

Egazete Pleine lune & Lettre de liberté financière no4 – 2 mars 2018

Conscience d'Abondance ou peur de manquer?



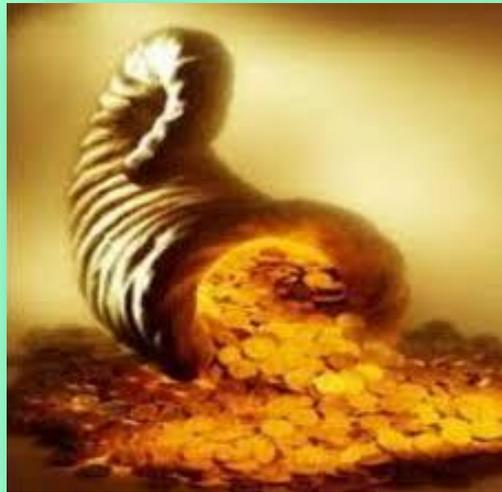
Êtes-vous plutôt apaisé et serein, conscient que l'Abondance existe tout autour de vous et qu'il vous suffit de tendre le bras pour l'attraper, comme les fruits mûrs d'un bel arbre coloré ?

Ou ressentez-vous la crainte du lendemain, la peur de ne pas avoir assez, le besoin de toujours accumuler pour "être sûr", la panique lorsque votre compte en banque descend un peu trop ?...

Dans le premier cas, vous êtes dans la "Conscience d'Abondance", et dans le second, la "Peur de Manquer"; Voyons un peu de quoi il retourne :)



Voyons deux approches qui mènent à la même constatation, l'Abondance est Partout !



La vision Permaculture de l'Abondance :

En permaculture comme dans toutes les spiritualités, il est dit que l'Abondance est partout. Est-ce vraisemblable ? Si elle est partout, pourquoi est-ce que tant de gens manquent de tout de par le monde ?

Elle est partout, oui, si l'on est connecté à la Nature. Or dans notre monde moderne, nous avons coupé le lien à la Nature, à l'Univers. Nous sommes devenus esclaves des égos, esclaves du pouvoir, et c'est ainsi que le monde souffre.

Pourtant il existe mille solutions, et la permaculture en est une : en créant le design d'un lieu (petit ou grand) en copiant la Nature, nous pouvons retrouver cette Abondance ; Au lieu de monocultures, si nous créons des écosystèmes riches en biodiversité, qui interagissent avec d'autres éléments pour créer une synergie, c'est gagné, l'Abondance est à la clé.

Cela demande beaucoup d'efforts et de cogitations au début, et après quelques années, le système devient autosuffisant et produit avec la générosité de la nature, tout ce dont nous avons besoin...

Idéal !? Peut-être... mais possible !

La vision Yogique de l'Abondance :

Il est un niyama (un des guides de conduite du yoga) qui s'appelle « Santosha » et qui signifie « Contentement » : l'art d'être satisfait en toute situation que la vie nous apporte qu'elle soit plaisante ou déplaisante, difficile ou facile, douloureuse ou agréable... car ainsi équipé, nous adoptons cette vision selon laquelle « *Tout évènement arrive aux fins de notre Evolution Spirituelle* ».

Lorsqu'on pratique réellement et sincèrement Santosh, particulièrement dans les épreuves (car c'est beaucoup plus difficile d'être en contentement dans ces moments-là, bien évidemment), l'on peut arriver à cette absolue certitude que « TOUT est BIEN ». Tout est Absolument Parfait, car cela Est.

C'est ce que j'essaie de cultiver en permanence dans ma vie ; quelle que soit la situation dans laquelle je me trouve, que je râle après les autobus remplis qui ne veulent pas me prendre ou sois déçue de l'attitude un avocat sans scrupule, ou que je sois ravie de la générosité de mes amis, ou du succès d'une conférence, je garde à tout instant cette conviction profonde : **Tout est Bien. Car Cela Est.**

J'Accepte la situation Présente pour ce qu'elle Est.

Point. Sans me poser de questions sur la suite.

Et le seul fait de ressentir dans toutes nos cellules que Tout est Bien, Tout est Parfait, OUVRE notre conscience à la Conscience d'Abondance.



Car cette Conscience de l'Abondance, fait écho à une autre notion qui réside dans le tréfonds de nos inconscients : **la Peur de Manquer.**

Résultat instinctif de nos épreuves ancestrales voire préhistoriques, la peur de manquer est ancrée en nous dans nos mémoires et se réveille à la moindre sollicitation.

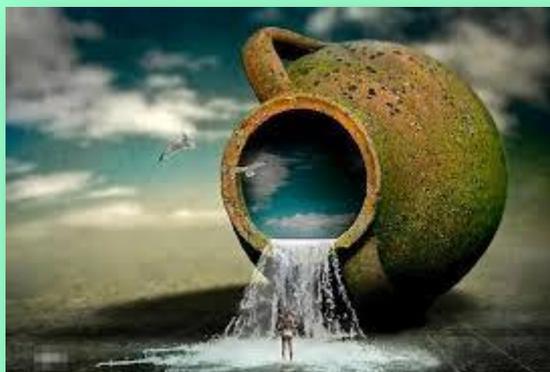
Que notre compte en banque descende au dessous de 1000 €uros et la panique s'installe. Pour certains ce sera au dessous de 50 000 €uros ! Nous n'avons pas tous le même seuil.

Que le frigo soit vide ? Panique ! Plus rien à manger ! Nous oublions que les placards sont remplis ainsi que le congèle, précaution prise guidée par justement la peur de manquer. Que des « étrangers » s'invitent à notre table ou dans notre pays, et panique ! Il faudra partager, je vais manquer de tout !... Que les bus refusent de me prendre et c'est fini, ma vie s'arrête ! Que l'avocat veuille voler mon terrain et c'est fini, je ne peux plus vivre... D'ailleurs vous avez noté que je n'ai pas exprimé ces simples faits de la même façon... Ma perception est devenue dramatiquement subjective et pessimiste, colorée par la peur... de manquer, de perdre, de me retrouver sans rien...

Alors la peur de manquer est la source de tous nos comportements conservateurs ; lorsqu'on thésaurise, accumule, stocke, garde, à l'excès, sans raison, juste pour nous et ... pour rien !

Juste pour se croire « en sécurité ».

Et là est le grand Paradoxe : car cette apparente sécurité que l'on croit fabriquer avec l'accumulation de tout, est en fait un vrai piège qui génère plus de peur ! Nous aurons peur de perdre ce que nous stockons, et surtout, *cette peur masque l'existence même de l'Abondance qui règne autour de nous.*



Au contraire, lorsqu'on applique Santosh, qu'on regarde autour de nous et en nous en se disant **« mais tout est Bien puisque cela Est »** la peur s'efface et... la *Véritable Sécurité* apparaît. Celle qui se loge dans le Cœur, dans la Confiance, dans la Prise de Conscience que l'ABONDANCE règne autour de nous et qu'il nous suffit d'ouvrir notre cœur et notre conscience pour la ressentir.

Exactement de la même façon que lorsque l'on crée le design d'un lieu en écoutant la Nature. Car tout est lié, notre Cœur est lié à la Nature, au Cosmos et la Conscience qui règne au delà de tout et qui englobe la Conscience d'Abondance. Et quel que soit le moyen que l'on utilise pour se relier à cette Source, alors l'on percevra l'Abondance. Et cette Abondance n'a pas de limite, elle touche tous les niveaux de notre être, des plus terrestres aux plus subtils...

C'est tout un travail intérieur. Ô combien libérateur. Car non seulement la Peur de manquer peu à peu disparaît (et si elle revient, pas de soucis, je l'accueille (je l'appelle Picsou) et lui explique et elle se calme car elle est Rassurée !) mais surtout, la Conscience, la Certitude de *Vivre Réellement dans l'Abondance* apparaît et s'affermi de jours en jours.

Et cette Conscience d'Abondance apporte avec elle une véritable Confiance dans la vie,

Une sensation ferme et forte d'être toujours et partout en Totale Sécurité.

Qu'y a-t-il de plus précieux ?

