

MANUEL DU GUERRIER DE LA LUMIÈRE

Paolo Coelho

J'ai lu © 2012
162 pages

Livre anglais

Livre français



LES IDÉES

NE PAS SE PRÉOCCUPER DU RÉSULTAT

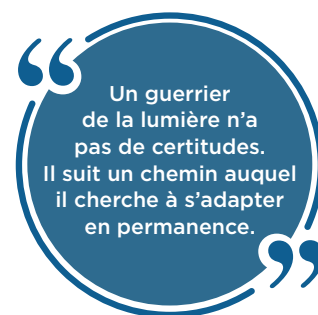


«Le guerrier connaît rarement le résultat d'une bataille quand celle-ci se termine. Il ne se préoccupe pas des résultats. Il examine son coeur et demande "ai-je mené le bon combat?" Si la réponse est positive, il se repose. Si la réponse est négative, il saisit son épée et reprend l'entraînement.» J'adore cette idée de **ne pas se préoccuper du résultat**. On a plusieurs fois abordé le thème de **rester concentré sur son chemin, sur son processus, plutôt que sur la destination** (avec notamment [George Leonard, ici](#)). L'idée optimale serait d'être concentré uniquement (à 100% !) sur le process et sur la bonne exécution de ses tâches au point de ne même pas se rendre compte si oui ou non, on finit par gagner. Cool non ?



TROUVER NOTRE VOIE

«Un guerrier de la lumière bénéficie toujours d'une seconde chance dans la vie. Comme tous les autres hommes ou femmes, il n'est pas né en sachant manoeuvrer son épée. Il s'est souvent trompé avant de découvrir sa Légende Personnelle.» La fameuse Légende Personnelle, tu t'en souviens ? ([notes ici](#)). As-tu trouvé la tienne ? Peut-être ? **On a toute la vie pour trouver notre voie, et c'est ok d'emprunter le mauvais chemin, l'essentiel étant de continuer à s'investir dans cette recherche !**



LE MONDE EST UN MIROIR



«Le guerrier se concentre sur les petits miracles de la vie quotidienne. S'il est capable de voir ce qui est beau, c'est qu'il porte en lui la beauté - puisque le monde est un miroir qui renvoie à chacun l'image de son propre visage.» Amen !! Si, par exemple, tu trouves que tout est triste, alors tu as sans doute un problème à régler avec ta propre tristesse... **Le monde est un miroir. Prendre conscience de notre perception des choses est donc un excellent moyen pour se connaître un peu plus.** Il en va de même pour **notre manière de communiquer**. Petite dédicace aux râleurs, le problème vient de vous les gars, pas des autres :-P



En ce moment même, des millions de gens ont renoncé. Ils ne s'ennuient pas, ne pleurent pas, ne font plus rien; ils attendent seulement que le temps passe. Ils ont perdu la capacité de réagir.



SE RECENTRER SUR DES CHOSES SIMPLES

«Un guerrier de la lumière prête attention aux gestes qu'il accomplit machinalement - comme respirer, cligner des yeux ou observer les objets autour de lui. Il le fait toujours quand il se sent confus. Ainsi, il se libère des tentions et laisse son intuition agir plus librement - sans qu'interfèrent ses peurs ou ses désirs. Certains problèmes qui semblaient insolubles finissent par se résoudre, ou certaines douleurs qu'il jugeait insupportables se dissipent spontanément.» #beautiful. Si tu sens que tu t'égares, concentre-toi un peu plus en te recentrant sur des choses simples. Respire ;-)

CE QUI NOIE QUELQU'UN, CE N'EST PAS LE PLONGEON



« Involontairement, le guerrier fait un faux pas et plonge dans l'abîme. Maître, dit-il, je suis tombé dans l'abîme, les eaux sont profondes et obscures. Souviens-toi d'une chose, répond le maître, **ce qui noie quelqu'un, ce n'est pas le plongeon, mais le fait de rester sous l'eau.** » Sans doute mon passage préféré ... Tu as bien compris, le plongeon, c'est par exemple ce petit coup de déprime ou cette mauvaise nouvelle. Rester sous l'eau, c'est se morfondre; sortir de l'eau, c'est se battre. **Lorsque tu subis une mauvaise expérience, toi seul peux décider de ta manière d'y faire face.** Marc-Aurèle disait dans ses pensées ([notes ici](#)) : « quand la contrainte des circonstances te laisse comme désemparé, rentre en toi-même aussitôt, et ne perds pas la mesure plus longtemps que nécessaire. » **Ressais-toi immédiatement.** Penses-y au prochain plongeon...