

Bâtir son rêve

A tous ceux qui sentent qu'ils ne vivent pas encore la vie qu'ils devraient !



Citation de la semaine

«L'esprit de l'homme accroît ses forces en proportion des difficultés que lui oppose la nature.»

Jacques-Henri Bernardin de Saint-Pierre
(1737-1814)

Citations

• **Charles de Montalembert**
(1810-1870) :
«Les difficultés ne sont pas faites pour abattre mais pour être abattues.»

• **Pierre de Coubertin**
(1863-1937):
« Chaque difficulté rencontrée doit être l'occasion d'un nouveau progrès.»

• **Sénèque**
(-4 AVJC / 65) :
« Un bonheur que rien n'a entamé succombe à la moindre atteinte ; mais quand on doit se battre contre les difficultés incessantes, on s'aguerrit dans l'épreuve, on résiste à n'importe quels maux, et même si l'on trébuche, on lutte encore à genoux..»

Pleins feux sur :

Citation de la semaine	1
Réflexion de la semaine	1
Histoire ou métaphore de la semaine	2
Objectif de la semaine	2

contact@vivresonreve.com

Réflexion de la semaine

Chacun rencontre à un moment ou un autre des difficultés dans sa vie. Je ne connais personne qui puisse dire : « Je n'ai jamais rencontré aucune difficulté dans ma vie, je ne sais pas ce que c'est ! ». Les difficultés font partie de la vie. Elles sont même nécessaires. Ce qui est déterminant, vous le savez, c'est l'attitude que nous adoptons face à elles, la façon dont nous les appréhendons. Mais en définitive, pourquoi sont-elles nécessaires ? Ne serait-il pas plus enviable de traverser la vie sans connaître la moindre difficulté ? Beaucoup le pensent. Mais vous êtes-vous déjà demandé ce que signifierait le bonheur pour vous si vous étiez heureux tout le temps ? Ou encore quelle joie éprouveriez-vous d'être en vacances, si vous n'aviez jamais travaillé ? Ce serait un peu comme si la vie écrivait votre histoire sur un tableau blanc en utilisant de la craie. Que pourriez-vous lire ? Quels

enseignements pourriez-vous retirer, si vous n'aviez jamais eu aucune difficulté à gérer ? Quelle qualité, quelle capacité auriez-vous pu mettre à l'épreuve ? Nous ne redoublons pas d'effort quand nous obtenons ce que nous voulons. Nous le faisons seulement quand nous ne l'obtenons pas. La vie éprouve nos forces et notre volonté. Elle met les difficultés sur notre route non pas pour nous décourager, mais au contraire pour nous rendre plus fort. La nuit est aussi précieuse que le jour et la tristesse aussi nécessaire que la joie. Je ne veux pas dire, par là que vous deviez chercher à être triste, mais que chaque émotion a son rôle. Tout comme les saisons se succèdent dans le cycle de la vie, tout est nécessaire. L'hiver n'est pas moins utile que le printemps, l'automne que l'été. Comprendre cela nous éclaire. Plus nous prenons conscience des rythmes de la vie, des alternances de la dualité,

du jeu des polarités, moins nous sommes en état de demande. Nous découvrons alors que l'existence est merveilleuse et qu'elle fait pleuvoir des bienfaits sur notre tête à tout moment. Lorsque nous restons coincés dans nos attentes et nos désirs et quand les choses ne sont pas comme nous l'exigeons, nous nous sentons malheureux. Dès que nous disons oui à la vie, les ombres s'effacent et même la tristesse devient lumineuse.

La douleur viendra, certainement, mais ce ne sera plus une ennemie. Nous l'accueillerons de bonne grâce parce que nous aurons compris qu'elle a elle aussi son utilité. Nous saurons pourquoi elle est là. Nous connaîtrons sa valeur et aurons senti et compris que sans souffrance nous serions amoindris et non enrichis.

Bien chaleureusement,
Serge Touka



L'histoire ou métaphore de la semaine

La parabole que je vais vous raconter doit être très ancienne, en ce temps là Dieu vivait encore sur terre...

Un jour, un paysan vint faire ses doléances :

- Seigneur Dieu, dit-il, tu es notre créateur, certes, mais tu n'as rien d'un fermier, tu ne connais pas l'abc de ce métier, cela se voit. Tu ferais mieux de t'informer.

- Que veux-tu dire ? s'enquit Dieu.

- Confie moi la direction du monde pendant un an

et tu verras. Je chasserai la famine de cette planète.

Dieu accepta et céda la place au paysan. Celui-ci commanda les meilleures conditions climatiques et interdit les orages, les vents violents et tout ce qui pouvait abîmer la végétation. La vie se déroulait douillettement, les champs recevaient la pluie dont ils avaient besoin et du soleil en temps voulu. Tout était parfait, le paysan exultait :
- Regarde ! dit-il à Dieu. Les moissons seront telle-

ment abondantes qu'il y aura de quoi nourrir la population pendant dix ans sans travailler...

Hélas ! Lorsque le blé fut moissonné, les épis s'avèrent vides.

- Que s'est-il passé ? demanda le paysan à Dieu.

Celui-ci répondit :

- L'absence de friction, de tension et de défi a rendu le blé impuissant. Une certaine dose de difficultés est indispensable. Les orages et les éclairs secouent et éveillent l'âme du blé.

« Les difficultés doivent pousser à l'action et non décourager. L'esprit de l'homme se renforcera par le conflit. »

*William Ellery Channing
(1780-1842)*

« La difficulté attire l'homme de caractère, car c'est en l'étreignant qu'il se réalise lui-même. »

*Charles de Gaulle
(1890-1970)*

Grâce aux difficultés, on se découvre des qualités insoupçonnées.

René Lessard



Objectif de la semaine

Comprenez bien cette parabole. Apprenez à accueillir positivement les difficultés que vous rencontrez. Comme se plaisait à le dire Napoléon Hill « Chaque difficulté porte en elle le germe d'un avantage équivalent ou supérieur ». Cherchez-le, et vous le trouverez. Les difficultés endurcissent notre caractère et augmentent nos forces. Demandez-vous ce que le problème que vous rencontrez à de formidable. Vous ne pouvez pas éprouver votre courage, votre patience, votre persévérance, votre motivation, votre volonté, en dehors de l'adversité. Si tout s'était passé dans votre vie exactement comme vous l'aviez imaginé, sans heurts, ni problèmes, pensez-vous que vous seriez suffisamment armé pour affronter les contrariétés et les contretemps, parfois violents auxquels la vie vous expose ? Il est probable que non. Nous apprenons

de nos expériences et bien souvent nous apprenons davantage de nos échecs et des problèmes que nous rencontrons, que de nos succès eux-mêmes. C'est en allant chercher en soi les ressources laissées en friche, en exploitant toutes nos potentialités que nous renforçons notre valeur. Et plus nous sommes amenés à le faire, plus notre confiance en nous et la perception de notre valeur augmentent. En définitive, les difficultés nous permettent d'apprécier ce dont nous sommes capables. Elles nous permettent d'augmenter nos forces. Elles sont un défi qui sert à les éprouver.

Quelles difficultés avez-vous rencontrées dans votre vie ? Que vous ont-elles appris ? Que vous ont-elles permis de découvrir sur vous-même ? En quoi vous ont-elles fait grandir ? Vous ont-elles obligé à vous dépasser ? Vous ont-elles au contrai-

re terrassé, démontrant par la même que vous n'êtes pas allé chercher suffisamment en vous-même la force de les affronter. Comprenez moi bien, là encore, je ne vous dis pas de rechercher les problèmes et les difficultés pour éprouver vos forces. Je vous dis simplement, d'apprendre à les accueillir comme des événements faisant partie du cycle de la vie. Elles sont aussi utiles et nécessaires que le vent et les orages pour fortifier le blé....

Bien chaleureusement,

Serge Touka

