

"Ton monde extérieur reflète l'état de ton monde intérieur. En contrôlant ce que tu penses et ta façon de réagir aux événements, tu commences à contrôler ton destin".

Robin Sharma



Prédestinés ou acteurs de notre destin ?

Les deux sans aucun doute. Je vais y revenir, mais avant... **Notre été propice aux émerveillements** est fini. Admirer le bleu d'un ciel immaculé comme les formes incroyables des nuages, et vagabonder par la pensée. Laisser le son des vagues et du vent nourrir notre rêverie créatrice. Sentir la terre, le sable, l'herbe sous nos pieds et nous émouvoir. Savourer la quiétude de quartiers habituellement envahis par le bruit, le monde, et sourire. **Sentir la fierté de nos accomplissements.** Gardons cela présent !

Et, **le quotidien reprend ses droits.** Le travail, les contraintes, les obligations, notre rendez-vous mensuel ici, nos introspections que j'espère constructives. Alors revenons à cette proposition de réflexion....même si la notion de contrôle, énoncée ci-dessus, celui de nos pensées, de nos actions, de notre destin, n'est pas la plus adéquate pour moi.... Je lui préfère celle des prises de conscience et de la réflexion, suivies de la mise en acte des décisions prises, conformes à nos objectifs. Cette forme de questionnement et **cette souplesse de mouvement intérieur** me semblent plus riches, moins culpabilisateurs, plus créateurs de soi. C'est aussi l'émergence de notre responsabilité entre choix et renoncements, pertes et chagrins, injustice aussi parfois. Et, **c'est le prix de notre part de liberté.**



Un peu de curiosité ... voyons la définition du mot Destin : « *Sort spécial réservé à un être humain ou à une chose, conditionné par un fait inéluctable, notamment par sa nature propre. Puis « Existence d'un être humain, favorisée ou non par les événements extérieurs, et pouvant être modifiée par sa propre volonté.* » Bien.. notre destin est le fruit d'évènements marquants inéluctables, de notre nature, d'une part, et modelé par notre vécu d'autre part. Nous pouvons donc agir et muter notre vision des choses comme nos réactions, et œuvrer à nous transformer. Conscience et choix, efforts répétés et constants, volonté, ténacité, sont parties prenantes de ces évolutions intérieures. **L'espoir est là,** d'un « à venir » possible, plus conforme à nos souhaits profonds.

Notre réalité est. Nous pouvons la subir, nous en plaindre, nous y lover entre désespoir et rage. **Notre prédestination est une part de nous,** liée à notre famille, notre lieu et pays de naissance, notre enfance, les évènements subis, les conditionnements inscrits en nous comme des vérités, notre histoire de vie et notre Histoire Trans-générationnelle.

- Ce que nos ancêtres ont subi, vécu, défini comme règles de vie, en réponse à leur parcours, avec la conviction que cela était la meilleure façon de faire et d'Être, nous a formaté. Or, l'environnement a évolué, le monde s'est transformé, les codes et attentes, les moyens et les possibles ne sont plus les mêmes. Ce qui, tant que nous sommes fidèles à **ces Lois familiales,** rend certains de nos comportements décalés, inadéquats, génère le mal-être et, les « faux-self ».
- Le poids de **nos « missions »** nous entrave. Et ce aussi longtemps que nous n'agissons pas pour nous désentraver. Nos répétitions comportementales nous font perdre l'espoir, et la **force de nous différencier pour exister.**
- Les obstacles, les échecs, les blessures, subis ou infligés, ont conditionné nos réactions, nos émotions, nos à priori sur nous-même et sur les autres. **Nos croyances, parfois installées comme des certitudes,** sont-elles des généralités, des évitements de l'affirmation de soi et des oppositions nécessaires? Ou sont-elles ajustées à notre réalité d'aujourd'hui, à qui nous sommes, uniques et capables de décider de ce qui nous construira ?

Ce chemin commence par une intention, un objectif, l'énoncé de notre désir. Ce premier pas, qui va entraîner le mouvement, et nous faire aller vers ... Notre route sera soumise aux contraintes, certaines ne seront pas négociables, c'est vrai. Mais nous avons le pouvoir de **chercher la troisième voie,** celle qui se rapprochera au mieux de qui nous voulons être. Il nous revient de trouver comment mettre de l'harmonie dans notre vie, avec et malgré ce qui est. Cherchons notre cohérence intérieure pour trouver ainsi une douce homéostasie, donner forme à nos projets et être en relation avec justesse et bienveillance. **Sculptons pas à pas notre destin, à notre mesure !** **MC**

