

COMMENT DEVENIR LA MEILLEURE VERSION DE TOI-MÊME ET RENFORCER TA LUMIÈRE ? ~ Za'el

Description

Auteur : Za'el de Erra
Publié le 21 avril 2023

Je te souhaite la bienvenue. Merci d'être intéressé et de venir m'écouter. J'espère que tu vas t'en bien. Si ce n'est pas le cas, j'espère pouvoir t'aider, au moins à te sentir accompagné.

Il y a quelques semaines, j'ai parlé de la lumière et de l'obscurité qui sont en nous, et de comment, dans une certaine mesure, nous possédons les deux. L'intérieur de nous, et que ce n'est pas une mauvaise chose. J'ai aussi parlé de la façon dont cela est relié à nos parts d'ombre et à nos traumatismes, et que cela continuera d'être étroitement lié.

Je vais essayer d'expliquer les choses de la manière la plus concrète possible, pour que tu puisses les appliquer dès que tu en auras l'occasion. Et je pense qu'il est probable que ce soit pour bientôt.

En nous basant sur comment nous définissons notre lumière et comment nous définissons notre obscurité, nous pourrions qualifier l'une de positive et l'autre de négative, car l'une représente les bonnes intentions, les bonnes attitudes et les bonnes émotions face à certaines situations, et l'autre représente exactement le contraire, respectivement.

Cependant, la dernière fois, nous avons parlé du fait de porter ce masque ou cette carapace qui, depuis l'extérieur, pourrait paraître obscure, alors qu'en réalité elle ne sert qu'à se défendre soi-même, avec sagesse, ingéniosité et sans devenir irrespectueux. Parce que le fait d'être un être de lumière n'implique pas de renoncer à se protéger face aux attaques ou aux parts d'ombre des autres.

Alors, comment mettre en valeur la lumière qui est en toi, quand le monde dans lequel tu vis tend à l'hostilité ?

Bon, être la meilleure version de toi-même n'implique pas forcément de t'exposer au danger. Comme le disait Mari dans l'une de ses dernières vidéos, il est souvent préférable de garder un certain degré de mystère ou de prudence pour ta propre sécurité.

On peut faire ça, bien sûr. Il n'y a jamais un seul chemin possible. Par contre, je pense que cela comporte toujours un processus qui commence par le fait de te connaître à 100%. Et pour te connaître à 100%, tu dois repérer tes parts d'ombre, identifier les choses qui te dérangent, qui te provoquent du mal-être et des problèmes, qui te font souffrir... puis chercher d'où ça vient et pourquoi c'est là ?

Parfois, c'est très difficile à trouver, parce que nous avons tendance à enfouir ces choses en nous comme un mécanisme de défense. Mais tu ne dois jamais abandonner ou te résigner à dire : "Je ne trouve pas. Je ne sais pas. C'est très difficile. Comment le saurais-je ? Je ne peux pas. Je n'en suis pas capable"... Parce que dans la plupart des cas, tu auras tendance à penser ça et à abandonner.

Tu dois continuer et être aussi honnête que possible envers toi-même. Sois courageux. Aie le courage d'être objectif et cohérent, et d'utiliser la logique pour répondre à tes questions. Surtout quand tu auras trouvé d'où vient cette part d'ombre, parce que là tu devras avoir le courage de l'accepter, de savoir qu'elle est là et que ce n'est pas grave. Tu es humain, sois tranquille, tout va bien !

Une fois arrivé à ce stade et en fonction de quoi il s'agit, tu dois évaluer si tu es en mesure de changer ces choses et si tu souhaites les changer ou pas, tu dois penser aux conséquences de ta décision, puis tu dois apprendre à accepter et intégrer réellement la situation qui en résultera et les réponses que tu trouveras.

L'objectif est d'effectuer ce processus difficile et qui prend beaucoup de temps, pour chacune de ces choses qui te dérangent ou te font souffrir d'une quelconque façon.

Si je devais te donner une clé magique pour rendre ce processus plus facile, ce seraient deux choses importantes :

D'une part, l'objectivité, être totalement objectif, rationnel, logique et sincère par rapport aux questions que tu te poses et aux réponses que tu te donnes lorsque tu analyses tes émotions ou des situations que tu vis.

Deuxièmement, mais c'est tout aussi important : la compréhension, être compréhensif envers toi-même. Bien sûr qu'il nous faut reconnaître ce que nous avons mal fait, mais il nous faut aussi réfléchir et comprendre pourquoi nous l'avons fait, précisément pour ne pas le reproduire.

Cela ne veut pas dire que tout est justifié, mais que tu dois apprendre à lâcher ce karma et ces regrets, si tu veux vraiment changer, t'améliorer, te comprendre et être cette personne qui a besoin précisément de l'enfant qui pleure à l'intérieur d'elle, et dont nous avons parlé dans la vidéo précédente.

Tout cela est relié à plusieurs sujets que j'aimerais aborder à l'avenir, par exemple comment se connecter avec cet enfant intérieur, comment libérer ce karma, et l'importance des mots que tu utilises pour faire référence à toi-même et aux situations que tu vis. Des sujets qui te permettront de ne pas te consumer dans ta propre obscurité.

Et ça ce n'est que la première étape pour pouvoir développer ta lumière ou, plus précisément, pour aspirer à devenir la meilleure version de toi-même.

Avais-tu déjà oublié de quoi je voulais parler ?

Cette partie est la plus compliquée et requiert énormément de courage.

Une fois ce processus surmonté, tu dois aussi apprendre à reconnaître ce qui est bon en toi. C'est très important, parce que c'est précisément ça que tu veux renforcer. Le simple fait de vouloir changer ou t'améliorer, est déjà en soi quelque chose dont tu peux être fier, d'autant plus que c'est une chose que souhaite un très faible pourcentage de la population humaine, soit par confort, par paresse, soit par peur, ou pour mille autres raisons.

Pour être tout à fait honnête, je pense que c'est surtout par confort que l'on pointe du doigt l'extérieur et que l'on ne regarde pas à l'intérieur de soi.

Tout ce qui peut te rendre gentil, honnête, généreux, honorable, bienveillant, humble, ou quoi que ce soit d'autre de ce genre, doit te rendre fier. Il en va de même pour tes compétences : tout ce en quoi tu es bon, habile, cultivé, doit te rendre fier, bien sûr sans tomber dans l'orgueil ou dans la mégalomanie. En attendant toujours prêt à accepter tes erreurs et dans l'envie d'apprendre pour ne pas te tromper la

prochaine fois.

Et chaque fois que tu fais une erreur, tu grandis. Une nouvelle perspective est toujours la bienvenue pour expander encore plus ta compréhension de n'importe quelle réalité. Mais aussi en te tenant prêt à accepter sans aucune peur tout ce dans quoi tu te sais ignorant.

Que va-t-il se passer ? On va te juger ? Pourtant, n'est-ce pas en demandant que l'on apprend de nouvelles choses ? Et la prochaine fois, tu en sauras un peu plus.

D'ailleurs, le simple fait d'être capable d'accepter tes erreurs et tes ignorances, est aussi quelque chose dont tu peux être fier. Tout le monde cherche à avoir raison et aime avoir l'air d'être celui qui sait tout, mais... dans quel but ? En quoi cela peut les faire grandir ? Qui grandit le plus dans tout ça ?

Une fois que tu as reconnu et résolu ou intégré tes parts d'ombre, que tu es conscient de tes vertus et que tu les fais briller quand l'occasion le demande, et que tu n'as plus peur de te montrer ignorant ou incapable dans le but de continuer à apprendre, alors tu pourras aider d'autres personnes de la meilleure des façons. Parce que tu le feras en connaissance de cause, en sachant que tu peux leur être utile en étant totalement honnête.

Pour aider à améliorer le monde autour de toi, tu dois d'abord t'aider toi-même et travailler sur toi. Cependant, je te prouve que seul celui qui est prêt à coopérer peut être aidé.

Mais tout cela ne résout pas le problème de l'hostilité d'un monde où il n'est pas souhaitable d'être juste un petit lapin blanc de lumière totalement inoffensif. Malheureusement, tu dois être vigilant et ne pas te laisser manipuler ou marcher sur les pieds par les autres. Tu dois maintenir la tête haute et rester digne lorsque cela est nécessaire, avec classe et respect. Et encore une fois, sans tomber dans l'orgueil, et ici je me réfère à la connotation négative de l'orgueil.

Par exemple, si tu choisis de te montrer tel que tu es face à une personne et que cette personne retourne cela contre toi d'une manière ou d'une autre, ne le regrette pas. Fais preuve de discernement, choisis les personnes à qui tu te montres tel que tu es, et la partie de toi que tu révèles. Et s'il s'avère ensuite que tu t'es trompé, ce n'est pas ta faute, ce n'est pas toi qui fais quelque chose de mal. Tu peux te retirer avec dignité et classe, et suivre ton chemin.

N'offre plus de ton temps, ni plus rien de toi, à ceux qui ne apprécient pas ou ne le méritent pas.

Comme je l'ai dit précédemment, ils vont probablement essayer de te faire sentir mal à ce sujet, mais tu utiliseras ton intelligence pour te protéger. Et, en réalité, bien que ça ait l'air plus intéressant de dire que tu te sers de l'obscurité pour te protéger, il ne s'agit pas de cela, parce que tu ne fais rien de mal. En fait, tu es seulement en train d'agir de manière juste.

Parfois, nous pouvons clairement discerner une part d'ombre chez une personne à laquelle nous tenons et que nous aimons. Le fait de voir l'obscurité chez quelqu'un qui compte pour nous, peut devenir embêtant, frustrant et très douloureux. Tu devras avoir la sagesse nécessaire pour savoir si tu dois le lui dire, l'aider à détecter cette part d'ombre et l'accompagner dans son processus pour la surmonter, ou si tu laisses cette personne finir elle-même par se prendre le mur qui pourrait la faire se réveiller. Tout cela à condition de ne pas franchir la ligne du manque de respect, bien sûr.

N'oublie pas de prendre soin de toi. Et surtout, n'exige pas que tout le monde soit comme toi tu penses que c'est juste. Et n'attends pas non plus directement de certaines personnes ou des gens en général qu'ils agissent d'une certaine manière. Accepte l'obscurité chez ceux qui ne veulent

pas la libérer, et continue de travailler sur toi.

Nous définissons l'obscurité comme négative et la lumière comme positive. Cependant, il y a des moments où l'une protège l'autre. Parfois, une personne avec des intentions totalement obscures se cachera sous un masque de lumière pour qu'on l'aide à avancer vers son sinistre objectif.

D'autres fois, une personne portera un masque qui lui permettra de se déplacer dans l'obscurité, alors qu'en réalité son objectif final est le meilleur qui puisse exister et le plus lumineux du monde.

Tout cela sonne très dualiste, mais je considère que ça peut très bien aider à comprendre certaines choses de soi-même, et surtout à intégrer tout ce que l'on est.

Utilise ces informations à bon escient. Pour moi, cela correspond littéralement à apprendre à vivre.

J'espère te revoir bientôt.
Je te salue et te souhaite bon courage.

Za'el de Erra.

~ Traduit par *Alcyon* se Al'Cyona. Tous Droits Réservés ~

Sources :

Anglaise : [Chaîne YouTube "Za'el"](#)

Espagnole : [Chaîne YouTube "Za'el"](#)