

Une croyance limitative a toujours un coût, une croyance positive toujours des bénéfices.

La plupart du temps, nos croyances sont basées sur une fausse interprétation.

La question « est-ce que ma croyance est absolument vraie ? » est essentielle pour considérer la situation avec un autre regard.

« Une fois établie, une croyance a comme fonction exclusive et unique de se perpétuer. » Dr Lair Ribeiro

Les situations répétitives

Une succession d'épreuves de même nature fait penser à beaucoup que le sort s'acharne contre eux et ils se considèrent alors comme des victimes. Il est, en effet, facile de croire que le destin est contre soi lorsque l'on a le sentiment de revivre toujours des difficultés identiques. En fait, les « problèmes à répétition » sont souvent orchestrés par les individus eux-mêmes, car ils mettent en place inconsciemment les schémas par lesquels ils appréhendent une situation.

Les répétitions que nous rencontrons ne relèvent absolument pas du hasard, mais révèlent les ombres en nous-mêmes. Le hasard n'étant en fait qu'une conséquence de causes que nous ignorons.

Sans le savoir, sans le vouloir du moins consciemment, nous pouvons créer les conditions pour que certains événements se reproduisent.



Pourquoi ? Tout simplement parce que l'on réactive un traumatisme passé datant, le plus souvent, de l'enfance. On se relie à un vieux film de notre histoire, très important, mais la plupart du temps inconscient. Les répétitions se retrouvent dans tous les domaines de la vie : amour, travail, famille... La femme qui se sépare d'un mari alcoolique retombera bien souvent sur un autre homme alcoolique.

Prenons un exemple d'ordre sentimental avec Judith qui dit : « Dès que j'ai l'impression d'avoir trouvé le bonheur, ça casse. » Elle a ainsi construit inconsciemment l'équation « amour = rupture ». Les conflits

de l'enfance non résolus peuvent nous accompagner la vie entière. Dans le cas de cette jeune femme, une première trahison avec le départ du père était restée logée dans sa mémoire et elle reproduit ce choc à chaque fois qu'elle tombe amoureuse. Ce n'est cependant pas toujours aussi facile à décoder, c'est pourquoi notre action libératrice doit se concentrer avant tout sur le présent.

« Les répétitions s'apparentent à des leçons de vie qui, pour être comprises, demandent un changement souvent radical dans nos comportements. »

L'unique intérêt des répétitions est de présenter une voie d'évolution pour comprendre nos fonctionnements.

Ces leçons de vie peuvent être ignorées, mais alors, elles continuent à se répéter tant qu'elles ne sont pas comprises.

Christian Bourit

JE M'AUTORISE AU BONHEUR !

En finissant les problèmes à répétition



POCHES Jouvence

Extrait du livre de Christian Bourit
« Je m'autorise au bonheur ! »
aux éditions Poches Jouvence
www.editions-jouvence.com
7,50 €