



# Rester proche de sa « Source »

---

## Pourquoi cet outil ?

J'expérimente de plus en plus souvent d'autres chemins que celui de la « **pure volonté de réussir** » pour créer des nouvelles pistes dans ma Vie. Et le chemin qui me semble offrir le plus de possibilités de réaliser des choses vraiment nouvelles consiste à m'abandonner un peu plus au pouvoir de l'Esprit qui crée tout (appelez-le comme vous voulez : puissance supérieure, Vie, Dieu, etc. ; je fais donc l'hypothèse qu'une telle force existe 😊).

## En quoi consiste-t-il ?

Je vous propose de nourrir tous les jours, sous la forme qui vous convient, le maximum de visages que cette force possède parmi la liste que je vous livre ci-après (tirée du livre audio 'le pouvoir de l'intention' de Dr Wayne W. Dyer).

1. Le visage de la **créativité** : cette créativité qui donne la Vie à tout dans un environnement adéquat ; pour moi, l'importance de cette force est qu'elle co-crée automatiquement ce sur quoi je dirige mon attention. Je m'applique donc à être *attentif à ma focalisation* pour utiliser cette force à mon avantage.
2. Le visage de la **bonté** : dans son essence pure, la force créatrice est bienveillante. Je peux souvent *choisir* d'être bon et bienveillant envers les autres et moi-même dans mes journées.
3. Le visage de l'**amour** : la force qui nous met au monde ne souhaite que le développement de notre potentiel propre et nous aime inconditionnellement (elle ne nous juge jamais). Pour moi, un moyen simple de faire vivre cette force en moi est d'*aimer ce que je suis et ce que je fais*.
4. Le visage de la **beauté** : qui est toujours présente même si on ne la voit pas. Nourrir cette qualité peut se faire en choisissant de voir le beau côté des choses, en étant capable de *voir la beauté dans tout ce qui m'entoure*.
5. Le visage de l'**expansion** : pour élargir et développer tous les aspects de ma Vie.
6. Le visage de l'**abondance illimitée** : par nature, la Vie se développe à l'infini (on se sait pas jusqu'où). Je peux nourrir ce visage en *partageant* toutes *les richesses* que j'ai reçues, en étant attentif à toutes les pensées limitantes qui m'habitent et qui, par nature, vont à l'encontre de ce visage.
7. Le visage de la **réceptivité** : qui consiste, pour moi, à reconnaître tout ce que je reçois et à le *recevoir en conscience et en gratitude*.

L'exercice peut consister ici à prendre conscience tous les soirs, en récapitulant sa journée, des moments où j'ai nourri ces différents visages. Et pour les moments où j'ai été éloigné de ces qualités, à définir comment je pourrais alimenter cette force dans des situations similaires qui ne manqueront pas de se reproduire. Je trouve personnellement que le fait de consigner ces réflexions dans un journal donne beaucoup plus de force à la démarche.



Un autre regard  
Jean-Pierre Rey  
078/801.16.99  
jpr@un-autre-regard.ch  
www.un-autre-regard.ch

### **A qui s'adresse-t-il ?**

A toute personne qui éprouve de la difficulté à créer sa Vie de manière satisfaisante pour elle.

### **Quel(s) prérequis ?**

Aucune connaissance nécessaire. Juste se donner le cadeau d'un peu de temps et d'attention.

Une bonne détermination pour pratiquer cet exercice durant un mois est un avantage 😊.

**Bon chemin !**