

LA FOI EN L'INTELLIGENCE DU COEUR

PAR ISABELLE COLINEAU

Les dernières recherches scientifiques prouvent que la majorité des informations qui arrivent au cerveau passent en premier par le cœur. Cette découverte du Heartmath Institute est fondamentale car elle change tout ce que nous croyions jusqu'à maintenant. L'information passe par le cœur avant de passer dans le cerveau ! Il est bon de prendre quelques minutes pour comprendre l'ampleur de cette information révolutionnaire.

Le cœur sait. Le cœur sait toujours ce qui est bon pour nous. S'il veut communiquer un « oui », il a un mouvement d'expansion, d'ouverture et de joie. S'il veut communiquer un « non », il se rétracte, se rétrécit et l'énergie diminue. C'est subtil et il est tout à fait possible de percevoir ce petit mouvement intérieur si précieux.

Cela vaut pour toutes les situations de notre vie. Lors d'un entretien d'embauche par exemple, le travail proposé peut paraître intéressant et le salaire avantageux. Si le cœur dit non et que le mental dit oui pour satisfaire son besoin de sécurité financière, il va y avoir un conflit d'intérêt qui pourra se traduire par un malaise diffus ou concret en provoquant un blocage dans le corps. Certaines personnes tombent malades dès qu'elles commencent un nouveau travail. Leur corps leur montre que cette décision n'est pas en accord avec leur désir profond.

Beaucoup de personnes ont su le jour de leur mariage qu'elles faisaient la bêtise de leur vie. Le mouvement du cœur était clair mais le mental ne voulait pas l'admettre encore. Il leur faudra des années, voire toute une vie pour en arriver au même constat et divorcer après mille misères...

Avoir foi en l'intelligence innée de notre cœur est une décision fondamentale et un engagement complet. Une paix d'esprit immédiate s'installe car cela coupe le mental et ses prises de tête stériles. Le mental est tellement doué pour nous raconter toutes sortes d'histoires. Il est temps d'arrêter de se raconter des histoires qui, quand nous les racontons, sonnent terriblement faux. Pourquoi vouloir continuer à trahir son âme dans ce qu'elle a de plus pur ? Pourquoi conti-

nuer à regarder un film sans sens alors que nous avons la capacité de devenir l'acteur d'une vie vibrante ?

Si je suis célibataire et souhaite rencontrer un homme ou une femme pour partager ma vie, je peux prendre l'option des rencontres sur internet. Je fais la liste de tous les critères qui sont importants pour moi. L'algorithme du site va me proposer des personnes qui sont censées être compatibles avec mon profil et mes attentes. Le cerveau analysera toutes ces informations et donnera très vite au cœur l'autorisation de tomber amoureux ou pas. Cependant, ce n'est pas parce que la personne correspondra à tous mes critères que mon cœur s'ouvrira. Il est facile de se faire duper d'ailleurs, cela se passe tellement rapidement que nous pouvons avoir l'impression d'avoir eu un coup de cœur immédiat, alors que c'était passé par les grilles des critères du cerveau en premier. Nous mélangeons plusieurs ingrédients et nous espérons que le résultat sera bon. La chimie opère parfois.

Si je rencontre quelqu'un et que la première impression est une évidence que c'est l'homme de ma vie et que je me pourrais me marier avec lui le jour même, il est sûr que mon mental ne va pas manquer de me faire remarquer que je suis complètement folle, que je ne connais pas cet homme. D'accord, mais mon cœur a dit « oui » immédiatement. Et là, j'insiste sur le mot immédiatement, à l'instant même du premier regard ou contact. Mon cœur a reconnu les vibrations de son cœur à lui et il a sauté de joie de l'avoir enfin trouvé. Et c'est là la grande différence. Une fois que le cœur a reconnu la vibration du cœur de l'autre, ces deux êtres sont forcément compatibles puisqu'ils vibrent au même taux vibratoire. L'alchimie opère alors et a la capacité de transformer le plomb en or et de guérir nos blessures d'âme. Dans la vie, nous avons le choix en fait entre la chimie ou l'alchimie.

Dans le même sens, quand nous voulons trouver un nouveau lieu de vie, nous aurons souvent tendance à regarder les annonces suivant des critères rationnels : surface, prix, lieu précis, vieux ou neuf... Le mental va essayer de trouver la maison qui correspond au maximum de critères pour trouver la maison « idéale ». Pourtant, la maison idéale pour le mental ne l'est pas forcément pour le cœur. Le mental essaiera de se



convaincre que c'est là qu'il se sentira bien mais cela n'a rien à voir avec l'énergie du lieu. Nous pouvons nous en accommoder bien sûr. Mais voulons-nous vraiment continuer à nous accommoder avec la vie ? Que signifie alors prendre cette décision avec le cœur ? Se laisser attirer par la maison où le cœur dira « oui » immédiatement dans un élan d'expansion. Le corps réagira avec des frissons, des spasmes mais surtout avec de la joie profonde, un sentiment de paix qui sait que c'est le bon lieu pour augmenter ses vibrations et rayonner la joie encore plus.

L'aventure de la vie commence vraiment quand nous décidons consciemment de se laisser guider par cette haute instance en nous nommée depuis des siècles « le cœur sacré ». Il sait simplement ce qui est juste pour nous. Sur de nombreuses représentations artistiques de Jésus et du cœur sacré, il montre clairement avec deux de ses doigts que c'est bien là que tout se passe. Cette information primordiale et essentielle s'est perdue au fil du temps. Elle est pourtant d'autant plus d'actualité aujourd'hui que nous savons pertinemment que si le cœur reste fermé et inerte, la vie reste fade et manque de sens.

L'objectif est d'arriver à **une collaboration intelligente entre le cœur et le mental.** Le cœur donne la première impulsion (oui ou non) et le mental analyse comment implémenter cette nouvelle donne à son

service. C'est à partir du moment où nous redonnons le pouvoir à notre cœur que les miracles peuvent se produire pour la simple raison que quand nous sommes connectés à la Source de toute vie, il ne peut qu'en résulter des choses extraordinaires. « Le cœur a ses raisons que la raison ne connaît point » disait si bien Blaise Pascal il y a presque quatre siècles. Oui et plus nous allons avoir foi en son intelligence, plus la raison va s'aligner sur lui et le soutenir grâce à ses capacités.

De plus en plus de personnes sont à la recherche d'une vie qui a du sens, avec laquelle toutes leurs cellules sont en adéquation. **La clé sur ce chemin est l'écoute des vrais élans du cœur, le cœur sacré qui est relié à la Source.** Les suivre ensuite même si le mental n'est pas d'accord avec ce nouveau chemin qui sort des sentiers battus tout en étant portés par la foi que quand nous sommes alignés avec notre cœur, la vie nous soutient inconditionnellement.

Le cœur sait, toujours. La vie ne serait-elle pas plus simple si nous nous mettions à l'écouter tout simplement ? Expansion = oui, rétraction = non. Et si le bonheur se résumait à ces deux petites équations de base ? ●