

La patience, une force de la Vie



par Sophie Riehl

La patience, dans sa définition, est l'aptitude à ne pas s'énerver des difficultés, à supporter les défaillances et les erreurs. C'est la qualité de quelqu'un qui s'est attendre avec calme et persévérer, faire preuve de constance vers l'atteinte de ses objectifs.

Or, nous ne savons pas attendre, simplement nous laisser bercer par le rythme de la vie, car nous avons été totalement désynchronisés de celui-ci. Notre éducation nous a décalé, avec sa routine, ses horaires fixes quelques soient les saisons, ses obligations. Dans notre enfance, notre âme n'a

pas été suffisamment stimulée, ainsi que les désirs de notre cœur. Notre sensibilité a aussi été oubliée. Vous le savez bien, notre innocence naturelle a fini par être recouverte de conditionnements, de jeux de rôles conditionnés par le regard extérieur.

Si l'on observe la nature, le rythme des saisons, tout vient à temps, dans l'élan de la vie, du moment que l'homme n'a pas essayé de changer cela bien sûr.

Nous sommes conditionnés à vouloir toujours plus, toujours plus vite, reflet d'une société de consommation qui croit que l'avoir comble l'être, que l'indice du bonheur est aligné sur celui de la croissance économique. Tout cela est faux mais même si nous en avons conscience sur le chemin de notre éveil, nous sommes formatés dans cette direction d'avoir l'impression de devoir attraper quelque chose pour être mieux. Nous ne savons plus nous poser, faire preuve de cette patience qui nous connecte à la Sagesse de la Vie

Dans cette course à l'avoir et aux moyens de compensation, la frustration et l'impatience vont ensemble. Il est temps aujourd'hui de nous donner la permission de nous poser pour prendre conscience que ce que nous cherchons se trouve déjà à l'intérieur de nous. D'ailleurs, les événements mondiaux nous y invitent (ou nous y obligent suivant notre point de vue).

Le travail sur soi amène au retournement de la conscience, cela veut bien dire que nous fonctionnons à l'inverse les lois vibratoire de la vie, nous déconnectant de la qualité de la Patience.

Et nous vivons aussi beaucoup d'insécurité car nous avons été éduqués dans la conscience du manque. Nous avons oublié la sensation de la véritable complétude. En fait, nous croyons que nous sommes incomplets, ce qui est faux. Il s'agit de nous rappeler que tout est contenu dans notre divinité.

La véritable guérison est la reconnexion avec notre identité

divine.

Conscientisons que celle-ci est immuable, éternelle, inaltérable. C'est Tout ce qui Est, littéralement. La retrouver nous demande le courage de nous poser, d'aller dans l'honnêteté intérieure et nous libérer de nos souffrances et nos croyances limitantes. C'est un investissement affectif profond : réapprendre à nous aimer, à nous respecter, à nous considérer, à nous satisfaire d'être nous. Ainsi progressivement, l'alignement au rythme universel reviendra.

Et quels sont les freins à la Patience ?

- La déconnexion du rythme de la vie... Ralentissons !
- Les insatisfactions issues d'une croyance de bonheur extérieur... Posons-nous !
- Les profondes insécurités que nous avons... Nourrissons-nous de reconnaissance !
- Un manque de reliance et de connexion intérieure dans la difficulté à écouter et recevoir... Laissons-nous aimer !

La patience est une force car elle nous permet d'accepter le rythme naturel de la vie, de lâcher les exigences pour accueillir ce qui est là, de nous connecter à la sagesse de la vie qui nous enseigne que nous n'avons rien à attendre, tout est déjà là, en nous. Elle nous invite à l'intériorité pour être dans la justesse et vibrer la paix véritable. Elle nous offre la tranquillité intérieure, l'acceptation d'être nous, tout simplement, et d'en être content.

Réinstaller la patience en soi est donc un véritable travail intérieur, être à nouveau tel qu'on doit être, de façon naturelle. Et c'est une qualité à acquérir de façon incontournable en ces temps d'ascension.

Ainsi, le fonctionnement intérieur à acquérir pour revenir dans l'attitude juste et vibrer la patience divine est celui-ci :

- Revenir dans l'écoute de notre rythme intérieur et retrouver l'éloge de la lenteur qui amène la profondeur
- Apprendre à nous poser pour faire un petit bilan de nos objectifs – sont-ils reliés à l'être ou nous agitons-nous pour essayer d'obtenir quelque chose d'extérieur qui nous aidera à nous sentir mieux ? Ce qui veut dire, cherchons-nous à compenser un manque quelconque ? Dans ce cas nous serons toujours dans un sentiment de vide et l'impatience de combler celui-ci.
- Faire de deuil que le faire peut combler l'être, la Vie fonctionne dans l'autre sens...
- Sortir des exigences qui entretiennent la frustration et les obligations : je dois, il faut que...
- Soigner nos insécurités : vivre la certitude que nous sommes aimés tels que nous sommes, que tout est déjà disponible, quitter les croyances de manque
- Savoir nous poser et nous écouter... Combien fonctionnent à l'extérieur d'eux-mêmes pour éviter de se rencontrer ?
- Quitter les peurs d'être.

La patience est reliée à l'acceptation : de ce qui Est, que tout est déjà et disponible, l'acceptation de nous-même aussi « je suis bien tel que je suis ».

Prenez maintenant le temps de lire ce paragraphe lentement, en ressentant la situation (vous pouvez aussi l'enregistrer pour bénéficier de l'audio) :

« Je suis bien, satisfait d'être moi, je me pose, je me relie et je me sens connecté, aimé (sans effort). Tout va bien. J'accueille ce qui Est, j'aime ma Vie et je ressens avec certitude que je suis totalement aimé tel que Je Suis. Je renonce à chercher quelque chose à l'extérieur de moi, car je sais que c'est illusoire. Je trouve donc la Paix véritable et dans cette détente, je ressens le rythme de la Vie et je me synchronise dessus. Je me sens inspiré et je m'ouvre à la Sagesse cosmique, j'incarne la Patience, la tranquillité de l'être qui est dans l'assurance que la Vie est Juste et

Complète. Ainsi le Divin m'enseigne ce qui doit être et je ressens que tout vient en son temps, dans un mouvement d'amour, de justesse, de grâce et de complétude. Tout est bien. »

Lorsque nous nous réalignons au rythme de la vie, nous réintégrons le mouvement cosmique, nous ressentons la danse de la Vie pour vivre l'expansion dans la protection divine et l'Amour de la Source.

Sophie Riehl