



Journal totalement libre et indépendant

But : Tout proposer sans rien imposer !onté

Devises : Tout dire, tout voir, tout entendre !

Ecouter, Aimer, Partager !



Ecouter



Aimer



Partager

Dessins réalisés par Gaston Meï, calligraphe enlumineur

B&B

Pourquoi B&B? "*Bed and Breakfast*???"... on y pense, surtout l'été, mais non ce n'est pas une publicité pour ma chambre d'hôte mais une invitation à la

Bonté & Bienveillance

Ce serait un beau slogan publicitaire pour la télévision ou à la une des journaux! Bonté et Bienveillance c'est à mon ressenti la fusion du masculin et du féminin en nous. La bonté représente le masculin dans sa verticalité, sa générosité, sa force. La bienveillance est plus féminine, protectrice, douce et enveloppante.

La conscience humaine, notre propre nature, n'a pas d'autres voies que bonté et bienveillance. M&M, la méchanceté et la malveillance sont des distorsions et des déviations de l'être humain. Oui il existe des actes méchants et malveillants qui nous font tant souffrir mais la vraie nature humaine est bonne et bienveillante. Si toute l'humanité était bonne et bienveillante la vie serait en paix comme un lac. Mais la vie a ses vagues qui ne veulent pas nous noyer mais nous faire plonger dans la profondeur pour trouver la paix. Que serait la Lumière sans les Ténèbres? L'ombre est comme un fond d'écran, un décor, un support, un tremplin d'évolution alors que la Lumière c'est elle la "star" celle qui illumine, éclaire, celle qui anime le vivant! La Lumière guide et l'ombre suit, ce n'est pas l'ombre qui mène. A chaque fois que l'ombre passe en avant c'est comme si on éteignait la lumière pour vivre dans le noir et cultiver la souffrance. Ne pas voir l'ombre pour la lumière. L'ombre n'est pas ce qui anime le monde, seule la

lumière éclaire, illumine, développe. Cultiver des pensées lumineuses est la voie de la bonté et de la bienveillance. L'expression "*Mettre en lumière*" veut bien dire mettre en valeur, montrer la clarté et la transparence. Garder des idées sombres et à l'ombre, en secret, cachées mène souvent à des actes malveillants (vengeance, jalousie, violence, vol, viol, abus...). Tout n'est pas tout noir ou tout blanc. L'équilibre et la justesse nous ramènent à l'alignement pour ne pas se perdre dans les extrêmes, comme le pendule qui trouve l'équilibre après avoir expérimenté les 2 côtés.

L'astrologie m'a toujours aidée à mieux comprendre et à mieux accepter la différence de l'autre sans rester coincé dans nos prédominances astrales. J'ai observé les vertus de chaque signe.

- ✓ Le *Bélier* est l'action, l'autre extrême est la réaction. L'action juste est celle qui mène et qui éclaire la voie sans utiliser la réaction, la réaction a la place d'observateur (qu'est-ce qui me fait réagir? Prendre du recul et laisser aller, c'est le message pour un Bélier). Etre toujours en réaction freine l'action constructrice. Réagir permet de prendre conscience que nous ne sommes pas seul et l'autre est là pour nous faire grandir dans la bonté et la bienveillance. Juste une observation, avoir le Soleil dans le signe ne suffit pas pour avoir le profil du signe. Les 2 luminaires sont aussi importants l'un que l'autre, l'aspect masculin (Soleil) et l'aspect féminin (La Lune), celui ou celle qui a le Soleil ou la Lune en Bélier par exemple se reconnaîtra aussi dans le signe du Bélier. Toutes les planètes ont leur importance et un amas planétaire dans un signe donne aussi le profil du signe.
- ✓ Le *Taureau* est endurant, c'est sa force primaire, sa lumière. L'opposé est l'entêtement, encore une fois voir que nous ne sommes pas seul et comme nous sommes tous une partie de l'humanité, ainsi le Taureau devient la force tranquille unifiée en résonance à toute l'humanité.
- ✓ Le *Gémeaux* aime la fluidité dans tous les espaces, les relations sont faciles, aisées et légères, il sait communiquer par la parole. Ses amis sont nombreux, mais trop d'élan le disperse et l'agite. La lumière de ce signe est la fluidité, l'ombre la dispersion.
- ✓ Le *Cancer* agit avec douceur, son monde est l'intériorité et trop de candeur entraîne la crainte d'avancer, il avance comme le crabe.
- ✓ Le *Lion* aime rayonner comme un soleil, on l'admire par sa puissance et sa beauté. L'extrême opposé est le pouvoir, l'ego surdimensionné.
- ✓ La *Vierge* comme son nom l'indique est la pureté, son opposé est le perfectionnisme.
- ✓ La *Balance* aime l'harmonie, l'amour, la paix. Quand la Balance ne trouve pas son équilibre, c'est la séduction avec les jeux de domination.
- ✓ Le *Scorpion*, son domaine est la profondeur, la spiritualité, le goût des extrêmes, son côté passionné et passionnel peut aussi aller jusqu'à piquer. Une piqûre de scorpion brûle en profondeur!
- ✓ Le *Sagittaire*, homme sage et humaniste ouvert au monde et aux grands espaces, son côté globe trotter le mène parfois à la fuite.
- ✓ Le *Capricorne* aime la hauteur, les sommets himalayens, sa vertu est l'évolution, la grandeur d'âme mais trop de grandeur le mène à l'ambition.
- ✓ Le *Verseau* est l'ouverture aux autres et au monde avec l'esprit avant gardiste, donner sans se perdre tel est son défi pour ne pas aller jusqu'à l'oubli de Soi dans la rébellion.
- ✓ Le *Poisson* baigne dans l'écoute et la compassion, sa générosité est sans limite, aussi son extrême bonté va jusqu'au sacrifice de soi.

Nous sommes un peu de tous les signes, chacun avec nos prédominances, l'essentiel est de retrouver notre centre, notre équilibre, notre alignement, notre intégrité et notre rigueur pour ne pas s'éloigner de qui nous

sommes et rayonner la bonté et la bienveillance qui est en chacun de nous, être humain et sain!

Bonté & Bienveillance ne sont pas des valeurs utopistes mais réalistes.

Etre bon et bienveillant envers soi-même, respecter notre santé originelle. La maladie n'est pas l'état naturel. Prendre soin de son corps, de son alimentation la plus proche de la nature, la moins transformée possible, celle qui ne vient pas de l'industrie et la plus spécifique à notre nature. Fruits et légumes sont des aliments paradisiaques pour notre tube digestif. Les frites et les pâtes accompagnés le plus souvent d'animaux innocents passés à la casserole, peut-on encore parler de bonté et de bienveillance? Oui on reconnaît en moi la militante depuis 45 pour le végétarisme et végétalisme. La torture animale avec les abattoirs ne révèle pas notre humanité. Pas de jugement, pas de culpabilité, juste une observation consciente. La maladie et le carnivorisme sanglant de nos sociétés de consommation et de consommation ont été trop longtemps expérimentés. La santé et l'alimentation vivante et végétalienne ont toute leur place dans le nouveau monde d'amour et de conscience.

Qu'est-ce que chacun de nous décide d'offrir à soi-même et au monde au quotidien? Juste un geste, permettre un moment de bien-être, de détente, dans le milieu affectif, professionnel, familial... se réveiller de bonne humeur, arriver au travail avec le sourire, un mot doux à son entourage, un compliment à un inconnu, une caresse à son chat, rire aux éclats avec ses enfants, semer des graines, croquer des fruits,... faire ce qui est bon pour soi sans nuire à l'autre, à la Terre, à l'Univers!

Un geste de bonté et de bienveillance multiplié par 7 milliards d'êtres humains et multiplié par 365 jours, ça fait des milliards d'intentions positives et chaleureuses!

Depuis que j'ai ouvert mon B&B (Bed and Breakfast) avec bonté et bienveillance (j'essaie de faire de mon mieux et j'apprends chaque jour), j'ai rencontré des personnes de tous pays (Danemark, Brésil, Hollande, Allemagne, USA, Russie, Espagne, Italie, France). Chaque personne est unique et différente, mais ce qui nous lie et nous rassemble c'est la bonté et la bienveillance. Ce qui nous éloigne, nous sépare ce n'est pas la langue mais l'incompréhension et la fermeture du cœur. L'expression "bien s'entendre" signifie bien se comprendre pas besoin de mots, mais juste un sourire, un geste, une attitude, un regard, un merci, l'envie de faire plaisir.

Qu'est-ce que je décide:

- l'action juste ou la réaction?
- l'endurance ou l'entêtement?
- la fluidité ou la dispersion?
- la douceur ou la crainte?
- la puissance ou le pouvoir?
- la pureté ou le perfectionnisme?
- l'harmonie ou la séduction?
- la spiritualité ou l'agressivité?
- la sagesse ou la fuite?

Quand on ajoute l'action juste à l'endurance, à la fluidité, à la douceur, à la puissance, à la pureté, à l'harmonie, à la spiritualité et à la sagesse. Je suppose qu'on doit se sentir à l'aise et confortable avec soi-même et avec l'autre pour s'offrir et partager l'espace de liberté, de joie profonde, de créativité, d'unité et d'amour infini!

La réaction, l'entêtement, la dispersion, la crainte, le pouvoir, le perfectionnisme, la séduction, l'agressivité, la fuite, oui ça existe, juste les observer sans leur donner de la puissance en entrant en conflit avec ces comportements qui sont juste là pour élever la conscience au delà des murs, des séparations, des jugements, des blessures, des mémoires ancrées du passé.

Bien sûr on ne construit pas un être humain avec des calculs, des constructions mentales. Seule la voie (voix) du coeur sait, nous guide, nous enseigne, nous réconcilie, nous ouvre à la paix, la joie et à l'amour universel et inconditionnel.

Aujourd'hui ce qui m'amène à vous écrire tout ce que je viens de vous dire ci-dessus, c'est mon chemin personnel, ma petite voix qui me dit :

"Lâche ton passé, tes mémoires, tes ruminations mentales, ton vouloir, tes décisions, tes choix, libère-toi, renaît à qui tu es dans l'authenticité de ton être unifié et relié au grand Tout!"

La nouvelle conscience, le nouveau monde c'est l'ancrage au présent par la libération du passé. Se purger du passé comme on purge notre intestin encombré pour se sentir léger et joyeux! Les purges mentales sont le silence, la quiétude qui font place à l'acceptation de tout ce qui est.

Soyez doux et aimant avec vous-mêmes et partager l'amour pour qu'il se multiplie. Mes amis me font remarquer que je donne toujours des compliments. Il n'y a pas un seul jour que je n'offre pas de compliments, rien n'est compté ni prémédité, c'est spontané chez moi, je ne peux pas les retenir. Un proverbe dit: *"Un compliment est un jour de printemps"*. Un compliment spontané c'est touchant, c'est réjouissant, ça fait du bien dans l'instant pour celui qui le dit et celui qui le reçoit et on s'en souvient!



Merci à la Bonté et à la Bienveillance de s'être invitées pour partager ce moment avec vous. Ci-dessous une photo d'une fleur de camélia qui nous offre ses rondeurs et sa douceur pour caresser notre coeur.

Merci à vous pour votre écoute, votre réceptivité, votre beauté! Que l'amour vous comble chaque jour!

De tout coeur avec vous sur le chemin de la Vie et du Vivant!
Avec bonté et bienveillance pour chacun de vous!

Danièle Azout Malinalli
juillet 2019
www.goutsauvage.com