

"La mélancolie c'est le bonheur d'être malheureux" disait Victor Hugo.

Qu'en pensez-vous ?



Extrait du courrier "Psychologie énergétique" rédigé par Sophie MERLE -

Conceptrice du procédé "Jecommande" et de la méthode "Tape, tape, Commande!". Auteur notamment de "Procédé quantique Jecommande [demandez et vous recevrez]", "EFT-Psychologie énergétique" et "EFT et Feng Shui" aux éditions Médicis et Grand Livre du Mois (LE CLUB).

www.SophieMerle.com

www.EFT-EnergyPsychology.com

www.DivineCommande.com

www.SophieMerle-Jecommande.com

www.SophieMerle-editions-du-soleil.com

Bonjour !

La **mélancolie c'est le bonheur d'être malheureux** disait Victor Hugo. Qu'en pensez-vous ? Moi je dis que c'est vrai. Le bonheur d'être malheureux existe. J'en suis la preuve vivante !

Plus maintenant mais avant je ruminais sans cesse tout ce qui faisait de moi une victime de la vie, satisfaite des preuves aveuglantes que je me donnais, me rendant par le même biais parfaitement incapable d'en percevoir la profonde beauté, néanmoins bien là aussi. Il y avait toujours quelque chose qui clochait, quand ce n'était pas ceci, c'était cela. J'étais toujours à me plaindre, jamais vraiment satisfaite de rien du tout.

Ai-je changé ? Peut-être pas tant que ça. À la différence près cependant c'est qu'à présent je possède une flopée de merveilleux "outils quantiques" qui m'autorisent à guérir la véritable souche de toutes mes plaintes, complaints et jérémiade dès qu'elles m'enveloppent la tête, le coeur et l'esprit.

C'est mon choix. D'un côté je peux continuer à en vouloir à la terre entière pour toutes les misères "qu'on m'a fait" ou prendre la responsabilité de m'en désenchaîner totalement, courant toutefois le risque de ne plus connaître le "bonheur d'être malheureuse". Une gratification certes tortueuse mais qui n'en reste pas moins satisfaisante pour ceux qui ne connaissent rien d'autre, n'importe quelle satisfaction étant bonne à prendre, y compris les plus malsaines, n'est-ce-pas ?

Heureusement il existe un antidote au "bonheur d'être malheureux". Un remède au goût passablement désagréable au début pour nous éternels grincheux, ronchons ou querelleurs qui se nomme, je vous le donne en mille : la Gratitude...

Extrait du courrier “Psychologie énergétique” rédigé par Sophie MERLE

Un remède amer s’il en est car dire MERCI quand la preuve de notre éternel malheur nous étreint de toute part n’est pas facile, mais on s’y fait !

La personne à qui je dois la foudroyante découverte des bienfaits que produit la gratitude sur la qualité de notre vie, y compris un MERCI exprimé du bout des lèvres, voire sans franchement y croire au début est le Dr Randall Robirds.

Son impact positif sur ma vie et celles d’innombrables autres personnes est énorme, à commencer par cet hymne à la gratitude dont le texte suit. Je l’ai traduit de l’anglais au français aussitôt qu’il m’en a fait cadeau il y a maintenant près de quinze ans voulant en faire bénéficier autant de monde que possible.

Et c’est exactement ce qui s’est produit. Ce texte magnifique se promène depuis un peu partout sur Internet après l’avoir fait connaître aux visiteurs de mon site www.EFT-EnergyPsychology.com et lecteurs de ma newsletter.

Je me suis rendue compte de l’effet extraordinaire qu’à le remerciement sur la qualité de ma vie de façon aussi étonnante qu’imprévue. Quelque chose de merveilleux s’ensuivait invariablement chaque fois que je pensais à lire attentivement l’hymne d’action de grâces qui suit.

Hymne d’action de grâces : “Du plus profond de moi-même, je rends grâce pour l’amour que je suis. Pour l’amour qui est dans ma vie, **MERCI. MERCI** pour le miracle de vie que je suis. Pour le merveilleux cadeau de la vie qui m’habite et qui m’entoure, **MERCI. MERCI** pour ce corps parfait. Pour ma santé et pour mon bien-être **MERCI. MERCI** pour le flot d’argent qui se dirige vers moi et qui s’écoule à travers moi. **MERCI** pour l’abondance que je suis. **MERCI** pour l’abondance que je vois tout autour de moi. **MERCI** pour toutes ces richesses. Pour la richesse de ma vie, **MERCI**. Pour l’aventure de ma vie et les myriades de possibilités et probabilités qui s’offrent à moi, **MERCI. MERCI** pour l’émerveillement. **MERCI** pour la joie. **MERCI** pour la beauté et l’harmonie. **MERCI** pour la paix et la tranquillité. **MERCI** pour les rires et l’amusement. Et pour le privilège de servir et de partager le cadeau que je suis, **MERCI, MERCI, MERCI !**”

Lorsque j’ai lu pour la toute première fois cette action de grâces, j’étais à mille lieux de me douter des résultats. Ces mots me semblaient à la limite totalement ridicules. Comment ça, dire MERCI pour un corps parfait ? Dire MERCI pour une abondance d’argent ? Dire MERCI pour l’amour que je suis ? En voilà de drôles d’idées !

Extrait du courrier “Psychologie énergétique” rédigé par Sophie MERLE

Ce que je ne savais pas c'est que j'appuyais là sur un bouton magique qui actionnait aussitôt la production de bienfaits sensationnels.

Ma chance à l'époque a été de faire le lien sans pour autant en profiter à fond comme il m'aurait été possible de le faire. Je lambinais, sachant pourtant fort bien que la simple lecture de ce texte m'apportait invariablement des bienfaits. Et pas des moindres, mais au contraire des bienfaits énormes, de ceux dont on se dit plus tard qu'ils vous ont transformé la vie.

En d'autres termes, j'étais parfaitement consciente de posséder la clef du jardin d'Eden sans oser franchement m'en servir. Ou pire encore, freinant des quatre fers sans même m'en rendre compte. Que ce passait-il ?

C'est évidemment par peur que nous avons tendance à agir de la sorte. Surtout par peur de nous tromper. Comment faire confiance à de telles idées ? Car après tout ces bienfaits qui me tombaient dessus à l'improviste n'avaient peut-être rien à voir avec la lecture de cette action de grâces. Ce n'était peut-être qu'une simple coïncidence... à répétition !

Le sujet avait néanmoins de l'intérêt. Ma curiosité était piquée. Il fallait que j'aie y voir de plus près. En fait la gratitude, ça s'apprend !

Apprendre à reconnaître la beauté qui règne autour de soi au lieu de nous appesantir sur la laideur. Profiter de la vie et des plaisirs qu'elle nous offre si généreusement. Et surtout effectuer une recherche consciente de ce qu'il y a déjà de beau et d'heureux dans notre vie, toutes ces choses que l'on prend trop facilement pour acquis, mais qui si par malheur elles disparaissaient s'avérerait une terrible catastrophe.

Ceci ne vient malheureusement pas tout seul pour bon nombre d'entre-nous. Les humains étant “programmés” depuis le fond des âges pour souffrir comme des damnés, reconnaître que la vie est belle et que l'on a tout sous la main pour nous sentir profondément heureux n'est pas chose aisée même lorsque c'est en réalité franchement le cas comme pour beaucoup de gens qui se plaignent malgré tout sans cesse de leur vie.

Admettre son bonheur fait peur pour mille et une raisons. D'ailleurs ne dit-on pas chez-nous vite, vite : “Je touche du bois !” lorsque nous parlons de quelque chose de précieux, comme par exemple de notre bonne santé. Ah, touche du bois, tout va bien en ce moment !

Nous agissons avec le bon, l'heureux, le satisfaisant comme s'il s'agissait d'une chose éphémère dont il vaut mieux ne pas parler, qu'il vaut mieux à peine regarder, voire faire comme si elle n'était pas là. Nous agissons avec le “bon” de manière totalement différente qu'avec le “mauvais”. Tout ce qui touche à la souffrance, nous connaît. Nous sommes vraiment incollables sur le sujet !

Extrait du courrier “Psychologie énergétique” rédigé par Sophie MERLE

Or si tout le monde lui court après, personne ne croît vraiment au bonheur. Difficile à attraper, le bonheur est une cible trop mouvante, un coup je suis là, un coup je ne suis pas là. Que se passe-t-il avec le bonheur ? Et surtout que se passe-t-il avec le malheur ? Pourquoi le mal-être peut-il si facilement “s’attraper” à l’encontre du bien-être pratiquement insaisissable, sinon impossible à garder nous semble-t-il ?

La réponse tient dans cette “programmation” déjà mentionnée. Nous sommes en effet programmés. Non seulement programmés pour attirer automatiquement des choses désagréables à nous, mais aussi pour nous y sentir relativement à l’aise. De là à dire que nous nous complaisons dans le malheur, il n’y a qu’un pas.

Un pas qu’il nous faut franchir afin de commencer par bien réaliser que ce qui nous rend malheureux nous attire. Nous y trouvons de toute évidence matière à satisfaction. Nous pouvons pousser tous les hauts cris que nous voulons. C’est un fait bien établi. Car combien de maladies qui font qu’on s’occupe enfin de nous ? Combien de dettes qui font qu’on ne peut jamais nous oublier ? C’est biscornu, mais c’est comme ça !

Si vous avez des questions, n’hésitez surtout pas à me contacter en passant par le site www.SophieMerle.com ou www.SophieMerle-editions-du-soleil.com de même que pour vous abonner gratuitement à la newsletter.

Je vous souhaite de tout coeur une vie heureuse et prospère,
emplie de miraculeux bienfaits en ces temps de profonde
transformation humaine. Bien sincèrement,
Sophie

