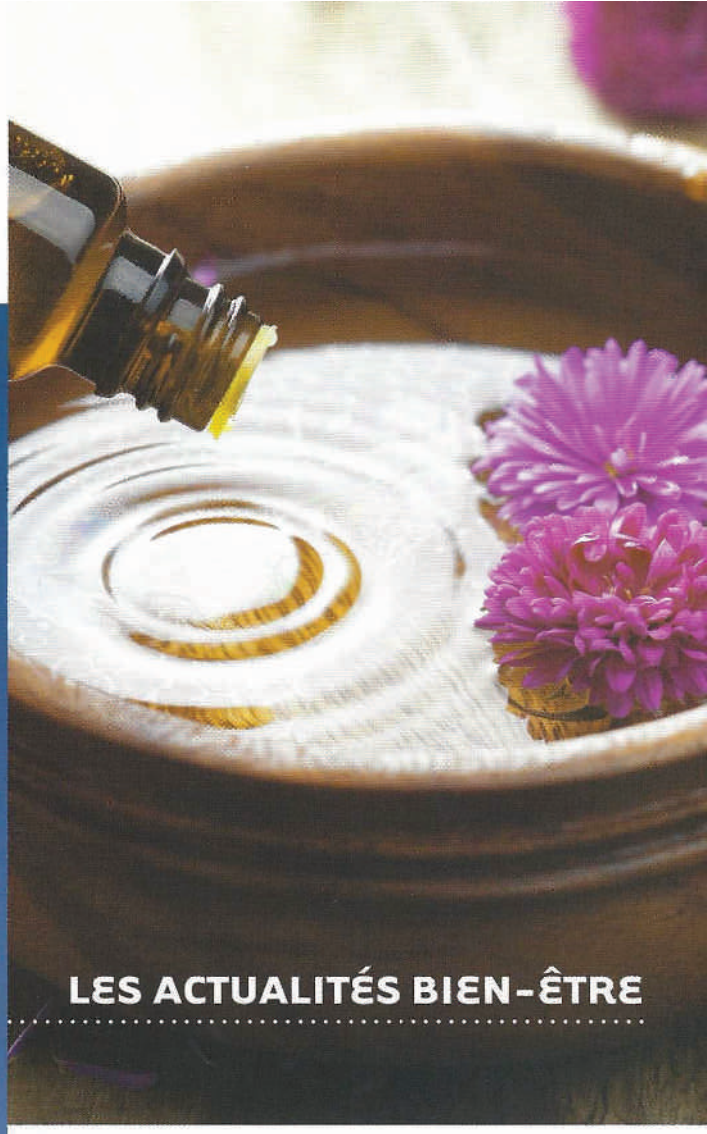
RECTO revue verseau
Le bien-être Corps et Ame



SOUS LA LOUPE

Stress, anxiété, dépression : Que faire ?

LES ACTUALITÉS BIEN-ÊTRE

- *la Trichotherapy*
- *Bien-Être sonores*
- *Le Clair-Ressenti*
- *The Linda Bullock Technique*

A DÉCOUVRIR

L'alchimie sexuelle du Tao

9 770987 082009 00308

Mensuel n° 308
Juin 2019
CHF 9.00 | EUR 7.00

Retrouvez-nous sur Facebook
www.facebook.com/editionsrectoverseau/
www.recto-verseau.ch

ANNICK BROFMAN

Notre mission de vie, c'est d'être heureux

Lorsque j'ai commencé sur ce chemin de connaissance intérieure et d'éveil à une spiritualité qui a du sens pour moi, si on m'avait demandé de parler de mission de vie, j'aurais tout de suite pensé à une mission très spéciale, un peu comme les personnes qui, lorsqu'on leur parle de leurs vie antérieures, n'ont été que des héros, des personnes extraordinaires.

Et puis les années ont passé et j'ai beaucoup appris, beaucoup réalisé, beaucoup observé.

Notre mission de vie, c'est d'être heureux.

Si nous sommes heureux, en bonne santé, nous sommes à notre place dans la grande orchestration de la vie.

Chacun tient son rôle avec plaisir, certains ont pour mission de faire du pain et se lèvent volontiers pour le faire, certains sont passionnés par les moteurs d'avion et c'est grâce à eux que nous voyageons en toute sécurité. Certains aiment sauver les gens et deviennent pompier.

Certains aiment cuisiner, nettoyer, peindre, ou soigner...

Nous venons tous au monde avec un certain nombre de buts à réaliser sur notre liste, et en chemin, nous rajoutons des buts parce que notre curiosité s'agrandit. Nous sommes comme les enfants qui quittent la maison pour vivre toutes sortes d'aventures et reviennent à la maison de temps en temps pour repartir de plus belle vers d'autres aventures. Et puis un jour, il n'y a plus rien sur la liste. Nous avons expérimenté toutes nos curiosités, tous nos rêves, sur cette petite planète bleue et nous allons ailleurs rêver d'autres rêves, vivre d'autres aventures. Certains reviennent sur terre pour aider, par pur service, par amour pour l'humanité ou parce que le besoin est grand, quelquefois urgent. C'est leur mission.

On ne peut pas parler de mission de vie sans faire allusion au Karma.

Le Karma, c'est pour moi comme le signe de l'infini, le yin et le yang, l'alchimiste qui part vivre ses aventures et revient au point de départ.

Le Karma, c'est ce mouvement perpétuel qui est mis en route par notre liste de buts, de rêves. C'est le chemin vers l'accomplissement de tout ce qui se trouve sur notre liste, absolument tout. En chemin, la colle qui permet à la grande orchestration de la vie de rester en équilibre, c'est l'amour.

Vous quittez la maison et votre âme veille sur vous avec amour.
Au plus profond de notre conscience, nous partageons tous la même âme. Certains ont choisi de l'appeler Dieu et de la voir à l'extérieur, d'autres ont choisi de l'appeler « Je suis » et la voient à l'intérieur, peu importe.
Vous partez à l'aventure, nous partons tous à l'aventure et l'amour est ce qui nous rappelle la maison. En chemin, la vie nous rappelle que nous sommes égaux, qu'aucune hiérarchie n'existe entre nous. Si nous voyons quelqu'un plus grand, il est forcément en train de nous montrer ce que nous sommes capables de faire. C'est ce que font tous les enseignants de la vie, des parents aux instituteurs, des professeurs aux maîtres de toutes disciplines. Nos expériences nous amènent à rééquilibrer nos perceptions.
Si nous voyons quelqu'un plus petit que nous, nos expériences aussi nous amènent à rééquilibrer nos perceptions. Que ce soit tout de suite, plus tard ou dans une autre vie, une autre aventure, nos perceptions sont sans cesse rééquilibrées. Nous marchons quelques mètres dans leurs chaussures.

Combien de fois réalisez-vous que vous êtes en train de vivre ce que vous jugiez chez un autre. La compréhension, la compassion libèrent le jugement.
Le Karma, c'est l'équilibre, c'est le signe de l'infini. Ce que vous exprimez au monde revient. C'est ce qui nous encourage sans cesse à exprimer ce que nous aimons recevoir.

Alors vous voilà parti vers la réalisation de tous vos buts, quels qu'ils soient, avec comme variable de vous souvenir de la maison grâce à l'alignement de vos perceptions et de vos actions.

Mon langage, ce sont les chakras.

Le niveau de votre âme, c'est votre chakra couronne, cette partie de votre conscience qui voyage de vie en vie, d'aventure en aventure.
Certains disent que le but des cycles de réincarnation, c'est d'apprendre à se relier, à se comprendre soi-même et à comprendre les autres. Il semble que retrouver la maison, la source soit le but.

Pour moi, c'est le contraire. Le but, c'est de vivre toutes nos curiosités, de quitter la maison, sans pourtant l'oublier. Nous avons un outil sûr pour quitter la maison le nez au vent avec la clef pour le retour. C'est notre intuition.
Être heureux est la clef de tout.
On nous dit que notre intuition est notre meilleure amie, c'est elle qui nous guide vers la réalisation de notre mission de vie. Nous sommes censés aller vers ce qui nous fait nous sentir bien, les situations, les personnes, les lieux et éviter les personnes, les lieux, les situations qui nous font nous sentir mal.

En écoutant notre petite voix intérieure, nous sommes toujours au bon endroit, au bon moment, avec les bonnes personnes.
Cela signifie que nous sommes sur terre pour être heureux. Sinon, écouter notre intuition n'aurait absolument aucun sens. Le lien qui nous unit tous, la colle qui maintient ensemble, c'est l'amour. C'est ce qui nous ramène à la source, qui nous permet de retrouver le chemin. L'amour, la bienveillance, la gentillesse les uns envers les autres, c'est le lien qui nous permet de retrouver la maison lorsque nous nous sommes égarés.

Le chakra du cœur est celui qui se trouve au centre, au cœur de notre conscience.
Lorsque nous venons sur terre, nous prenons une forme, c'est notre esprit, notre conscience individuelle, c'est notre chakra du front. C'est là que nous vivons notre vie comme un rêve lucide. Nous créons notre réalité. Nous la projetons dans le monde physique grâce à notre chakra de la gorge qui est le carrefour entre le monde spirituel et le monde physique.
Notre chakra de la gorge est le lien entre la vie sur terre et la source, entre l'aventurier et l'âme. Notre intuition qui nous guide vers la réalisation de nos buts avec bienveillance.

Lorsque nous venons au monde, nous venons d'un espace où l'amour est acquis. Notre âme nous enveloppe comme un câlin absolu.
Lorsque ce contact précieux est maintenu, notre chakra du cœur s'ouvre et s'agrandit au rythme des rencontres. Lorsqu'il ne l'est pas, pour diverses raisons et que nous ne sentons plus ce contact, notre chakra du cœur peut avoir du mal à rester ouvert.
Et puis nous grandissons, nous sommes de plus en plus autonomes, nous apprenons, nous commençons à développer notre mental, le niveau de la personnalité, c'est notre chakra du plexus solaire. C'est l'aventurier au volant.
Cet aventurier a besoin d'écouter le chakra de la gorge, son in-

tuition pour ne pas se perdre dans la forêt.
Et l'aventure commence.

Il est intéressant de voir si vous vous souvenez de ce que vous rêviez de faire lorsque nous étiez à l'école, dans la cour de récréation et que vous pensiez à votre vie d'adulte.

Moi, j'étais dans une école catholique et je rêvais de guérir les gens comme Jésus, de parler d'amour comme lui et d'être institutrice. Mais on m'avait dit que Jésus était très spécial et la qualité de son amour était incomparable et inatteignable et seuls les hommes pouvaient prêcher l'amour dans les églises le dimanche devant tout le monde.
J'étais très déçue. Je suis devenue assistante sociale à la place. C'était le plus ressemblant...
Et puis, me voilà des années plus tard, après plusieurs péripéties, plusieurs trains en train d'enseigner la guérison et de parler d'amour. Mon rêve d'enfant.
Oui, c'est ma mission et j'ai eu besoin d'apprendre pour en arriver là, apprendre l'acceptation, la compassion.
Quelquefois, vous regardez en arrière et vous voyez le voyage, parfait, les trains que vous avez pris « sans savoir », et qui vous amènent à destination.

L'aventurier, le chakra du plexus solaire, peut oublier mais votre esprit veille.
Lorsque j'ai eu 18 ans, je suis partie vivre un an aux USA, comme fille au pair. C'est là que j'ai appris à parler l'anglais couramment – très utile quelques années plus tard lorsque j'ai épousé mon mari américain – notre rencontre était-elle sur nos listes respectives ? Oui, elle était prévue bien avant de naître et j'ai eu l'occasion de me souvenir du moment où j'ai inscrit ce but sur ma liste lors d'une méditation profonde.
C'est pour cette raison que certains se posent la question de savoir si nous sommes le maître de notre destinée. Bien sûr que nous le sommes, nous décidons de ce qui se trouve sur notre liste, personne d'autre, et lorsque c'est sur la liste avant de venir et que nous oublions, nous pouvons avoir l'impression d'une destinée qui nous échappe. Mais c'est cela le karma, le chemin vers la réalisation de nos buts. Les évènements extérieurs semblent nous faire avancer dans une direction et ont été mis en mouvement par notre propre conscience.

> *« Nous venons tous au monde avec un certain nombre de buts sur notre liste à réaliser, et en chemin, nous rajoutons des buts parce-que notre curiosité s'agrandit.*

Lorsque nous venons au monde, notre rapport à la nourriture n'est que survie, c'est notre chakra racine qui représente aussi notre connexion avec la terre mère et notre maman. En grandissant, nous prenons des décisions liées aux perceptions que nous avons dans la relation avec notre mère : elle est trop là, pas assez là, trop de nourriture, ou pas sassez. Nous bâtissons un modèle pour la relation future avec d'autres sources de nourriture comme l'argent, la maison, le travail.
Très rapidement, notre relation avec la nourriture physique change et nous prenons plaisir à manger, notre sens du goût se développe. C'est notre deuxième chakra. Ce chakra-là est aussi lié au désir et au plaisir sexuel, et celui qui nous permet de nous reproduire.
Le désir et le plaisir en sont les orchestres.

Beaucoup de religions et beaucoup de croyances ont nuit à l'épanouissement de ce chakra. Je ne sais pas vraiment à quand cela remonte, ni les motivations réelles de ces opposants au plaisir. Ce qui est sûr, c'est que le monde serait plus harmonieux si tout le monde était encouragé à vivre une sexualité épanouie. Il y aurait moins de frustrations, plus d'harmonie, moins de perversité, plus de plaisir.
Votre mission de vie est de vivre vos rêves, peut-être sont-ils nés dans une autre vie, peut-être dans celle-ci.
J'adore regarder les rêves dans cette magnifique orchestration. Cette princesse qui rêve d'être roturière, a-t-elle rêvé d'être princesse dans une autre vie, et changé d'avis en voyant la réalité se manifester ?
Ce pays miniature avec son Grand Prix de formule 1 semble tout droit sorti de la tête d'un petit garçon qui rêve d'avoir son circuit de course de voiture grandeur nature. C'est passionnant !

Cet homme qui travaille 8 heures par jour, s'occupe de ses enfants et se réjouit de la vie de famille sans se soucier de ce qui se passe dans le monde n'avait-il pas choisi comme mission de vie de voir grandir ses enfants et de s'en occuper parce que dans une autre vie, il était homme d'affaire ou président d'une république et n'en avait pas eu l'occasion ?

Peut-être rêviez-vous d'être autonome et de ne plus dépendre d'une nourriture venant de l'extérieur, et vous choisissez un rêve où une maman absente ou trop présente vous donnera l'occasion d'accomplir cette mission.
Peut-être rêviez-vous d'être autonome et de ne plus dépendre

d'une source, d'un dieu venant de l'extérieur et vous avez choisi un rêve où un papa absent ou trop présent vous donnera l'occasion de fermer votre chakra couronne le temps d'accomplir cette mission.

Votre mission de vie, c'est d'être heureux.
Lorsque vous faites ce que vous aimez faire, vous ne rêvez plus de faire autre chose. Vous vivez votre rêve.
Lorsque vous vivez là où vous aimez vivre, vous ne rêvez plus d'être ailleurs.
Lorsque vous êtes vous-même et que vous croyez en vos rêves, vous ne rêvez plus d'être quelqu'un d'autre.
Alors chacun trouve sa place d'harmonie.

Souvenez-vous, personne n'est mieux que vous, vous pouvez tout faire, réaliser tous vos buts. Quoi que vous rêviez de faire, quelqu'un vit ce rêve et gagne sa vie en le rêvant.
Souvenez-vous, personne n'est moins bien que vous. Regardez à travers leurs yeux un petit peu, voyez ce qu'ils voient et quelquefois, s'ils sont réceptifs, montrez leur autre chose. Rappelez-leur que nous sommes tous des aventuriers, des extensions, des rêves incarnés issus de la même source. Nous sommes tous les rêves incarnés du même rêveur. S'ils ne sont pas ouverts, ne les jugez pas, ayez de la compassion.

> *« Lorsque vous faites ce que vous aimez faire, vous ne rêvez plus de faire autre chose. Vous vivez votre rêve. Lorsque vous êtes vous-même et que vous croyez en vos rêves, vous ne rêvez plus d'être quelqu'un d'autre.*

Moi, je compte revenir souvent, j'ai plein de rêves en stock sur ma liste – j'aimerais être une rock star – sans doute avec des textes qui parlent d'amour...
J'aimerais être maman d'une grande famille dans un pays scandinave où les enfants sont rois et les gens très libres. Sans doute une maman nourrissante pour les âmes en besoin d'amour maternel.

J'aimerais être actrice comique – mais mon mari m'a dit que je n'avais pas besoin de revenir pour ça. Le rire est un tel guérisseur.
Et tant d'autres rêves.

Et vous ? Qu'avez-vous sur votre liste ?

Avec amour.

+ d'infos

Annick Brofman
www.angel@healer.ch
www.fondation-brofman.org