vous avertit tout simplement de ne pas vous **attarder** aux choses que vous ne choisissiez pas mais personne n'a dit de **n** pas les **observer**.

### **La vraie nature de Dieu**

Dieu n'est pas une version plus grande des humains mais les **humains** forment une plus petite version **de Dieu**. « Nous pouvons nous observer en train de nous observer. Nous pouvons revenir dans le couloir de la conscience, circuler d'une porte à une autre - et, selon certains, finir par voir et faire l'expérience de notre Etre divin et sacré ».

### **Votre entière liberté est le plus grand cadeau de Dieu**

Etre, faire et avoir ce que nous choisissons est le plus grand cadeau de tous les cadeaux. Cela s'appelle le libre arbitre. La science médicale nous a appris qu'on peut aider les cellules souches à constituer **n'importe quelle partie du corps**....même le coeur et le cerveau !Dieu est la Vie indifférenciée dont émerge tout vie individuelle, Mère de toutes les cellules souches ?

## **Le mécanisme de la Manifestation**

Lorsque nous choisissons de manifester quelque aspect de notre Etre divin dans notre réalité, tout ce que nous avons à faire, c'est de nous **rappeler** cette création. **Nous le faisons en exprimant la vie sous forme de pensées, de paroles, de gestes et de sentiments.** Tout dans la vie est énergie, vibration, essence de manifestation, **tout. Rien** n'est « démembré, débranché ». Le Grand Tout est en réalité une matrice énorme, incalculable. Nous sommes des perturbations locales (tout comme nos pensées, nos paroles, nos actions). L'acte de « création » consiste tout simplement à syntoniser la vibration de ce qui existe déjà dans le Grand Tout, et de l'attirer vers vous. **La création est de la résonance. Penser c'est retrouver.** Par ce processus de pensée intentionnelle et de sentiment profond, ce n'est pas tant que nous **DE**couvrons ce que nous avons souhaité, mais que nous le **RE**couvrons (« Avant que nous ne demandiez, je vous aurai répondu »).

### **Pourquoi le processus de création est resté voilé**

Nous n'avons pas à obéir à la Loi de Dieu si nous pouvons utiliser l'Energie d'attraction et la Création personnelle. Cela enlève le pouvoir des mains de ceux qui nous diraient ce qu'est vraiment la Loi de Dieu. Le véritable danger de la Création personnelle est qu'elle implique une nouvelle conception de vous...et de Dieu. Voilà les 2 choses incroyables que Jésus de Nazareth nous a invités à faire, et pour lesquelles il a été crucifié. Il allait partout et disait des choses comme « Demandez et on vous donnera ; cherchez et vous trouverez ; frappez et on vous ouvrira, car celui qui demande reçoit et celui qui cherche trouve ; et à celui qui frappe, on ouvre ». C'est la Création personnelle. « Quel est parmi vous l'homme auquel son fils demandera du pain et qui lui remettra une pierre ? Ou encore, s'il lui demande un poisson, lui remettra-t-il un serpent ? Si donc vous, qui êtes mauvais, vous savez donner de bonnes choses à vos enfants, combien plus votre Père qui est dans les cieux en donnera-t-il de bonnes à ceux qui l'en prient! ». C'est le chaînon manquant. **L'Energie d'attraction est l'un des grands Principes de vie et ces principes sont le processus de Dieu. Le fait d'utiliser l'Energie d'attraction est tout simplement une autre façon d'utiliser Dieu. Cherchez d'abord le royaume de Dieu et toutes ces choses vous seront données par surcroît ». « Le royaume de Dieu est en vous ».**

### **La meilleure façon d'atteindre des buts personnels**

**« En aidant les autres, nous nous aiderons nous-mêmes, car tout le bien que nous faisons complète le cercle et nous revient ». « Notre objectif premier dans la vie est d'aider les autres. « Aidez les autres à réaliser leurs rêves et vous réaliserez le vôtre ». »Vous pouvez avoir tout ce que vous voulez dans la vie, il vous suffit d'aider les autres à obtenir ce qu'ils cherchent. » «Faites aux autres ce que vous désirez que l'on vous fasse ».**

### **Le processus de Création personnelle et la douleur du monde**

Si les « pensées incorrectes » ne sont **pas** la cause de toute la souffrance du monde alors, qu'est-ce donc ? Le destin ? C'est **vraiment** la façon de penser de l'humanité qui est la cause première de sa grande souffrance. Il ne s'agit pas seulement de la pensée de ceux qui souffrent (fatalité, résignation...) mais de la pensée de chacun. Cette souffrance est créée aussi par la conscience collective des gens d'ailleurs qui ne souffrent pas. Il laissent se poursuivre la souffrance des autres, font la sourde oreille à leurs appels à l'aide et leur en attribuent souvent le blâme, dans une certaine mesure, ou la responsabilité. Cela crée un **mur de pensée** invisible difficile à surmonter ou à contourner pour tout groupe ou individu. La puissante énergie de la conscience collective-peut-être la force créative la plus forte entre toutes - place dans toutes nos vies des expériences malheureuses et des conséquences tragiques....conséquences dont les individus deviennent la proie même si, de toute évidence, ils ne le choisissent pas consciemment.

Nous savons que même les plus grands maîtres spirituels peuvent se croire victimes de la conscience de masse.

Dés lors, les gens qui souffrent, meurent de faim, les enfants victimes d'abus et d'autres dans notre monde qui sont profondément blessés, individuellement et collectivement, ne sont certainement pas coupables dans cette affaire. Mais il ne s'agit pas de savoir s'ils sont « en cause » (la création personnelle ou l'énergie d'attraction n'a jamais rien affirmé de tel). Le cadeau divin de la Création personnelle, offert à tous les humains, peut-il servir à soulager cette souffrance ? Oui bien sûr.

Jésus en est un exemple renversant. A l'évidence, Jésus n'était pas une victime des circonstances, mais bien plutôt le Créateur de celles-ci. Son appel à Dieu, (« Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? ») (psaume 22, versets 1 à 3), était un **moment d'oubli**. Cela nous rassurera lorsque nous aussi, devant ces trous de mémoire, nous nous croirons les victimes de situations, au lieu de voir que nous en sommes la cause. Mais l'instant d'après, Jésus revient à cette conception supérieure de lui-même (comme Nelson Mandela.....) et utilise la Création personnelle pour poursuivre son périple, et nous le pouvons à notre tour.

Pourquoi ne faisons-nous pas de même ? Nous considérons-nous comme des victimes de notre propre impuissance ? Nous imaginons-nous que notre vie et notre monde sont ainsi parce que c'est ce que Dieu veut, sur un certain plan ? Le monde est comme il est aujourd'hui parce que **nous-mêmes le voulons**. Collectivement, à l'évidence nous ne voulons pas mettre fin à toutes les guerres, la douleur, la tristesse, la souffrance, l'oppression, la répression, la dépression, la pauvreté, la faim, le désespoir.... **sinon ce serait déjà fait. Ce que l'humanité s'est elle-même infligée, elle peut très bien le renverser.** Je crois que les humains de partout vont bientôt se soulever et l'exiger, à partir d'une nouvelle conception de qui ils sont et de la vie sur cette planète. Et je crois que beaucoup d'individus mèneront la voie dans cette révolution spirituelle, en démontrant qu'il est possible d'être **plus heureux que Dieu**.

### **Comment utiliser le processus de Création personnelle pour aider le monde entier**

L'expérience la plus grandiose de qui vous êtes, à vous rendre plus heureux que Dieu, et ainsi à promouvoir l'évolution de l'âme. A la fois l'âme individuelle et la Seule Ame Qui Soit. Votre corps n'est que votre outil. Rien de plus. Répétez, par exemple, 3 fois par jour, matin, midi et soir « **Je ne suis pas mon corps. Mon corps est ce que j'ai, pas ce que je suis** ». Vous resterez ainsi centré sur votre nature véritable, sur le but réel de votre présence ici, sur votre véritable raison de vivre, et sur les fins de la Création personnelle. « **Chaque fois qu'au moins 2 personnes se rassembleront en mon nom, je serai là** ». **L'énergie qui crée la solution doit être égale à celle qui crée le problème.** « **Tous les jours, à tous points de vue, je vais de mieux en mieux** » (**méthode Coué**). Il suffit que nous nous placions dans la catégorie des gens au pouvoir. L'humanité le fera-t-elle ?

Possibilité de créer un groupe de Focalisation de la Création pour le monde entier. (une fois par semaine, qqes mns au tél, intention claire par exemple). L'essentiel est l'attention collective avec une claire intention. Ne vous contentez pas de penser à un problème dans le monde. Pensez surtout au **résultat que vous avez l'intention d'obtenir. J'appelle cela l'Attention d'Intention.** (faire se dérouler des scènes sur l'écran de cinéma de votre esprit, le groupe fait de même, dessiner des images de l'avenir, créer un tableau de vision des résultats avec photos découpées dans magazines, journaux....) Finalement **ne vous excluez pas**.

### **Plus heureux que Dieu en 17 étapes**

#### **1. Mettez fin à la Théologie de la séparation (d'avec Dieu)**

Nous devons comprendre enfin que toute la vie est Une. La Vérité cachée nous révèle que l'Union n'est pas une caractéristique de la vie... c'est plutôt la vie qui est une caractéristique de l'Union. La vie est **l'expression** de l'Union même. Dieu est l'expression de l'Union même. La vie et Dieu ne font qu'un. L'Union est Dieu et la vie, en un cercle.

Si nous employons le terme « Dieu » pour indiquer la Divinité collective, et le terme « vous » pour indiquer l'Individualisation de la Divinité, et si un jour vous élevez votre conscience à un niveau tel que vous serez plus heureux que beaucoup d'autres individualisations. alors vous serez **plus heureux que Dieu**. **« Je suis venu afin que vous puissiez avoir la vie, et ce, en abondance » a dit le Maître**. Lorsque nous accorderons à chacun le même traitement qu'au Divin, il n'y aura plus de guerre.

## **2. Restez en contact avec qui vous êtes**

Comprenez qu'en raison de Qui Vous êtes, rien ne peut vous nuire, et vous n'avez besoin de rien pour être absolument heureux en ce temps et en ce lieu de votre existence éternelle. **En définitive, considérez-vous comme un Etre spirituel ayant un corps, en mission sacrée de prise de conscience de soit et d'autocréation. D'abord, prenez conscience de Qui Vous Etes Vraiment, puis recréez-vous à nouveau sous la prochaine version la plus grandiose de la plus grande vision que vous en ayez jamais eue. Chaque jour, votre tâche - qui n'est pas aussi difficile qu'elle paraît l'être au départ- consiste à vous rappeler votre identité. Retenez votre identité. Recréez-la. Rappelez-vous votre identité en dépit de toute preuve du contraire. Retenez votre identité en dépit de toute situation qui la nierait. Recréez votre identité même lorsque la vie vous invite à rester sur place.**

## **3. Procurez aux autres toute expérience que vous recherchez**

Si vous voulez faire l'expérience de votre Soi divin et de votre véritable identité, faites en sorte qu'un autre fasse l'expérience de son Soi divin et de sa véritable identité. **Redonnez les gens à eux-mêmes**. Si vous désirez faire l'expérience de l'amour, faites en sorte qu'un autre soit aimé....**Ce que j'entends par là, c'est qu'il vaut mieux commencer la Création personnelle avec un autre. Focalisez d'abord sur l'autre, toujours l'autre, jamais d'abord sur le Soi. Ainsi, ce que le Soi veut vivre sera accompli sept fois. Tout ce que vous voulez créer pour vous-même, créez-le pour un autre. C'est l'Energie d'attraction à la puissance la plus élevée. Pourquoi cela fonctionne-t-il ? Ce que vous donnez à un autre, vous l'apportez au Soi, car dans l'ultime réalité, il n'y a personne d'autre. Il n'y a que le Soi. Lorsque vous comprendrez cela, vous comprendrez tout ce que aurez jamais besoin de savoir sur la façon d'être plus heureux que Dieu.**

## **4. sachez clairement que rien de ce que vous voyez n'est réel.**

Nous vivons dans le monde de l'illusion. Tâchez toutefois de ne pas vous y perdre. **En somme, restez au-dessus de la mêlée en remarquant que vous créez toute votre expérience. Les circonstance extérieures peuvent se présenter de bien des manières, mais celle que vous choisissez pour y répondre et y réagir vous appartient entièrement. Dès que vous choisissez votre réaction, avec une liberté et une conscience entières, vous vous recréez à neuf. C'est l'instant de puissance, le moment magique. C'est l'instant intentionnel, dans lequel ce que vous choisissez de devenir se révèle dans la réalité dont vous faites l'expérience. C'est là que vous prenez une décision à propos de vous-même et que vous vous voyez en train d'être ce que vous avez choisi d'être séquantanément - soit l'expérience d'une chose qui se déroule à la fois séquentiellement et simultanément. Sachez toujours que peu importe ce qui arrive, vous seul décidez entièrement de la façon dont vous en faites l'expérience.**

## **5. Déterminez que n'êtes pas votre scénario**

Votre scénario c'est toute l'information que vous avez rassemblée sur ce qui est survenu dans votre vie, et la réalité que vous avez fabriquée sur le genre de personne que vous êtes sur le comment vous en êtes arrivé là. « C'est du passé, voici le présent ». Réagir, c'est faire exactement ce que ce mot sous-entend : **« agir de nouveau comme avant »**. **C'est là un moyen sûr de se rendre malheureux, car le plus grand bonheur est dans la création, non dans la réaction. Ce que je dis en somme, c'est que la vie vous invite à vous créer vous-même, et l'instant dont vous faites l'expérience à tout moment et en tous lieux,**

**comme vous voulez, non comme vous en aviez l'habitude. Vous êtes invité à abandonner votre identité précédente, à céder l'idée que vous vous faisiez de vous-même et à faire comme si la vie recommençait à neuf pour vous, du moins quant aux décisions les plus importantes concernant qui et comment vous êtes. Dans certains cercles, cela s'appelle renaître.**

#### **6. N'ayez que des préférences**

Tant qu'il y aura du beau temps et du mauvais temps, les gens trouveront une raison de ne pas être complètement heureux. Incapables de célébrer ce qui est, ils condamnent ce qui n'est pas. Célébrer ou condamner, tel est le choix de chaque instant. Ne pas exiger autre chose que ce qui se présente dans l'instant. Vous pouvez toujours savoir si vous avez une dépendance non une préférence, pour une chose, en voyant si son absence vous fait perdre votre bonheur. **En définitive, il y a toujours quelque chose à célébrer, aussi longtemps qu'on est en vie. Voir votre tasse à moitié pleine plutôt qu'à moitié vide, c'est plus qu'un aphorisme niais. C'est la clé du bonheur durable. Si vous sortez de votre scénario assez longtemps pour jeter un regard honnête et donner une bonne chance à la vie, vous remarquerez que dans presque chaque cas la vie se présente dans l'instant avec tout ce qu'il vous faut pour être en paix et satisfait. Pour en faire l'expérience, il vous suffit de changer votre exigence de cet instant présent. Et cela est vraiment très facile. Il s'agit tout simplement de changer ce dont vous croyez avoir besoin en cet instant. En vérité, vous n'avez besoin de rien de particulier. Le « besoin » est l'une des 10 illusions des humains. Il n'est pas réel. Il vous est peut-être difficile d'intégrer cette idée à votre réalité vivante, mais il n'est pas si difficile de voir que, certes, la plupart des choses dont vous croyiez ne jamais pouvoir vous passer n'étaient pas du tout nécessaires. Vous avez trouvé le moyen non seulement d'exister, mais de sourire, de rire et d'être heureux sans elles. L'« obligation » est une autre des 10 illusions des humains. C'est l'illusion qui suggère ce quelque chose que vous devez absolument et impérativement avoir pour vivre. Mais il n'y a rien que vous devez avoir, mis à part ce que vous avez maintenant, qui est le Soi tel qu'il est vraiment. Vous ne pouvez mourir, et votre vie ne peut finir, car vous êtes la vie même, qui se manifeste. Lorsque vous le comprendrez, vous ne craignez plus la mort ni la vie. Et vous ne sentirez plus le besoin urgent et anxieux de quoi que ce soit en particulier. Cela changera tout.**



## **7. Voyez la perfection**

Voyez toute chose <sup>pur</sup> ce qu'elle est, soit l'événement parfait, qui survient au moment parfait, pour vous fournir l'occasion parfait d'exprimer parfaitement la perfection même, la perfection est le Soi que vous avez choisi d'être et que vous choisissez à présent de montrer et de vivre. C'est une chose que la plupart des gens ne peuvent avouer et qu'ils refusent de reconnaître, mais c'est la vérité. **En somme, ne jugez point ni ne condamnez les gens et les événements que la vie vous apporte. Demeurez dans la conscience de les avoir attirés vous-même, pour combler le potentiel de la vie, sa promesse, et son but. W. SHAKESPEARE a écrit ceci : « Rien n'est mal en soi, seulement dans la pensée ». Par ces mots il entendait que tout dépend du sens qu'on donne aux choses. Par cette révélation, il nous a offert les clés du royaume.**

## **8. Evitez le drame**

**Rien n'a d'autre sens que celui que je lui donne** (à répéter en mantra quand plus rien ne va !). Laissez ..... tomber....Respirez, relaxez-vous. **En somme, ne bondissez pas en mode réactionnel dès la première apparition d'une énergie négative. Efforcez-vous sérieusement de demeurer dans l'espace de « création ». Comprenez que ce que vous voyez maintenant n'est peut-être qu'un effet de la Loi des contraires dans le processus de Création personnelle. Entrez dans un espace de gratitude aussi souvent que possible... et ne craignez pas de recourir à l'humour pour y parvenir. A mon avis, l'autodérision est tout à fait ce qu'il faut. C'est absolument ce qu'il y a de mieux. Pour balayer la contrariété et le drame inutile de ma vie, il me suffit de rire de moi-même. C'est là un grand remède.**

## **9. Comprenez la tristesse**

Il y a une différence entre la tristesse et le malheur. Je peux même être « heureux d'être triste », car ma tristesse m'apprend quelque chose de moi. Elle ne me rend pas malheureux. **En somme, ce n'est pas parce que vous êtes triste que vous devez cesser d'être plus heureux que Dieu - plus heureux qu'avant. Le bonheur est cumulatif. Plus vous le sentez, plus il grandit. Je me sens plus heureux maintenant qu'à 30, 50 ans.... plus heureux en fait, que je ne l'ai jamais été de toute ma vie. Et j'ai appris comment contenir ma tristesse et la garder dans mon bonheur, en en faisant une merveilleuse partie de ce dernier. En effet, j'ai appris que le « bonheur » s'atteint par le simple processus d'accueillir toute la vie exactement telle qu'elle est (Nous y reviendrons).**

## **10. Cessez de vous disputer avec la vie**

Le manque de bonheur ressenti dans notre vie provient en grande partie de nos jugements. Il ne nous vient jamais à l'esprit, bien sûr, que ce pourrait être notre expérience, nos idées, notre scénario qui sont un peu de travers. **En définitive, le jugement n'a pas de place dans un coeur aimant. Mais rappelez-vous, le jugement n'est pas le discernement, et l'observation n'est pas le jugement. Il est parfaitement sain d'user de discernement, et parfaitement naturel de formuler des observations. Une « remarque » dit « alors, voici ». Un jugement dit « et alors ? ». Surtout, ne vous jugez pas. Car Dieu ne vous jugera pas, jamais. Pas maintenant ni jamais. C'est la vérité derrière la vérité. C'est la parole qui ne peut être dite. C'est le blasphème des blasphèmes. Le jugement et la condamnation, qui font partie des 10 illusions des humains, n'ont aucune réalité.**

#### **11. Abandonnez toute attente**

**Somme toute, les explications imposent une limite à la définition de la perfection, et cette limite contracte votre création de la perfection même. Par conséquent, n'ayez pas d'attentes et acceptez tout ce que vous recevez. Accueillez tout ce qui se présente. Aimez ce qui est.**

#### **12. Ayez de la compassion pour vous-même**

**En définitive, la transformation est une question d'instant ; elle nous est ouverte et disponible à chaque seconde. La vie commence à nouveau lorsque vous affirmez qu'elle le fait. Par conséquent, soyez gentil envers vous-même, à propos de vous-même. Adressez vos tendres adieux à vos défauts, à vos faiblesses et à vos défaillances (imaginaires), et rappelez-vous toujours ceci : si vous vous voyiez comme Dieu vous voit, vous auriez un large sourire.**

#### **13. Dites votre vérité dès que vous la connaissez**

**En somme, pour être plus heureux que Dieu, il faut être vrai. Dites la vérité à chacun sur tout, puis vivez votre vérité, à chaque instant et de toutes les façons. Ainsi, vous serez à jamais heureux dans votre cœur, car la vérité donne des ailes à l'âme, libère l'esprit, ouvre le cœur, allume la passion et libère l'amour de l'âme.**

#### **14. Observez les énergies, saisissez la vibration**

**L'énergie que vous voyez s'appelle la lumière, celle que vous entendez s'appelle le son, celle que vous ressentez s'appelle le sentiment. Le sentiment est le langage de l'âme. Ecouter est l'une des façons les plus riches de faire l'amour. **En définitive, lorsque vous suivez cette étape, vous êtes bien plus qu'heureux. Vous n'avez pas à « suivre » juste pour « suivre ». Soyez attentif à l'énergie, captez la vibration, et si elle résonne avec Qui Vous Etes et Qui Vous Choisissez d'Etre, écarterez-vous en. Non pas de manière abrupte, tapageuse, critique, mais doucement, gentiment... et résolument. Ne changez pas d'idée en disant : « Bon, eh bien, je peux supporter ça... ». Transformez votre expérience. Accorder de l'attention aux énergies et aux vibrations de la vie peut vous amener à changer de régime alimentaire, d'habitudes de lecture, de genres d'émissions de télé et de films, de style vestimentaire, de façon de parler... et même de fréquentations. Ces changements vous accueillent. Ce sont les premières étapes de voyage vers la joie.****

## 15.SOURIEZ

**En somme, souriez davantage ! Un sourire change vraiment la vibration de votre corps. Il modifie physiologiquement la chimie de votre être. Il libère les endorphines qui ont un effet bénéfique pour la santé. Le saviez-vous ? Vérifiez. C'est un fait reconnu en sciences médicales.**

## 16.CHANTEZ

Au moins une fois par jour ; cela changera tout. **Vous ne pouvez changer lorsque vous vous sentez minable. Et vous ne pouvez vous sentir minable quand vous chantez !**

**Voyez l'endroit s'allumer ! Voyez les sourires apparaître ! Croyez-vous que quelqu'un peut résister à une personne en train de chanter ? Croyez-vous que le monde peut y résister ? Chanter relie l'esprit au coeur, et le coeur à l'âme. Alors chantez ! En définitive, les outils et les stratagèmes par lesquels nous pouvons créer du bonheur sont si simples, d'une simplicité si élégante ! Et ils sont droit devant nous>. Qu'est-ce que c'est ? Donner. Regarder. Ecouter. Sentir. Sourire. Chanter. Mon Dieu, ça ne coûte rien !**

## 17. SACHEZ QUOI FAIRE QUAND CA VA VRAIMENT MAL.

Premièrement, ne résistez pas à ce qui se produit. Ce à quoi vous résistez persiste. Bénissez tous les gens et les événements qui vous déçoivent, qui vous assaillent comme autant de flèches. Acceptez et recevez cette énergie, car c'est alors seulement que vous serez à même de la guérir. **Ce que vous ne maîtrisez pas, vous ne pouvez le guérir.** Rappelez-vous toujours cela. Vous devez donc retenir votre expérience, l'accueillir avec une douceur affectueuse, la bénir, puis la laisser repartir.

Deuxièmement, rappelez-vous que les conditions extérieures ne peuvent créer de conditions intérieures, jamais. Ainsi, même quand ça va mal, l'intérieur (votre coeur, votre âme et votre esprit) ne peut être aucunement affecté par ce qui vous est extérieur, sauf si vous en décidez autrement. **Vous avez tout de même la responsabilité de votre propre expérience.**

**Cher Dieu, je te remercie aujourd'hui pour ce qui se trouve dans mon monde et dans ma vie. Je me rassure, sachant que je verrai de nouveau la douleur se changer en joie, le chagrin en contentement, et même la mort en vie éternelle.** Cela peut donner l'impression que je suis du genre à toujours rester calme, mais je vous assure que ce n'est pas le cas. Je sais, par contre, que je suis dans un périple qui n'a rien à voir, en définitive, avec mon corps, et qui concerne uniquement mon âme. Ainsi, je continue sur le chemin du Retour, sachant que chaque pas sur la voie me mène à mon éventuelle et ultime, et merveilleuse, réunion avec Dieu, où sont la paix, la joie et l'amour sans fin. **Merci Dieu, de m'aider à comprendre que ce problème a déjà été réglé pour moi. En définitive, Dieu est avec vous, et ce, jusqu'à la fin des temps. Et lorsque vous ferez l'expérience de l'amour omniprésent de Dieu, en vous et en tant que vous, vous serez plus heureux que jamais.**

**Site : [www.nealedonaldwalsch.com](http://www.nealedonaldwalsch.com) ( à voir)**

**Les 10 illusions humaines (à ne pas respecter, aller au-delà):**

- 1, le besoin existe, (Dieu a des intentions)**
- 2, l'échec existe, (l'issue de la vie est incertaine)**
- 3, la désunion existe, (vous êtes séparés de Dieu)**
- 4, le manque existe, (il y a pénurie)**
- 5, l'obligation existe, (vous devez faire quelque chose)**
- 6, le jugement existe, (si vous ne le faites pas, vous serez punis)**
- 7, la condamnation existe, (la punition est la damnation éternelle)**
- 8, des conditions existent, (par conséquent, l'amour est conditionnel)**
- 9, la supériorité existe, (le fait de connaître les conditions et d'y répondre fait de vous un être supérieur)**
- 10, l'ignorance existe (vous ne savez pas que ce sont des illusions)**

Ce récit culturel est tellement ancré en vous que vous le vivez pleinement et complètement à présent. Vous vous dites, entre vous, que « c'est comme ça, tout simplement ». Vous le faites depuis des siècles. Depuis des millénaires. Depuis si longtemps, en fait, que des mythes se sont développés autour de ces illusions et de ces récits. C'est une fiction.