

## L'AMELIORATION DU COMPORTEMENT

### REFLEXIONS SUR L'AMELIORATION DES CONDITIONS DE VIE

#### **L'AMELIORATION DE LA COMMUNICATION ENTRE LES ETRES**

##### **Introduction :**

Lorsque nous réfléchissons sur le relationnel, c'est à dire sur les problèmes que nous rencontrons dans notre communication avec les autres êtres qui nous entourent, nous constatons :

- Au niveau de nos préoccupations humaines que les grands problèmes que nous rencontrons dans notre existence sont la santé, l'amour, le relationnel et le travail.
- Au niveau de la psychologie la relation (dans le sens des besoins émotionnels) vient en troisième importance après la survie (boire, manger, dormir), et la sécurité (besoin de protection).
- Au niveau évolutif la relation humaine est, sauf cas exceptionnels, une nécessité car c'est à travers le travail que l'on effectue sur soi pour s'adapter à un environnement humain différent de soi-même que l'on va limer nos défauts et renforcer nos qualités.

C'est sur ce troisième niveau que nous allons analyser le sujet. Nous allons essayer de donner à notre développement une dimension spirituelle, mais tout en restant le plus proche possible du quotidien, et en regardant la vie avec le recul de ceux qui cherchent à élever leur vision des choses.

Je ne prétends pas donner des réponses définitives aux questions, ni des solutions évidentes aux problèmes. Mon but est plutôt est de nous inciter à trouver les solutions en nous-mêmes, d'une manière dynamique, c'est à dire en travaillant sur l'intelligence et la conscience. Ainsi, en apprenant à maîtriser nos problèmes nous cheminerons vers la Paix, l'Harmonie et la Sérénité, d'abord en nous-mêmes, et par voie de conséquence autour de nous-mêmes. Pour cela, nous travaillerons sur la vigilance, la lucidité, l'attention, la réceptivité, etc.

Je pourrais résumer cette entrée en matière en précisant que le but que nous allons chercher à atteindre est la compréhension. Cette compréhension s'acquiert par l'expérience et le dépassement, et le dépassement se fait par l'application des résultats des prises de conscience. Nous allons donc essayer de prendre conscience sur l'aspect de la communication vue sur un plan spirituel.

Communication signifie jonction, relation, transmission.

Spirituelle veut dire qui a trait à l'esprit, qui se situe au delà de la matière. Par extension qui se situe au niveau d'une ouverture supérieure à la notion matérielle de la vie.

La communication spirituelle entre les êtres représente donc la façon évoluée dont nous devons communiquer avec notre entourage.

Nous sommes, dans notre incarnation, en relation avec de nombreux êtres différents de part leur nature et leur but dans la vie. La relation, l'échange, la communication, le partage, sont indispensables à notre développement, à l'extension de notre conscience vers les hautes valeurs de l'état d'être. Ce développement personnel se fait à travers l'expérience qui va nous amener à la compréhension des différents mécanismes de fonctionnement de l'âme humaine. Et l'amélioration de la communication que nous devons vivre avec les autres est indispensable à notre équilibre. Nous constatons d'ailleurs qu'un fort pourcentage des causes de maladies ou désordres divers est dû aux problèmes de communications non résolus entre les différents êtres mis en présence par la vie.

Nous savons qu'il nous est souvent très difficile, autant de nous faire comprendre des autres que de

les comprendre soi-même. Cela engendre donc des conflits qui alimentent des réactions de violence, de rejets, de jugements, autant de défauts à éliminer.

Il me semble que la méthode la plus efficace pour se faire comprendre des autres est d'apprendre à les comprendre dans ce qu'ils sont et dans ce qu'ils veulent, non pas dans des jugements de valeurs, mais dans un esprit large et ouvert d'apprentissage de l'humain tel qu'il est.

Mais aussi et surtout de faire les efforts constants et conscients pour nous améliorer nous-mêmes. Nous savons qu'autrui ne change pas miraculeusement à travers nous-mêmes, les habitudes sont tenaces. Mais il est plus facile de nous transformer nous-mêmes, car là, cela ne dépend que de nous.

C'est pourquoi je vous propose de réfléchir sur les moyens de communication et d'analyser la façon de les améliorer.

### **Définition de l'Amour :**

Nous allons constater que, le plus souvent, les problèmes de communications entre les êtres proviennent des problèmes à manifester l'Amour.

Dans cet immense chapitre que constitue le grand sujet de l'Amour, nous pouvons distinguer l'Amour Universel, et l'Amour humain.

#### **- L'Amour Universel :**

L'Amour Universel représente l'Amour total, fondamental, qui correspond au plan de création Divin. L'Amour Universel comprend toutes les formes d'Amour existant tant au niveau de l'homme incarné, que pour les autres formes d'Amour existant dans l'Univers.

Il se situe au-delà de l'homme et correspond à des valeurs dont les normes sont la transcendance de tous les Attributs Universels. Il correspond à ce que nous pourrions appeler l'Amour Parfait, il est le devenir potentiel de l'homme, il représente la quintessence de toutes les qualités réunies, il est une image de la perfection de l'état d'être.

#### **- L'Amour humain :**

Il est ainsi nommé par différenciation avec l'Amour Universel, car il est plus proche des possibilités d'état d'être de l'homme, il tient compte des difficultés de l'homme imparfait en évolution dans l'incarnation. Mais les valeurs de l'Amour humain sont les mêmes que celles de l'Amour Universel, mais vécu à un niveau moindre.

L'Amour humain tient compte, entre autres, des difficultés qu'éprouvent les êtres à échanger des sentiments forts, compte tenu des différences qui existent entre les êtres, des cheminements, des goûts, des désirs, des aptitudes, etc. Chacun ayant tendance à vouloir exprimer ceci au détriment de l'équilibre des énergies mises en présence, ou avec trop peu de force par rapport à autrui.

L'Amour humain est donc différent dans son expression suivant les êtres vers lesquels nous le projetons, en plus des différentes intensités à travers lesquelles il s'exprime.

Précisons que cette intensité est au-delà de la raison, du mental, de la logique, ce qui provoque justement parfois des vicissitudes.

Il y a l'Amour qui est l'expression d'un sentiment fort et souvent incontrôlé, qui reste en dehors de la volonté, et il y a l'expression de cet Amour, la concrétisation de cet Amour, la façon dont nous allons le vivre et le faire vivre à l'autre.

Nous ne pouvons nous appesantir sur le sentiment par lui-même, si ce n'est de constater les différents degrés suivant lesquels il existe. Nous pouvons y distinguer : L'amitié, l'affection, la tendresse, l'amour par lui-même, la passion.

Par contre notre étude va approfondir la manière dont nous devons le faire fructifier, le développer, le faire transcender pour l'amener vers cet Amour Universel que nous venons de définir.

### **Les différenciations entre les êtres :**

Nous venons de définir l'Amour, c'est à dire ce qui est semblable, ce qui attire. Il convient maintenant de définir ce qui sépare, ce qui différencie les êtres, de définir les différences qui existent entre les consciences des êtres. Nous avons étudié dans l'ouvrage intitulé "Du ciel à la Terre", le principe des colorations et polarités des consciences. Nous avons vu que chaque conscience humaine est individuelle et son individualité dépend d'un certain nombre de facteurs. Je les rappelle brièvement pour mémoire :

**- Origine de la conscience :**

Caractéristiques de la sphère d'origine, potentiel originel de la bulle de conscience, coloration originelle de la bulle de conscience.

**- Développement de la conscience :**

Le Développement de la conscience est lié au libre arbitre de cette conscience. Il dépend du but d'évolution de la Grande Conscience, du but d'évolution de la Conscience Intermédiaire qui s'inscrit à l'intérieur du but de la Grande Conscience, et qui détermine un cycle d'incarnations, du but d'évolution de l'incarnation présente qui s'inscrit à l'intérieur du but de la Conscience Intermédiaire, du potentiel incarné dans l'incarnation présente (quantité et qualité des valeurs), de la vitesse d'évolution de la conscience.

**- Polarité de la conscience :**

Soit à tendance Yang (action, force), soit à tendance yin (réceptivité, sensibilité).

**- Age de la conscience :**

Il dépend bien sûr du moment cosmique de la naissance de la bulle de la Grande Conscience. L'âge ne se mesure pas en temps.

**- Conditions de l'incarnation présente :**

Notre conscience incarnée est également influencée par différentes conditions dans lesquelles elle évolue dans cette incarnation. Ces conditions sont :

Le sexe du corps matériel.

Le pays d'origine.

La religion.

Le milieu socioculturel, et l'éducation.

Les convictions sociales.

Les buts personnels.

Les énergies personnelles internes (force, faiblesse physique, ou psychique, etc.).

La moralité.

Les qualités et les défauts.

La psychologie du comportement.

La personnalité.

Le caractère.

**Conclusion :**

Tous ces facteurs se combinent entre eux pour déterminer une infinité de possibilités. Il peut exister des ressemblances apparentes mais pas de véritable analogie.

**Les types de communication :**

Lorsque deux êtres se trouvent en présence, et donc communiquent, le fait même qu'il soient rassemblés peut avoir pour cause trois possibilités :

Cause karmique : Loi de cause à effet.

Cause évolutive : Nécessité ou utilité de vécu d'évolution.

Cause de relation d'ambiance : Effet de l'environnement, conséquences événementielles.

En sachant que les causes karmiques ont pour effet le rééquilibrage de la compréhension dans un but évolutif.

Les causes de relation d'ambiance, même si elles sont simplement liées aux mouvements de notre vie dans la société, impliquent automatiquement des compréhensions, des prises de consciences qui auront des effets bénéfiques sur notre évolution, sur l'ouverture de notre conscience, sur la compréhension des différents facteurs de vie sur la terre parmi les hommes.

Ces trois causes, ces trois facteurs aboutissent à une expression, à une définition de la communication qui sera théorique en ce sens que l'on va définir ce que l'on doit atteindre en nous-mêmes afin de mieux communiquer avec autrui.

Il y a ce que l'on doit faire, ce que l'on peut faire, et ce que l'on fait pratiquement.

Dans une autre considération, nous avons vu, dans l'ouvrage intitulé "Bases et analyse des comportements", que toute communication se fait à travers trois possibilités que sont les phénomènes d'Attraction, Répulsion et Neutralité. Je les rappelle :

L'Attraction est l'attirance par le plaisir, elle correspond à une expansion, elle est issue de l'émotion Amour. Elle peut s'expliquer mais elle ne se contrôle pas. On est attiré par tel être, point. Les relations auront donc tendance à se faire avec plus de sentiments de bienveillance, compréhension, patience, pardon, etc.

La Répulsion est la séparation par la douleur, elle correspond à une contraction, elle est issue de l'émotion haine. Les relations auront donc tendance à se faire avec plus de jugement, d'impatience, de brutalité, d'exaspération, etc.

La Neutralité, comme son nom l'indique est un sentiment intermédiaire neutre qui ne correspond pas à un sentiment particulier. Il engendre surtout l'indifférence, mais il permet peut-être d'avoir des opinions plus équilibrées que les deux autres possibilités.

L'idéal évolutif, je crois, et d'essayer d'appliquer les sentiments que nous éprouvons dans le cas de l'attraction, sur des individus contre lesquels nous ressentons de la répulsion.

### **Les différentes formes de l'amour humain :**

Le sentiment Amour est différent selon les liens humains qui existent entre les protagonistes. Nous pouvons distinguer :

- L'Amour parental :

Il présente plus particulièrement un aspect de respect, de reconnaissance.

- L'Amour filial :

Il présente plus particulièrement un aspect de protection, de guidance.

- L'Amour amical :

Il présente plus particulièrement un aspect de partage, de complicité.

- Amour du partenaire :

Il présente aussi plus particulièrement un aspect de partage, de complicité, mais avec en plus une notion de cohésion, de fusion, de création.

Mais cette distinction n'est qu'un aspect très général.

Nous allons étudier les différentes qualités à développer pour nous aider à vivre l'Amour à un degré maximum, et nous constaterons que bien souvent ces qualités s'interpénètrent, et se fondent même entre elles.

Notons aussi que nous devons en premier lieu nous changer nous-mêmes, afin de donner à autrui la possibilité de changer aussi, et souvent par voie de conséquence ou d'exemple. De plus il faut savoir que dans l'échange des sentiments de haute valeur, nous devons donner, donner en premier lieu, sans compter, sans calcul de retour. Bien sur le retour viendra, mais à son heure, et de la façon dont il doit arriver selon des lois d'évolution qui échappent à notre compréhension humaine. Sachons que lorsque l'on donne, on ne se trompe jamais. Il s'agira parfois de réajuster la façon dont on doit donner, car il existe des mauvaises façons de donner. Parfois l'on donne trop, parfois pas assez, parfois inconsidérément, ou maladroitement.

Il faut étudier autant le "quoi donner", que le "comment donner".

### **Les différents moyens de communication :**

Nous connaissons bien les 5 sens physiques qui nous permettent d'entrer en relation avec le monde extérieur à travers notre corps matériel. Mais il est pour moi nécessaire de considérer d'autres sens dits subtils qui vont nous permettre d'échanger à des niveaux plus en relation avec l'esprit.

#### **- Les sens physiques :**

Les sens physiques représentent les sens qui nous permettent d'établir des relations avec notre extérieur matériel. Ils s'expriment à travers les capacités de notre corps matériel, et font la relation entre notre être intérieur et le monde extérieur. Ce sont l'ouïe, le toucher, la vue, le goût, l'odorat.

#### **- Les sens subtils :**

Ici il est nécessaire de préciser un fait important. Contrairement à ce que pensent un certain nombre de personnes, notre monde des sentiments ou du mental ne proviennent pas de notre cerveau physique, mais d'une partie de notre conscience qui se situe au-delà de notre corps incarné. Cela est maintenant relativement connu. Nous distinguons donc :

##### **° Les sens astraux :**

Ils sont liés à notre corps astral. Ils représentent les sens qui ont trait au cœur. Ce sont les sentiments, les émotions, les sensations, les désirs.

##### **° Les sens mentaux :**

Ils sont liés à notre corps mental. Ils représentent les sens qui ont trait au mental. Ce sont les idées, les pensées, l'intelligence pratique, l'organisation, la structure.

##### **° Les sens spirituels :**

Ils sont liés à nos corps spirituels. Ils représentent les sens qui ont trait aux grandes qualités humaines, qui marquent l'ouverture de la conscience vers les valeurs universelles. Ils dynamisent les sens subtils cités ci-dessus.

Ce sont principalement l'Amour, la Force, et l'Harmonie. Elles doivent s'exprimer dans une attitude d'Humilité, de Simplicité, de Pureté. Elles permettent d'acquérir la l'Intelligence supérieure, la Connaissance et la Sagesse qui aboutissent aux possibilités de la Puissance et du Pouvoir spirituel.

## **Relations subtiles des sens physiques :**

Nous venons de nommer nos sens physiques qui nous permettent d'entrer en relation avec le monde matériel. Nous avons dit qu'ils sont des intermédiaires. Nous allons voir comment ils sont aussi des transmetteurs de notre état d'être intérieur.

### **- L'ouïe :**

L'ouïe concerne l'oreille c'est à dire la possibilité d'entendre. Entendre les sons mais aussi la possibilité d'entendre ce qu'autrui nous dit. Entendre dans le sens d'écouter, de capter, d'accepter de réfléchir, et éventuellement de travailler à modifier un comportement ou un système établi en soi-même.

Ne dit-on pas souvent, il ne veut rien entendre?

### **- Le toucher :**

Le toucher concerne les mains c'est à dire la possibilité de palper de se rendre compte de la forme et de la texture de ce que l'on touche. Toucher la matière mais aussi la possibilité d'atteindre autrui dans son intérieur afin de l'aider à prendre conscience de notions qu'il n'a pas à l'esprit, dont il ne se rend pas compte sur le moment.

Ne dit-on pas aussi, il a été touché par telle ou telle chose?

Nous parlerons plus avant d'une forme de toucher importante, c'est le massage.

### **- La vue :**

La vue concerne l'œil c'est à dire la possibilité de voir la matière environnante. Voir le physique mais aussi voir le subtil, se rendre compte de ce qui se passe autour de nous au niveau des événements, des comportements humains. Regarder la vérité en face à l'extérieur mais aussi à l'intérieur de nous-mêmes. Oser nous regarder tel que nous sommes, de manière neutre avec nos défauts et nos qualités, et profiter de nos qualités pour travailler à diminuer nos défauts. Mais aussi regarder autrui avec plus de compréhension, plus de compassion, plus d'amour; l'accepter tel qu'il est comme nous accepter tel que nous sommes.

Ne dit-on pas parfois, pourquoi ne veux-tu pas voir telle situation en face?

### **- Le goût :**

Le goût concerne la langue et le palais c'est à dire la possibilité d'apprécier la saveur des aliments qui nous maintiennent en vie. Mais le goût concerne aussi la motivation, l'envie, la volonté, les avantages que l'on détermine à vivre quelque chose. C'est l'impulsion de l'âme qui nous pousse à accepter et à réaliser notre incarnation.

Ne dit-on pas dans certains cas, je n'ai plus goût à rien?

### **- L'odorat :**

L'odorat concerne le nez c'est à dire la possibilité de sentir les odeur, les parfums, les émanations qui nous entourent. Mais aussi sentir, ressentir les formes énergétiques, vibratoires de tout ce qui existe. Ressentir l'être profond qui se cache sous les masques, ressentir les bonnes ou mauvaises vibrations d'un être ou d'un lieu, ressentir l'action juste dans une circonstance donnée, ressentir ce qui est vrai, ce qui est juste. C'est la manifestation de l'intuition, de la sensibilité, ce qui fait que l'être dépasse sa condition matérielle pour aller vers sa condition cosmique.

### **- Conclusion :**

Améliorer notre potentiel et notre qualité de communication, c'est en première partie développer ces qualités dites subtiles de ces 5 sens là. Cela représente déjà tout un travail, de nombreuses réflexions, introspections et prises de conscience.

### **Développement des sens subtils :**

Améliorer notre potentiel et notre qualité de communication, c'est ensuite développer les qualités liées à nos corps subtils, et qui implique les définitions suivantes :

#### **- Développement des sens astraux :**

Développer son ambiance astrale c'est anoblir son cœur. C'est aller vers des conceptions plus pures de l'amour en général.

Cela veut dire :

Elever ses sentiments, les rendre plus altruistes, moins égoïstes.

Equilibrer ses émotions, garder l'émotion réelle et éliminer l'émotionnel débridé.

Affiner ses sensations, afin de ne pas se tromper dans notre perception des choses.

Limiter ses désirs, concrétiser les plus valeureux et éliminer les autres, les restrictifs, les trop personnels, les dangereux.

#### **- Développement des sens mentaux :**

Développer son ambiance mentale c'est agir à travers un mental positif et créateur en toute circonstance. Cela veut dire que :

Les idées doivent rester claires, précises, créatrices.

Les pensées doivent rester positives, c'est à dire toujours tournées vers le bien.

L'intelligence pratique doit être développée en permanence afin de se dégager au maximum de contraintes physiques pour que nos énergies soient disponibles pour autre chose.

L'organisation, la structure doivent être développées aussi pour ne pas perdre du temps inutilement dans la gestion pratique de notre vie.

#### **- Développement des sens spirituels :**

Nous pourrions dire qu'ils sont la conséquence de ce qui a été exprimé ci-dessus. En effet, à travers le travail effectué tout au long de sa vie, à travers le développement de ses qualités, à travers ses prises de consciences personnelles, et à travers le fruit de ses propres expériences, l'être humain s'achemine vers cet état d'être d'Amour, Force, et l'Harmonie.

Ces trois grands attributs permettent, comme nous l'avons vu, l'épanouissement de l'Intelligence supérieure, de la Connaissance et de la Sagesse. L'être atteint alors le domaine de la véritable liberté, celle de l'esprit.

#### **Remarques :**

- Nous effectuons notre évolution sur Gaïa, sphère cosmique qui représente la vibration de l'Attribut Universel Paix. Cela veut dire que nous apprenons à vivre en Paix, que ce soit à l'intérieur de nous-même, que par rapport à autrui.

- Il ne faut jamais perdre de vue qu'on ne peut changer les êtres par notre propre volonté. Ils peuvent changer, s'ils le veulent au travers de nos propres changements. Si nous émettons des vibrations de qualité vers autrui, elles opèreront des modifications bénéfiques en s'appuyant sur les qualités de la personne qui se trouve avec soi.

- Une qualité principale à cultiver est le sens de l'humour, car lui seul permet de décompresser les énergies mises en présence, surtout si cet humour est compris.

- L'idéal est l'équilibre entre l'Amour et la Force. Les dérapages proviennent le plus souvent des problèmes que les individus ont avec la Force. Autoritarisme, domination, abus de pouvoir, violences verbales ou physiques ou sexuelles. Lorsque l'équilibre ne peut être atteint face à une énergie trop forte, il y a deux types de comportement : soit l'affrontement avec heurts verbaux ou physiques, ou action, soit un laisser aller qui fait accepter une domination.

- Comment évoluer si l'on possède une force trop importante?

Assouplissement de la conscience, vibration Amour, travail sur la non agressivité, application de la conscience dans ses pensées, ses actes, ses paroles, etc.

- Comment évoluer si l'on est trop faible?

Travail sur la force intérieure, la volonté, etc.

- Il faut remarquer que les êtres sont, ou bien très sensibles, ou bien peu sensibles, ou bien insensibles. Il faut en tenir compte dans notre comportement, dans notre langage qui sera donc différent suivant le cas.

- Les problèmes de comportement sont souvent la conséquence de souffrances, car les êtres ne vivent pas ce qu'ils veulent. Ils vivent pour apprendre à acquérir de nouvelles valeurs dans leur conscience et cela demande des efforts que certains refusent.

- On ne peut pas toujours éviter les conflits. Il s'agit alors de bien les gérer, rester conscient, agir dans le bon sens, et tirer les conclusions de l'incident. Ce troisième point est le plus important car il va nous donner l'expérience nécessaire à notre développement pour mieux encore gérer les conflits futurs.

- Dans le cas d'un couple, il faut se rappeler que deux êtres sont mis en présence qui représentent deux consciences différentes au delà des affinités, mais qui forment à travers la vie en commun une unité de conscience dans laquelle les énergies mises en commun se mêlent et vont vers un échange dans les deux sens. Il s'agit que cette unité aille vers la construction d'un nouvel édifice.

- Un couple peut être karmique. Les êtres se rencontrent pour vivre ensemble des événements particuliers qui vont les aider à réajuster des vécus antérieurs. Tant que le karma n'est pas résorbé au moins par l'un des deux protagonistes, il est très difficile qu'ils puissent se séparer.

- Des couples peuvent être amenés à se séparer pour des raisons de différentes phases prévues dans une seule incarnation. Cela concerne l'évolution sans qu'il y ait forcément dérapages. Si l'un des deux protagonistes refuse la séparation, il bloque les processus prévus, les énergies de couple sont disharmoniques et il peut s'en suivre des conséquences dans l'équilibre psychique et physique des êtres en présence.

- Des couples peuvent se séparer pour des raisons de monotonie. Il n'y a plus d'action commune, ni de développement commun. L'énergie est neutre et n'amène pas forcément de problèmes particuliers.

- Des couples peuvent être amenés à se séparer pour des raisons de société : suractivité sociale, ou professionnelle, manque de contacts. Il faut alors déterminer où est le problème, et s'il y a faute, corriger dans le bon sens. Cela demande une force d'introspection mutuelle, et des capacités de remise en question.

- Bien se souvenir des 3 types de relations : Attraction, Répulsion, Neutralité, avec les nuances intermédiaires. Prendre conscience du pourquoi de ces réactions.

- Il faut distinguer des types différents de relations. Elles ne sont pas les mêmes en amour, avec nos

amis, notre famille, ou dans le cadre de notre profession.

Les différences viennent surtout des intensités émotionnelles différentes que nous émettons dans ces différents cas, et il faut en tenir compte.

- Chaque individu nous perçoit à travers ses propres filtres, de la même manière que nous percevons autrui à travers nos propres filtres. C'est de là que viennent la plupart des difficultés. Il y a déformation de l'information entre l'émetteur et le récepteur.

- Afin d'améliorer le contact avec celui qui est en face de nous, nous pouvons essayer d'entrer dans sa propre conception des choses, même si nous ne sommes pas d'accord avec lui, et de trouver les mots et l'attitude adaptée à lui-même. Il s'agit là d'assouplir son esprit, et vous pourrez remarquer que certains arguments que l'autre vous propose ont une valeur vue sous un objectif différent. En aucun cas nous ne possédons la vérité absolue. Nous pouvons percevoir des règles élémentaires du comportement, une certaine logique de la pensée et de la conception des choses, mais cela nous est relatif. Même si nous sommes convaincus d'avoir raison sur un point donné, autrui peut voir les choses tout à fait différemment à travers ses difficultés à vaincre, ses dépassements à faire, ses blocages à dépasser, et il raisonnera à travers ces problèmes-là. Il s'agit alors d'entrer dans sa psychologie personnelle pour trouver les arguments propres à démonter sa conception des choses, mais dans son domaine, à l'intérieur de lui-même.

- Souvent la raison pure reste inefficace, et il faut passer par l'émotionnel. Là où le raisonnement logique échoue, le cœur pourra passer. Chacun possède une sensibilité, mais elle peut se cacher derrière des barrières de protection. Il s'agit alors de passer au-delà de ces barrières, non pas par la force ou la persuasion, mais bien par l'amour, je dirais même par la vibration de l'amour. Si l'être qui souffre dans sa difficulté se sent compris, il se détendra, et baissera instinctivement une partie de ses barrières, et c'est à ce moment-là que nous pourrions intervenir.

- Cependant il est normal de raisonner plus avec un être à structure mentale, et d'agir plus au niveau de cœur avec un être à structure à structure astrale.

- Il ne faut pas oublier de renforcer ses protections énergétiques face à des êtres agressifs ou violents qui peuvent nous perturber profondément, ou bien face à des êtres déstabilisés, faibles, ou en trop forte demande qui au contraire peuvent nous pomper nos énergies personnelles et nous affaiblir aussi.

- Il faut admettre d'être obligés parfois de mettre de la distance par rapport à des êtres profondément différents de nous et qui par leur état d'être mettent en péril notre propre équilibre. Cela n'est pas toujours possible, mais lorsque cela est possible, notre devoir doit être d'accepter l'éloignement ou même la séparation définitive. La vie ne nous demande pas forcément de supporter trop de perturbations dans nos relations avec autrui. En aucun cas nous devons accepter de nous mettre en péril. Autrui n'a pas le droit de nous détruire, et dans ce cas il existe toujours au moins une solution qui peut être certes difficile à adopter, mais il s'agit de voir la finalité d'une situation donnée.

- Il faut savoir aussi qu'à travers certaines situations conflictuelles que nous propose la vie, nous effectuons notre propre évolution. Nous pouvons avoir à briser certaines résistances internes sur la vision des différentes facettes de la vie, sur la compréhension des autres dans leur différence, sur l'acceptation des autres, etc.

- Il faut savoir également que dans certaines situations éprouvantes, nous vivons un réajustement karmique. Nous avons pu antérieurement avoir agi de façon non conforme à l'équilibre universel, et nous nous trouvons dans des situation propres à rééquilibrer nos actions, ou comprendre nos erreurs pour ne plus les recommencer.

- Il faut toujours garder à l'esprit que, quel que soit notre vision des choses, nous ne pouvons toujours avoir raison. Malgré notre évidence, notre logique, c'est la nôtre, et toute situation donnée, peut se révéler différente vue sous un éclairage différent. C'est peut-être simplement cela que nous

avons à comprendre parfois.