



LES ATELIERS DU MIEUX VIVRE

69 avenue des Lilas - Résidence « Le Parc des Lilas » - 64000 PAU



LA PENSÉE DU MOIS

Le Désir : Le temps est venu de ne plus chercher à l'extérieur ce qui peut vous rendre heureux. Regardez en vous-même !

Une célèbre histoire soufie raconte qu'un monarque remarqua un jour un mendiant posté sur le trajet de sa promenade matinale.

- Que veux-tu ? lui demanda-t-il ?

- Tu me poses cette question comme si tu étais en mesure de me satisfaire, répondit le mendiant.

Blessé dans sa vanité, le roi rétorqua :

- Bien sûr que je peux combler tes désirs ! Que veux-tu ? Parle !

Le mendiant l'avertit :

- Réfléchis à deux fois avant de promettre quoi que ce soit.

- Je suis riche et puissant, que pourrais-tu demander que je sois incapable de te donner ?

- C'est simple, fit le mendiant, remplis mon bol.

Le roi fit appeler ses vizirs et leur ordonna de remplir le bol de pièces d'or. Quelle ne fut leur surprise en constatant que les pièces disparaissaient en tombant dans le récipient ! La nouvelle que le roi ne parvenait pas à remplir le bol d'un mendiant se répandit comme une trainée de poudre. Le roi s'en inquiéta et dit à ses vizirs :

- Même si cela me coûte mon royaume, je ne puis accepter d'être ridiculisé par ce va-nu-pieds.

On versa des perles dans le bol, des émeraudes et tout ce qu'on put trouver de précieux dans le trésor royal. Mais le récipient restait vide. Le soir venu, une foule silencieuse s'était rassemblée devant le palais pour connaître l'issue de l'affaire. Le roi sentit soudain toute velléité de suprématie le quitter. Il se prosterna devant le mendiant et dit :

- tu as gagné, je le reconnais. Mais dis-moi, de quoi ce bol magique est-il fait ?

- C'est un crâne humain, répondit le mendiant, il est fait de pensées, de désirs, c'est là son secret.

COMPRENDRE CELA TRANSFORME VOTRE VIE. Observez attentivement un désir. Quel est son mécanisme ?

Tout d'abord survient une excitation, une exaltation, la sensation que quelque chose de nouveau va survenir dans votre vie.

Puis l'évènement a lieu : vous achetez la voiture ou le yacht, vous vous installez dans la maison que vous convoitiez, vous vous rendez au rendez-vous amoureux tant attendu. Quelques temps plus tard, l'euphorie a disparu. Que s'est-il passé ? **Votre**

mental se désintéresse très vite de ce qu'il a conquis. L'excitation venait de la poursuite, l'ivresse du désir vous a fait oublier la sensation de vide qui vous ronge intérieurement. Quand l'objet de vos rêves est en votre possession, la voiture

devant votre porte, l'argent placé en banque, la nouvelle conquête dans votre lit, cela ne vous stimule plus. Le vertige secret réapparaît et il vous faut un autre désir pour échapper à l'angoisse. **C'est ainsi que l'homme court d'un mirage à l'autre et devient un mendiant.** Mille fois, la vie vous a appris que les désirs n'apportent que déception. Le but atteint réveille

votre état de manque et la frustration vous lance à la poursuite d'un nouveau leurre. Le jour où vous comprendrez que le désir mène toujours à l'échec marquera le tournant de votre vie. La vraie aventure aura commencé, elle est

intérieure. Plongez en vous-même, rentrez chez vous.