

*Journal totalement libre et indépendant*

*But : Tout proposer sans rien imposer !*

*Devises : Tout dire, tout voir, tout entendre !*

*Ecouter, Aimer, Partager !*



*Ecouter*



*Aimer*



*Partager*

Dessins réalisés par Gaston Meï, calligraphe enlumineur

## Jeunesse éternelle et optimisme, la voie du coeur!

**J'aurai pu écrire la jeunesse éternelle est l'optimisme!**

L'optimisme fait partie de la même famille que l'humanisme, le vitalisme, l'hygiénisme. L'optimisme n'est pas un état d'être mais notre nature profonde. On n'a pas à le devenir on l'est! C'est réintégrer la confiance en la vie qui nous pousse à germer et à grandir, c'est "l'engrais" vers la lumière, vers notre être solaire rayonnant et riant. Pour vous donner quelques exemples c'est faire pousser des salades dans des terres arides ou dans le désert, c'est épouser la vie dans ses élans les plus fous, c'est réintégrer la voie de son âme, la voie du coeur dans son intégrité et sa pureté. C'est guérir ce qui est incurable, c'est faire confiance en notre force vitale qui nous accompagne depuis notre naissance et qui se renouvelle chaque jour, c'est aimer l'autre sans compter et sans la peur du lendemain avec la joie pétillante et la paix du coeur!

Les artistes donnent sans compter, un sculpteur transforme la matière brute en donnant des milliers de coups avec précision, un ferronnier, un peintre, un menuisier... rendent beau et vivant ce qui semble inerte. La musique et la danse font vibrer le monde, les musiciens comme les danseurs ont le soleil dans le coeur, c'est ça

la jeunesse éternelle c'est donner le meilleur de soi-même dans cet éclat de vie. On s'émerveille devant un nouveau né comme devant un artiste parce qu'ils entretiennent la vie en nous.

L'optimisme, c'est retrouver son âme d'enfant. Les enfants aiment jouer et vivent sans limites, ce qui les anime c'est la joie et ils vivent l'instant présent.

Tous les êtres vivants sur Terre partagent le même sort: naître - croître et mourir. L'être humain s'est senti limité dans le temps et s'est posé la question de l'éternité.

La voie matérialiste propose de profiter, de consommer, de chercher le remède miracle à l'extérieur pour prolonger sa vie.

La voie spiritualiste est le rappel de Soi, la connexion à notre centre, à notre Esprit qui nous permet d'évoluer dans l'expansion de conscience où plus rien n'est séparé. La vie naît de la mort et la mort n'est pas une fin mais une transformation, un terreau fécond pour renaître. Avec l'esprit spiritualiste, le chemin de vie n'est pas linéaire, il n'y a pas de début ni de fin, tout est cycle, tout est recyclé.

*"Rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme"* Lavoisier

La jeunesse éternelle c'est retrouver sa véritable dimension, ses dimensions dans l'espace où tout est source d'amour et de bien-être. L'oubli de Soi crée la souffrance, la maladie, la douleur physique et psychique. Plus on est limité, plus on est frustré. L'illimité a le goût de la jeunesse éternelle, de la joie d'enfant, de l'amour ancré et sacré. Quand on est heureux ou amoureux on est dans cet espace illimité et le bonheur nous comble de beauté, de santé, de félicité, d'éternité c'est là notre état originel.

Le yoga est une voie qui ouvre à notre multi dimensionnalité.

Voici un extrait du livre d'Arlette Loquin "Initiation au yoga"

*"Issu de la tradition indienne, le yoga établit les bases d'un voyage vers soi, passant par l'exploration de tout ce qui existe dans la diversité des formes. Imiter la nature, c'est la base de cette éducation menant à comprendre par le vécu tout ce qui vit, et reliée à la profondeur présente en chaque être, par le fil ininterrompu de la respiration consciente. C'est grâce à la respiration que, dans chaque imitation, l'homme est mené jusqu'au point d'origine, qui contient l'essence commune de vie. Il raccorde le fil de ses expériences à celui de sa propre profondeur. Ainsi, il peut relier sa vie à celle du monde en transformation; il devient le maillon d'une chaîne ininterrompue, libéré de la notion de temps."*

Je pratique le yoga depuis 5 ans et à chaque cours je ressens cet espace illimité où mon corps se détend, retrouve sa souplesse et sa jeunesse et surtout sa connexion à toutes ses dimensions.

Il y a juste 10 ans dans le numéro 12 de "Feuilles de Bambou", j'écrivais:

*"Etre Vivant dans toutes ses dimensions: Beauté - Athléticité - Santé - Sexualité - Spiritualité c'est ouvrir son coeur comme on déploie ses bras pour aimer, c'est enraciner ses pieds à la Terre pour trouver son équilibre, c'est écouter sa conscience pour se relier à l'Univers. ETRE TOUT en UN!"*

Etre ce petit TOUT à l'image du grand TOUT c'est pour moi le secret de la jeunesse éternelle.

Hermès Trismégiste qui veut dire 3 fois grand nous rappelle que tout ce qui est en bas est comme tout ce qui est en haut et tout ce qui est en haut est comme tout ce qui est en bas. Les mondes visibles et invisibles sont liés et reliés comme la vie et la mort par les lois universelles et éternelles.

La souffrance, cette mal aimée puisqu'elle nous fait tant mal quand elle s'invite serait-elle la clé qui ouvre toutes les portes de la conscience?

Beaucoup de témoignages de grands philosophes ou de grands sages à travers les siècles ont subi les pires épreuves, bien sûr on pense à Jésus Christ.

Dans notre incarnation utiliser la souffrance comme une clé, un message d'éveil semble sage pour mourir sans souffrir!

Je ne dis pas que la souffrance est la clé du bonheur, mais juste quand elle se présente l'utiliser pour ne pas s'enfermer dans cet espace limité comme dans un bocal.

Perdre son enfant, perdre son conjoint, les séparations, les divorces, les jeux de manipulation, la perversion narcissique, la maladie...sont des épreuves extrêmement douloureuses. Comment avancer sans sombrer dans la tristesse, l'épuisement, le désespoir, la culpabilité, la "ruminant mentale" en gardant la seule vision de ne pas pouvoir s'en sortir. J'ai vécu 29ans1/2, un cycle de Saturne avec la souffrance ininterrompue due aux jeux de manipulation et jusqu'à la séparation dans mes relations successives aux hommes que j'ai aimés avec passion. Je n'ai jamais connu la souffrance physique ou peu, mais la souffrance du coeur s'est installée trop longtemps sans que je puisse tout comprendre pour m'en libérer. Alors je témoigne de mon expérience qui se veut salvatrice à tous ceux et celles qui se sentent piégés dans une histoire d'amour virtuelle où la seule réalité est la souffrance . J'ai toujours vu chez l'homme l'image de la protection, de la confiance, de la force et avec cette image j'ai donné à l'homme le pouvoir de jouer avec ma fragilité. Sans mettre d'échelle de valeur, j'ai toujours vu la femme plus fragile, plus sensible, plus réceptive. En fait "les victimes" s'offrent, les manipulateurs ont le pouvoir qu'on leur donne et ils sont eux-mêmes manipulés par les forces obscures. Ils se mettent tellement eux-mêmes en victimes et leur séduction est si puissante qu'on leur pardonne tout, qu'on les aime sans limite pour les sauver...mais jusqu'où? Certaines personnes en proie vont jusqu'au suicide, d'autres tombent malades et dépérissent à petit feu. Je parle en connaissance de cause mais aussi pour avoir partagé avec d'autres personnes qui ont le même vécu et le même discours que moi. Ces jeux de manipulation sont indomptables et insupportables à vivre. C'est le monde du pouvoir sournois et de la séduction extrême où le manipulateur très intelligent se nourrit de la souffrance de l'autre comme un vampire. Il choisit qu'une seule proie à la fois. Il est charmant et attirant avec sa famille, ses amis pour le plaisir de plaire, il est aussi très doué dans son travail, mais il préfère rester dans le monde opaque de la matière car le monde spirituel est trop transparent. Pourquoi sa victime est-elle si attachée à son tyran car il maintient sa proie par la dépendance à la sexualité, à l'argent, à tous les besoins matériels pour la tenir, pas trop près et pas trop loin non plus. Il n'offre ni écoute, ni sorties sauf si ça le sert à lui-même. Il vous fera des cadeaux volumineux ou visibles au public pour parfaire son image. Il vous rendra jaloux des milliers de fois car il aime toutes les femmes même sans aller à l'acte sexuel, il vous dira que vous êtes "mieux que rien" et vous montrera du doigt celle qui désire. Il reste fidèle à son infidélité et à son pouvoir. Il a toujours besoin d'être flatté et admiré. Aussi dès que la femme est amoureuse, il ne peut plus jouer le jeu de la séduction, la séduction est entretenue par la résistance ou les difficultés comme les femmes mariées. Pourquoi les victimes ont tant de mal à échapper car le manipulateur joue avec mille ficelles invisibles et surtout entretient son image brillante aux yeux des autres pour anéantir encore plus sa victime pour montrer que c'est elle la seule responsable de cette histoire destructrice et toxique. Il joue à ce jeu par saccades pour laisser respirer sa proie car si elle meurt il n'y a plus de jeu, il exerce sa tyrannie en tête à tête pour ne pas être surpris, vous humilier il adore ça, les mots humiliants sont une source intarissable pour lui. Il ne se remet jamais en question, il a toujours raison, il ne fait jamais ce qu'il dit pour brouiller les pistes et laisser planer le doute. Si sa victime le révèle il hurle sa colère, fuit à toute vitesse et il redoublera ses jeux pour vous anéantir car il faut toujours qu'il soit le gagnant dans l'histoire. Si vous n'acceptez pas de rentrer dans son jeu, il vous

abandonnera comme un rat mort sans sentiment et il vous dira à mots calfeutrés qu'il vous aime et que vous êtes sa meilleure amie, ainsi il a toute la puissance, la liberté et appuiera là où ça fait mal pour vous en s'affichant sous vos yeux avec sa nouvelle compagne. J'ai espéré toutes les secondes de ma respiration un lien harmonieux heureux et amoureux dans ma relation de couple mais espérer seul (e) est vain, alors qu' à 2 tout est réalisable. Quand on vit avec un manipulateur ou pervers narcissique c'est comme si on vivait seul, il n'est jamais là pour célébrer la joie de vivre, il est toujours fatigué!!! Quand on a pris conscience que tout ça n'est qu'un jeu, que de l'illusion, qu'un déguisement, on patiente et on espère encore et encore car on voudrait que les masques tombent pour vivre le meilleur. On ne peut pas libérer l'autre, la seule façon de se libérer, c'est de ne plus dépendre de l'autre et surtout ne plus jamais se retourner ou garder un lien amical car c'est laisser la porte ouverte à d'autres jeux où il est complètement irresponsable puisqu'il agit en toute légalité mais sans respect, sous les commandes de l'ego.

Malgré ce parcours, je garde la foi, la confiance et l'optimisme en la vie saine dans le corps et l'esprit et l'amour vrai!

## Oui tout est possible pour conserver sa jeunesse éternelle et l'optimisme, la voie du coeur!

Je remercie toutes les expériences qui ont été placées sur mon chemin, ce que je n'ai pas pu réaliser dans le monde visible, je le remets au Grand Esprit!

Le travail dans l'invisible existe! La voie chamanique, relie l'invisible au visible. La sagesse, voie de la transparence nous invite à réintégrer avec fermeté, détermination, conviction, confiance et optimisme l'accès à la conscience pour s'offrir à l'Amour et au Renouveau dans la Paix inébranlable!



A gauche le visage quand on choisit de rester coincé dans son bocal ou prison mentale où on s'auto empoisonne.

Au centre l'autre visage quand on choisit de sortir du bocal, on est beau et rayonnant comme un soleil, c'est la voie

de l'équilibre, de l'harmonie et de l'amour inconditionnel.

Je vous souhaite à l'approche de la nouvelle lune, un nouvel engagement, de nouvelles intentions pour avancer dans la dignité, la santé et l'unité.

"L'Homme de Vitruve" de Léonard de Vinci illustre la beauté dans l'unité!

De tout coeur avec vous sur le chemin de la transparence, de la lumière, de la conscience, de l'amour et de la réconciliation.

Danièle Azout

Mai 2019

[www.goutsauvage.com](http://www.goutsauvage.com)

