



L'âme de l'argent

Maria Annell: Avez-vous l'impression d'être comme emporté(e) dans une spirale de manques – manque d'argent, de temps, de sommeil, d'amour, de santé – et quoi que vous fassiez, il n'y aura jamais assez? Peut-être avez-vous baissé les bras parce qu'il vous semble que cette situation est inévitable, une sorte de mauvais sort qui ne changera jamais?

Nous avons une bonne nouvelle pour vous ce soir! Parce que dans cette conférence, nous allons découvrir ensemble trois mythes extrêmement courants, au sujet de l'argent et surtout, comment les dépasser pour faire la paix avec l'argent, en finir avec la pénurie et la précarité et revendiquer la richesse de nos ressources intérieures.

Notre conférencière sait de quoi elle parle. Elle n'a pas toujours connu l'abondance, loin s'en faut. Mais elle a pris un beau jour la décision de rompre avec le manque. Elle est aujourd'hui devenue spécialiste de réussite et de prospérité. Elle partage avec nous ses découvertes au sujet de l'âme de l'argent. J'ai le plaisir d'accueillir Caroline Dubois. Bonsoir Caroline!

Caroline Dubois: Bonsoir Maria. Merci à toi et à Noëlle de m'avoir invitée à nouveau à ce congrès. Cela me réjouit.

Maria: Merci à toi d'avoir répondu présente.

Caroline: Vous m'avez donc invitée et je ne sais pas pourquoi, je t'ai demandé si j'allais traiter le sujet de l'argent. Tu m'as dit oui.

Maria: C'est ta spécialité de travailler l'argent avec la psychologie énergétique, alors pour moi c'était l'évidence.

Caroline: Ensuite, je me suis dit: « Oh zut, je n'ai pas trop envie de parler de cela. J'avais envie de parler d'EFT positive ». Je l'ai un tout petit peu regretté, mais pas suffisamment puisque que peu de temps après, j'ai reçu un mail me parlant d'une conférence d'une Américaine que je ne connaissais absolument pas. C'est le titre de cette conférence qui m'a fait tiquer et je l'ai pris pour cette conférence d'aujourd'hui. Cette Américaine s'appelle Lynne Twist. Elle a travaillé pendant au moins trente ans sur un projet d'association caritative américaine qui récoltait des fonds pour mettre fin à la faim dans le monde. Il s'appelle The Hunger Project. La fin de la faim dans le monde, cela fait un peu bizarre.

Maria: Cela fait penser à la fin du monde!

Caroline: Oui! J'ai donc écouté ses vidéos, j'ai lu son livre et j'ai bien aimé son point de vue au sujet de l'argent, que je trouvais différent des Américains habituellement. Elle ne parle pas du tout de la loi d'attraction, même si c'est évoqué comme une espèce d'effet naturel. Elle a vraiment parcouru le monde. Elle est allée voir mère Teresa en Inde. Elle est allée voir les plus grands millionnaires aux États-Unis pour leur demander de l'argent. Elle est allée au Bangladesh pour aider les gens. Elle était un peu partout. Elle a rencontré des gens qui l'ont inspirée, notamment un architecte, maintenant décédé, Richard Buckminster Fuller, qui était avant-gardiste au niveau des pensées.

Elle m'a rendue curieuse. Elle m'a inspirée de tout ce qu'elle avait vécu partout et pendant quand même trente ans. Maintenant, elle a été appelée à s'occuper des indiens d'une tribu en Amazonie.



Elle est toujours sur un projet d'aide. Ce travail qu'elle a fait durant trente ans pour The Hunger Project lui a permis de changer son propre rapport à l'argent, puisqu'elle a été très bien éduquée, dans un milieu qui avait de l'argent. Elle en a tiré des conclusions et j'avais envie d'en livrer quelques-unes ici pour tous les gens du congrès EFT. Cela peut nous conduire d'une certaine manière à faire de l'EFT sur ces conclusions parce que vous risquez de raisonner avec cela. De plus, je pense que nous sommes dans une période où économiquement, ce n'est pas évident pour tout le monde. Je vais mettre ma pierre à l'édifice pour que nous nous sentions mieux et que nous puissions nous connecter au meilleur de nous-mêmes avec l'argent.

Maria: Beau sujet. À travers ces recherches et tes différentes lectures, qu'est-ce que l'argent précisément ?

Caroline: L'argent n'est pas un produit de la nature, déjà, Maria.

Maria: Effectivement. Nous n'en avons jamais vu pousser dans les champs.

Caroline: L'argent est une invention strictement humaine et vraiment distincte. Nous pourrions dire que c'est une fabrication de notre génie. Nous l'avons inventé, fabriqué. Cet objet inanimé est apparu sous des tas des formes depuis plus ou moins 3000 ans. La monnaie est passée par des coquillages, des lingots et maintenant, il suffit d'un bip ou un clic sur Internet. C'est devenu totalement virtuel. Depuis le début, l'argent a été inventé pour faciliter le partage et l'échange de biens et de services entre les individus et les groupes. L'argent facilite encore aujourd'hui cet échange de biens et de services. Mais sur notre route, nous avons donné à l'argent un rôle bien au-delà de son utilité originelle.

Maria: De ce pur échange de valeurs.



Maria: Alors ce titre qui t'avait tant intriguée dans la conférence et le livre de Lynne Twist, c'est « L'âme de l'argent ». Est-ce que l'argent a une âme ?

Caroline: Qu'en pensez-vous ? Pensez-vous que l'argent pourrait avoir une âme alors que c'est un objet inanimé ? [rires] Bien sûr que non, l'argent est notre invention. Nous l'avons inventé, nous l'oublions parfois. Cependant, nous avons une âme et nous pouvons donner de l'âme à l'argent dans la manière dont nous l'utilisons, le gagnons, le dépensons, l'épargnons, l'investissons et la manière dont nous contribuons, lorsque nous donnons à des œuvres. La manière dont nous donnons à des œuvres a beaucoup d'importance sur cet argent.

Maria: Ce sera développé, je crois.

Caroline: Plutôt que de relier l'argent à un outil que nous avons créé et contrôlé, nous nous sommes mis à faire comme dans la légende de Moïse et le veau d'or qu'ils avaient adoré. Nous en avons fait une chose bizarre ; cette énorme production de papier – sans plus de pouvoir qu'une pile de papier ou de kleenex – est devenue une des forces les plus contrôlantes dans nos vies.

Maria: L'argent fait vraiment partie de notre quotidien.

Caroline: Oui, mais nous pouvons vraiment donner une âme à cet argent. Nous pouvons veiller à ce que l'argent soit une force dans notre monde plutôt que le contraire. Nous pouvons faire en sorte que l'argent pleuve sur des gens, sur des projets et des choses qui sont importantes pour nous.



Nous pouvons vraiment déplacer l'argent vers les bonnes choses, vers les choses les plus élevées et vers les engagements les plus profonds de la famille humaine et de toutes les espèces. Nous avons ce pouvoir chaque jour.

Nous avons donné à cet argent comme une autorité quasi ultime. Si nous regardons parfois juste les comportements que nous avons vis-à-vis de l'argent, nous pouvons observer que nous avons rendu l'argent plus important que nous-mêmes. Nous lui avons parfois donné plus de sens que la vie humaine. D'ailleurs, il y en a même qui ont fait des choses terribles et qui le font encore au nom de cet argent. Ils ont tué pour lui, rendu d'autres humains esclaves avec cet argent. Certains se rendent aussi esclaves aujourd'hui avec des vies sans joie juste pour poursuivre cette chasse à l'argent.

Maria: Nous voyons bien que l'argent n'est pas neutre.

Caroline: Non, c'est nous qui lui donnons tout ce pouvoir.

Maria: C'est même une source de conflit.

Caroline: En anglais, il y a une expression qui dit « Make a living », qui veut dire gagner sa vie. Lynne dit, en anglais – c'est intraduisible en français – « Make a killing ». Au lieu de gagner leur vie, ils tuent leur propre vie juste en travaillant. C'est un jeu de mots.

Nous allons donc explorer cette relation conflictuelle que nous avons presque tous avec l'argent. Comme je le disais, l'argent n'est pas le problème en soi. L'argent n'est pas bien ou mal. L'argent n'a pas de pouvoir. C'est notre interprétation de l'argent, notre interaction avec l'argent qui est le problème. Je vais maintenant vous inviter à examiner votre relation à l'argent dans votre histoire, car l'argent est là et a du sens dans l'histoire de chacun. Vous pouvez commencer ce processus d'examen, transformer le mystère de l'argent et ce qu'il représente et le déplacer peut-être vers un endroit plus approprié, peut-être vers l'évolution de la planète aujourd'hui, vers ce que nous vivons aujourd'hui. Il y a quelque chose de plus haut, de plus beau.



Maria: Effectivement, nous pouvons facilement voir tous ces conflits autour de l'argent. Irais-tu jusqu'à parler d'une guerre interne au sujet de l'argent, Caroline?

Caroline: Cela dépend de l'évolution spirituelle de chacun. En tout cas, là d'où je viens, je peux vous dire que j'ai vécu, je ne sais pas si je peux dire une grande guerre ou des grandes guerres avec l'argent...

Maria: Des batailles? *[rires]*

Caroline: En tout cas, j'ai assisté à des batailles au sujet de l'argent. Je n'ai pas vu des gens se battre, non. Mais j'étais une grande angoissée. C'est pour cela que c'est devenu un des sujets auxquels je me suis intéressée, parce que j'avais envie de guérir ces angoisses. Maintenant, je dirais que je ne suis plus trop dans ces guerres internes, mais parfois, je me retrouve un peu dans le clivage que je vais vous expliquer. Je m'y retrouve encore de temps en temps, rattrapée malgré moi.

Maria: C'est un projet de toute une vie, je pense. Tu as réglé beaucoup de choses, mais heureusement, il reste des choses à faire, parce que sinon, tu pourrais t'ennuyer. *[rires]*

Caroline: La plupart d'entre nous vivent ce conflit interne, dépendants des guerres internes entre nos intérêts financiers et l'appel de notre âme. Cela pourrait paraître comme deux extrêmes.



Dans le domaine de l'âme, nous sommes intègres, généreux. Nous agissons avec intégrité. Nous sommes compatissants, généreux, engagés, courageux. Nous reconnaissons la valeur de l'amour, de l'amitié. Nous admirons la moindre petite chose bien faite de la nature. Nous vivons des moments de bonheur dans cette nature. Nous sommes ouverts, parfois vulnérables, pleins de compassion. Nous avons la capacité d'être émus. Nous avons confiance en les autres. Nous nous sentons en paix avec nous-mêmes et confiants que nous faisons partie d'un grand tout, d'une expérience universelle, de quelque chose de plus grandiose que nous. Tout cela lorsque nous sommes vraiment alignés, quand nous sommes dans notre cœur.

Quand nous entrons dans le domaine de l'argent, tout à coup, nous semblons déconnectés de cette personne consciente de son âme que nous connaissions de nous cinq minutes avant. C'est comme si nous étions transportés dans un terrain de jeu différent. Tout à coup, les règles ne sont plus les mêmes. Sous l'emprise de l'argent, ces merveilleuses qualités semblent disparaître. Nous rétrécissons et devenons tout petits. Nous grimpons ou courrons pour attraper, arracher notre dû. Nous devenons égoïstes, avarés, avides, pleins de peurs, parfois coupables, envieux, frustrés, fâchés, méchants, le pire de notre personnalité, de notre humanité dans le côté non connecté.

Maria: Oui, l'extrême.

Caroline: Nous allons donc nous voir soit comme un gagnant, soit comme un perdant, puissant ou impuissant. Nous allons nous laisser définir par des étiquettes de manière inadéquate, comme si avoir de l'argent indiquait une supériorité, ou le manque d'argent un manque de valeur ou un simple potentiel basique; comme si nous n'étions pas plus que cela, parce que nous n'avons pas beaucoup d'argent. Tout à coup, si nous sommes dans l'un ou dans l'autre, c'est comme si les possibles disparaissaient. Aujourd'hui, j'aimerais bien que vous puissiez voir les choses autrement, que la relation avec l'argent puisse être un endroit où vous mettiez vos forces, vos compétences, vos aspirations les plus hautes et vos qualités les plus profondes. Que ce ne soit pas ou ceci ou cela, ou être connecté à notre âme ou être dans notre toute-puissance d'argent ou impuissance d'argent. C'est vraiment se connecter et pouvoir marier ces deux aspects de nous, de vivre l'argent au mieux, que nous puissions être des êtres fantastiques avec l'argent et avec notre relation à l'argent.

Maria: Faire la paix avec l'argent, en fait? Cesser cette guerre intérieure et trouver la paix. Lynne Twist nous raconte, dans son livre « L'âme de l'argent », qu'elle a vécu beaucoup de choses, que cela a été la montagne russe pour écrire cette histoire; peux-tu nous donner un exemple?

Caroline: Tout à fait. Elle était encore novice dans son boulot. Son métier était de récolter des fonds pour ce Hunger Project. Un jour, elle apprend qu'elle doit rencontrer le président d'une entreprise alimentaire bien connue, un géant américain dont le siège social est à Chicago. Nous sommes à la fin des années 70. C'était déjà il y a un petit bout de temps. Le même jour, elle avait promis de faire une conférence pour récolter des fonds dans une église de Harlem qui lui avait demandé de venir. Une fois qu'elle a vu que ces horaires étaient compatibles, elle s'est engagée pour les deux rendez-vous le même jour. C'était la première fois qu'elle avait un rendez-vous avec une énorme donation potentielle – parce que c'était une grosse entreprise. C'était vraiment un géant américain. La manière dont elle abordait son rendez-vous était un peu inconfortable et cela ne s'est pas amélioré au fur et à mesure de sa journée. Elle a commencé à se poser des questions sur ce qu'elle allait devoir porter pour voir le CEO – comme on dit en anglais –, ce grand Président Directeur Général. Quand elle est arrivée devant cet énorme gratte-ciel de Chicago, elle se sentait tout à fait minuscule. Pour arriver au Penthouse où se trouvait le bureau du PDG, il fallait changer chaque fois d'ascenseur pour atteindre le sommet.



Plus cet ascenseur montait, plus grande était sa nervosité. Au plus haut elle montait, au plus elle se sentait déconnectée du reste du monde. C'est comme si elle faisait un pèlerinage au sommet d'une montagne. L'air semblait se raréfier. Elle ne savait pas grand-chose au sujet de cette contribution potentielle, mais elle savait que l'entreprise avait connu des problèmes au niveau de son image et qu'elle avait été reconnue coupable de certaines choses. Les dirigeants pensaient que faire une donation pour le projet Faim dans le Monde et être vu comme contributeur pourrait redorer leur image.

Elle a été introduite dans le bureau du Président, avec son épaisse moquette et son énorme bureau. Elle s'est assise en face de lui. Juste derrière, il y avait d'immenses vitres, un mur entier de vitres avec la vue sur Chicago. Cette lumière était tellement forte qu'elle l'aveuglait et elle ne pouvait pas bien distinguer les traits du visage du Président. C'est comme si elle parlait à une ombre.

Comme il lui avait accordé seulement quinze minutes, elle n'avait que ce temps pour le convaincre. Elle a commencé à lui parler du projet et du défi que cela représentait d'en finir avec la faim dans le monde, tout cela en un quart d'heure. Elle a parlé du courage des personnes qui avaient faim et du partenariat pour les nourrir eux et leurs enfants – chaque fois, elle parle en fonction des gens qu'elle a en face d'elle. Ici, c'était une compagnie de nourriture. Elle a expliqué comment ils pouvaient construire les conditions d'une vie saine et productive pour aider les gens.

Quand elle a eu terminé son speech et qu'elle a fait sa demande, il n'a pas donné de réponse. Il a ouvert le tiroir de son bureau, pris un chèque déjà pré-imprimé – c'était un chèque de 50 000 \$ – qu'il a glissé doucement vers elle. Pour la fin des années 70, c'était un gros chèque, quand même. Il était clair qu'il voulait la voir partir le plus vite possible. Le ton poli de sa voix et le manque de questions montraient clairement qu'il n'en avait rien à faire, aucun intérêt pour le travail de la faim dans le monde. C'était un geste purement stratégique. Il voulait juste se débarrasser de la culpabilité et de la honte que l'entreprise avait de ses erreurs publiquement connues. Il avait juste envie que l'entreprise ait une bonne image dans les médias. En termes purement financiers, c'était une simple transaction : donner ce chèque de 50 000 \$ permettait à l'entreprise de se racheter une réputation. Alors qu'elle voyait ce chèque glisser vers elle, elle sentit comme une vague de culpabilité se diriger vers elle. Il lui avait donné l'argent et la culpabilité.

Novice qu'elle était, elle s'est dit que c'était un étrange rendez-vous. Elle a mis le chèque dans son attaché-case et a repris le chemin inverse, « au revoir Monsieur », dans les salons feutrés en enfilade, puis d'ascenseur en ascenseur pour quitter l'immeuble. En descendant, elle a senti comme une nausée ou une sensation désagréable dans son estomac, mais elle savait que ce n'était pas le voyage en ascenseur. Lorsque nous connaissons ces ascenseurs d'immeuble très haut, nous pouvons avoir cette sensation, je vous le dis – je pense, Maria, que tu as dû déjà aller dans ce genre d'ascenseur aux États-Unis, c'est parfois étrange. Mais elle savait que ce n'était pas cela. Elle savait juste qu'elle ne se sentait pas heureuse, alors qu'elle pensait qu'elle aurait dû l'être puisqu'elle avait récolté un énorme chèque.

Maria : Elle venait de recevoir un beau cadeau pour son projet.

Caroline : C'était la première fois qu'elle recevait un aussi gros chèque d'une seule personne à la fois. Elle savait qu'en plus, tout le monde au bureau allait être ravi qu'elle revienne avec ce gros chèque, mais elle se sentait un peu sale et malade.

Elle a quitté Chicago et est arrivée à New York. C'était la tempête et il pleuvait dans tous les sens. Elle s'est dirigée vers Harlem. Pour ceux qui ne le savent pas, c'était un quartier noir extrêmement pauvre, à l'époque. Je pense que maintenant, cela a un peu changé. Cette église se trouvait dans un sous-sol. Elle a donc descendu l'escalier. L'événement organisé rassemblait 75 personnes qui l'attendaient. Vous imaginez un peu le contraste entre l'ambiance feutrée du Penthouse avec la vue sur Chicago, et la lumière blafarde de cet escalier froid, humide où il y avait des fuites et des seaux stratégiquement placés pour récupérer les gouttes d'eau, le bruit de la pluie sur les vitres en plus des « plic, ploc » des



gouttes tombant du plafond dans les seaux. Pourtant, elle s'est sentie soulagée, tout en étant consciente qu'elle était quand même la seule personne blanche de la salle, d'autant plus que sa petite robe de soie qu'elle portait pour impressionner le président n'était pas vraiment le meilleur des accoutrements. C'était un peu superflu.

Elle savait que les gens à qui elle allait parler maintenant n'avaient pas beaucoup d'argent à donner. Elle s'est dit qu'elle allait parler de l'Afrique et a commencé à parler du projet, de l'engagement de Hunger Project en Afrique. Au moment où elle terminait sa conférence et où le moment était venu de recevoir les donations, elle a fait sa requête tout en se demandant si c'était la bonne chose à faire, puisqu'elle se rendait compte du niveau pas très riche de l'assemblée. La salle est restée silencieuse. Après un moment qui a semblé être une éternité, une femme s'est levée. Elle était assise plutôt à l'arrière, sur le côté. Elle devait avoir plus ou moins la soixantaine. Elle était coiffée avec un chignon très net. Elle était grande, droite, mince et fière. Elle lui dit: « Ma fille! » – je pense qu'à ce moment-là, Lynne devait avoir trente ans – « Je m'appelle Gertrude, j'ai aimé ce que vous avez raconté et je vous aime bien. Maintenant, je n'ai pas de chèque ni de carte de crédit. Pour moi l'argent, c'est comme de l'eau. Pour certains, il coule comme une grande rivière dynamique. Et dans ma vie, l'argent vient comme un petit filet. Mais j'aime le faire passer de manière que cela puisse faire le plus de bien au plus de personnes. Je le vois comme mon droit et ma responsabilité, et même comme une joie. J'ai 50\$ dans mon portemonnaie, pour avoir fait le linge d'une femme blanche, et je vais vous les donner. » Elle s'est avancé lentement vers Lynne, lui a donné les 50\$ en petites coupures et lui a donné une grande accolade. Alors qu'elle retournait vers sa chaise, toutes les autres personnes ont commencé à se lever et à venir donner leur contribution avec des billets de 1, 5, 10 ou 20 dollars. Lynne était si émue qu'elle pleurait. Elle avait trop de billets en main, donc à un moment, elle a ouvert son attaché-case pour qu'il serve de panier pour mettre tous les billets.

Ce moment était vraiment magique. Il y avait un tel sentiment de cœur et de générosité de toutes les personnes présentes. Les 600\$ qui avaient été déposés là en billets étaient vraiment les plus précieux qu'elle n'ait jamais ressentis auparavant de toutes ses récoltes. En même temps, elle prit conscience que, sous tous les billets, il y avait ce chèque. Elle réalisa que ce que Gertrude avait donné avait beaucoup plus de valeur pour arrêter la faim dans le monde que le chèque qui lui avait été remis le matin même. L'argent reçu de Gertrude portait un engagement, l'empreinte de son âme. Elle s'est vraiment sentie inspirée par Gertrude et revigorée par cette intégrité, tout le sens qu'elle y avait mis, alors qu'elle avait travaillé sans doute toute sa journée ou je ne sais pas combien de jours pour avoir 50\$. L'argent de Gertrude venait vraiment d'une âme et non d'une banque pour faciliter une culpabilité ou pour acheter de l'admiration. C'était elle qui avait élevé le niveau de cette soirée pour tout le monde. Lynne a senti que les 600\$ qu'elle avait récoltés étaient comme de l'argent béni. Gertrude a appris à Lynne que le pouvoir de l'argent vient de l'intention que nous lui donnons et l'intégrité avec laquelle nous la dirigeons dans la vie. Gertrude ne sait pas à quel point cela a aidé Lynne à être claire pour récupérer sa propre intégrité. Le lendemain, Lynne a renvoyé le chèque au PDG avec toute la culpabilité et la honte qui y était attachées.

Maria: À ce point-là?

Caroline: Oui. Elle a écrit une lettre au Président en lui suggérant de choisir une organisation avec laquelle il se sentait plus en accord. Elle ne l'a pas du tout critiqué. Elle l'a juste remercié pour son geste. Elle n'a plus jamais entendu parler de lui jusqu'à plusieurs années plus tard. Son organisation était devenue de plus en plus connue. Un jour, elle a reçu une longue lettre de cet homme qui était maintenant à la retraite. Il avait réfléchi à sa vie professionnelle et aux moments forts de sa vie. Dans cette lettre, il lui a dit qu'il ne se rappelait pas du tout de leur rencontre quand il lui avait donné le chèque, mais qu'il se souvenait très bien de la lettre qu'il avait reçue de Lynne. Ce message contredisait tout ce qu'il avait appris, c'est-à-dire faire du profit à tout prix.



Ici, le profit était de faire de la publicité pour la société. Il a réalisé, à l'époque de sa pension, qu'en effet, il était important pour lui de contribuer à la fin de la faim dans le monde. Dans le livre, elle ne s'étend pas beaucoup, mais lors d'une conférence, elle a dit qu'il lui avait donné un chèque de 250 000 \$ de son argent personnel.

Maria: Elle a bien gagné au change, finalement.

Caroline: c'est cela. Parfois, quand nous sommes intègres et que nous agissons en fonction de ce que nous ressentons profondément, cela rapporte beaucoup plus que si elle avait pris l'argent en se disant « il faut absolument que je ramène ces 50 000 \$ ». Je trouve qu'il est important de raconter cette histoire. Je pense aussi à mère Teresa qui avait tellement confiance dans l'abondance qu'un jour, elle avait dit qu'elle avait besoin de 5 000 lits. Je ne sais pas si elle a mis cela sur un hôtel quelconque. Quelque temps plus tard, 5 000 lits lui ont été offerts. Ce sont vraiment des choses qui arrivent. L'abondance est dans l'alignement et la confiance. Voilà, Maria. C'était ma petite histoire.

Maria: Oui, une belle histoire. Je trouve qu'il était important de la partager. Merci.



Maria: Justement, tu voulais nous parler aussi de trois mythes très courants au sujet de l'argent.

Caroline: Absolument. Le premier mythe est celui de la pénurie, du manque. Dans notre monde occidental d'abondance, notre conversation est souvent dominée par ce que nous n'avons pas et ce que nous voulons avoir. Peu importe qui nous sommes ou nos circonstances, que nous ayons peu ou beaucoup d'argent, nos conversations tournent autour de ce qui nous manque. Je le vois en moi, mais je l'entends aussi ailleurs. Pour beaucoup d'entre nous, même la première pensée de la journée, c'est: « Je n'ai pas assez dormi ». Nous avons déjà une pénurie là-dedans. La pensée suivante est: « Je n'ai pas assez de temps ». N'est-ce pas, Maria, pour organiser toutes ces conférences?

Maria: Oui, c'est une pensée que j'ai connue. *[rires]*

Caroline: « Nous ne faisons pas assez d'exercice », « Nous n'avons pas assez de bénéfices », « Nous n'avons pas assez de week-ends », « Nous n'avons pas assez de vacances », « Nous n'avons pas assez d'argent », « Je ne suis pas assez mince », « Je ne suis pas assez intelligent(e) », « Je ne suis pas assez formé(e) », « Je n'ai pas assez de réussite », « Je ne suis pas assez joli(e) », « Je ne suis pas assez riche », « Je ne suis pas assez compétent(e) ».

Maria: Stop! *[rires]*

Caroline: Exactement. C'est dingue parce que, bien avant de nous lever, avant que nos pieds touchent le sol, nous sommes déjà inadéquats, en retard, perdant(e), en manque de quelque chose. Quand nous allons nous coucher, notre esprit est déjà dans une litanie de ce que nous n'avons pas eu forcément puisque nous n'allons pas plus l'avoir étant dans une course effrénée. Nous allons donc dormir avec ces pensées et nous réveiller dans cette rêverie de manque de manière un peu continuelle. C'est une sorte de mantra. Ce mantra est en toile de fond de la journée, en partant du cash dans notre poche, en passant par les gens que nous aimons ou par la valeur de cet argent dans notre vie. Ce qui commençait par la simple expression d'une vie trépidante grandit dans la justification d'une vie non comblée. Ce mantra de « pas assez » devient la raison pour laquelle nous n'avons pas ce que nous aimerions avoir; la raison pour laquelle nous ne pouvons pas réussir l'objectif que nous nous étions fixé;



la raison pour laquelle nos rêves ne peuvent se réaliser. C'est une condition de vie définie, mais non dite. C'est juste en toile de fond. Nous avons tout le temps ce « pas assez » en toile de fond. Que nous ayons des circonstances de vie riches ou pauvres, nous vivons dans l'assomption de la pénurie et du manque. Ce n'est pas que nous expérimentons continuellement le manque, c'est que la pénurie est un sentiment comme chronique, c'est l'endroit où nous nous plaçons, à partir duquel nous vivons, pensons et agissons dans la vie.

À travers cette loupe du manque, nos comportements, nos attentes et leurs conséquences deviennent une prophétie de manque, et forcément une insatisfaction. Nous sommes vraiment coincés dans ce cycle de déconnexion et d'insatisfaction. Nous finissons par croire les messages commerciaux et culturels qui disent que l'argent peut acheter le bonheur, que si j'ai une plus belle voiture, un plus beau ceci ou un plus beau cela, ma vie sera plus belle. Alors nous recherchons à l'extérieur de nous-mêmes pour trouver le bonheur, l'argent et la satisfaction.

Intuitivement, nous savons que ce n'est pas à l'extérieur de nous-mêmes, mais la culture de l'argent coupe notre voix intérieure parce que nous sommes bombardés d'images de publicité. Nous nous sentons obligés de trouver la solution dans ce que l'argent peut acheter.

Bernard Lietaer a écrit le livre : « Of Human Wealth », à propos de la richesse humaine. Il a été le responsable de la Banque Centrale en Belgique. Il dit que l'avidité et la peur de manquer sont programmées par les grosses sociétés, alors que cela ne fait pas partie de notre nature humaine.

C'est la même idée. Comme nous avons ce sentiment de « pas assez », nous pouvons parfois faire un travail qui ne nous plaît pas, ou nous pouvons parfois faire des choses aux autres dont nous ne sommes pas fiers. Les gens se volent les uns les autres parce qu'ils n'ont pas assez.

Ce mantra de « pas assez » génère de la peur d'être mis sur le côté, abandonné, marginalisé par le groupe. Nous voulons faire comme tout le monde.

Ce mythe du « pas assez » est très répandu aussi au niveau personnel et émotionnel. Pour pallier cette espèce de mantra du manque, j'avais créé à l'époque le programme « Prospérité et réussite », vu que je ne voyais pas le manque à ce moment-là de manière aussi large que Lynne. Ce manque peut être également le symbole encore d'autres choses.



Maria: Justement, dans ce programme, je sais qu'il y a beaucoup d'EFT, Caroline. Pouvons-nous venir à bout de ce mythe – enfin, pas aujourd'hui en une dizaine de minutes –, peux-tu nous montrer comment nous pouvons commencer à nous ouvrir à autre chose grâce au tapping ?

Caroline: J'ai une ronde de tapping. Es-tu d'accord, Maria, pour être celle qui tapote avec moi ?

Maria: Absolument. Cela ne peut pas me faire de mal. *[Rires]*

Caroline: Je pense que cela ne ferait de mal à personne. Nous pouvons le faire pour nous-mêmes, pour tous ceux qui écoutent et pour tous ceux qui veulent en bénéficier. Vous allez donc prendre votre main dominante et tapoter sur le point karaté :



Tapping: « Je n'ai pas assez »

☞ Point Karaté: « J'ai l'intention de me connecter au divin en moi et toute son abondance. J'ai l'intention de me libérer de ce problème de manque définitivement dès à présent. »

☞ PK: « Même si j'ai peur de manquer, je m'accepte avec cette peur. C'est normal d'avoir peur de manquer si on a manqué par le passé. Ce qui est rassurant c'est que je ne suis pas le/la seul(e). »



☞ PK: « Même si j'ai peur de ne jamais pouvoir guérir de ce manque, j'accepte que ce soit une pensée limitante. Et si j'aimais être bloqué(e) dans les problèmes, dans ce problème? »

☞ PK: « Même si j'ai cet état d'esprit de manque et de précarité, je choisis d'être consciente de mon abondance et de toutes mes richesses. »

☞ Dessus de la tête: « Je suis habitué(e) à penser à tout ce qui manque. »

☞ Début du sourcil: « Je n'ai pas assez d'argent. »

☞ Coin de l'œil: « Nous n'avons pas assez d'argent. »

☞ Sous l'œil: « Le gouvernement n'a pas assez d'argent. »

☞ Sous le nez: « Les banques n'ont pas assez d'argent. »

☞ Sous la bouche: « Les entreprises n'ont pas assez d'argent. »

☞ Sous la clavicule: « Je suis cerné(e) par le manque. »

☞ Sous le bras: « J'ai des tas de scénarios imaginaires de manque. »

☞ Sous le sein: « J'imagine le pire. »

☞ Dessus de la tête: « J'ai un manque de tout. »

☞ Début du sourcil: « Je n'ai pas assez de temps. »

☞ Coin de l'œil: « Je n'ai pas assez dormi. »

☞ Sous l'œil: « Je n'ai pas assez de repos. »

☞ Sous le nez: « Je ne fais pas assez d'exercices. »

☞ Sous la bouche: « Je ne fais pas assez de bénéfiques. »

☞ Sous la clavicule: « Je ne travaille pas assez. »

☞ Sous le bras: « Je n'ai pas assez d'amour. »

☞ Sous le sein: « Je n'ai pas assez de tendresse. »

☞ Dessus de la tête: « Je n'ai pas assez de vacances ni de repos. »

☞ Début du sourcil: « Mais j'aime être bloqué(e) et être victime de ce sort de manque. »

☞ Coin de l'œil: « Pourquoi changer un programme qui est en place depuis si longtemps? »

☞ Sous l'œil: « Et pourquoi pas? »

J'aimerais maintenant que vous pensiez à tous ces traumatismes, à tous ces souvenirs de manque, ou aux choses actuelles par rapport à ce manque.

☞ Sous le nez: « Je libère et je lâche tous les traumatismes, les souvenirs, toutes les images, tout ce que je me dis et tout ce que j'entends au sujet du manque. »

☞ Sous la bouche: « Je libère et je lâche ce mot manque. »

☞ Sous la clavicule: « Je libère et je lâche toutes les colères, toutes les tristesses, tous les sentiments d'impuissance, tous les désespoirs, tous les découragements, tous les sentiments d'humiliation, toutes les peurs, toutes les inquiétudes en lien avec le manque. »

☞ Sous le bras: « Je libère et je lâche toutes les malédictions et tous les attachements au manque. »

☞ Sous le sein: « C'est normal d'avoir ressenti cela. »

☞ Dessus de la tête: « Ce n'est plus obligatoire aujourd'hui. »

☞ Début du sourcil: « Je m'ouvre à la possibilité d'être en paix avec le manque et le "pas assez". »

☞ Coin de l'œil: « Pourquoi suis-je libre de ce sentiment de manque? »

☞ Sous l'œil: « Pourquoi puis-je combler ce manque par moi-même? »

☞ Sous le nez: « Pourquoi suis-je libre de ces images, émotions, pensées et sensations? »

☞ Sous la bouche: « Pourquoi ai-je une révélation au sujet de mon abondance? »

☞ Sous la clavicule: « Pourquoi suis-je si comblé(e) finalement? »

☞ Sous le bras: « Je me souviens de moments de plénitude. »

☞ Sous le sein: « Je me souviens de moments d'abondance. »

☞ Dessus de la tête: « Je me connecte avec l'onde de plénitude et d'abondance universelle. »

☞ Début du sourcil: « Pourquoi ai-je un sentiment d'accomplissement? »



- ☞ Coin de l'œil : « Pourquoi suis-je connecté(e) avec le divin en moi et toute son abondance ? »
- ☞ Sous l'œil : « Je me souviens de moments d'abondance. »
- ☞ Sous le nez : « Je me souviens de moments de plénitude. »
- ☞ Sous la bouche : « Je me sens connecté(e) ».

Vous inspirez, et vous expirez. Eh bien voilà, c'était déjà pour pallier le premier mythe.

Maria : Cela commence déjà un bon ménage. C'était lourd de parler de toutes ces phrases de manque, de « pas assez », et après, pof, tu nous as emmenés ailleurs, vers l'abondance divine. Super !



Maria : Retournons-y, quel est le deuxième mythe ? Tu vas encore nous emmener dans quelque chose de « pas glop » [rires].

Caroline : Je pense que le manque, c'est le pire. Lynne dit que c'est le troisième mythe qui est le pire, mais vous jugerez par vous-mêmes. Le deuxième en tout cas, c'est l'idée que « plus, c'est mieux ». Plus de n'importe quoi est mieux que ce que nous avons déjà. C'est aussi la réponse ou la suite logique à ce « il n'y a pas assez ».

Et ce « plus, c'est mieux » nous conduit dans une culture de compétition d'accumulation, d'acquisition et d'avidité qui ne fait qu'augmenter la peur et accélérer la course. Quand nous sommes constamment focalisés sur la robe suivante, la voiture suivante, le job suivant, la maison suivante, les vacances suivantes, les prochains travaux, nous apprécions rarement ce que nous avons maintenant.

Dans notre relation à l'argent, « plus, c'est mieux » nous distrait de vivre plus complètement et richement avec ce que nous avons déjà et surtout, avec ce que nous sommes déjà. Nous oublions beaucoup ce que nous sommes quand nous sommes très focalisés dans ce que nous voulons ou nous avons.

« Plus, c'est mieux » est une chasse sans fin avec zéro gagnant. C'est comme un hamster dans sa cage tournante. De plus, et je le confirme, le « plus, c'est mieux » devient addictif. Comme dans un processus d'addiction, il est presque impossible de s'arrêter dans ce processus de toujours plus. Nous voulons plus.

Maria : Et il faut tout le temps augmenter la dose.

Caroline : C'est cela. Si j'ai plus d'argent, pourquoi ne pas en avoir plus et avoir une marque de montre un peu plus grande, une marque de voiture, enfin chaque fois aller un peu plus loin ? Nous sommes pris là-dedans, la chasse à « plus, c'est mieux » ; quelles que soient nos circonstances financières, quel que soit notre niveau, nous voulons toujours plus. Cela exige notre attention, sape notre énergie et nous empêche de voir ou d'atteindre des opportunités d'accomplissement. Quand nous croyons à « plus, c'est mieux », comme il y a toujours un « plus » plus loin, nous ne pouvons jamais arriver au bout. Il n'y en a pas puisqu'il faut aller chaque fois plus loin.

Maria : Il n'y a pas de fin à cette course.

Caroline : Quand nous suivons ce crédo consciemment ou inconsciemment – la plupart d'entre nous le faisons inconsciemment – nous sommes en fait condamnés à une vie sans accomplissement. Nous perdons la capacité à arriver à cette destination qui, pour moi, n'est pas à l'extérieur de moi, mais à l'intérieur. Et même ceux qui ont beaucoup, dans cette culture de pénurie, ne peuvent pas quitter cette course. Ce « Plus, c'est mieux » nous emmène vers une définition de nous-mêmes en fonction de notre succès financier et des réalisations extérieures.



Beaucoup d'enseignements spirituels nous disent de regarder à l'intérieur pour trouver l'intégrité que nous cherchons, mais cette chasse de pénurie n'autorise aucun temps ou espace psychique pour ce genre d'introspection parce que nous sommes pris dans cette espèce de matérialisme.

Notre désir d'élargir notre bénéfice net nous détourne totalement de la découverte et de l'approfondissement de notre bénéfice et valeur intérieurs. Nous sommes devenus matérialistes et influencés par ce côté yang d'avoir un défi à relever, alors que nous avons tout ce qu'il nous faut dans nos pays industrialisés.

Si je suis le raisonnement de Lynne Twist – et je l'ai entendu ailleurs –, nous allons devoir passer par la décroissance, en espérant ne pas avoir une crise entre les deux. Chacun des humains, chacune des familles, des sociétés, des entreprises, des pays, nous sommes tous dans cette course folle. Je pense qu'il va falloir arrêter la course folle. Je pense qu'il est intéressant d'y aller doucement. Ce n'est pas anodin que Lynne continue à faire des conférences sur ce thème et que le film « Demain » existe avec des solutions économiques, où nous revenons à l'échange, qu'il y ait des monnaies locales pour que nous ayons un rapport à l'argent qui soit plus sain et plus respectueux. Nous en reparlerons à la conclusion. Tant que nous allons vers ce « plus, c'est mieux », nous courons à une perte économique et écologique. Voilà. C'était pour le deuxième mythe de « plus, c'est mieux ».



Maria: J'aimerais que tu expliques le troisième mythe. Nous verrons si nous pourrions faire le tapping pour le deuxième et le troisième.

Caroline: Donc le troisième mythe, c'est l'idée que « c'est comme ça ».

Maria: La fatalité.

Caroline: C'est cela. Quelles que soient vos circonstances, vous êtes nés dans une famille d'ouvriers, eh bien « c'est comme ça », « ce sera toujours comme ça ». Il n'y a pas d'autres issues. « Il n'y a pas assez », « plus, c'est définitivement mieux », et ceux qui ont plus sont toujours des gens autres que nous. Ceux qui ont plus ne sont donc jamais moi. Nous ne regardons pas en nous pour regarder tout ce que nous avons. L'herbe est plus verte ailleurs et « c'est comme ça ».

D'ailleurs, il vaut mieux jouer le jeu. Si nous nous plaçons dans ces circonstances un peu malheureuses et que « c'est comme ça », c'est que nous sommes dans un monde désespérant, pas très généreux, sans aide, horrible, injuste. Nous ne pouvons pas sortir de ce piège.

« C'est comme ça » justifie l'avidité, les préjugés et l'inaction que le sentiment de manque sous-entend dans la relation à l'argent. Pendant des générations, cela a perpétué l'esclavagisme – tout comme l'infériorité des femmes, que j'ajoute, elle ne l'a pas mis dans son livre. « C'est comme ça, tu es une femme, tu ne peux donc pas, c'est comme ça. »

À travers les siècles et l'histoire, et encore aujourd'hui, cette maxime « C'est comme ça » a permis à des dirigeants politiques malhonnêtes d'exploiter les autres pour leurs propres gains financiers. Globalement, ce mythe « c'est comme ça » a fait que ceux qui ont le plus d'argent ont usé de leur pouvoir et se sentent encouragés et autorisés à le faire et à continuer ainsi. Malheureusement, quand un être est résigné, il abandonne son potentiel humain. Lynne trouve que la résignation est la chose la plus difficile à bouger. Elle dit que nous devons lâcher ce mythe, même pour un instant, pour considérer la possibilité qu'il n'y a pas de mythe « c'est comme ça » ou « ce n'est pas comme ça ».

Il y a en tout cas la manière dont nous allons choisir d'agir, ce que nous choisissons de faire de nos circonstances ; et si elles ne sont pas bonnes, qu'allons-nous faire avec cela, plutôt que de nous sentir figés, résignés dans le « c'est comme ça » ? Il y a un choix. Nous pouvons passer à l'action. Nous pouvons faire des choses. Nous ne sommes pas obligés d'être bloqués dans le « c'est comme ça. »

Maria: Quelles que soient les cartes distribuées au début du jeu, nous pouvons être un bon ou un mauvais joueur. Nous pouvons quand même faire quelque chose de ce potentiel que nous avons entre les mains.

Caroline: Absolument.



Maria: Alors en conclusion, Caroline, comment pouvons-nous sortir de ces trois mythes? Nous avons bien soulagé le premier avec le tapping. Quelle est la solution?

Caroline: La solution, c'est la suffisance à dessein et non pas l'abondance. C'est vraiment entrer dans la suffisance et entrer dans le « assez ».

Maria: C'est assez.

Caroline: C'est assez. Lynne prend exemple sur une fondamentaliste, Dana Meadows, qui dit que la loi fondamentale de la Terre est la loi de « Assez ». La Nature, par exemple, nous donne exactement ce dont nous avons besoin, pas plus, pas moins. Nous avons cette quantité de terre, d'eau, de soleil. Tout sur la Terre grandit à sa taille appropriée, puis à un moment donné, cela s'arrête. La planète ne grandit pas, mais elle s'améliore. Les arbres ne vont pas continuer à grandir jusqu'à la stratosphère. Tout a une taille et s'arrête à un moment donné.

C'est un peu pareil pour nous avec les moyens. L'abondance existe. Elle découle de cette suffisance dans une expérience de beauté de ce qui est, de ce qui existe. L'abondance est un fait de la nature. Il y a assez et il y a aussi une finitude à cette abondance. Ce n'est pas comme une chose infinie après laquelle nous allons courir. Cette finitude n'est pas une menace. C'est juste pour dire qu'il y a une limite à nos ressources et que nous devons les respecter. Je pense à ces grosses sociétés qui n'arrêtent pas de couper nos ressources sur les arbres de la forêt amazonienne.

Simplement, cette abondance a une finitude. Il faut savoir la respecter et avoir de la révérence pour nos ressources, pour les gérer au mieux sachant que c'est extrêmement précieux et que cela va apporter du bien à la plupart. Je pense encore une fois à la forêt amazonienne. Ne pas la respecter, avoir une espèce de vue à court terme et être dans le « toujours plus », vouloir plus d'argent alors qu'en fait la nature met tout à notre disposition. Nous n'avons pas respecté cette finitude de l'abondance. Tout est là, pour nous.

Maria: Et il y en a assez.

Caroline: Absolument. Il y a assez pour tout le monde. Mais il faut le faire dans le respect. Je dirais en conclusion qu'il faut aller voir et bien soigner les ressources qu'il y a à l'intérieur, et respecter les ressources qu'il y a à l'extérieur.

Maria: Super. Que de richesses!





6^e Congrès Virtuel d'EFT - 19 au 25 mai 2016

www.leCongresEFT.com

Notes