

*La 3^o Vérité : « Le R – Relâcher les croyances limitantes et le désir de contrôler »
« Relâcher pour se laisser guider et Être pleinement le SOI »*

Je reste plus que jamais en **GRATITUDE** face à un univers qui s'embellit petit à petit tout autour de moi non pas par magie mais parce que ma **personnalité** change. Oui c'est ma **personnalité**, mon **ego** c'est-à-dire l'ensemble de mes qualités et défauts, toutes mes préférences, mes connaissances et surtout l'ensemble de mes **croyances** c'est-à-dire ma vision de la vie qui change consécutivement à de nouvelles attitudes et de nouvelles décisions que mon ego a prises. Grâce aux deux vérités précédentes, j'ai été invité à **offrir sans rien attendre en retour**, à **me parfaire**, à tendre vers quelque chose de mieux, de nouveau. Mon **ego** accueille donc ce **renouveau** en remerciant vivement le **SOI** pour toutes ces chances qu'IL lui donne de faire du bien autour de lui. Il en est très heureux et s'en réjouit pleinement car il sait que plus il développera une attitude de **GRATITUDE** accompagnée des **visualisations** et des **actions d'amour** quotidiennes et plus de nombreux & merveilleux événements se multiplieront offrant autant d'occasions de recevoir humblement l'**abondance**.

AINSI, MA PERSONNALITÉ EST EN GRATITUDE POUR CET ÉTAT DE FAIT ICI ET MAINTENANT.

Il faut savoir qu'habituellement, naturellement, mon **mental**, c'est-à-dire l'ensemble de mes pensées, est toujours là pour soutenir mon **ego** : il va toujours dans son sens, c'est-à-dire celui du repli sur soi, de la comparaison, des peurs, d'un vain désir d'être aimé ou d'une répétition sans fin des événements passés. En tant que **SOI**, je ne vais pas le laisser faire et c'est pour cette raison que depuis un mois déjà je reste au maximum dans la **GRATITUDE**, je multiplie quotidiennement des **actions d'amour** et je peaufine mes **intentions** dirigées vers un **BUT** précis, le **SOI**, la **GRANDEUR** que j'appelle de mes vœux. Donc, si je laisse faire mon **ego** et sa volonté de toujours être encore plus aimé, adulé et valorisé, j'abandonne de fait ma personnalité à toutes ces **croyances limitantes** qui n'ont plus lieu d'être et qui m'empêchent d'avancer en m'éloignant de mon **BUT** sacré. Je décide ainsi de réagir immédiatement en poussant mon ego, mon enfant, à écouter ses parents, c'est-à-dire le **SOI, CE QUE JE SUIS réellement**. Mais comment faire ? Par des actes quotidiens concrets où je vais développer mon amour plutôt que l'inverse et où mon ego sera obligé d'évoluer contre son gré. Donc voici, pour rappel, mes **trois grands axes** sacrés de travail :

- en premier lieu et en conscience, je suis en **GRATITUDE** face à tous ces cadeaux offerts par le **SOI** ;
- ensuite, j'accomplis de nombreux **actes d'amour** quotidiens tout autour de moi ;
- enfin, je continue de peaufiner régulièrement la rédaction d'**INTENTIONS** précises et audacieuses qui restent en accord avec le **BUT** sacré que je poursuis sans relâche.

AINSI, MA PERSONNALITÉ EST EN GRATITUDE POUR CET ÉTAT DE FAIT ICI ET MAINTENANT.

Au fil de mes expérimentations, j'ai rapidement réalisé sans surprises que mon **ego protégé par son mental** ne me laisse pas faire : mes visualisations peuvent être obscurcies, ma concentration peut être grandement diminuée en termes d'efficacité. En effet, sans que je le désire, des images du passé refont souvent et automatiquement surface. Il est alors souvent nécessaire de **demander à mon ego de se ressaisir**, de lui rappeler **en conscience** que **l'instant présent** peut être utilisé pour imaginer, créer du nouveau, de la beauté, de l'abondance sans ressasser ce qui est bel et bien révolu et qui se limite à un ensemble de **croyances** où les peurs et les doutes règnent en maîtres. D'où viennent ces **croyances limitantes** ? Elles résultent de mémoires d'événements, de conditionnements, d'éducation, de choix que mon ego veut revivre comme si elles étaient réelles et bien présentes pour que rien ne change. Mais désormais, ici et maintenant, **MOI**, en tant que **SOI, JE** demande à **mon ego de dépasser ces illusions**, de lui créer un autre futur bien plus abondant et joyeux. Comment ? En **compréhendant ce mécanisme naturel** de **croyances limitantes** pour, en conscience, les **RELÂCHER**, les dépasser et, in fine, s'en libérer.

AINSI, MA PERSONNALITÉ EST EN GRATITUDE POUR CET ÉTAT DE FAIT ICI ET MAINTENANT.

En analysant un peu plus profondément, il est facile de comprendre que ces **croyances limitantes** peuvent avoir un **double impact négatif** sur mon désir de **VIVRE** dans le **SOI**, dans la **GRANDEUR**. Non seulement elles m'empêchent de croire en mon **BUT** sacré, mais surtout, elles reviennent très souvent au fil du temps dans mon mental. Comment ? Sous forme de **questions** sans fin qui vont envahir mes pensées et qui ne feront que semer le doute. Que dois-je faire ? Comment réussir ? Quelle voie emprunter ? Etc. Si je laisse faire mon ego, ces questions

se multiplieront sans fin ! Je dois donc apprendre à le diligenter pour qu'il s'en **détache complètement**. Comment ? En faisant **confiance en mon BUT**, au **résultat attendu** sous peine de miner tous les efforts déjà entrepris. Donc ici, l'attitude juste consiste simplement en tant qu'ego, à **rester à l'écoute des opportunités** mais dans la **confiance totale** de **CELUI QUI EST** et qui sait, c'est-à-dire le **SOI**, celui que **JE SUIS** et qui me les mettra **TOUJOURS** sur mon chemin. Je ne dois donc absolument pas **m'occuper des moyens à mettre en œuvre**. Ma personnalité doit **relâcher** toute emprise sur les événements à venir qui s'imposent à moi car ils seront forcément justes et pour les choix à opérer dans la matière, je me **laisserai guider** en tant qu'ego par ses connexions, ressentis et toutes les synchronicités perçues çà et là et dans mes méditations quotidiennes. Certes des moments de tâtonnements sont à prévoir mais, comme il a déjà été expliqué, tout cela est normal, **tout est juste** et un nécessaire **lâcher-prise** est de mise à partir du moment où **seul le SOI** trace la route.

AINSI, MA PERSONNALITÉ EST EN GRATITUDE POUR CET ÉTAT DE FAIT ICI ET MAINTENANT.

Synthétiquement, voici maintenant donc les **différentes étapes que je dois suivre** pour que mes intentions se concrétisent réellement dans la matière dans les délais impartis en fonction des efforts fournis :

- **1^{er} point** : j'ai totalement assimilé les **mécanismes automatiques de protection** que mon ego a mis en place depuis très longtemps dans lesquels son mental joue un rôle crucial pour se référer systématiquement au passé c'est-à-dire ne pas vouloir évoluer et **se sentir aimer** coûte que coûte. J'ai donc compris que, dans ce sens, il va falloir obligatoirement **diligenter mes pensées** uniquement vers le **BUT** sacré envisagé en faisant fi de tout ce qui a été et qui, de ce fait, est définitivement révolu ;
- **2^e point** : je relis très fréquemment mes intentions et je les visualise le plus souvent possible car je sais que c'est grâce à ce **BUT** que je trouve la motivation pour me transcender et induire tous les changements souhaités dans mon attitude, dans mon caractère tant au niveau de mes pensées, de mes actes que de mes paroles. Seul ce **BUT** est créateur de l'énergie nécessaire à tous les changements que le **SOI** réclame légitimement de son ego comme un parent désire que son enfant progresse ;
- **3^e point** : le **SOI** doit très régulièrement contrôler les pensées créatrices de son ego car c'est **LUI et LUI seul** qui est aux manettes tout en sachant que l'ego n'est qu'un **simple « outil » obéissant**, censé faire en sorte que les intentions émises soient scrupuleusement respectées : il ne doit donc pas rester « libre » de faire ce qu'il veut et notamment de retourner vers des situations passées en jugeant, comparant ou en émettant des pensées négatives aptes à tout faire retarder ou capoter ;
- **4^e et dernier point** : il est primordial à ce stade, une fois que tout est en place et semble bien rodé, de **se détacher du résultat** pour laisser la magie du **SOI** opérer sans interférer. Il faut bien entendu répondre aux sollicitations claires et évidentes qui vont dans le sens de ce qui est demandé en n'ayant que la cible en point de mire, l'objectif recherché, rien de plus. Il ne faut rien forcer car la vie recèle de possibilités dont l'ego n'a aucune idée ! Le **détachement ciblé** est de mise ici dans une **confiance totale** sinon l'inquiétude, les craintes et les doutes venant d'un mental chargé apparaîtront, annulant du même coup l'énergie positive accumulée. Comme l'a justement dit un grand avatar cosmique, **Sathya Sai Baba**, « **ce qui est important ce n'est pas l'action mais le renoncement à l'action** » : il faut donc faire ses choix, agir en conséquence puis se détacher complètement de tout ce qui me sera offert, ce sera forcément positif même si je ne le comprends pas ! L'univers ainsi obtenu sera parfait car **JE l'ai créé** ! Ainsi, une fois les ordres donnés, j'attends les réponses **en toute confiance**, avec foi et sans crainte.

AINSI, MA PERSONNALITÉ EST EN GRATITUDE POUR CET ÉTAT DE FAIT ICI ET MAINTENANT.

Pour finir, je garde à l'esprit en tant que **SOI** que laisser son ego diriger les opérations sans le diligenter entraînera forcément des pensées, actes ou paroles regrettables car tournées vers **l'unique espoir d'être aimé** envers et contre tout. Apparaîtra alors malheureusement une attitude où les jugements, la négativité, les peurs feront la loi guidé par un **ego avide d'être le maître**. À contrario, je décide, à chaque instant, de **contrôler mon état mental** sachant quel est son processus mais aussi sachant **QUI** est réellement aux commandes. Je reste donc **TOUJOURS POSITIF, heureux des situations vécues par le passé** car persuadé qu'elles le sont pour le mieux dans le cadre de **l'évolution de mon ego**. Je continue dans ce sens de **peaufiner mon intention** et mon rituel habituel les **14 prochains jours** heureux et je tiens mes promesses en étant joyeux et reconnaissant des résultats obtenus.

AINSI, MA PERSONNALITÉ EST EN GRATITUDE POUR CET ÉTAT DE FAIT ICI ET MAINTENANT QU'IL EN SOIT AINSI et IL L'EST.