

Bâtir son rêve

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

À mon Père, un homme dont la lumière a éclairé de nombreux chemins...

« Il y a une seule chose importante sur la terre, c'est le souffle. Tant que tu respirez encore, rien n'est perdu. »

Alphonse-Marie Toukas (1935-2008)



Citations

• **Horace** (-65/-8 AV J.C.) :

« Cueille le jour présent, en te fiant le moins possible au lendemain. »

• **Stanislaw Jerzy Lec** (1909-1966) :

« Le fait qu'il soit mort ne prouve pas qu'il ait vécu. »

• **Johan Wolfgang von Goethe** (1749-1832) :

« Rien n'a plus de valeur qu'aujourd'hui. »

Pleins feux sur :

Citation de la semaine	1
Hommage	1
Histoire ou métaphore de la semaine	2
Ce que chacun d'entre nous devrait faire	1

contact@vivresonreve.com

Il n'est pas nécessaire d'attendre son dernier souffle pour mesurer l'importance de notre existence, ni même pour faire le bilan de ce qu'on a déjà accompli.

Mon père s'est éteint ce vendredi 12 décembre 2008 et j'aimerai partager avec vous, le message qu'il m'a confié au crépuscule de sa vie. C'est une façon de rendre hommage à un homme qui sa vie durant a aidé et guidé de nombreuses personnes.

À cet instant si particulier qui lui a été donné, de pouvoir faire l'examen de sa vie, connaissant sa fin proche, il m'a confié ce qu'il considérait alors sans doute, comme le meilleur conseil à me donner : « Ne remets pas au lendemain ce que tu sais devoir faire le jour même ! »

C'est un thème que nous avons déjà traité, celui de faire les choses que nous devons faire quand nous devons les faire, de ne pas hypothéquer l'avenir, de ne pas nous dire : « je ferai cela plus tard », ou encore, « je ferai cela quand... » C'est un thème universel

et pourtant nous n'en apprécions souvent la portée que tardivement. Acceptez donc ce conseil de la part d'un homme qui en a pleinement mesuré le sens ! Faites tout ce que vous avez à faire au moment où vous devez le faire. Obligez-vous, prenez-en l'habitude, mais je vous en conjure faites-le ! Soyez ambitieux pour vous-même, ne vous dites pas « il me manque cela », ou « tant que je n'ai pas cela, je ne peux pas... » Engagez-vous dans le processus, faites le premier pas, la suite suivra. Et surtout, ne renoncez pas à votre rêve, ne renoncez pas à ce pour quoi vous êtes fait, à ce qui vibre au fond de vous, à ce que vous savez devoir exprimer.

Imaginez seulement ce que serait votre vie, aujourd'hui, si vous aviez fait toutes ces choses que vous avez remises au lendemain, et que vous n'avez jamais faites. Car remettre au lendemain, « procrastiner », selon l'expression consacrée, signifie en définitive ne pas faire. Nous reportons

ces choses généralement pour de mauvaises raisons, le plus souvent, par négligence, ou paresse. Je ne parle pas des choses anodines, sans importances, pour lesquelles nous n'avons pas d'intérêt, je parle de choses qui comptent, que nous aimerions faire, ou pouvoir faire, et que nous reportons à plus tard. Ces choses qui parce que nous ne les faisons pas affaiblissent notre pouvoir de diriger notre vie.

Je prends la liberté de compléter ce conseil par ces autres règles qu'il m'aurait également rappelées s'il avait eu davantage de temps :

- Carpe Diem : Sachez profiter du moment présent, de chaque instant.
- Ménagez votre monture, prenez soin de vous.
- Terminez ce que vous avez commencé.

Le respect de ces quatre règles simples peut suffire à vous procurer la paix de l'esprit. J'en ajoute une dernière et non des moindres : Soyez Joyeux !

Bien chaleureusement,

Serge Touka



« Restez toujours joyeux. »
Saint Paul
(10-67)

« Un esprit joyeux évite et guérit toutes les souffrances mentales et physiques. »
Swâmi Râmdâs
(1884-1963)

« La joie s'acquiert. Elle est une attitude de courage. Être joyeux n'est pas une facilité, c'est une volonté. »
Gaston Courtois



L'histoire ou métaphore de la semaine

Jadis, trois moines voyageaient en Chine, anonymes et toujours contents. On les appelait simplement les trois moines rieurs. Lorsqu'ils arrivaient dans un village, ils se postaient sur la place du marché et se mettaient à rire. Leur bonne humeur se propageait rapidement et déclenchait la gaieté dans toute l'agglomération. Les gens aimaient beaucoup ces trois hommes qui savaient les mettre en joie et dérider les mélancoliques, les coléreux, les envieux, les jaloux... Ils ne prêchaient pas, ils créaient simplement pendant quelques secondes un monde nouveau, une situation de non-mental. Un jour, l'un d'eux mourut. Les gens épièrent les

deux moines privés de leur vieux compagnon, se disant que cette fois-ci, on les verrait bien dans l'affliction. Or, les deux hommes riaient. La foule en fut un peu choquée.

- Nous rions, expliquèrent les deux compères, parce que notre ami a gagné. Nous avons souvent parié pour savoir qui de nous partirait le premier. Nous fêtons sa victoire. Et puis, nous avons toujours vu notre compagnon hilare. Pouvons-nous lui dire adieu en pleurant ? Il penserait certainement : « Pauvres idiots ! Vous voilà retombés dans le piège ! » Pour nous, il n'est pas mort. La gaieté et la vie n'ont pas de fin ! Avant d'expirer, le moine avait demandé qu'on ne

procède pas à la toilette des morts.

- Ne me lavez pas, ne changez pas mes habits, avait-il dit, placez-moi tel que sur le bûcher.

Or, il avait caché des feux d'artifice dans ses vêtements. En découvrant cette dernière farce de leur ami, les moines se mirent à danser et bientôt la liesse fut générale. Les funérailles furent une grande fête.

La mort inaugure une autre vie. Chaque départ est un nouveau commencement. Si vous parvenez à changer votre tristesse en fête, vous pourrez aussi transformer votre mort en résurrection. Apprenez cet art avant qu'il ne soit trop tard !

Ce que chacun de nous devrait faire

- ✓ Chercher la Joie - d'abord et avant tout.
- ✓ Chercher des raisons de rire.
- ✓ Chercher des motifs d'offrir des compliments à soi et aux autres.
- ✓ Chercher la beauté dans la nature, les animaux et les autres humains.
- ✓ Chercher des raisons d'aimer. Chaque instant de chaque jour, chercher quelque chose qui fasse naître en nous un sentiment d'amour.
- ✓ Chercher ce qui nous inspire.
- ✓ Chercher des occasions d'offrir à d'autres ce qui élève leur esprit.
- ✓ Chercher à éprouver un sentiment de bien-être.
- ✓ Savoir que notre valeur ne peut-être mesurée qu'en terme de joie.
- ✓ Reconnaître notre liberté absolue de faire toutes ces choses ou de n'en faire aucune, car c'est sans exception, notre prérogative chaque instant de chaque jour.

Telle est la recette de la joie éternelle. Et ceci nous assurera également une vie remplie d'extraordinaires possibilités de créations magnifiques.