



# BERARDINO NARDELLA

## Désirs

Pourquoi nos rêves  
ne se réalisent pas et  
comment faire en  
sorte qu'ils  
deviennent réalité

Берардино Нарделла

**Désirs**

«Tektime S.r.l.s.»



**Нарделла Б.**

Désirs / Б. Нарделла — «Tektime S.r.l.s.»,

ISBN 978-8-87-304631-8

ISBN 978-8-87-304631-8

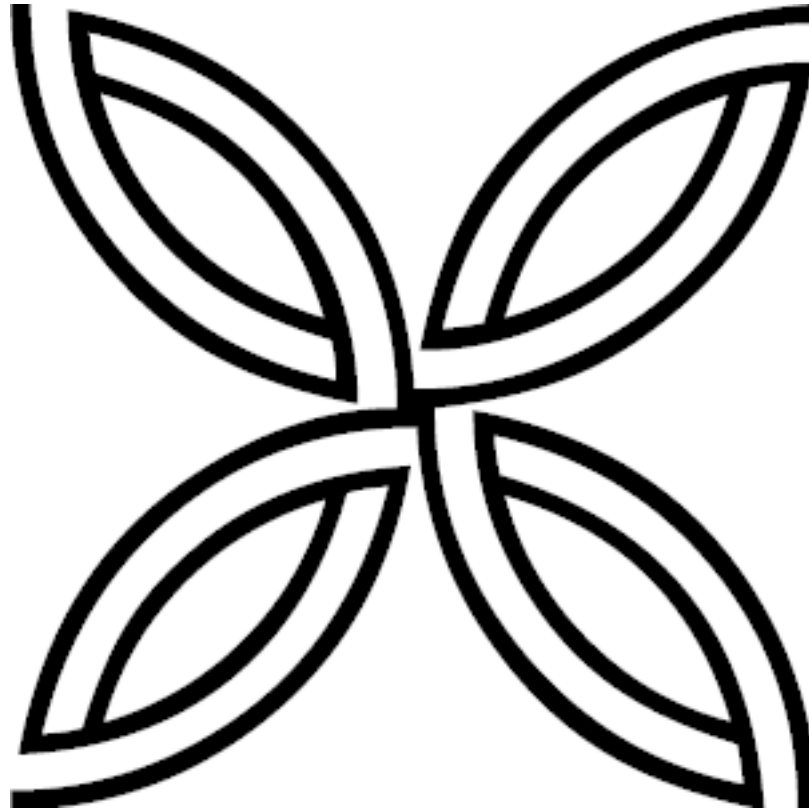
© Нарделла Б.  
© Tektime S.r.l.s.

## Содержание

Berardino Nardella	6
CrÃ©dits	7
Table des matiÃ¨res	8
QUE REPRÃSENTE CE LIVRE ?	9
PremiÃ¨re partie	11
LE DÃSIR, ÃLÃMENT MOTEUR DE L'EXISTENCE	12
CARPE DIEM	16
FOI OU ATTENTE CONFIANTE	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21



## Berardino Nardella



### DÃ©sirs

Lâ€™auteur ne donne pas de consultation mÃ©dicale et ne prescrit pas, directement ou indirectement, de traitement pour problÃ©mes physiques, mÃ©dicaux ou psychologiques sans lâ€™avis autorisÃ© dâ€™un professionnel de santÃ©.

Son intention est dâ€™offrir des informations gÃ©nÃ©rales portant sur le bien-Ãªtre personnel physique, affectif et mental.

Vous pouvez utiliser les informations contenues dans ce livre, ce qui est votre droit, mais lâ€™auteur dÃ©cline toute responsabilitÃ© relative aux consÃ©quences de vos actes.

Illustration de couverture : "Ship of dreams" de Thomas Budach

Relecture et corrections par Marianna Rossi

Traduit par Lariustrans (<https://www.proz.com/profile/2299102>).

## CrÃ©dits

Je tiens avant tout Ã remercier les lecteurs, sans lesquels Ã©crire n'aurait aucun sens. Je remercie Ã©galement l'univers, avec toutes ses crÃ©atures et ses merveilles. Un grand merci Ã mes deux premiers lecteurs : Marianna Rossi, critique passionnÃ©e de ma prose, et Andrea Arciello, grand ami d'enfance.

Ma vision est celle d'un monde oÃ¹ chacun mÃªne en paix une existence heureuse, dans lequel chacun puisse se rÃ©aliser et rÃ©aliser ses rÃªves, dans lequel chacun soit en mesure d'exprimer l'unitÃ© de son Ãªtre et contribuer Ã la beautÃ© de la crÃ©ation. Ma mission est d'y croire, celle d'essayer. Berardino Nardella

## Table des matières

CrÃ©dits

QUE REPRÃ#SENTE CE LIVRE ?

PremiÃ¨re partie Pourquoi nos dÃ©sirs ne se rÃ©alisent-ils pas ?

LE DÃ#SIR, Ã#LÃ#MENT MOTEUR DE LÃ##EXISTENCE

CARPE DIEM

FOI OU ATTENTE CONFIANTE

CONVINCTIONS AUTO-LIMITANTES

CONCENTRATION ET ATTITUDES MENTALES

PATIENCE ET PERSÃ#VÃ#RANCE

LÃ##AMOUR DE SOI

SONT-CE LES MIENS OU APPARTIENNENT-ILS Ã# DÃ##AUTRES ?

EST-CE QUE JE LE VEUX RÃ#ELLEMENT ?

JE PEUX LE FAIRE ?

JE LE FERAI, OU LA TERGIVERSATION

LES MYSTÃ#RES DE LÃ##INCONNU

LÃ##Ã#CHEC

Ã#TATS DÃ##Ã#ME, OU SAVOIR EN RIRE

DeuxiÃ¨me partie Comment parvenir Ã# rÃ©aliser nos dÃ©sirs ?

CONSCIENTS - CONSCIENCE

JOURNAL DE BORD

JOURNAL DES INTENTIONS

AUTO-SUGGESTION(S)

LA TECHNIQUE DES QUESTIONS

EN GUISE DE CONCLUSION

BIBLIOGRAPHIE



## QUE REPRÉSENTE CE LIVRE ?

La mer enchante, la mer tue, peut étonner, effraie, fait même rire, disparaît parfois, se déguise en lac, ou bien construit des tempêtes, elle dévore des navires, offre ses richesses, ne fournit pas de réponse, est sage, douce et puissante, imprévisible.

Mais par dessus tout, la mer nous appelle. Alessandro Baricco

Le but de ce livre est de parvenir à donner les ressources nécessaires au développement des capacités latentes, enfouies au tréfonds de chaque être humain. Chacun d'entre nous sommes en mesure de réussir ce qu'il ambitionne, de réaliser tous ses desirs, d'obtenir ce que les autres ont obtenu. Dès lors, comment se fait-il que certains réussissent là où d'autres échouent ? Pourquoi ne parvient-on pas à obtenir ce que l'on désire ? Tel est le sujet de ce livre: il analyse nos attitudes bloquent notre pleine et entière réalisation, il fournit des outils utiles pour organiser notre existence et l'orienter vers l'accomplissement de nos espérances. Notre vie est comparable à un voilier qui sillonne les mers. Nous sommes le commandant de ce navire et, avant toute chose, nous devons choisir une destination. En fonction de nos desirs, nous pourrions faire le choix de naviguer sur telle et telle mer, d'explorer de nouveaux territoires, de rechercher des trésors cachés en des lieux inaccessibles, d'essayer de dépasser les limites du monde connu et nos propres limites, de visiter des lieux exotiques, de faire le tour du monde.

Mais sans direction précise, sans réellement savoir où aller, nous partirions sans but ni réel enthousiasme; a contrario fixer un but nous donne l'accomplissement et l'ambition d'y parvenir, le bonheur d'approcher de la destination, enfin nous procure de la joie pendant toute la durée du voyage.

Fondamentalement il nous faut comprendre que nous sommes le commandant de ce navire: c'est nous qui vivons notre existence, donc nous devons obligatoirement le diriger vers le but précis.

Si nous en abandonnons le commandement à d'autres, nous ne serons plus en mesure de le gouverner ni de rejoindre les rivages que nous nous étions promis d'aborder.

Si nous laissons quelqu'un d'autre prendre le commandement, notre voilier naviguera sur des mers que d'autres auront choisies pour nous et nous ne saurons pas si ce voyage pourra nous apporter joie et bonheur, satisfaction et réalisation de nous-même. Par dessus tout, nous ne serons pas en mesure de corriger le cap de ce navire dont nous n'aurons pas le commandement, de rectifier sa route lorsque nous verrons des obstacles capables de nous faire échouer ou de détruire notre bateau -tels que récifs ou icebergs-. Nous ne pourrions pas éviter l'orage qui se profile à l'horizon: inévitablement nous y serons entraînés; inutile d'essayer de nous abriter pendant la tempête, nous serons le jouet des éléments déchaînés, du sort que nous réservera la mer. Naturellement il y aura toujours des tempêtes même quand nous maîtriserons notre voilier; en tout état de cause nous pourrions les éviter ou les affronter de la meilleure des manières, en carguant la voile et en lançant une ancre flottante à la mer. Chaque tempête enrichira notre expérience et, à condition d'en tirer les enseignements utiles, nous serons mieux armés pour la prochaine. Ce ne seront ni les tempêtes, ni les vents contraires ou l'adversité qui ralentiront le commandant si ses objectifs sont fermes, si le but qu'il s'est choisi lui tient à cœur et fait partie intégrante de son existence: tôt ou tard il atteindra sa destination. Et lorsque que nous serons arrivés? Inévitablement ce sera une grande source de joie et de satisfaction.

Mais nâ##importe quel loup de mer ne saurait sâ##en contenter et, tÃ´t ou tard, son navire lâ##vera lâ##ancre pour explorer de nouvelles mers, dÃ©couvrir des terres Ã©mergÃ©es de nulle part, rechercher de nouveaux trÃ©sors, atteindre de nouveaux rivages.

Telle est lâ##existence: un voyage Ã la perpÃ©tuelle recherche de nous-mÃªmes et de ce que nous pouvons faire, une source inÃ©puisable dâ##opportunitÃ©s et de dÃ©couvertes. Nous sommes les commandants qui naviguons sur ces eaux qui reprÃ©sentent le monde, la vie, notre existence et celle des autres.

Nous le faisons avec ce navire qui reprÃ©sente lâ##ensemble de notre Ã¢tre, de tout notre corps.

Il est donc important de sâ##en occuper, de faire en sorte quâ##il soit en Ã©tat de naviguer et nâ##embarque point lâ##eau - chose extrÃªmement dangereuse en pleine mer qui pourrait nous empÃªcher de rejoindre les terres promises-.

Une derniÃ¨re piÃ¨ce manque Ã cette image mÃ©taphorique de lâ##existence: notre esprit, rÃ©plÃ© par lâ##Ã©quipage. Par esprit on entend ici lâ##inconscient, les neuf dixiÃ¨mes des fonctions cÃ©rÃ©brales dont nous ne sommes pas conscients.

Ces fonctions sâ##occupent de lâ##Ã¢tre vivant, Ã commencer par la survie laquelle prÃ©side Ã nos fonctions vitales, et aboutissent Ã cet ensemble quâ##on appelle le caractÃ¨re, câ##est-Ã -dire la somme de nos expÃ©riences vÃ©cues (et imaginÃ©es) qui sont enregistrÃ©es dans notre inconscient.

Lâ##Ã©quipage est fondamental sur un navire car le capitaine, seul, ne pourrait rÃ©ussir dans son entreprise. Bien au contraire, le fait de disposer dâ##un groupe dâ##hommes robustes et fidÃ¨les rendra la navigation plus svelte et lâ##entreprise deviendra possible. Que faire dâ##un tel Ã©quipage chacun nâ##en faisait quâ##Ã sa tÃ¢te ?

Si les tÃ©ches nâ##Ã©taient pas clairement distribuÃ©es ?

Si sÃ©vissait lâ##anarchie ou si couvait une mutinerie ?

Notre vaisseau redeviendrait ingouvernable et les flots lâ##entraÃªneraient Ã la dÃ©rive. Dâ##oÃ¹ lâ##importance de disposer dâ##un Ã©quipage sous les ordres du commandant: quâ##il soit instruit sur ce quâ##il doit faire, entraÃªnerÃ©, rendu efficace grÃ¢ce Ã un travail assidu et Ã lâ##expÃ©rience accumulÃ©e. Comme vous le savez le gouvernail doit Ã¢tre tenu en permanence car lâ##onde tend Ã le faire osciller et Ã dÃ©vier le navire de sa route; il faut quelquâ##un qui observe le cap indiquÃ© par la boussole et qui le corrige Ã tout instant.

Le capitaine pourrait le faire mais pas pendant lâ##intÃ©gralitÃ© du voyage.

Si nous avons bien entraÃªnÃ©s nos hommes nous pourrions, en tant que commandant, passer des nuits tranquilles parce que nous leur ferons confiance, leur aide nous sera acquise, car notre volontÃ© sera Ã©galement partagÃ©e par eux. ArrivÃ©s Ã ce point et quoi quâ##il advienne Ã lâ##extÃ©rieur, nous pourrions nous reposer sur notre monde intÃ©rieur, Ã la fois guide et assistance: nous pourrions faire confiance Ã notre fidÃ¨le Ã©quipage. Câ##est le but du prÃ©sent ouvrage: nous faire assumer le rÃ©le auquel nous sommes destinÃ©s, celui du commandant, prenant soin de son embarcation, la menant oÃ¹ bon lui semble, entraÃªnant et dirigeant lâ##Ã©quipage afin quâ##il le soutienne pendant la traversÃ©e. Lorsquâ##on assume une telle responsabilitÃ©, rien ne nous interdira dâ##ambitionner, de chercher, de vouloir, dâ##Ã¢tre ce que nous souhaitons Ã¢tre, quâ##il sâ##agisse dâ##un pirate romantique, dâ##un aventurier ou dâ##un explorateur de lâ##inconnu. Quand on sâ##aperÃ§oit que le voyage a dÃ©jÃ commencÃ© mais quâ##il nâ##est jamais trop tard pour redresser la barre, Ã ce moment-lÃ dÃ©butera rÃ©ellement lâ##aventure. Finalement il ne tient quâ##Ã nous de la vivre et, une fois Ã©tabli le cap, le but sera Ã notre portÃ©e, les terres que lâ##on sâ##Ã©tait promis de visiter nous tendront les bras. Enfin peut-Ã¢tre entrerons-nous un jour dans la lÃ©gende, dans la galerie des personnages mythiques; reconnu comme prÃ©curseur, nous dÃ©couvrirons dâ##autres continents dont nul avant nous nâ##avait envisagÃ© lâ##existence. Bon voyage capitaine, bonne fortune dans votre route et que la mer vous soit favorable!

**Première partie**  
**Pourquoi nos désirs ne se réalisent-ils pas ?**

## LE DÉSIR, L'ÉLÉMENT MOTEUR DE L'EXISTENCE

Nous aussi sommes constitués du matériau des rêves ;  
l'espace et le temps d'un rêve contiennent notre brève existence.

William Shakespeare

Le désir est l'authentique force que nous utilisons tout au long de notre existence.

À la notre naissance nous venons au monde totalement aveugles : nous sommes des âtres qui ne se rendent compte ni d'eux-mêmes ni de l'univers environnant.

Les tout premiers temps de notre existence sont dominés par l'instinct de survie, comme n'importe quelle forme de vie sur la planète -minéraux compris qui, quoique privés de ce qu'on nomme la vie au sens biologique du terme, sont dans une sorte de compétition pour se gagner une place dans l'univers, à l'intérieur de l'existence-.

Même parmi nos cellules et au niveau des atomes -quoique nous soyons un ensemble complexe dont ils ne peuvent se détacher- une sorte d'instinct de conservation non conscient est bien présent.

Le nouveau-né se préoccupe instinctivement de sa survie : il est au niveau zéro de la pyramide de Maslow -cette pyramide créée pour représenter la hiérarchie des besoins humains en matière de réalisation personnelle-.

Cette échelle représente la réalisation de l'individu et, pour parvenir au sommet, donc à son entier accomplissement, il faut commencer par le premier échelon, le plus élémentaire et nécessaire, avant de parvenir au sommet.

À la base de la pyramide se trouvent les besoins physiologiques (faim, soif, sommeil) ; ensuite vient le besoin de sécurité et de protection ; au troisième niveau le besoin d'appartenance et d'amour (affection des autres) ; au quatrième les besoins d'estime (confiance et respect de soi, reconnaissance et appréciation des autres) ; le dernier niveau est l'accomplissement de soi.

Afin d'être satisfait, chaque besoin a besoin d'une énergie particulière qu'on appelle désir.

Sans désirs l'être humain ne parviendra jamais à la réalisation de soi ni à une position de prestige.

S'il ne le désire pas il ne pourra même pas fonder une famille et être entouré d'affection, il ne pourra pas se sentir en sécurité.

En fait, en ce qui concerne la survie, les désirs sont automatiques, inconscients, et sont ainsi faits que l'individu souhaite vivre avant toute chose.

Songez aux actes sexuels : la nature a bien fait les choses et ces actes procurent à tous ceux qui les pratiquent des sensations et des plaisirs tellement forts qu'on ne puisse s'en passer, ceci étant biologique au renouvellement de l'espèce.

Revenons à notre nouveau-né : à un certain point, dans la masse d'informations qu'il reçoit et qui lui fournit peu à peu une représentation du monde extérieur, donc de lui-même, apparaît ce qu'on nomme la personnalité, cet identifiant qui caractérise telle personne de façon univoque et non-répétitive.

Qu'est-ce qui, à ce moment, ressort de la personnalité au travers du jeu, la manière de s'exprimer du bébé selon le contexte dans lequel il se trouve ? Comment va-t-il affronter son existence ?

Grâce au désir.

Le désir naît comme élément moteur de l'existence des individus, intentionnellement, et il se manifeste tout au long de la vie.

Donc chacun de mes dÃ©sirs est une intention et je dÃ©sire tout au long de mon existence.

Ceci peut paraÃ®tre Ã©trange mais il en va effectivement ainsi : nous sommes habituÃ©s Ã percevoir nos dÃ©sirs comme quelque chose de qui nous dÃ©passe, dÃ©irÃ©alisable, dÃ©inaccessible ou pour lesquels nous aurons Ã faire des sacrifices. Alors quÃ©en rÃ©alitÃ© notre existence est ponctuÃ©e de dÃ©sirs, grands ou modestes : comme le dÃ©sir de paraÃ®tre, dÃ©Ã©tre, de sembler, dÃ©obtenir, dÃ©agir, dÃ©essayer, de chercher, de croire, de savoir, de vouloir, de possÃ©der, de pouvoir...

Ceci est clairement perceptible chez les enfants : il suffit de les observer pendant leurs jeux pour noter combien sont envahissants leurs perpÃ©tuels dÃ©sirs ; l'adulte au contraire, bien que tout ceci n'ait pas disparu, s'efforce de masquer, du moins en partie, son monde des dÃ©sirs, ne dÃ©voilant que ce qu'il estime convenable ou rÃ©alisable selon les circonstances et les personnes prÃ©sentes.

Le dÃ©sir peut Ã©tre dÃ©fini comme l'Ã©lÃ©ment moteur qui pousse tout notre Ã©tre dans diffÃ©rentes directions, directions fixÃ©es par nous en fonction de nos dÃ©sirs.

Le dÃ©sir pousse Ã l'action, il provoque les comportements, tant le dÃ©sir que son opposÃ©, c'est-Ã©dire le souhait qu'il inverse quelque chose ne se produise pas.

Il est toujours question de dÃ©sir, dÃ©fini en nÃ©gatif puisqu'il s'agit de quelque chose que nous ne souhaitons voir survenir ; ce qui nous conduit parfois Ã des situations en vue de l'accomplissement d'une non-rÃ©alisation !

Ceci peut sembler Ã©trange quoiqu'il advienne assez frÃ©quemment : le fait de focaliser nos pensÃ©es sur ce que nous ne voudrions pas qu'il nous arrivÃ©t, de les ruminer, conduit notre subconscient Ã nous prendre au sÃ©rieux parce qu'il se limite Ã exÃ©cutter nos directives sans les juger *a priori*. Rappelez-vous de la mÃ©taphore de l'Ã©quipage : il ne discute pas les ordres du commandant et se contente de les exÃ©cutter.

D'oÃ¹ l'importance de donner des directives prÃ©cises, un sujet qu'on abordera plus avant.

L'origine de toutes nos actions se trouve le dÃ©sir et si celui-ci n'existait pas, nous n'agirions pas tout bonnement. De lÃ©coule le concept que tous les dÃ©sirs ne nous poussent pas Ã agir, mais seulement celui ou ceux de plus grande intensitÃ©.

Concernant l'intensitÃ© du dÃ©sir, on peut se poser la question suivante : si notre vie est autant et continuellement empreinte de dÃ©sirs, qu'est-ce qui concourt Ã faire en sorte que nos dÃ©sirs, du plus simple au plus compliquÃ©, se concrÃ©tisent effectivement, deviennent rÃ©alitÃ©, notre rÃ©alitÃ© ?

On peut dire qu'en gros il faut gravir trois degrÃ©s en vue de l'accomplissement du dÃ©sir : l'intensitÃ© du dÃ©sir est le premier ; l'attente confiante en sa rÃ©alisation est le second ; le troisiÃ©me est la volontÃ© incessante et persistante orientÃ©e vers le dÃ©sir lui-mÃ©me.

La base d'un dÃ©sir se trouve l'intensitÃ© qui l'accompagne et, plus le dÃ©sir est d'une rÃ©alisation difficile, et d'autant croÃ®t l'intensitÃ© et notre envie qu'il se concrÃ©tise, qu'il se matÃ©rialise dans la rÃ©alitÃ©.

L'intensitÃ© du dÃ©sir est comme la mise Ã feu de la mÃ©che qui fera exploser nos potentialitÃ©s, Ã©lÃ©ment nÃ©cessaire sans lequel nous aurions une bombe potentielle mais sans amorce.

Cette intensitÃ© dÃ©terminera jusqu'Ã quel point nous ambitionnons ce dÃ©sir ; les dÃ©sirs qui naissent comme des caprices Ã un instant donnÃ© puis disparaissent avant de laisser place Ã d'autres caprices ne pourront jamais s'accomplir, n'ayant pas l'intensitÃ© nÃ©cessaire qui favoriserait leur rÃ©alisation.

C'est par l'intensitÃ© du dÃ©sir que nous luttons pour qu'il se rÃ©alise car c'est ainsi que cette intensitÃ© est vÃ©cue : une bataille pour conquÃ©rir ce Ã quoi nous aspirons.

Toutefois un tel d'emploiement d'nergie ne suffit pas et, au contraire, il s'affaiblit si nous manquons d'éléments de second degré indispensables à sa réalisation : il faut attendre que notre désir se réalise, tôt ou tard, et ne pas abandonner la lutte au premier choc ou lors d'un premier échec.

L'attente est un passage nécessaire et obligé.

Songez au projet de construction d'une maison : le désir naît de l'envie de posséder une habitation adaptée selon certains critères. Lorsque ce point est acquis la maison ne devient pas réelle comme par miracle ; au contraire il y a les délais de réalisation et au cours du chantier peuvent survenir des changements inopinés dans le projet ou des imprévus qui vont altérer le projet initial, prolongeant d'autant l'attente.

Mais tout ces contretemps ne feront pas d'ordre le constructeur qui, au final, obtiendra ce qu'il s'était fixé.

Quelque soit le désir, soit qu'il implique d'être et d'agir d'une certaine façon, soit qu'il pousse à rechercher autre chose dans l'univers environnant, l'attitude pertinente est de croire que le désir s'accomplira tôt ou tard, et cela tant que nous le voudrions.

Exprimé différemment, je ne pourrai jamais rien obtenir si je n'attends pas quelque chose et si je ne dirige pas mon monde intérieur vers le désir, vers un but précis à attendre.

Tout ce qui vient d'être écrit peut paraître malentendu parce qu'il serait facile d'objecter que, en voulant devenir riche je me retrouverai devant une impasse semblable à ce qu'annoncé le proverbe : qui vit d'espoir meurt de désir.

Ici nous ne parlons pas toutefois d'espérer mais d'attendre avec confiance : je sais que je l'obtiendrai parce que mon désir est intense et ma volonté est constamment tournée vers sa réalisation. Ce qui peut également s'annoncer ainsi : un désir naît, devient prépondérant au milieu de mes pensées, se transforme en attente confiante parmi mes sentiments ; enfin ma volonté pousse à sa réalisation au travers de mes actions.

Ceci est plus qu'une simple spéculación intellectuelle ; si nous regardons autour de nous, et quoi qu'on en dise ou quel que soit le résultat obtenu, le désir a forcément emprunté ce chemin.

Rien de tout ce qui existe n'aurait pu être si un désir n'en avait d'écoté la naissance, initialement au seul niveau mental.

Toute idée naît du désir : Archimède dans sa baignoire, au moment où l'intuition lui traversa l'esprit et qu'il s'écria *euréka* ( *j'ai trouvé* ! ), avait le désir de couvrir cette chose ; autrement l'idée n'aurait fait qu'effleurer son esprit et, n'ayant pas trouvé de terrain approprié à la recevoir, s'en serait allée.

La confiance en soi est la meilleure qualité que chacun d'entre nous puisse posséder en propre, c'est l'ingrédient nécessaire pour réussir, en sus de l'espoir optimiste, le tout n'étant pas suivi aveuglément mais passé au crible de la raison.

Sans optimisme, sans confiance en soi, sans espoir, notre énergie s'éteint, nous cessons de lutter, nous jetons l'éponge.

Nous arrivons au troisième degré nécessaire, celui de la volonté, axée en permanence sur la réalisation

La volonté est une immense force à notre disposition qui littéralement nous permet de faire tressaillir le monde.

Cette dernière est très puissante et elle est illimitée en termes de disponibilité et capacité. Ce qui signifie que lorsqu'on veut quelque chose, initialement on la désire, puis on dirige instamment sa volonté sur l'objet du désir ; enfin la chose, tôt ou tard, advient par la force des choses après une attente confiante. Ceci parce qu'elle sera passée par toutes les étapes indispensables.



Toutefois la volonté a besoin de quelque chose qui l'aiguillonne : ce quelque chose n'est autre que l'ardeur du désir ; ainsi se conclut et recommencera de nouveau le cycle.

On n'échappe pas à cette règle : lorsqu'elle est appliquée on obtient toujours le résultat escompté. L'inverse, c'est-à-dire si on ne souhaite pas que quelque chose advienne, s'agissant d'un désir constamment présent à notre esprit lequel est transformé en attente confiante dans le fait que nous ne souhaitons pas que la chose se produise, a fait en parallèle agir notre volonté en ce sens.

La volonté est action, c'est le fait de se mettre en mouvement afin de concrétiser nos propres désirs, tout ce qui meut l'ensemble du mécanisme. En fait la majeure partie des personnes qui croient ne pas pouvoir réaliser leurs propres désirs est restée dans la phase passive du désir -celle du rêve, de l'imagination- mais n'a pas suffisamment de foi pour concevoir qu'un tel objet puisse être atteint ; ces personnes, par conséquent, ne parviennent pas à tirer de leur propre volonté ce qui les pousserait à agir dans la direction du désir.

Il suffit de le savoir pour obtenir ce qu'on désire ; si on n'y parvient pas c'est qu'entrent en jeu d'autres facteurs qui rendent vains nos efforts ; la suite sera une analyse plus approfondie de ces facteurs.

Parvenus à ce point nous verrons les mécanismes qui se déclenchent en nous pour saboter le premier et les deux degrés successifs, nous empêchant d'attendre nos objectifs.

## CARPE DIEM

Cueille la rose quand vient l'instant, car tu sais que le temps vole...

Et la même fleur qui aujourd'hui est close demain se fanera

Walt Whitman

*Carpe diem*, cueille l'instant. C'est ici que commence l'analyse des blocages et des limitations de notre succès, de notre réalisation, de l'accomplissement de nos désirs.

*Carpe diem* est une locution latine extraite d'un poème d'Horace (Odes 1, 11, 8) que l'on traduit en français par : « Cueille le jour présent sans te soucier du lendemain » et librement traduite en « cueille l'instant » du fameux film interprété par Robin Williams, *Le cercle des poètes disparus*. Il serait opportun de la compléter avec la suite du vers : « *quam minimum credula postero* », et sois la moins crétule possible pour le jour suivant.

Il s'agit d'une invitation à apprécier ce que l'on a, de jouir chaque jour de ce que la vie nous offre tout autant qu'on donne au futur n'est pas prévisible.

Une telle philosophie est basée sur le constat qu'il n'est pas donné à l'homme de connaître l'avenir ni de le déterminer ; l'homme est libre de gérer sa vie et, par voie de conséquence, son temps.

En fait, dans le vers précédent, Horace écrit : « *Dum loquimur, fugerit invida aetas* », « Pendant que nous parlons, le temps jaloux s'enfuit ».

L'homme ne peut agir que sur le présent et c'est donc en vivant dans le présent qu'il doit s'efforcer de cueillir les occasions, les opportunités et les joies qui se présentent au jour le jour, sans conditionnement d'irrationnelles hypothèses espérances ni de crainte anxieuse pour le futur. Ce point est d'une importance fondamentale mais il est pratiquement ignoré par la grande majorité des individus.

Si nous devons nous demander qui nous sommes, ou quels termes nous définiront, la description que nous donnerions de nous-même serait indubitablement liée à un passé proche ; nous ferions référence à un nombre de déterminants d'attitudes ou de définitions que nous nous serions auto-appliquées ou que d'autres nous auraient attribuées, voire un mélange des deux.

Parmi toutes celles-ci il y en aura, je l'espère, de positives telles que, par exemple : je suis intelligent, je suis gentil, j'étudie bien, je joue bien au foot et ainsi de suite. Pour la grande majorité de la population toutefois, d'autres seront négatives ou limitatives, ainsi : je suis laid, je ne sais pas faire, etc...

Je renvoie pour l'analyse de ces propos au chapitre sur les convictions auto-limitantes où elles seront traitées de manière exhaustive. Pour le moment je désire mettre l'accent sur l'importance de l'instant présent, unique et éternel, si cher aux religions orientales.

Le temps compris comme un flux, comme le ruissellement des événements, est pour nous un grand mystère, une sorte de dimension dont ne nous pouvons nous détacher d'aucune façon.

En termes d'astrophysicien il est insaisissable du mouvement des astres et constitue, selon la célèbre théorie de la relativité d'Einstein qui complète ce qu'avait énoncé Galilée dans le dix-septième siècle, l'espace-temps.

Le mouvement des astres crée le temps et nous, partie d'un tel système, y sommes assujettis, nous ne pouvons y échapper.

Bien que notre vie soit formée d'un ensemble de tranches de vie lesquelles, mises ensemble, forment la ligne temporelle dans laquelle nous avons vécu et continuerons à vivre, nous vivons pratiquement dans un éternel présent : au sens où chaque instant de notre existence,

d'Ãs l'Ãinstant oÃ<sup>1</sup> il a ÃtÃ vÃcu, devient du passÃ et ne peut plus Ãtre vÃcu, sauf en esprit.

On peut en dire autant du futur, une sÃrie de possibilitÃs logiques qui pourraient se vÃrifier mais qui, elles aussi, n'Ãexistent que dans notre cerveau.

Certes, d'Ãun cÃtÃ nous sommes assujetti au temps sans espoir d'Ãy Ãchapper, d'Ãautre part il est vrai qu'Ãen rÃalitÃ nous ne vivons que dans le prÃsent, la seule dimension qui existe pour nous.

Une fois l'Ãinstant passÃ, tels que nous l'Ãcrivions tout Ã l'Ãheure, il devient le passÃ et n'Ãexiste plus du point de vue physique ; il n'Ãexiste que comme un effet de ce que nous avons fait et pensÃ.

Au contraire, le futur n'Ãexiste que comme dimension dans notre mode de pensÃe, il n'Ãexiste qu'Ã partir du moment oÃ<sup>1</sup> nous y projetons nos espoirs ou nos inquiÃtudes.

Donc nous sommes bien la somme de nos passÃs mais, bien que nous en soyons le produit, le passÃ a cessÃ d'Ãexister et il pourrait disparaÃtre Ã l'ÃintÃrieur de nous-mÃmes si nous cessions de nous y reporter et Ã nous juger par rapport Ã lui.

Le futur est dÃterminÃ par nos actions et nos dÃcisions de l'Ãinstant prÃsent et, bien qu'Ãil soit liÃ Ã l'Ãincertitude, Ã ce que d'Ãaucuns dÃfinissent coÃncidences et d'Ãautres le destin, il demeure un sous-produit de ce que je fais Ã l'Ãinstant prÃsent. Donc j'ÃÃcrirai un livre dans le futur -et tout va bien- ; mais si je ne devais jamais taper sur un clavier d'Ãordinateur ou de machine Ã Ãcrire (ou employer plume et papier, pour les amoureux de la belle Ãcriture), ce futur ne se rÃalisera jamais.

L'Ãinverse est Ãgalement vrai : si tout porte Ã croire que le futur est dÃjÃ acquis par ce que nous faisons d'Ãhabitude -comme le fait de se rendre au travail tous les jours-, rien ne garantit que nous nous y rendrons demain ; nous pourrions tomber malade, avoir un accident ou rencontrer la femme/l'Ãhomme de notre vie ; nous pourrions dÃvier de notre route et nous rendre Ã l'ÃaÃroport ; nous pourrions devenir riches parce que le billet de loto achetÃ Ãtait le gagnant du gros lot, et ainsi de suite.

De lÃ dÃcoule l'Ãimportance fondamentale de l'Ãinstant prÃsent, toujours contrastÃe par notre esprit lequel a tendance Ã s'Ãattarder sur le passÃ ou le futur, prÃcisÃment Ã cause du fait dÃcrit prÃcÃdemment : l'Ãexposition de notre *ego* avec l'Ãensemble des actions passÃes. La vie est une succession de ces Ãternels instants prÃsents ; notre esprit tend toutefois Ã les avoir en horreur parce que notre *ego*, c'Ãest-Ã-dire notre personnalitÃ basÃe sur la somme de nos passÃs, a besoin d'Ãun continuum temporel pour pouvoir s'Ãaffirmer, afin d'Ãexister.

Mais il est aussi notre prison parce dans le passÃ se dissimulent des ÃvÃnements qui nous ont blessÃs et qui ont encore une influence sur notre prÃsent, comme nous le verrons par la suite.

Dans ce chapitre nous parlons au contraire de l'Ãinstant prÃsent et comment, aux fins de rÃalisation de nos propres dÃsirs, il soit de la plus haute importance d'Ãtre au bon endroit, au bon moment, ou bien d'Ãaccomplir l'Ãaction juste guidÃs par l'Ãinstinct ; donc vivre l'Ãinstant prÃsent au lieu de le rejeter.

Plus prÃcisÃment combien de personnes ont agi d'Ãinstinct, sans mÃme y penser, action qui s'Ãest rÃvÃlÃe plus tard comme la meilleure chose Ã faire dans certaines circonstances ?

Combien, au contraire, regrettent de ne pas avoir accompli les actions que, d'ÃaprÃs eux, ils auraient dÃ faire mais que, avec l'Ãombre d'Ãun doute, ils ont ajournÃes et, par voie de consÃquence, l'Ãoccasion a ÃtÃ perdue ?

Ruth-Inge Heinze (1919 - 2007), anthropologue allemande, Ãvoque un Ãpisode qu'Ãelle vÃcut en Allemagne au cours d'Ãune attaque aÃrienne pendant la seconde guerre mondiale : n'Ãayant pas eu le temps de rejoindre un refuge, elle se trouvait sous le portail d'ÃentrÃe d'Ãun immeuble afin de s'Ãabriter des projectiles et des bombes. Elle raconte : un instant donnÃ

j'ai eu l'impulsion de courir dans la rue jusqu'à l'immeuble le plus proche, distant d'une centaine de mètres. J'ai chappai par miracle aux éclats de shrapnel [*projectiles creux d'artillerie contenant des balles*] qui tombaient autour de moi. À l'instant où j'atteignais l'immeuble voisin, le premier édifice où je m'étais abrité fut touché par une bombe et totalement détruit.

Que se serait-il passé si, au lieu de suivre cette impulsion, le Docteur Heinze s'était arrêté et réfléchissait sur le danger qu'elle courait en sortant dans la rue ?

Ceci est un événement communément appelé à pressentiment ou, selon l'expression du Docteur Julia Mossbridge, à activité anticipatoire anormale.

Voici un extrait de la *Chartreuse de Parme* de Stendhal : « Tout à coup, une hauteur immense et ma droite j'ai vu un aigle, l'oiseau de Napoléon ; il volait majestueusement, se dirigeant vers la Suisse, et par conséquent, vers Paris. Et moi aussi, me suis-je dit à l'instant, je traverserai la Suisse avec la rapidité de l'aigle [à] A l'instant, quand je voyais encore l'aigle, par un effet singulier mes larmes se sont taries ; et la preuve que cette idée vient d'en haut, c'est qu'au même moment, sans discuter, j'ai pris ma résolution et j'ai vu les moyens d'effectuer ce voyage. »

Donc que se passe-t-il lorsque nous avons un désir ? Avons-nous la capacité et les forces pour le réaliser ? Dans quelle mesure le monde extérieur concourt-il à son éventuelle réalisation ?

Si nous voulons nous reposer sur un avis scientifique, arrivés à ce point il est nécessaire de parler de l'un des pères de la psychanalyse, le célèbre Carl Gustav Jung et son concept de synchronicité ou à principe des relations acausales.

D'un point de vue scientifique, normalement dans tout ce qui survient il y a un lien, à chaque effet correspond une cause : c'est le principe de la causalité.

À l'inverse, Jung a découvert des phénomènes où cette règle ne s'appliquait pas et, pour cette raison, parle de liens acausaux.

La synchronicité est donc une série d'événements où le monde intérieur est relié au monde extérieur, sans lien apparent, comme si les choses et les personnes étaient reliées entre elles par un fil ou un réseau invisible.

Jung nomme ce réseau *inconscient collectif*, là où la psyché de chaque individu se fond avec celles des autres dans un champ sans espace ni temporalité. Dans ce champ peuvent se produire des phénomènes inexplicables d'un strict point de vue scientifique, du fait de l'absence du principe de causalité.

Dans un épisode célèbre de son livre à La synchronicité, principe de relations acausales il parle d'une patiente très éduquée, au rationalisme cartésien si développé qu'il lui était devenu impossible de la faire progresser. Elle eut un moment décisif du traitement un rêve dans lequel elle recevait en cadeau un scarabée doré. Pendant qu'elle rapportait le rêve, un insecte, en volant, heurtait la fenêtre à l'extérieur : c'était un hanneton scarabéide qui offrait une étroite analogie avec le scarabée doré. Devant un tel cas, qui ne s'est jamais reproduit, la patiente a agi enfin positivement à la cure.

La synchronicité est quelque chose qui ébranle nos certitudes, brise notre vision érigée et préconditionnée de l'univers et nous dispose d'une façon différente par rapport à qui nous sommes et à ce que nous pouvons faire ; elle nous met en relations avec notre inconscient le plus profond et nous a introduit au mystère de la vie.

Les coïncidences, ou appelez-les comme bon vous semble, n'existent pas : tout survient selon des liens et des principes dont l'être humain n'est pas totalement conscient et qu'il ne parvient ni à contrôler et encore moins à prévoir.

Ceci ouvre la porte à l'émerveillement, à la stupéfaction, au tout est possible, au tout peut arriver, au miracle.

C'est ce qui fait sortir le génie de la lampe qui le contenait et nous permet d'exprimer et voir se réaliser nos désirs.

Cueillons l'instant, donc, n'hésitons pas lorsque surviennent des circonstances qui pourraient nous rapprocher de nos désirs : elle sont là pour nous aider.

Le doute et l'incertitude qui nous tenaillent nous font rater le coche et nul ne sait quand il repassera : c'est un axiome bien connu.

Aucune crainte, aucune incertitude, ne doivent nous assaillir lorsqu'adviennent des synchronicités en relation avec nos désirs ; elle viennent à nous parce que notre inconscient a travaillé pour nous afin d'obtenir ce que nous désirions et, dans son champ collectif, il nous a trouvé une chance, une voie à suivre.

Mais si nous ne les suivons pas, inutile de désespérer ensuite : nous avons fermé la porte qui, de façon quasi-magique, s'était ouverte devant nous.

## FOI OU ATTENTE CONFIANTE

La foi<sup>1</sup> finit la raison commence la foi.

Søren Kierkegaard

On traitera dans ce chapitre d'une qualité indispensable à l'accomplissement de nos désirs, les nécessaires fondations qui en forment la base et sans lesquelles toute notre construction s'effondrerait : à savoir la foi, la conviction qu'on obtiendra ce que l'on désire.

La foi: de quoi s'agit-il ?

Nous avons tous une idée approximative de ce mot, la quelle est probablement liée à des concepts religieux; mais cela ne donne qu'une idée partielle de ce que l'on veut exprimer par avoir la foi ou faire confiance.

En effet la religion nous fournit l'exemple le plus accompli de ces mots, en l'occurrence croire en un monde déterminé ou en un être situé au-dessus ou en dehors de notre univers, à propos duquel nous n'avons aucune preuve d'existence et sur lequel nous ne pouvons bâtir que des hypothèses.

Rien ne prouve que le texte sacré adopté par une religion donné soit meilleur que les autres, voire inspiré par la divinité en personne.

En d'autres termes nous sommes invités à croire sans preuve à l'appui, à faire confiance à quelque chose indémontrable.

Il est évident que tout le monde n'est pas disposé favorablement envers ces croyances parce que chacun d'entre nous fait siennes certaines convictions dans la vie ; chacun a son *credo*, pas qu'au sens religieux du terme, s'imaginer ou pas, croit savoir ce qui est juste et ce qui ne l'est pas, ce qui est vrai et ce qui ne l'est pas, et ainsi de suite.

Le monde tel que nous le percevons n'est pas celui que nous percevons: il est la représentation que nous nous en faisons, créée par nos sens et nos croyances.

Dans la psychologie, la représentation que nous nous faisons du monde crée une carte dans notre esprit, carte à partir de la quelle nous évaluons ce qui nous entoure.

Rappelons toutefois que la carte n'est pas le territoire.

Aussi dit-on que soit une carte elle ne pourra jamais remplacer l'expérience directe, tout comme une description des îles Hawaï ne nous permettrait pas d'y être physiquement.

Dans chacun d'entre nous existe un système de croyances qui caractérisent toute notre existence, qui forment notre monde intérieur ainsi que notre représentation du monde externe.



## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.